家庭
祭坛时间



利 未记3 :16
祭 司要在坛上焚烧，作为馨香火祭的食物。
脂油都是耶和华的。

诗篇65:11
你以恩典为年岁的冠冕，你的路径都滴下脂油。

WRAPS的模式

诗篇104:2
披上亮光（WRAPS HIMSELF IN LIGHT），如披外袍；铺张穹苍，如铺幔子。

诗篇103:5
他用美物 (WRAPS YOU IN GOODNESS)，使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。

（按：特别括注 *WRAPS*，是英文原稿要表达的一种属灵的遮盖，这个字有包裹、外套与罩住的含义。）

如何使用？

这个材料适用于每个家庭，一周一次。选择合适的时间与地点，让一家人每周聚在一起至少30分钟（例如：每个周五晚上7点用餐后在饭桌上聚会）。每次聚会都会用WRAPS的字母缩写来作提纲，每周遵循这个模式，主必用祂的亮光与美物罩住你，并驱除黑暗以转化你的家庭。

当你将最好的奉献给主（奉献的脂油），主就会把上好的福分倾倒在你家（丰盛的肥甘 ）。理想的做法，是由父亲召集并带领聚会。如果父亲不能做到这一点，可由母亲代替。

带领人最好每天读经10章，作为10x10小组的一部分。

@家庭祭坛时间带领人的指导原则：

1. 现在是建立的时候，不是拆毁的时候。

2. 现在是鼓励的时候，不是说教的时候。

3. 现在是祝福的时候，不是责备的时候。

4. 现在是寻求神同在的时候，不是解决问题的时候。

5. 现在是一起读经讨论的时候，不是一起八卦的时候。

6. 这应该是一段喜乐的时光，不要无聊或太严肃，以免家人反感。

7. 如果家人暂时不愿参加，请不要勉强，好好为他们作认同性悔改祷告（见第4点）。

@ WRAPS 的模式

1. W: 敬拜 Worshipping（7分钟*）

   使用提供的YouTube链接与崇拜视频，一起赞美歌唱（如果可以的话，最好投影到大电视屏幕上）。怀着感恩的心，充满信心和热情地唱诗敬拜；像这样在你家中宣扬赞美神，会使邪灵逃跑，主的同在降临。

2. R: 读经 Reading（5分钟*）

   全家一起大声朗读经文，包括那一周的经文（可以阅读打印纸或使用电子手册）。读经要信心满满，情真意切，全心投入其中。这样做是对你的家宣告神话语的能力，并通过大量读经建立自己的灵命，使神的话语充满你的心。

3. A: 应用 Applying（10分钟*）

   请家庭成员诚实而简短地回答一些问题。带领人应事先快速准备好以熟悉经文，但并不意味着要深入查经，只是透过这个灵修时间，让神的话语实际应用到我们的生活，以带来转变。我们要做到提问时间又短又棒！

4. P: 祷告 Praying（5分钟*）

   轮流为彼此祷告，也为家族祷告（使用从经文学习到的祷告）。祷告要简短有力，不要长篇大论，尤其是使用认同性的悔改祷告。（示例：主啊，赦免我们，我们因_____违背了祢的约，求祢施恩怜悯，宽恕我们，用祢的宝血洁净，将我们从黑暗的权势中救出，通过_____帮助我们的灵回转归向祢！奉主耶稣基督的名求，阿们！）

5. S: 祝福 Speaking Blessing（3分钟*）

父母（尤其是父亲）需要时间先来祝福你的儿女；儿女也可以为父母祝福，并彼此祝福。你可以使用亚伦大祭司在民数记 6:24-26的祝福祷告：

6:24 愿耶和华赐福给你，保护你；
6:25 愿耶和华使他的脸光照你，赐恩给你；
6:26 愿耶和华向你仰脸，赐你平安。

这里加上另一种特殊的祝福，包含：高评价的肯定、描绘未来的愿景及重申个人的承诺。可以使用这样的格式：“我奉主耶稣基督的名祝福你，愿天父……。”

一个祝福的范例：“我奉主耶稣基督的名祝福你，愿天父赐福与你。我祝福你，神的平安与喜乐降在你身上，洁净你的身心灵与社交生活的每一部分。阿们！”

记住在祝福时要彼此保持眼神的接触，如果有人不注视你，你可以这样问：“我是否有做过伤害你的事情，使你不看我？” 如果有得罪过他们，就请他们原谅（如此说：“请原谅我因着_____伤害了你。”）。只要他们肯原谅你，就可以为他们祝福；否则，就表示他们还没有准备好接受你的祝福。

* 建议时间：可以根据最适合你与家人的方式进行。

包裹着脂油

(FAT WRAPS)



2026年

第一周

敬拜

（2026 年 11 月 1 日至 8 日）詩 篇 130 – 以 賽 亞 書 10

祢是好牧人
https://www.youtube.com/watch?v=yLHDIuT1AHs

智慧
https://www.youtube.com/watch?v=NLkyyLj2vgA

敬畏神 (儿童英文诗歌)
https://www.youtube.com/watch?v=0GvC8bX_HAY

读经

傳 道 書 12

英语儿童读经
https://www.youtube.com/watch?v=PfGexiDtRg4

9 再者，传道者因有智慧，仍将知识教训众人；又默想，又考查，又陈说许多箴言。
10 传道者专心寻求可喜悦的言语，是凭正直写的诚实话。
11 智慧人的言语好像刺棍；会中之师的言语又像钉稳的钉子，都是一个牧者所赐的。
12 我儿，还有一层，你当受劝戒：著书多，没有穷尽；读书多，身体疲倦。
13 这些事都已听见了，总意就是敬畏神，谨守他的诫命，这是人所当尽的本分（或作“这是众人的本分”）。
14 因为人所作的事，连一切隐藏的事，无论是善是恶， 神都必审问。

第一周

应用

1.

- 日常生活中有哪些选择能体现我们一家 “敬畏神、遵守祂的诫命” ？
- 例如：我们彼此说话的方式、处理冲突的方式、以敬拜为优先的态度，以及对待外人的态度。

2.

- 如果神要审判我们所做的一切，这会如何改变我们在家中运用时间、言语与电子设备的方式?
- 传道书的结语提醒我们，每个人都要向神交账。
- 这个问题帮助我们反思隐秘的习惯、线上生活、内心的态度，以及我们如何妥善运用时间。

3.

- 今年我们学到了哪些智慧，是我们应当彼此 “传承” 的，就像传道者竭力清楚、诚实地教导人一样?
- 第9至10节强调传道者用心教导真理。
- 这个问题鼓励不同世代彼此分享：你从父母身上学到了什么?
- 又从儿女身上学到了什么?

第一周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之敬畏神、遵守祂的诫命。（例如：“主啊，求祢赦免我们，我们常常惧怕人过于敬畏祢，以致违背祢的诫命，活在罪中。求祢帮助我们存敬畏祢同在的心，不计代价地行祢眼中看为正的事。阿们！”）

凭着信心宣告：全家必活在对神的敬畏中。（例如：“我们奉耶稣的名凭信心宣告：我们____家必存圣洁的敬畏之心，只行主眼中看为喜悦的事。阿们！”）

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第二周

敬拜

（2026 年 11 月 9 日 至 15 日）以 賽 亞 書 11 – 耶 利 米 書 14

复兴的浪潮
https://www.youtube.com/watch?v=P2hVYOTaOXA

安慰，安慰我的百姓
https://www.youtube.com/watch?v=SSIHVJe4M4k

像耶稣那样给予安慰（儿童英文诗歌）
https://youtu.be/vRekYr0J55Q?si=xQRG6Q0RPWKiVMus

读经

以 賽 亞 書 40

英语儿童读经
https://www.youtube.com/watch?v=td1wZQzS2BI

1 你们的神说：“你们要安慰、安慰我的百姓。
2 要对耶路撒冷说安慰的话，又向他宣告说，他争战的日子已满了，他的罪孽赦免了，他为自己的一切罪，从耶和华手中加倍受罚。”
3 有人声喊着说：“在旷野预备耶和华的路（或作“在旷野，有人声喊着说：当预备耶和华的路”），在沙漠地修平我们神的道。
4 一切山洼都要填满，大小山冈都要削平。高高低低的要改为平坦，崎崎岖岖的必成为平原。

第二周

读经

以 賽 亞 書 40

5 耶和华的荣耀必然显现，凡有血气的必一同看见，因为这是耶和华亲口说的。”
6 有人声说：“你喊叫吧！”有一个说：“我喊叫什么呢？”说：“凡有血气的尽都如草，他的美容都像野地的花。
7 草必枯干，花必凋残，因为耶和华的气吹在其上；百姓诚然是草。
8 草必枯干，花必凋残；惟有我们神的话，必永远立定！”
9 报好信息给锡安的啊，你要登高山；报好信息给耶路撒冷的啊，你要极力扬声，扬声不要惧怕。对犹大的城邑说：“看哪，你们的神！”
10 主耶和华必像大能者临到，他的膀臂必为他掌权。他的赏赐在他那里，他的报应在他面前。
11 他必像牧人牧养自己的羊群，用膀臂聚集羊羔抱在怀中，慢慢引导那乳养小羊的。

第二周

应用

1.

- 目前我们的家庭生活中，哪些方面最需要神的安慰？
- 我们又当如何给予彼此同样的安慰？
- 以赛亚书开篇说 “你们要安慰、安慰我的百姓” 。
- 这个问题帮助我们说出真实的重担——压力、失望或疲惫——并在家中实践，作神安慰的使者。

2.

- 如果我们真心相信，惟独神的话 “必永远立定” ，我们的态度或生活习惯会有何改变？
- 第6至8节对比了人的脆弱与神话语的永恒。
- 这引导我们反思行事的优先次序、媒体使用习惯、作决定的方式，以及我们容许哪些声音影响和塑造自己。

3.

- 我们当如何效法牧者的榜样，扶持、引导并温柔带领彼此——尤其是那些感到软弱或不堪重负的家人？
- 第11节描绘了神如牧者般温柔牧养的画面。
- 这个问题帮助我们思考如何实际扶持家中的 “小羊” 和 “带着幼崽的母羊” 。

第二周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之能成为安慰他人的人。（例如：“主啊，求祢赦免我们，我们常使人不安，而非带来安慰。帮助我们从圣灵领受安慰，并用这安慰去安慰他人。阿们。”）

宣告你的全家在一切言行上都有安慰的灵同在。（例如：“我们宣告：我们_____家，满有安慰的灵，彼此扶持，也去安慰祂带领我们遇见的每一个人。阿们！”）

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第三周

敬拜

（2026 年 11 月 16 日 至 22 日）耶 利 米 書 15 – 以 西 結 書 27

锡安守望者
https://www.youtube.com/watch?v=Gnzb5CnmsWw

守望者
https://www.youtube.com/watch?v=r7-Hu-bL73c

你想成为“守望者”吗？（儿童诗歌）
https://youtu.be/cnCaSbJvw8U?si=Me7VuetEZDtD7Mi4

读经

以 西 結 書 3

英语儿童读经
https://www.youtube.com/watch?v=Lp2kloEvn-g

16 过了七日，耶和华的话临到我说：
17 “人子啊，我立你作以色列家守望的人，所以你要听我口中的话，替我警戒他们。
18 我何时指着恶人说：‘他必要死’，你若不警戒他，也不劝戒他，使他离开恶行，拯救他的性命，这恶人必死在罪孽之中，我却要向你讨他丧命的罪（原文作“血”）。
19 倘若你警戒恶人，他仍不转离罪恶，也不离开恶行，他必死在罪孽之中，你却救自己脱离了罪。

第三周

读经

以 西 結 書 3

20 再者，义人何时离义而犯罪，我将绊脚石放在他面前，他就必死。因你没有警戒他，他必死在罪中，他素来所行的义不被记念，我却要向你讨他丧命的罪（原文作“血”）。
21 倘若你警戒义人，使他不犯罪，他就不犯罪，他因受警戒就必存活，你也救自己脱离了罪。”

第三周

应用

1.

- 当看见家人作出一些可能带来伤害的选择时，我们当如何以爱心彼此“警戒”？
- 以西结被神立为守望者，不是为了责骂人，而是为了保护人。
- 这个问题帮助我们探讨温柔的纠正、勇敢的沟通，并建立一种视提醒为出于爱心、而非出于论断的家庭文化。

2.

- 哪些习惯能帮助我们在属灵上保持警醒，不忽略神的声音、也不在不知不觉中走向危险？
- 这段经文强调了不听从的危险。
- 这引导我们思考那些帮助我们始终留意神的属灵节奏——读经、祷告和坦诚的交流。

3.

- 我们当如何各自为与神同行负责，同时又彼此扶持？
- 以西结需尽本分地发出警戒，每个人也需为自己的回应负责。
- 这个问题帮助我们在个人责任与彼此勉励之间取得平衡。

第三周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之成为这个世代的守望者。（例如：“主啊，求祢赦免我们，我们常常没有为身边的人警醒祷告，也没有在必要时凭爱心说诚实话。求祢帮助我们兴起发光，为祢的荣耀而活。阿们！”）

凭着信心宣告全家必作属灵的守望者。（例如：“我们宣告：我们_____家，必作守望者。当家人或我们所遇见的人走在败坏的道路上时，我们愿意在必要时发出警戒，帮助他们回转，领他们归回古道，就是那条善道。阿们！”）

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第四周

敬拜

（2026 年 11 月 23 日 至 30 日）以 西 結 書 28 - 西 番 雅 書 3

甦醒
https://www.youtube.com/watch?v=unArffT_8Ho

聖靈 觸摸祢教會
https://www.youtube.com/watch?v=JjGWgT89VFI

約 珥 書 2:28（儿童诗歌）
https://youtu.be/sSa3tMehk3E?si=4iq8ocigfXbit9kj

读经

約 珥 書 2

英语儿童读经
https://www.youtube.com/watch?v=-QbRYOpThA8

28 “以后，我要将我的灵浇灌凡有血气的。你们的儿女要说预言，你们的老年人要作异梦，少年人要见异象。
29 在那些日子，我要将我的灵浇灌我的仆人和使女。
30 “在天上地下，我要显出奇事，有血、有火、有烟柱。
31 日头要变为黑暗，月亮要变为血，这都在耶和华大而可畏的日子未到以前。
32 到那时候，凡求告耶和华名的就必得救；因为照耶和华所说的，在锡安山耶路撒冷必有逃脱的人，在剩下的人中必有耶和华所召的。”

第四周

应用

1.

- 我们在家庭中哪些方面看见圣灵已经在动工？
- 又当如何更留意圣灵的带领？
- 约珥描述神将祂的灵浇灌凡有血气的——儿女、少年人、老年人。
- 这帮助我们留意属灵的成长、祷告蒙应允的经历，以及圣灵在我们心中带来的光照、提醒和鼓励。

2.

- 我们可以怎样在家中营造一个空间，让每一代人——无论是孩童、年轻人还是成年人——都能分享神向他们显明的事？
- 这段经文提到不同年龄的人都要看见异象、作异梦并说预言。
- 这个问题鼓励不同世代彼此聆听，并看重每个人从神而来的属灵领受。

3.

- 当面对惧怕、不确定或重大抉择时，全家“求告耶和华的名”在生活中可以有哪些具体表现？
- 约珥书以应许作结：凡呼求主名的，必蒙拯救。
- 这引导我们反思自己的祷告习惯、对神的倚靠，以及面对压力或危机时的回应方式。

第四周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之活在圣灵的能力中。（例如：“主啊，求祢赦免我们，我们常常靠自己的血气和软弱而活，却没有活在圣灵的能力中。求祢帮助我们受圣灵的洗，每天都被圣灵充满，活在祂的带领中。阿们！”）

我们凭信心奉耶稣的名宣告：我们_____家，要活在圣灵的能力中，必看见神迹奇事，并看见许多人归向主。阿们！

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

此手册仅供内部使用，不得出售。

TRANSFORMATIONSG

