

家庭崇拜：親子一起成長

家長手冊



李道宏 醫師 / 牧師 編寫

繁體版

美國福音證主協會
CHRISTIAN COMMUNICATIONS INC. OF USA

目錄

📌 引言.....	1
第1章：神聖藍圖 — 從申命記看家庭信仰傳承.....	5
1. 獨一真神的宣告：聽啊以色列，要盡心愛神（申6:4-5）.....	6
2. 父母的神聖使命：將神的話存在心裡（申6:6）.....	7
3. 不停教導和談論：坐在家裡、行在路上的日常教導（申6:7）.....	8
4. 時常的鼓勵提醒：系在手上、戴在額上的生命見證（申6:8-9）.....	9
第2章：時代挑戰 — 在末世危機中守護家庭信仰.....	12
1. 末世的屬靈危機：將屬靈價值觀傳遞給孩子（提後3:1）.....	13
2. 物質主義的誘惑：檢視我們的優先次序（提後3:2）.....	14
3. 家庭關係的破壞：建立健康的親子關係（提後3:2-3）.....	15
4. 表面的敬虔：追求內在生命的真實（提後3:5）.....	16
第3章：父母預備 — 成為孩子信仰路上的引導者.....	20
1. 避免傷害的智慧：不惹兒女的氣（弗6:4a）.....	21
2. 神話語的權威：按照主的教訓養育（弗6:4b）.....	22
3. 榜樣的力量：父母先要活出敬虔（提前4:12）.....	23
4. 共同成長的旅程：在知識和見識上多而又多（腓1:9）.....	24
第4章：起步指南 — 建立簡單有效的家庭崇拜.....	27
1. 神同在的應許：兩三人聚集的力量（太18:20）.....	28
2. 現實起步的智慧：從每週2-3次，每次10-15分鐘開始（路14:28）.....	29
3. 時間安排的藝術：找到全家的黃金時間（傳3:1）.....	30
4. 核心要素的平衡：適合10-15分鐘的簡化結構（徒2:42）.....	31
第5章：因材施教 — 針對不同年齡的靈修引導策略.....	35
1. 個性化教養的原則：按孩子的道路教導（箴22:6）.....	36
2. 幼兒期的信仰啟蒙：故事、歌曲、簡單禱告（3-6歲）.....	37
3. 兒童期的品格建造：聖經故事、品格教導、感恩分享（7-12歲）.....	38
4. 青少年期的信仰探索：深度討論、生活應用、信仰問答（13-18歲）.....	39
第6章：突破障礙 — 化解家庭崇拜路上的常見挑戰.....	42
1. 持之以恆的秘訣：常常禱告不可灰心（路18:1）.....	43
2. 時間管理的智慧：化整為零的靈活策略（弗5:16）.....	44
3. 激發興趣的創意：增加互動性和趣味性（箴17:22）.....	45
4. 重新開始的勇氣：降低期望，擁抱不完美（腓3:13-14）.....	46

目錄

第7章：學業平衡 — 在升學壓力下維持家庭信仰生活	49
1. 敬畏耶和華是智慧的開端：重建學習的根基（箴9:10）.....	50
2. 時間整合的藝術：將靈修納入學習生活（傳3:1）.....	51
3. 壓力釋放的管道：在禱告中交托焦慮（腓4:6-7）.....	52
4. 價值觀的重塑：聖經故事與經文的雙重滋養.....	53
第8章：家庭崇拜的真義	56
1. 家庭崇拜是生活敬拜的延伸.....	58
2. 家庭崇拜是神聖時間的分別.....	59
3. 家庭崇拜不是批評教訓的時間.....	60
4. 家庭崇拜是建立屬靈傳承的時間.....	61
第9章：氛圍緊張 — 仍然繼續的家庭崇拜	64
1. 家庭崇拜中的常見掙扎.....	65
2. 四個關鍵原則：在困難中維持家庭崇拜的真實性與果效.....	66
第10章：警醒觀察 — 成為家庭屬靈的守望者	71
1. 守望者的身份與職責.....	72
2. 家庭崇拜：守望者的觀察台.....	73
3. 敏銳察覺屬靈季節.....	74
4. 四大威脅因素的識別與應對.....	75
5. 得勝策略與積極實踐.....	76
第11章：浪子父親 — 孩子抗拒或家庭崇拜中斷後	79
1. 浪子父親的無條件之愛.....	80
2. 耐心等候：在屬靈抗拒中的智慧守望.....	82
3. 主動恩典：敏銳回應回轉的.....	84
4. 重新開始的實踐智慧.....	85
第12章：文化建構 — 打造可傳承的家庭信仰DNA	90
1. 家庭信仰宣言：至於我和我家，必定事奉耶和華.....	91
2. 獨特傳統的創造：建立家庭專屬的信仰儀式.....	92
3. 恩典記錄的建立：見證神在家庭中的作為.....	94
4. 世代傳承的遠見：建立可延續的信仰模式.....	95

引言：家庭崇拜：建立信仰根基的神聖使命

每一位基督徒父母都懷著同樣的渴望：將最寶貴的屬靈財富——堅固的信仰根基——傳承給下一代。然而，面對現代社會的世俗化衝擊，許多父母感到困惑：我們該如何有效地幫助孩子建立深厚的信仰根基呢？答案就在我們的家中。

家庭崇拜不是教會或主日學老師的責任，而是我們作為父母獨特而神聖的使命。我們與孩子相處時間最長，最瞭解他們的需要，擁有最深的情感連接，因此也最有能力在他們心中播撒信仰的種子。



現代家庭面臨的挑戰與家庭崇拜的獨特價值

現代環境的複雜性

- 世俗文化的強烈衝擊
- 網路媒體的負面影響
- 同儕的壓力
- 價值觀的混亂

傳統教育方式的不足

- 無法定期參加教會活動
- 與家人深度交流機會減少
- 傳統宗教教育力不從心

家庭崇拜的價值

- 最親密、最安全的環境
- 營造屬靈成長的氛圍
- 認識神的愛和真理
- 日常生活中自然分享信仰

家庭崇拜的獨特優勢

環境優勢

在熟悉舒適的家庭環境中，孩子們更容易敞開心扉，沒有外界干擾和壓力，家庭成員可以自由表達想法和感受。

時機優勢

父母可以選擇最適合的時間，根據具體情況靈活調整內容和形式，針對當下事件進行及時的屬靈引導。

關係優勢

基於深厚的親子感情，父母的話語和榜樣具有最直接、最深遠的影響。孩子天然信任父母，這為屬靈教育提供了最佳土壤。

個性化優勢

父母最瞭解自己的孩子，能夠採用最適合的方式進行教導，真正做到因材施教。

科學研究證實的深遠益處

國際權威學術機構的大量研究證實，參與定期家庭崇拜的孩子們在多個重要領域都表現優異：



學業與認知發展

哈佛大學研究顯示，這些孩子在標準化測試中平均分數更高，專注力和批判性思維能力更強。



情感與心理健康

神經科學研究證實，定期的禱告和靈修生活能夠改善大腦功能，增強情緒調節能力，顯著降低焦慮和抑鬱發生率，提升心理韌性。



家庭關係改善

研究表明，恒常進行家庭崇拜的家庭，親子衝突頻率明顯減少，親密度和關係滿意度大幅提升。家庭崇拜為深度溝通提供了安全平台，建立了更強的家庭凝聚力。



品格發展

參與家庭崇拜的孩子們在同理心測試中得分更高，表現出更多利他行為，志願服務參與率顯著提升，道德推理更加成熟，長大後往往成為社區積極領導者。



價值觀傳承

一項長達35年的縱向研究顯示，通過穩定的家庭宗教傳統，高達85%的核心價值觀能夠成功傳遞給下一代，形成跨越世代的屬靈傳承鏈。

克服恐懼與本課程的使命

常見的內心恐懼與不安

許多父母在考慮開始家庭崇拜時感到不知所措，甚至內心充滿恐懼。他們覺得自己不夠格，擔心缺乏神學知識，害怕無法回答孩子們的深刻問題，或者擔心自己的屬靈生命不夠成熟。

有些父母會找各種理由推托：工作太忙、孩子太小、等自己更成熟再開始。還有些擔心一旦開始就必須持續，害怕半途而廢會帶來負面影響。

然而，這些恐懼往往是阻止我們履行神聖職責的障礙。神從來不要求我們成為完美的人才開始服事祂，祂要的是一顆願意的心和順服的態度。你對孩子的愛、對信仰的真誠、對家庭責任的承擔，這些都是開始家庭崇拜最重要的資格。

簡單開始，深遠影響

最令人鼓舞的是，家庭崇拜不需要繁複的準備或大量的時間。研究顯示，每周只需進行2至3次，每次10至15分鐘的簡單家庭崇拜時間，就足以在孩子的生命中產生深遠且持久的影響。

換句話說，每周只需30至45分鐘，你就能夠為孩子們奠定堅固的信仰根基，促進家庭關係，傳承珍貴的價值觀，並共同創造溫馨美好的家庭回憶。這樣的影響不僅限於當下，更將延續到孩子們的整個人生，甚至代代相傳，成為祝福的泉源。

本課程的三重使命

1

肯定

你已經具備開展家庭崇拜所需的一切基本條件。你不需要神學學位、完美無瑕的屬靈生命或豐富的教學經驗；你只需一顆愛神、愛家的心，以及願意學習與的態度。

2

鼓勵

每一個美好的傳統都始於第一次的嘗試。別讓完美主義成為行動的絆腳石，也別讓恐懼奪走你與孩子們領受祝福的機會。孩子們在乎的不是父母的完美表現，而是真誠的心與持續的努力。

3

裝備

本課程將提供詳細的指引、實用的方法、豐富的資源，以及應對各種挑戰的策略。你將學會如何根據孩子們的特質調整內容，處理困難情境，並建立持久穩定的家庭崇拜習慣。

課程設計與給父母的鼓勵

課程設計與目標

本課程專為渴望在家中建立崇拜傳統的基督徒家庭而設計，內容涵蓋十個精心規劃的章節，從基礎理念到具體實踐方法，再延伸至進階技巧與策略，循序漸進，全面扎實。

適合不同需求

無論你是剛開始探索家庭崇拜的新手父母，或是已有一定經驗、希望進一步深化的資深家長，都能在課程中找到切合自身的寶貴資源。

注重實用性

我們不僅提供理論知識，更著重實用性，包含豐富的工具、方法與真實案例，幫助你在日常生活中靈活應用。

促進實踐與反思

每個章節皆設有明確的學習目標、詳盡的內容講解、實踐練習和反思問題，鼓勵學員將所學融入家庭生活，透過實踐加深理解，藉由反思促進成長，真正將信仰落實於家庭中。

給父母的鼓勵

當你踏上這段學習與實踐的旅程時，請懷著信心和期待。神所呼召的從來不是完美的人，而是願意順服、願意回應的人。知識可以學習，技巧可以培養，但一顆愛神、愛家的心是無可取代的。

試著想像，幾年後你回顧這段歷程時，你將看見家庭關係的改善、孩子品格的成長，以及信仰傳承所結出的美好果實。你會驚喜地發現，家庭崇拜不僅改變了孩子，也悄悄改變了你自己，改變了整個家庭的氛圍與文化。那些曾經讓你感到恐懼和不安的擔憂，會在一次次的實踐中逐漸消散，取而代之的是滿足感、成就感，以及對神恩典的深深感激。

這十個章的學習將為你提供建立美好家庭崇拜傳統所需的一切工具和智慧。讓我們一起踏上這段改變生命、祝福世代的美好旅程，在家庭這座神聖的殿堂中，建立一個榮耀神、造就人的屬靈傳統。

你的家庭值得擁有這樣的祝福。你的孩子們正在等待，而現在，就是最好的開始時機。

第1章：神聖藍圖 — 從申命記看家庭信仰傳承

「以色列啊，你要聽！耶和華我們神是獨一的主。
你要盡心、盡性、盡力愛耶和華你的神。
我今日所吩咐你的話都要記在心上，也要殷勤教訓你的兒女。
無論你坐在家裡，行在路上，躺下，起來，都要談論。
也要系在手上為記號，戴在額上為經文；
又要寫在你房屋的門框上，並你的城門上。」（申命記6:4-9）

讓它有趣：用故事和互動方式分享神的愛



1.獨一真神的宣告：聽啊以色列，要盡心愛神（申6:4-5）

這是整個家庭信仰教育的根基——認識神是獨一的主，祂值得我們以全人來敬愛。在現代多元化的社會中，孩子們會接觸到各式各樣的價值觀和信仰體系，因此，從小建立對獨一真神的認識至關重要。

「盡心、盡性、盡力」愛神並非一個抽象的概念，而是可以在日常生活中具體實踐的真理。當我們在家庭崇拜中談論神時，應幫助孩子理解何為全心全意的愛。這種的愛不僅僅是情感上的流露，更是意志上的選擇和行動上的委身。

我們可以透過分享自己如何在工作、學習、人際關係中實踐愛神，來幫助孩子更深刻理解。例如，當面對誠實與利益的抉擇時，我們如何因著愛神而選擇誠實；當遭遇困難時，我們如何因著信靠神而堅持不懈。這些生活上的見證往往比抽象的教導更能觸動孩子的心靈。

✖ 實踐要點

- 用生活實例說明何謂「盡心、盡性、盡力」愛神，例如在困難中依靠神、在喜樂中感謝神。
- 創造機會，鼓勵孩子主動表達對神的愛和感恩，例如透過禱告、繪畫、寫信或分享見證。
- 在家庭決策展現以神為中心的價值觀，讓孩子看見信仰如何影響日常選擇與行為。

⊘ 避免事項：

- 避免以威嚇的方式來強調神的權威，應以愛與尊重為出發點。
- 避免讓孩子覺得愛神是一種負擔，而非源自內心的喜樂與渴望。
- 避免將愛神與外在行為劃上等號，應強調內心真誠的信仰與關係，而非僅僅是儀式或表現。

2. 父母的神聖使命：將神的話存在心裡（申6:6）

「我今日所吩咐你的話都要記在心上」這句話首先是對父母說的。在教導孩子之前，父母必須先將神的話深深地藏在自己心裡。這不僅僅是頭腦的知識，更是生命的實際。

現代父母常因工作與生活壓力而忽略自己的靈命成長。然而，我們不能給予孩子自己尚未擁有的東西。如果我們對神的話語不熟悉，對祂的性情不了解，就難以有效地教導孩子。因此，建立穩定的個人靈修生活是建立家庭崇拜的根基。

這也意味著我們要將聖經的真理融入日常的思考和決策中。當孩子看到父母在面對選擇時會問：「神怎麼看這件事？」在遭遇困難時會尋求神話語的引導，他們自然會學習這種以神為中心的生活方式。

✂ 實踐要點

- 建立穩定的個人靈修時間，深入熟悉聖經內容。
- 在日常對話中自然地引用並應用聖經真理。
- 與配偶一同學習，培養夫妻間的屬靈夥伴關係。

⊘ 避免事項：

- 避免只是背誦經文而不理解其真正意義。
- 避免父母自己不讀經卻要求孩子讀經。
- 避免將聖經知識與生活實踐脫節。

3. 不停教導和談論：坐在家裡、行在路上的日常教導（申6:7）

「無論你坐在家裡，行在路上，躺下，起來，都要談論」這節經文提醒我們，信仰教育不應局限於特定的時間或地點。生活中的每一刻都是教導的契機。



察覺神的作為

看到美麗的夕陽時可以談論神創造的奇妙



分享神的信實

遇到困難時可以分享神的信實與幫助



實踐神的愛

看到他人的需要時可以談論神的愛與我們的責任

這樣的教導方式需要父母具備敏銳的屬靈眼光，能在日常生活中察覺神的作為，並把握機會引導孩子。重要的是，這樣的教導應該是自然流露、貼近生活的，而非生硬的說教。孩子更容易在輕鬆自在的氛圍中接受信仰的內容。像是開車時的閒聊、散步時的分享、睡前的談心，都是極寶貴的教導時刻。

✖ 實踐要點

- 培養在日常生活中察覺神作為的敏銳度。
- 創造自然的對話環境，讓信仰話題自然而然地流露。
- 善用各種生活情境作為信仰教育的素材，例如家庭活動、新聞事件、自然景觀等。

⊘ 避免事項：

- 避免僅在正式場合才談論信仰，使其變得刻板。
- 避免強迫式的說教時間，讓孩子感到壓力。
- 避免讓信仰話題變得沉重或有壓力，而失去原本的喜樂與盼望。

4. 時常的鼓勵提醒：系在手上、戴在額上的生命見證（申6:8-9）

「也要系在手上為記號，戴在額上為經文；又要寫在你房屋的門框上，並你的城門上」這段經文強調信仰應該成為我們生活中清晰可見的標記。雖然我們不一定要按字面執行這些行動，但其核心精神是讓信仰成為我們生活方式中的明顯特徵。

在現代家庭中，這可以透過家中擺放的聖經金句、牆上的十字架、感恩的生活態度、助人的行動等方式來呈現。然而，更重要的是，這些外在的標記必須真實反映出我們內在的信仰生命，而不只是宗教性的裝飾。

孩子們是最敏銳的觀察者，他們會留意父母的言行是否一致。當我們的生活真正被信仰所轉化，當我們的價值觀、決策方式、待人處事都反映出基督的品格時，這就是最有力、最真實的信仰見證。

✖ 實踐要點

- 在家中營造有意義的信仰氛圍，例如設立禱告角落、張貼鼓勵人心的經文。
- 以實際行動活出信仰，而不只是口頭表達，例如關懷鄰舍、誠實待人、在困境中持守盼望。
- 讓信仰自然地融入家庭文化與日常生活，使其成為家庭的核心價值。

⊘ 避免事項：

- 避免僅有外在的宗教儀式，卻缺乏內在的屬靈生命。
- 避免將信仰標記成為炫耀或比較的工具。
- 避免陷入形式主義，而忽略信仰對生命的真實轉化。

實例分享：家庭信仰生活的典範

★ 正面例子：張家的信仰生活

張家每天晚餐前，爸爸都會帶領全家向神獻上感謝，感恩祂的供應，並分享當天所經歷的恩典與祝福。媽媽在準備晚餐時會播放詩歌，讓家中充滿敬拜的氛圍，孩子們也樂於分享自己在學校如何幫助同學的點滴，彼此鼓勵。到了周末，全家會一起閱讀一段聖經內容，並討論如何將其中的教導應用在日常生活中。這樣的信仰實踐不僅讓孩子在愛中成長，也讓整個家庭在神的話語中建立深厚的連結。



💖 克服挑戰：李家的轉化歷程

李家一開始實行家庭崇拜時，孩子們覺得枯燥乏味，對參與興趣缺缺。父母並沒有放棄，反而調整方式，讓孩子輪流選擇感謝的項目，並加入他們喜愛的詩歌，使這段時間更貼近孩子的心。爸爸開始分享自己在工作中面對的挑戰，以及如何在困難中依靠神；媽媽也坦誠分享自己的軟弱與神的扶持。這樣真實而溫柔的交流，讓孩子們感受到信仰不只是儀式，而是生活中的力量與陪伴。漸漸地，孩子們不再抗拒，反而開始期待這個時間。他們主動分享自己的需要與感恩，這個崇拜時刻成為全家彼此敞開、彼此扶持的美好時光。

要點回顧

01

獨一真神的宣告

盡心、盡性、盡力愛神是家庭信仰的根基，不是抽象概念而是生活實踐。

03

無處不在的教導

信仰教育不限於特定時間地點，日常生活處處是教導契機。

02

父母的神聖使命

父母要先將神的話存在心裡，才能有效教導孩子。

04

生命見證勝過言語

孩子最需要看到的是父母真實的信仰生活，不是完美的表演。

本周實踐行動

- 1. 開始簡單的感恩時光：**每天選擇一個固定時間（如晚餐後），讓全家人輪流分享一天中一件值得感恩的事情，並以簡單禱告作結。預期挑戰：孩子可能覺得無聊或不知道該說什麼，這是很正常的現象。只要堅持幾天，他們會逐漸適應並投入其中。
- 2. 在日常對話中自然提及神：**當看到美景時，可以說：「神創造得真美」；遇到困難時則說：「我們一起禱告，求神幫助。」預期挑戰：一開始可能會覺得不自然，孩子也可能沒有明顯反應，但只要持續嘗試，信仰的話題就會慢慢融入家庭對話中，自然而然地流露。
- 3. 讓孩子看到你親近神的生活：**不需要刻意表現，只要讓孩子知道你有讀聖經、禱告的生活即可。預期挑戰：孩子可能不會立即表現出興趣，但這樣的見證會在他們心裡留下深刻印象，這就足夠了。

試試這樣表達愛

- 「你是神賜給我們家的禮物！」— 從信仰角度表達珍惜。
- 輕拍肩膀 — 鼓勵或安慰時的簡單身體接觸。
- 準備孩子喜歡的食物 — 用心的日常照顧與關懷。

第2章：時代挑戰 — 在末世危機中守護家庭信仰

聖經依據：提摩太后書3:1-5

「你該知道，末世必有危險的日子來到。因為那時人要專顧自己、貪愛錢財、自誇、狂傲、謗讟、違背父母、忘恩負義、心不聖潔、無親情、不解怨、好說讒言、不能自約、性情兇暴、不愛良善、賣主賣友、任意妄為、自高自大、愛宴樂、不愛神，有敬虔的外貌，卻背了敬虔的實意；這等人你要躲開。」

讓它有趣：用現實例子幫助孩子分辨世俗價值觀



1.末世的屬靈危機：將屬靈價值觀傳遞給孩子(提後3:1)

保羅在此預言末世將有「危險的日子」，這個「危險」不僅指外在的困境，更深層指向屬靈上的危機。我們正身處這樣的時代，面對前所未有的屬靈挑戰。作為基督徒父母，我們肩負神聖的使命，幫助孩子辨識這些挑戰，並建立正確的屬靈價值觀。

現代社會充斥著各種似是而非的思潮：相對主義宣稱沒有絕對真理；個人主義高舉自我實現凌駕一切；消費主義則將人的價值與物質擁有緊密連結。這些觀念透過媒體、教育與同儕影響，悄悄地滲進著我們的心思意念。

因此，我們必須幫助孩子培養屬靈的辨識力，能夠分辨哪些價值觀是符合聖經真理，哪些則是屬世的迷思。這不是要讓孩子與世隔絕，而是要裝備他們在世界中持守信仰，活出光與鹽的生命，成為影響世代的見證人。

✦ 實踐要點

- 定期與孩子討論他們在學校或媒體中接觸到的價值觀，幫助他們理解並反思所聽所見。
- 以聖經的標準來評估和回應現代文化的各種思潮，使孩子學會以信仰為準繩。
- 培養孩子獨立思考和屬靈辨別的能力，使他們能在多元價值中堅定信仰立場。

⊗ 避免事項：

- 避免以恐嚇方式讓孩子對世界產生恐懼，應以盼望與真理引導。
- 避免完全隔離孩子與外界接觸，而是教導他們如何在世界中持守信仰。
- 避免一味否定所有世俗觀念，卻不提供具建設性的信仰替代與思考方向。

2. 物質主義的誘惑：檢視我們的優先次序(提後3:1)

「專顧自己、貪愛錢財」的特徵在現代社會中格外明顯。我們所處的世界高度商業化，成功往往被定義為財富的累積和個人成就的彰顯。這樣的價值觀不知不覺地滲進基督徒的家庭生活，影響我們的選擇與態度。

作為父母，我們需要誠實地反思：我們如何看待金錢？我們如何分配時間與資源？我們的生活方式向孩子傳遞什麼樣的訊息？若我們口中宣稱愛神，卻在行為上顯出對錢財和成功的追求更熱切，孩子們接收到的將是矛盾與混亂的訊息。

因此，我們必須在家庭中實踐正確的價值觀：慷慨奉獻而非一味積累；關心他人需要而非只顧自身利業；知足感恩而非不斷追求更多；以品格勝過成就讓生命的素質超越外在的光環。當孩子看到父母在面對金錢誘惑時選擇誠實，在面對成功機會時仍然堅持原則，他們便能學會分辨什麼才是真正重要的，並在信仰中建立穩固的價值根基。

✖ 實踐要點

- 在家庭財務決策中落實基督徒的價值觀，讓信仰成為生活的指引。
- 教導孩子正確的金錢觀和成功觀，幫助他們以永恆的眼光看待人生。
- 透過實際行動展現慷慨與知足的生活態度，讓孩子在日常中看見信仰的力量。

⊘ 避免事項：

- 避免口頭宣稱愛神，卻在行為上顯露對金錢的過度依戀，以免傳遞矛盾訊息。
- 避免讓孩子覺得物質享受本身是罪惡，而是教導他們如何在享受中保持感恩與節制。
- 避免在金錢問題上對孩子撒謊或隱瞞，誠實是建立信任與品格的基石。

3. 家庭關係的破壞：建立健康的親子關係 (提後3:2-3)

「違背父母、忘恩負義」的現象在現代社會中日益普遍。傳統的家庭價值觀面臨強烈衝擊，親子關係也遭遇前所未有的挑戰。許多年輕人不再尊重父母，也缺乏感恩的心，這與聖經的教導背道而馳。

然而，我們不能將責任全然歸咎孩子。作為父母，我們需要反思：我們是否建立了值得尊重的權威？我們是否給予孩子足夠的理由去感恩？健康的親子關係是雙向的，需要父母先活出值得尊敬、值得效法的生命。

聖經不僅教導孩子要孝敬父母，也提醒父母不要惹兒女的氣。我們需要在愛與管教之間取得平衡，在權威與親密之間建立正確的互動模式。當孩子感受到無條件的愛，看見父母的謙卑和持續成長，他們更容易培養出感恩與尊重的態度。

✖ 實踐要點

- 建立以愛和尊重為基礎的親子關係。
- 教導孩子感恩的重要性，並以身作則。
- 在管教中體現神的慈愛和公義，讓紀律成為成長的祝福。

⊗ 避免事項：

- 避免以權威壓制孩子合理的情緒與表達。
- 避免忽視孩子的感受與真實需要。
- 避免一味要求尊，重卻未能給予孩子應有的尊重。

4.表面的敬虔：追求內在生命的真實(提後3:5)

「有敬虔的外貌，卻背了敬虔的實意」這是對現代教會和基督徒家庭的嚴重警告。我們很容易墮入形式主義的陷阱，過度注重外在的宗教活動卻忽略了內在生命的更新與轉化。

在家庭崇拜中，我們安排讀經、禱告、唱詩等活動，但若這些只是例行公事，未能觸及心靈、帶來生命的改變，那麼就只是「敬虔的外貌」。真正的敬虔是源自內心對神的敬畏與愛，是品格的塑造與生命的更新，是在日常生活中活出基督的樣式。

我們需要在家庭中刻意強調內在生命勝過外在表現。當孩子犯錯時，我們關注的不只是行為的修正，更是心態的調整；當孩子表現良好時，我們讚賞的不只是成果，更是品格的成長與成熟。

✖ 實踐要點

- 強調內在生命和品格的培養，勝過外在行為的表現。
- 在家庭崇拜中追求真實的屬靈經歷，而非僅僅完成儀式。
- 誠實面對自己與家人的軟弱與不完美，讓信仰生活更真實、更有溫度。

⊘ 避免事項：

- 避免只注重外在的宗教行為，卻忽略內心的轉化。
- 避免在孩子面前假裝完美，以免造成信仰的距離感。
- 避免讓家庭崇拜淪為表演或比較，失去原本的屬靈意義。

實例分享

✦ 正面例子：王家父母的信心與慷慨

王家父母在面對經濟困難時，仍然堅持奉獻和幫助身邊有需要的人。他們在家庭崇拜的時間裡向孩子分享這樣做的原因，講解神的供應與慷慨的屬靈意義。當鄰居失業時，他們刻意帶著孩子一起送上食物與關懷，讓孩子親身體會愛與行動。透過這些生活中的見證，孩子們深刻地學會了正確的價值觀，成功不在於擁有多少，而在於是否活出神的心意與愛人的生命。他們明白，真正的富足是來自信心、慷慨與與人分享的喜樂。

💡 克服挑戰：陳家父母的智慧引導

當陳家父母發現孩子開始崇拜金錢，常羨慕同學的名牌用品時，他們並未急於責備，而是選擇以誠實與同理心來回應，坦承分享自己年輕時也曾面對類似的掙扎。他們一起制定了家庭的價值觀宣言，討論什麼是真正重要的事情。父母也主動調整自己的消費習慣，減少不必要的購物，並積極參與慈善活動，讓孩子看見金錢的正確用途與更高的使命。經過一段時間，全家重新專注神的心意和他人的需要，建立起更穩固的信仰根基與家庭文化。

要點回顧

01

識別末世屬靈危機

幫助孩子建立屬靈辨識力，使他們能分辨世俗價值觀的影響與誘惑，透過聖經教導與生活對話，引導他們看見真理與謊言的差別，建立堅固的信仰根基。

02

抵禦物質主義的侵蝕

定期檢視家庭的金錢觀和成功觀，父母以身作則，活出知足與慷慨的生命。透過實際行動傳遞正確的價值觀，讓孩子明白真正的富足不在於擁有，而在於分享與愛。

03

建造健康的家庭關係

從父母開始，建立彼此尊重、包容與誠實溝通的家庭文化。讓家成為孩子情感安全的堡壘，也是信仰實踐的起點，使愛與真理在日常互動中自然流露。

04

以信仰回應世界的挑戰

不是逃避世界，而是在世界中持守信仰，活出光與鹽的生命。教導孩子如何在現實生活中堅定立場、充滿愛心地回應挑戰，成為影響世界的門徒。



🎯 本周實踐行動

1

與孩子討論一個價值觀主題

選擇一個孩子容易理解且貼近生活的話題（如「什麼是真正的成功？」），先傾聽孩子想法，再分享聖經觀點。**預期挑戰：**孩子可能不感興趣或持不同意見，這不是失敗，而是對話的起點。重點在於建立開放、尊重的交流氛圍，而非辯論。

2

在購買決策中體現價值觀

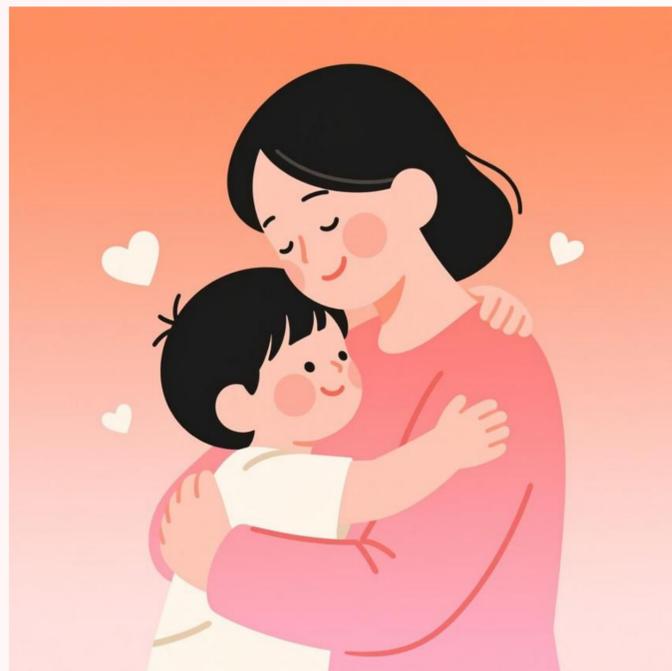
當家庭有購物需求時，向孩子解釋背後的考量因素，例如需要與想要的分別、是否符合家庭價值觀等。也可以邀請孩子參與奉獻的決定，讓他們體會金錢的使命與祝福。**預期挑戰：**孩子可能不理解或抱怨，但這是培養價值觀的過程，他們會逐漸學會什麼才是真正重要的事物。

3

分享自己的價值觀掙扎

誠實地與孩子分享自己在金錢、成功等議題上的掙扎與反思，以及如何尋求神的心意。讓孩子看見，信仰不是完美無缺，而是持續成長與依靠神的歷程。**預期挑戰：**孩子可能因父母不完美而失望，但這也讓他們看見真實的信仰生命，學習以恩典和真理面對自己與他們。

💖 試試這樣表達愛



- 「我相信你可以做到」
— 給予信心支援。
- 耐心聽孩子說話，不輕易打斷
— 尊重的傾聽。
- 和孩子分享自己的童年故事
— 情感的分享。

第3章：父母預備 — 成為孩子信仰路上的引導者

聖經依據：以弗所書6:4

「你們作父親的，不要惹兒女的氣，只要照著主的教訓和警戒養育他們。」

讓它有趣：創造安全的分享環境，讓親子關係更親密



1. 避免傷害的智慧： 不惹兒女的氣(弗6:4上)

「不要惹兒女的氣」這個命令看似簡單，卻蘊含了深刻的教養智慧。保羅在此並非否定父母的管教責任，而是提醒我們，若以錯誤的方式對待孩子，可能會無意中傷害他們的心靈。

惹兒女的氣可能表現在以下幾個方面：過度嚴厲的管教、不公平的對待、情緒化的反應、不切實際的期望、缺乏解釋的命令、忽視孩子的感受等。這些行為容易在孩子心中引發憤怒、怨恨或失望，不僅破壞親子關係，也可能影響他們對天父形象的認識與信任。

建立健康的親子關係必須從實踐無條件的愛開始。這意味著我們愛孩子不是因為他們的表現，而是因為他們是神賜給我們的寶貝。即使在管教時，孩子仍應感受到我們的愛與接納。我們需要學習控制情緒，以愛心說誠實話，用耐心處理衝突，讓管教成為塑造品格的機會，而非傷害的來源。

✦ 實踐要點

- 學習控制情緒，避免在憤怒中管教孩子。
- 建立公平且一致的家庭規則和後果，讓孩子明白界線與安全感。
- 在管教後主動修復關係，明確表達對孩子的愛與接納。

⊗ 避免事項：

- 避免用憤怒或威脅的方式進行管教。
- 避免讓孩子感受到父母的愛是有條件的。
- 避免在管教中攻擊孩子的人格，而非針對行為本身進行引導。



2. 神話語的權威：按照主的教訓養育(弗6:4下)

「照著主的教訓和警戒」這句話提醒我們的教養方式應當以聖經為根基，而非盲目跟從世俗的教育理論或文化傳統。這並不是否定現代教育的智慧，而是指出聖經應成為我們評估和選擇教養方法的最高標準。

我們對孩子的期望應首先是屬靈層面的：期盼他們認識神、愛神、並一生跟隨神，而不僅僅追求學業成績或社會成就。當然，我們也關心孩子的全面發展，但屬靈生命應是首要的。這種優先次序會影響我們如何分配時間、做出決策、以及如何衡量真正的成功。



以聖經為基礎的教養意味著我們要教導孩子聖經的價值觀，例如誠實、公義、憐憫、謙卑、服事他人等等。我們也要運用聖經的智慧來面對各種教養挑戰，無論是管教、鼓勵，或是處理衝突，都應以神的話語為指引。

✂ 實踐要點

- 以聖經原則為家庭教養的根基和指導。
- 優先關注孩子的屬靈成長勝過外在成就。
- 運用聖經智慧處理各種教養挑戰，如管教、鼓勵與衝突管理。

⊘ 避免事項：

- 避免盲目跟從社會或傳統習俗的教養方式。
- 避免將學業成績作為衡量孩子價值的唯一標準。
- 避免忽視聖經在教養中的指導與權威。

3.榜樣的力量：父母先要活出敬虔(提前4:12)

「不可叫人小看你年輕，總要在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣。」——提摩太前書4:12

這節經文雖然是保羅對提摩太的勉勵，但同樣適用於我們這些身為父母的人。因為我們無法給出自己沒有的，也不能教導自己不相信的真理。

孩子們是最敏銳的觀察者，他們會注意我們的言行是否一致。如果我們教導他們誠實，自己卻經常撒謊；教導他們要愛人，自己卻習慣批評論斷；教導他們信靠神，自己卻在困難中充滿焦慮，那麼我們的教導就會失去力量與說服力。

與孩子真誠地分享自己的掙扎是非常重要的。我們不需要在孩子面前假裝完美，反而應該讓他們看見我們如何面對軟弱、如何尋求神的幫助，以及如何從失敗中學習與成長。這樣的真實性不僅能幫助孩子更容易接受我們的教導，也讓他們明白基督徒的生活不是毫無瑕疵，而是在神的恩典中不斷被陶造的過程。

✂實踐要點

- 在孩子面前活出一致的信仰生活。
- 真誠分享自己的掙扎和神的幫助。
- 在犯錯時主動向孩子承認並道歉。

⊘避免事項

- 避免在孩子面前假裝完美無缺。
- 避免要求孩子做自己都無法做到的事。
- 避免隱藏自己的軟弱，以致給孩子一個不真實的信仰印象。

4. 共同成長的旅程：在知識和見識上多而又多(腓1:9)

「我所禱告的，就是要你們的愛心在知識和各樣見識上多而又多。」
— 腓立比書1:9

教養孩子不是單向的傳授，而是父母和孩子一起在基督裡成長的旅程。我們都是神的兒女，都在學習，也都需要不斷被陶造與更新。

對父母而言，保持學習和成長的心態非常重要。隨著時代變遷，孩子面對的挑戰與我們過去截然不同，我們需要持續學習新的教養智慧，更深入認識神的話語，也更敏銳地理解孩子的需要。同時，我們也能從孩子身上學到許多寶貴的功課：他們的單純信心、旺盛好奇心，以及充滿創意的眼光，都是值得我們欣賞與學習的。

這種共同成長的心態能營造一個充滿學習氛圍的家庭環境，使每個人都感受到被重視和被接納。當孩子看見父母也在學習、也會犯錯、也需要成長時，他們更容易接受自己的不完美，也更願意與父母分享掙扎與困惑。

✂實踐要點

- 持續學習新的教養知識和聖經真理
- 與孩子一起探索信仰問題，攜手尋找答案。
- 營造一個彼此學習、共同成長的家庭氛圍。

⊘避免事項

- 避免認為自己已經足夠成熟，不需要成長。
- 避免停止學習新的教養方法與屬靈原則。
- 避免在孩子面前表現得無所不知，讓他們感到距離與壓力。

實例分享：真實的信仰見證



★ 正面例子：誠實與信仰見證

劉爸爸在工作壓力沉重時，主動與孩子分享自己如何透過禱告和神的話語來面對焦慮。他不會假裝沒一切都好，而是讓孩子看見一個成年基督徒如何在挑戰中倚靠神，尋求力量。當他在某個決策上犯錯時，也會坦誠地向家人承認錯誤，並分享從中學到的功課。這樣的真誠與謙卑，讓孩子們學會在困難時尋求神的幫助，也不再害怕承認自己的錯誤，反而更懂得在失敗中成長。



💖 克服挑戰：改變與成長

趙媽媽發現自己常常在孩子不聽話或成績不理想時容易發脾氣。她意識到這樣的情緒反應會傷害孩子的心，於是主動向孩子道歉，並請孩子在她快要發怒時提醒她冷靜。她也開始學習情緒管理，在家庭崇拜時間為自己的耐心禱告。隨著時間推移，家庭氣氛變得更加和諧，親子關係也逐漸變得更親密，更有信任。

這些真實的例子展示了父母如何在日常生活中實踐信仰，並透過自己的改變與成長，為孩子樹立榜樣。當父母願意承認自己的不足，並在孩子面前展現對神的倚靠時，這種真誠的信仰見證比任何說教都更有力量。

在這個過程中，關係勝過表現是一個重要原則。當孩子感受到被愛與接納，他們更願意聆聽、學習，也更容易在信仰中扎根與成長。

📌 要點回顧



1. 避免傷害的智慧

管教應出於愛心而非情緒反應。以溫柔與堅定並存的態度引導孩子，避免惹兒女的氣，使教養成為建立信任與理解的過程。



2. 聖經權威的建立

以神的話語為教養的根基，不僅塑造品格，更引導孩子在屬靈生命中成長。優先關注他們與神的關係，使信仰成為生活的核心。



3. 榜樣力量的展現

父母的言行一致是最有力的屬靈教導。在孩子面前活出真實的信仰生活，不僅傳遞價值觀，更讓孩子看見信仰如何在日常中具體實踐。



4. 關係勝過表現

建立健康的親子關係是有效屬靈引導的基礎。當孩子感受到被愛與接納，他們更願意聆聽、學習，也更容易在信仰中扎根與成長。

🎯 本周實踐行動

01

選擇一個需要改進的教養行為

如控制情緒、更多傾聽孩子心聲等，向神禱告求幫助。

預期挑戰：改變的過程可能很艱難，也會有反復，但神看重我們願意改變與成長的心。

02

向孩子承認一個自己的不足

誠實地向孩子分享自己在哪方面仍在學習與成長，如容易憂慮、缺乏耐性等，並邀請孩子為你禱告。

預期挑戰：孩子可能怠到驚訝或不知所措，但這樣的舉動能讓他們看見父母的謙卑與真誠，也學會以禱告彼此扶持。

03

與孩子分享一個學習心得

告訴孩子你最近從聖經或生活中領受了什麼樣的亮光或提醒。

預期挑戰：孩子可能表面上沒有太大反應，但他們會在潛移默化中感受到父母也是在不斷學習與成長的旅程中。

💖 試試這樣表達愛

- 主動道歉承認錯誤 — 謙卑的愛
- 睡前在額頭輕吻 — 溫柔的晚安儀式
- 「你很努力，我看見了！」 — 肯定過程勝過結果

第4章：起步指南——建立簡單有效的家庭崇拜

聖經依據：馬太福音18:20

「因為無論在哪裡，
有兩三個人奉我的名聚集，
那裡就有我在他們中間。」

讓它有趣：從簡單開始，讓每個人都能參與。



1. 神同在的應許：兩三人聚集的力量(太18:20)

應許的鼓勵

主耶穌這個應許為家庭崇拜帶來極大的鼓勵和信心。我們不需要大型的聚會或完美的環境，只要有兩三個人奉主的名聚集，神就應許與我們同在。這意味著即使是最小的家庭——只有父母和一個孩子——也能真實地經歷神的同在。

奉主名聚集的意義

「奉我的名聚集」不僅僅是聚會開始時說一句「奉耶穌的名」，更重要的是我們聚集的目的與動機。我們是為了敬拜神、學習神的話語、彼此鼓勵而聚集，而不是為了履行宗教義務或迎合他人的期望。當我們的心真誠渴慕神，渴望與家人一同經歷神的愛與同在，神就會在我們中間。

價值的本質

這個應許也提醒我們，家庭崇拜的價值不在於人數的多寡或形式的完美，而在於神是否在我們中間。有時候我們可能會覺得自己的家庭崇拜過於簡單，比不上教會的聚會，但神看重的是我們的心，而非外在的華麗與儀式。

✂實踐要點

- 相信神會在家庭崇拜中真實地與我們同在。
- 重視聚集的動機和心態勝過形式和規模。
- 在開始前邀請聖靈引導和祝福這段時間。

⊘避免事項

- 避免認為家庭崇拜不如教會聚會重要。
- 避免因為環境不完美而遲疑或放棄開始。
- 避免只是履行宗教義務卻缺乏真誠的心。

2.現實起步的智慧：從適度開始（路14:28）

研究顯示的最佳起步策略

根據家庭習慣建立的研究，最成功的家庭崇拜往往是從「現實可行」的目標開始：

頻率	時長	成功率
每週次數 (如周二、周四、主日)	每次10-15分鐘 控制在短時間內	成功率提升 比每天30分鐘的計畫高出80%

耶穌說：「你們哪一個要蓋一座樓，不先坐下算計花費，能蓋成不能呢？」(路14:28)這個原則非常適用於建立家庭崇拜。許多家庭之所以無法持續，是因為一開始就訂下每天進行的目標，結果因為難以堅持而放棄。

為什麼隔天進行更有效？

- 給予緩衝時間：讓家庭成員有空間消化內容並期待下一次聚集。
- 減少壓力：偶爾錯過不會造成太大挫敗感。
- 建立期待感：間隔讓家庭崇拜更具儀式感與特別性。
- 適應生活節奏：更符合現代家庭的實際作息與時間安排。

✂實踐要點

- 選擇每周固定的2-3天。
- 嚴格控制在10-15分鐘內，保持輕鬆愉快。
- 連續堅持4-6周後再視情況調整頻率。
- 重視建立穩定習慣勝過追求形式上的完美。

⊘避免事項

- 避免一開始就計畫每天進行，導致壓力過大。
- 避免超過15分鐘，以免造成疲勞或分心。
- 避免因偶爾錯過就全盤放棄，記得恩典與彈性同樣重要。

3. 時間安排的藝術：找到全家的黃金時間（傳3:1）

「凡事都有定期，天下萬務都有定時。」找到適合全家的固定時間是家庭崇拜能夠持續且有果效的關鍵之一。

最受歡迎的時間選擇？



晚餐後30分鐘

食物消化
心情放鬆
全家容易聚齊



睡前15分鐘

安靜氛圍
有助進入敬拜狀態



周末早晨

不匆忙
有充足時間
心情愉快
精神飽滿

時間選擇的考慮因素：

- 全家人都在場且處於相對輕鬆的狀態。
- 不易被日常事務打斷或干擾。
- 符合家庭自然的生活節奏。
- 孩子們注意力較集中的時段。

✂實踐要點

- 仔細觀察家庭作息，找出大家都相對空閒的時間段。
- 建立固定時間的同時保持必要的彈性與調整空間。
- 鼓勵全家參與，並同決定最合適的崇拜時間。

⊘避免事項

- 避免選擇大家都很忙碌或疲累的時段。
- 避免過於僵化，無法因特殊情況做出調整。
- 避免頻繁更改時間，以致無法建立穩定習慣。

4.核心要素的平衡：適合10-15分鐘的簡化結構（徒2:42）

使徒行傳 2:42 描述了初代教會的生活：「都恆心遵守使徒的教訓，彼此交接、擘餅、祈禱。」這四個元素成為家庭崇拜的核心架構。為了讓家庭崇拜更容易持續，以下是一個適合 10–15 分鐘的黃金結構：

10-15分鐘的黃金流程



年齡適應的內容調整

年齡層	建議內容與方式
學齡前兒童 (3-6歲)	使用圖畫聖經、簡單動作歌曲、短句禱告、角色扮演聖經故事。
小學生 (7-12歲)	兒童聖經故事、簡單討論問題、輪流讀經、畫畫或手工回應。
青少年 (13-18歲)	現代譯本聖經、生活應用討論、個人見證分享、為朋友和學校禱告。

✂實踐要點

- 保持「讀經、禱告、分享」三個基本要素。
- 讓每位家庭成員都有參與機會。
- 根據孩子年齡調整內容的深度和呈現方式。

⊘避免事項

- 避免設計過於複雜，導致難以持續。
- 避免由父母單方面主導，忽略孩子的參與。
- 避免忽視任何一個基本要素，保持內容的完整性。

實例分享

★ 正面例子：黃家的成功模式

黃家選擇每周二、四、日晚餐後的15分鐘作為家庭崇拜的固定時間。他們的流程簡單而溫馨：先一起唱一首短詩，接著由爸爸朗讀3-4節經文，媽媽用顯淺易懂的語言加以解釋，然後孩子們輪流分享當天值得感恩的事情，最後每人說一句簡短的禱告。堅持六個月後，這段時間成為全家最期待的時刻，孩子們甚至會主動提醒父母：「今天要家庭崇拜！」

👉 克服挑戰：吳家的調整經歷

吳家一開始希望每天進行30分鐘的「完美家庭崇拜」，內容包括讀經、查經、長篇禱告和背誦經文。然而他們很快發現孩子覺得時間太長、內容太枯燥，父母也感到壓力沉重，兩周後，他們不得不暫停。後來，吳家重新調整為每周三次，每次12分鐘的簡化崇拜內容，只包含讀經、分享和禱告，並加入了聖經問答遊戲，提升互動性。現在孩子們不僅主動參與，還會興奮地問：「今天是家庭崇拜日嗎？」

黃家成功關鍵

- 時間適中（15分鐘）
- 頻率合理（每週三次）
- 內容簡單溫馨
- 全家共同參與

吳家調整要點

- 從30分鐘減至12分鐘
- 從每天改為每週三次
- 簡化內容，增加互動
- 加入遊戲元素

📌 要點回顧



神同在的應許

相信神樂意在簡單的家庭聚集中與我們同在。無論形式多麼樸素，只要心是向著祂，祂的同在就是真實可感的。



現實起步的智慧

從每周2-3次，每次10-15分鐘開始，是最實際且容易持續的方式。重點不在長度，而在穩定與真誠。



時間安排的藝術

選擇一個全家都相對輕鬆的固定時段，讓家庭崇拜成為生活的一部分，而不是額外的負擔。



核心要素的平衡

維持簡化但完整的結構：讀經、禱告與分享三者兼顧，既有屬靈深度，也保留親密互動。

「從小處開始，持續比完美更重要，神必定祝福我們真誠的努力。」

🎯 本周實踐行動

第 1-2 天：規劃階段

- 與家人討論，選定每週 2-3 個固定的家庭崇拜時間。
- 確定每次 10-15 分鐘的基本流程與內容。
- 準備簡單的材料（如聖經、詩歌本等）。

1

2

第 3-4 天：開始實踐

- 進行第一次 10 分鐘的家庭崇拜。
- 讓每位家庭成員都有參與的機會。
- 記錄實際感受與需要調整的部分。

3

第 5-7 天：建立習慣

- 持續遵守既定時間與流程。
- 鼓勵每位家庭成員積極參與。
- 為持續實踐禱告，偶爾錯過也不必自責，重啟即可。

預期挑戰與應對

- 可能會忘記：設定手機提醒，若忘記了也沒關係，重新開始就好。
- 流程感覺生硬：多試幾次自然就會熟悉，允許彈性調整。
- 有人不願參與：給予時間與耐心，不強迫，用愛與接納吸引他們加入。

💖 試試這樣表達愛

對配偶說：

「親愛的，我們一起來建立這個美好的家庭傳統吧！即使每周只有幾次，也必定會帶來神的祝福。」

對孩子說：

「我真的很期待我們一起的敬拜時光，你的參與讓這段時間變得特別。」

對自己說：

「從小處開始，持續比完美更重要，神必定祝福我們真誠的努力。」

對天父說：

「親愛的天父，求祢幫助我們建立穩定的家庭崇拜習慣，從簡單開始，讓每位家人都能享受與祢相遇的時光。奉主耶穌的名求，阿們。」

第5章：因材施教 — 針對不同年齡的靈修引導策略

聖經依據：箴言22:6

「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」

讓家庭崇拜成為有趣：按年齡特點設計適合的活動



1. 個性化教養的原則：按孩子的道路教導（箴22:6）

希伯來文原意

箴言22:6的希伯來文原意是「按照孩子的道路」或「依照孩子的方式」來教導他們。這意味著教養不是一套固定的模式，而是需要根據每個孩子的獨特性格、學習方式、興趣愛好和發展階段，靈活調整我們的教導方法。

孩子的獨特性

每個孩子都是神獨特的創造，擁有不同的恩賜、性格和學習風格。有些孩子是視覺型學習者，喜歡透過圖片和影像吸收知識；有些是聽覺型學習者，對音樂和故事特別敏感；有些是動覺型學習者，需要透過動手操作來理解概念。有些孩子外向活潑，喜歡互動和表達；有些內向安靜，需要更多的時間思考與消化。

家庭崇拜的調整

在家庭崇拜中，我們需要觀察和了解每個孩子的特點，進而調整我們的教導方式。對於喜歡故事的孩子，可以多用聖經故事；對於喜歡音樂的孩子，可以多加入詩歌；對於喜歡動手的孩子，可以設計簡單手工活動。最重要的是讓每個孩子都能以他們最自然、最容易接受的方式來學習並經歷神的同在。

✂實踐要點：

- 仔細觀察每個孩子的學習風格與性格特徵。
- 根據孩子的特質調整教導方式和活動設計。
- 尊重孩子的個別差異，避免強求一致。

⊘避免事項：

- 避免以單一方式對待所有孩子。
- 避免忽視孩子的獨特需求與差異。
- 避免強迫內向的孩子像外向孩子一樣表達。

2. 幼兒期的信仰啟蒙：故事、歌曲、簡單禱告（3-6歲）

幼兒期是信仰啟蒙的關鍵階段。這個年齡的孩子具有強烈的好奇心、豐富的想像力，以及單純的信心。雖然他們尚無法理解複雜的神學概念，但卻能夠感受到愛、安全和美好。我們的目標是讓他們對神建立正面的印象，感受到神的慈愛和美善。



聖經故事

聖經故事是這個年齡最有效的教導方式。我們應選擇適合的故事，搭配生動的語言和表情來講述，並輔以圖片或簡單的道具。故事內容宜簡潔明確，重點突出，並與孩子的生活經驗產生連結。例如，在講述挪亞方舟的事蹟時，可以強調神對動物的愛護，藉此教導孩子要愛惜生命、關懷小動物。



音樂與詩歌

音樂對幼兒有特殊的吸引力。簡單的兒童詩歌不僅有助他記憶聖經真理，也能營造愉快的氛圍。我們可以加入簡單動作，讓孩子邊唱邊做，提升參與感。



簡單禱告

禱告則宜簡單真誠，可以是一句感謝或祈求，重點的幫他們養成與神說話的習慣。

✂ 實踐要點：

- 選擇適齡的聖經故事，並以生動方式呈現。
- 結合音樂和動作提升趣味性和參與度。
- 鼓勵孩子以簡單真誠的禱告表達心意。

⊘ 避免事項：

- 避免時間過長，以免孩子失去注意力。
- 避免使用過於複雜的神學概念和詞彙。
- 避免強迫孩子背誦他們尚未理解的內容。

3. 兒童期的品格建造：聖經故事、品格教導、感恩分享（7-12歲）

兒童期是品格塑造的關鍵階段。這個年齡的孩子理解能力逐漸增強，能掌握因果關係，並開始建立個人價值觀。他們仍然喜歡故事，但已能領會更深層的意義，並關注其中的真理教訓。

豐富的聖經故事

此階段可選擇更豐富的聖經故事，不僅講述情節，更要引導孩子思考人物的品格和選擇。例如，講大衛與歌利亞的故事時，除了強調大衛的勇敢，也要討論他對神的信心；講約瑟的故事時，則可著重於他的饒恕與堅毅。

生活連結

每個故事都應與現實生活連結，幫助孩子思考如何在日常生活中實踐這些品格。

感恩分享

感恩分享在此階段尤為重要。我們要教導孩子不僅為大事感恩，也要學會感謝生活中的小事。可以鼓勵他們建立感恩日記，記錄每天值得感恩的事情，也幫助他們察覺神在生活中的作為。

✂實踐要點：

- 將聖經故事與生活連結，強調品格的實踐。
- 培養觀察與表達神恩典的能力。
- 鼓勵主動分享與討論信仰相關話題。

⊘避免事項：

- 避免只講故事而不引導實際應用。
- 避免忽視孩子提出的問題和疑惑。
- 避免讓分享變成表演或比較的場地。



4. 青少年期的信仰探索：深度討論、生活應用、信仰問答（13-18歲）

青少年期是信仰發展的關鍵階段。這個年齡的孩子開始具備獨立思考的能力，會質疑權威，尋求自我認同。他們不再滿足於簡單的答案，而渴望更深入的理解與討論。同時，他們也面對來自同儕和社會的多重壓力，需要學習如何在現實生活中活出信仰。

此階段的家庭崇拜應更像是開放的對話空間，而非單向的教導。我們要鼓勵青少年提出問題，表達疑惑，甚至挑戰某些觀點。這不是信仰的危機，而是成長的契機。我們要以誠懇開放的態度回應，承認自己也在學習的路上，並與他們一同尋找答案。

生活應用在此階段尤為重要。青少年面對的挑戰包括學業、人際關係、身份認同與未來選擇等，我們要幫助他們學習以聖經的原則來面對這些議題。同時，也要分享自己的信仰歷程和掙扎，讓他們看見信仰如何在現實生活中發揮力量。



✦ 實踐要點：

- 營造開放的討論環境，鼓勵提問和思辨。
- 將信仰與青少年面對的現實挑戰相連結。
- 以平等態度進行對話，避免居高臨下。

⊘ 避免事項：

- 避免逃避困難的信仰問題或給予敷衍答案。
- 避免以權威壓制青少年的合理疑問。
- 避免將家庭崇拜變成說教時間。

實例分享

✦ 正面例子：分齡設計的家庭崇拜

林家有三個年齡各異的孩子（5歲、10歲、15歲），他們精心設計了分層的家庭崇拜。崇拜開始時全家一起唱詩敬拜，接著由爸爸朗讀聖經。5歲的孩子聆聽簡化版的聖經故事並以畫圖方式回應；10歲的孩子則分享感恩事項，並討論如何將聖經教導應用在生活中；15歲的孩子帶領深入的信仰討論，並為全家禱告。每位家庭成員都能以符合自己年齡與理解能力的方式參與，感受到被重視與接納。這樣的設計不僅促進了家庭間的屬靈交流，也讓孩子們在各自的階段中自然地成長與扎根於信仰。

👉 克服挑戰：面對青少年的信仰質疑

鄭家的青少年孩子開始對信仰產生質疑，常在家庭崇拜時間提出尖銳的問題，甚至對某些聖經教導表達懷疑。父母起初感到困惑與不平，甚至想要制止這類討論，擔心會動搖孩子的信仰。然而，他們逐漸意識到這正是孩子信仰成長的自然歷程；於是他們改變態度，開始鼓勵開放的對話，坦誠面對孩子的疑問，也承認自己並非事事皆佑，願意與孩一同尋找答案。他們會查考資料、請教牧者、閱讀護教書籍，並在過程中與孩子共同探索信仰。經過一段時間的誠實交流與學習，孩子的信仰變得更加堅定和個人化。



要點回顧

01

個性化教養原則

按孩子的道路教導，觀察每個孩子的學習方式和性格特點調整教養方法以符合其獨特性。

03

兒童期品格建造

運用聖經故事和生活應用，培養孩子的品格與價值觀，幫助他們在日常中實踐信仰原則。

02

幼兒期信仰啟蒙

透過故事、詩歌與簡單禱告，啟發孩子對信仰的興趣，建立正面、溫暖的信仰印象。

04

青少年信仰探索

營造開放、安全的討論環境，鼓勵青少年提出問題，深入思考，建立個人化且真誠的信仰生命

本周實踐行動

1. 觀察孩子的學習方式：留意孩子是視覺型、聽覺型、還是動覺型的學習者，並根據其特性調整家庭崇拜的呈現方式。

預期挑戰：可能需要一段時間才能準確掌握孩子的學習特點，請耐心觀察，慢慢來。

2. 根據孩子年齡調整崇拜環節：針對不同年齡層的孩子進行適度調整，例如：為年幼孩子加入動作歌曲，為年長孩子增加討論時間或思考問題。

預期挑戰：孩子可能需要一段適應期，或初次調整不夠精準，建議持續微調並觀察效果。

3. 讓孩子參與設計過程：主動詢問孩子希望家庭崇拜包含哪些內容，給予他們選擇權。

預期挑戰：孩子可能會提出奇特的建議，或一時沒有想法，這都是正常現象。這都是正常的，慢慢引導。

試試這樣表達愛

- 陪孩子做他們喜歡的事 —— 時間的投資
- 「你的想法很有趣！」 —— 尊重孩子的觀點
- 和孩子一起做手工 —— 製造共同回憶

第6章：突破障礙 — 化解家庭崇拜路上的常見挑戰

聖經依據：路加福音18:1

「耶穌設一個比喻，是要人常常禱告，不可灰心。」

讓它有趣：將挑戰變成成長的機會



1. 持之以恆的秘訣：常常禱告不可灰心（路18:1）

主耶穌的教導

主耶穌講述寡婦和不義官的比喻，目的是教導我們「常常禱告，不可灰心」。這個原則同樣適用於建立家庭崇拜的過程。我們會遇到各種困難和挫折，可能中途停頓、甚至失敗，但關鍵在於不灰心，持續地重新開始。

長期旅程

建立家庭崇拜是一段長期旅程，不可能一帆風順。我們可能因忙碌而中斷，因孩子的抗拒而感到沮喪，也可能因自身軟弱而自責。但這些都是正常現象，重要的是不要因一次失敗就完全放棄。每一次的重新開始都是一個新的機會，每一次的堅持都是信心的操練。

禱告的核心

禱告應該成為家庭崇拜的核心，不僅是其中的一個環節，更是整個過程的動力。我們要為家庭崇拜禱告，求神賜下智慧、耐心和恒心；也要在崇拜中彼此代禱，讓禱告成為連結家人心靈的紐帶。當我們將家庭崇拜交托給神，依靠神的恩典而非自己的努力時，就更容易持續下去。

✦ 實踐要點

- 以禱告為家庭崇拜的核心和動力來源。
- 接受中斷和失敗是正常現象，重要在於重新開始。
- 倚靠神的恩典而非單靠意志力維持。

⊗ 避免事項

- 不要因一次失敗就完全放棄。
- 避免讓禱告流於形式，失去真誠。
- 避免過度依賴自己的努力而忽略神的幫助。

2. 時間管理的智慧：化整為零的靈活策略（弗5:16）

「要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。」保羅提醒我們要善用時間，這在現代快節奏的生活中尤為重要。

許多家庭覺得沒有時間進行家庭崇拜，但問題往往不在於時間不足，而是未找到合適的安排方式。



化整為零

「化整為零」是一個有效策略。我們不一定要有完整的30分鐘或1小時，可以善用各種碎片時間。開車時聽聖經朗讀或詩歌、散步時分享感恩事項、睡前進行簡短禱告等等，這些零碎的時間累積起來，往往比一次長時間的聚會更有果效。



靈活性是關鍵

靈活性是關鍵。我們應根據家庭的實際情況調整時間長度和形式。忙碌的日子可以簡短一些，輕鬆的日子則可豐富內容。重點在於保持連續性，即使只有幾分鐘，也勝過完全沒有。我們也可善用現代科技，如在家庭群組中分享經文或代禱事項。

✂ 實踐要點

- 善用車程、散步、等待等碎片時間進行簡短靈修。
- 根據實際情況靈活調整時間長度和形式。
- 運用科技工具提升靈修便利性。

⊘ 避免事項

- 不要認為必須有完整的長時間才能進行崇拜。
- 忙碌時也不要完全忽略家庭崇拜。
- 避免過分追求時間完美而忽略內容品質。

3. 激發興趣的創意：提升互動性和趣味性（箴17:22）

「喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。」

箴言17:22

神賜予我們喜樂的能力，家庭崇拜應是一段充滿歡樂和溫馨的時光，而不是沉悶或壓力重重的義務。當家庭成員（尤其是孩子），覺得家庭崇拜有趣和吸引人時，他們自然更願意參與。

提升互動性

提升互動性能讓每位成員感到參與和價值。我們可以讓家人輪流帶領不同的環節，如選詩歌、讀經文、帶領禱告等；也可以設計互動，如聖經問答、角色扮演、分享遊戲等。重點是讓每個人都有發言和參與的機會，而非僅由父母主導。

創意和趣味性

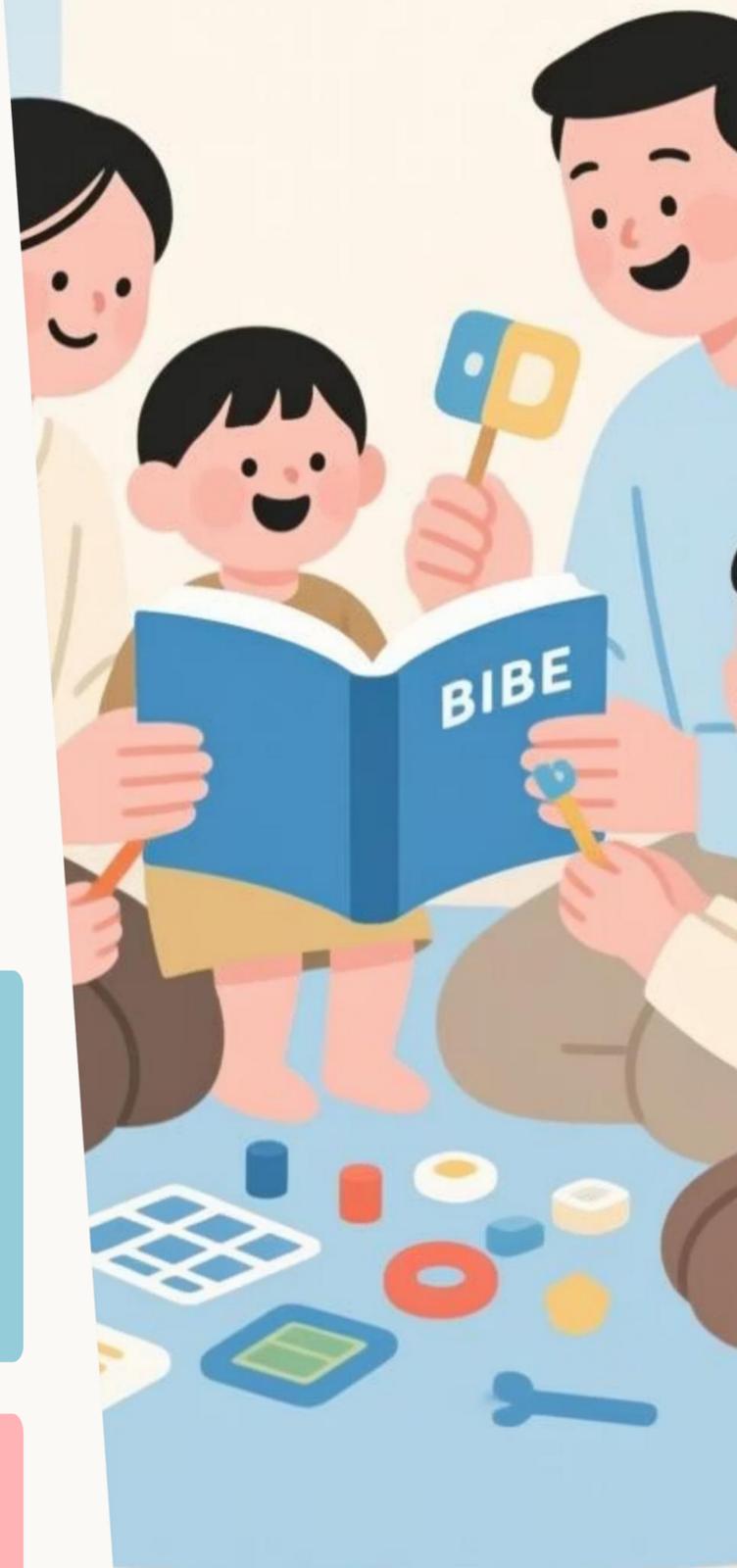
創意和趣味性可透過多種方式呈現。使用視覺輔助工具（圖片、影片、手工製作等）、加入音樂元素（唱詩、演奏、創作歌詞等），以及設計主題活動（感恩周、禱告周、服務周等）。保持新鮮感，避免單調重複，是持續吸引力的關鍵。

✦ 實踐要點

- 設計互動活動讓每位家庭成員都能積極參與。
- 運用多感官與創意元素提升吸引力。
- 定期更新內容與形式，保持新鮮感。

⊗ 避免事項

- 避免單調重複，讓人感到乏味。
- 避免只有父母講述，孩子被動聆聽。
- 避免過度追求趣味而忽略屬靈深度。



4. 重新開始的勇氣：降低期望，擁抱不完美

「弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。」腓立比書3:13-14

保羅提醒我們，基督徒的生命是一段持續成長的旅程，不需追求完美，而需專注於不斷努力。

過高期望的陷阱

許多家庭在建立家庭崇拜時常，設定過高期望，希望每次都完美無缺、孩子總是積極參與，以及自己總是準備充足。當現實與期望落差過大時，容易感到挫折和失望，甚至放棄。但神看重的是我們的心志和努力，而不是外在的完美表現。

降低期望的智慧

降低期望不是降低標準，而是接受現實，從可行之處開始。如果每天15分鐘太困難，就從每天5-10分鐘開始；若無法每天進行，就從每周幾次開始；若孩子不願意參與，就由父母先開始。重點是開始行動，而非等待完美條件。

✂ 實踐要點

- 設定可行目標，接受漸進式改善。
- 慶祝每一小步的進展與成功，不只關注不足。
- 將重新開始視為正常歷程，而非失敗。

⊘ 避免事項

- 避免設定不切實際的高標準，造成壓力。
- 避免因無法完美執行而自責或放棄。
- 避免與其他家庭比較而產生挫折感。

實例分享

★ 正面例子：靈活安排，讓信仰融入生活

馬家原本計畫每天晚上7點進行30分鐘的家庭崇拜，但很快發現難以堅持，因為孩子們有各種課外活動，父母也常因加班而無法準時回家。後來他們改採改具彈性的時間安排：有時在早餐時進行5分鐘的感恩禱告，有時在開車途中聽聖經故事，有時則在睡前進行簡短地分享。雖然崇拜形式與時間不固定，卻反而讓全家更容易參與，信仰話題也更自然地融入了日常生活。這種靈活的方式不僅減少了壓力，也讓家庭成員在不同時刻都能感受到神的同在。

💪 克服挑戰：勇敢承認軟弱，重新出發

周家曾堅持了三個月的家庭崇拜，但後來因工作繁忙和孩子的抗拒而中斷了兩個月。父母因此感到挫折和內疚，覺得自己失敗了。後來在牧師的鼓勵下，他們決定重新開始，並選擇降低期望，調整心態。他們坦誠地向孩子承認自己的軟弱，並邀請孩子一起重新設計家庭崇拜的形式。全家共同討論：什麼時間最合適？什麼內容最有趣？什麼方式最容易持續？這次的重新出發不僅恢復了家庭崇拜的習實，也讓家庭關係變得更加親密和真實。

📌 要點回顧

1 持之以恆的秘訣

中斷是正常的，重要在於不灰心，願意一次次重新開始。

2 時間管理智慧

化整為零，善用碎片時間，靈活調整形式與長度。

3 激發興趣創意

提升互動性和趣味性，讓家庭崇拜充滿歡樂與期待。

4 依靠神的恩典

不是靠意志力堅持，而是靠神的幫助和恩典。

🎯 本周實踐行動

1. 為家庭崇拜的堅持禱告

每天為家庭崇拜能夠持續進行禱告，求神賜下智慧和恒心。

預期挑戰：可能仍會有中斷或忘記的時候，但禱告能讓我們更依靠神而非靠自己。

2. 設計一個有趣的互動活動

如聖經問答、角色扮演或創意分享遊戲。

預期挑戰：第一次嘗試可能不太成功或孩子反應平淡，但多試幾種方式就能找到適合的節奏。

3. 建立「重新開始」的機制

若中斷了，不要自責，立即重新開始，即使只有1分鐘也好。

預期挑戰：重新開始時家人可能會抗拒，但只要耐心解釋並堅持下去，態度比完美更重要。

💖 試試這樣表達愛



- 擊掌慶祝 — 透過身體接觸分享喜悅
- 「看到你快樂，我也快樂！」 — 傳遞情感共鳴
- 在孩子書包裡放鼓勵小紙條 — 製造驚喜與關懷

第7章：學業平衡—在升學壓力下維持家庭信仰生活

聖經依據：馬太福音6:33

「你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」

讓它有趣：將禱告作為靈修的核心部分



1. 敬畏耶和華是智慧的開端：重建學習的根基（箴9:10）

聖經依據：箴言9:10 「敬畏耶和華是智慧的開端，認識至聖者便是聰明。」

所羅門王這句話為我們建立了真正的智慧觀：敬畏神是一切智慧和學習的起點，而不是學業成就本身。在面對現代教育時，這個原則格外重要，因為社會常將學業成績視為衡量孩子價值的唯一標準。

將禱告作為家庭崇拜的核心，代表我們承認神在孩子學習中的主權。父母為孩子禱告，不僅是求學業成功，更是求智慧增長、品格成熟與身心健康。我們也要鼓勵孩子為自己禱告，學習將需要與擔憂交託給神。

同時，鼓勵孩子為父母和其他家庭成員禱告，不僅培養他們關心他人的心，也讓他們體驗禱告的力量和意義。當孩子學會為父母的工作、健康與需要禱告時，他們便開始理解何為真正的愛和關懷。

敬畏耶和華的學習觀

- 認識神是智慧的源頭，學習是認識神創造的過程。
- 以神的眼光看待知識，將學習視為神的恩賜。
- 在學習中尋求神的心意，而非只追求世俗成功。
- 明白智慧勝過聰明，品格勝過成績。

禱告重點的轉移

- 從「求好成績」轉向「求智慧和理解力」。
- 從「求超越他人」轉向「求發揮神賜的恩賜」。
- 從「求進名校」轉向「求走在神的道路上」。
- 從「求成功」轉向「求成為他人的祝福」。

建立以神為中心的學習觀意味著我們重新定義「成功」。成功不只是高分或名學，而是智慧的增長、品格的成熟，以及對神和他人的愛。當價值觀正確時，學業成就便成為榮耀神的工具，而非自我價值的來源。

✂ 實踐要點

- 在禱告中為孩子的智慧與品格成長祈求。
- 教導孩子為自己、父母和他人禱告。
- 重新定義成功，強調智慧和品格勝過成績。
- 將所學知識與神的創造連結，培養敬畏之心。

⊘ 避免事項

- 避免讓學業完全主導家庭生活和價值觀。
- 避免只在考試期間才想到神和禱告。
- 避免將神當作提升成績的工具。
- 避免用成績衡量神的祝福或孩子的價值。

2. 時間整合的藝術：將靈修納入學習生活（傳3:1）

📖 聖經依據：傳道書 3:1「凡事都有定期，天下萬務都有定時。」

智慧的時間管理不是將靈修和學習對立，而是將兩者整合為和諧的整體。靈修不應該被視為學習的競爭對手，而是學習的重要補充和支持。

將家庭崇拜視為學習計畫的一部分，需要我們轉變思維。靈修時間不是從學習時間中「偷」出來的，而是為學習注入動力和方向的時刻。當孩子在靈修中得到平安和智慧時，他們的學習效率往往更高。

我們可以教導孩子在學習中應用信仰原則：誠實地面對自己的能力和限制，勤奮努力而非依賴運氣，在困難中尋求神的幫助，與同學分享和合作而非惡性競爭。這些原則不僅有助於學習，也能培養良好的品格。

考試期間不必完全停止家庭崇拜，而是可調整形式和時間。即使時間縮短、內容簡化，持續的習慣仍然重要。我們可以為孩子的考試禱告，也可用神的話語鼓勵他們，幫助他們保持平衡的心態。



時間規劃

將靈修視為支持學習的重要資源，而非競爭對手。



信仰應用

教導孩子在學習中應用聖經智慧和原則。



彈性調整

考試期間調整而非停止家庭崇拜。

✂ 實踐要點

- 將靈修視為支持學習的重要資源。
- 教導孩子在學習中應用聖經智慧和原則。
- 考試期間調整而非停止家庭崇拜。

⊘ 避免事項

- 避免認為靈修會影響學習效率而完全犧牲。
- 避免在考試期間完全停止屬靈操練。
- 避免將學習和信仰完全分離。

3. 壓力釋放的管道：在禱告中交托焦慮(腓4:6-7)

📖 聖經依據：腓立比書 4:6-7 「應當一無掛慮，只要凡事借著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」

這段經文提供了處理學業壓力的最好方法：透過禱告交託焦慮，領受神所賜的平安。

我們要教導孩子不只為好成績感恩，也要為學習過程感恩——感謝有學習的機會、老師的教導、同學的幫助、父母的支持等等。即使成績不理想，也能為所學到的功課與改進的機會感恩。

在禱告中放下學業壓力和焦慮是一項重要的屬靈操練。孩子需要學會將擔憂、恐懼與期望交託給神。這不是鼓勵他們不努力，而是幫助他們依靠神的恩典與智慧，而不是單靠自己的能力。



我們也要幫助孩子明白，神關心的是他們的全人，而不只是成績。神愛他們不是因為他們的表現，而是因為他們是神的兒女。這份無條件的愛能帶來安全感，使他們在面對挫折時不致崩潰。

✂ 實踐要點

- 教導孩子為學習過程和機會感恩。
- 在禱告中釋放學業壓力、焦慮和恐懼。
- 強調神對孩子的無條件愛勝過成績表現。

⊘ 避免事項

- 避免只在成績不好時才禱告求助。
- 避免將禱告變成求好成績的交易工具。
- 避免忽視孩子的情緒需要，只關注成績。

4.價值觀的重塑：聖經故事與經文的雙重滋養

聖經故事與經文同樣重要，這一認識對於在學業壓力下維持信仰生活尤其重要。故事能觸動人心、傳達真理；經文則提供具體的指引和應許。兩者結合能為孩子帶來全面的屬靈滋養。



但以理的學習歷程

在巴比倫異邦文化中保持信仰，同時在學問上超越眾人。



約瑟的信心

在困境中仍然信靠神，最終成為埃及的宰相。



大衛的勇氣

面對巨人歌利亞時，憑信心而非自己的能力取得勝利。

我們可以選擇與學習和成長相關的聖經故事，如但以理在巴比倫的學習歷程、約瑟在困境中的信心、大衛面對巨人歌利亞的勇氣等。這些故事能為孩子提供榜樣與鼓勵，讓他們看見信仰如何在現實挑戰中發揮力量。

鼓勵孩子背誦聖經經文是寶貴的屬靈操練。我們可挑選與智慧、勇氣、平安相關的經文，幫助孩子在面對挑戰時記得神的話語。背誦經文不僅是記憶的訓練，更是將神的話語深藏心中的過程。

我們要避免讓成績成為衡量價值的唯一標準。孩子的價值來自神的創造與愛，而非他們的表現。我們應該慶祝孩子的努力和進步，而不僅僅是最終的成績。同時，也要重視品格的培養，如誠實、勤奮、關愛他人等，這些品格遠比任何成績更為重要。

✂實踐要點

- 透過聖經故事為孩子提供面對挑戰的榜樣和鼓勵。
- 選擇適合的經文，鼓勵孩子背誦和默想。
- 重視品格培養勝過單純的成績追求。

⊘避免事項

- 避免將成績作為衡量孩子價值的唯一標準。
- 避免忽略品格培養，只關注學術成就。
- 避免讓聖經學習變成另一種學業壓力。

實例分享

✦ 正面例子

高家在孩子面臨中考壓力時，主動調整家庭崇拜內容：每天早晨用5分鐘為孩子的智慧與平安禱告，晚上則分享感恩事項，例如學習上的進步、老師的幫助、同學的友誼等。孩子逐漸學會在困難科目時禱告求智慧，在考試前禱告求平安。最終不僅成績有所提升，心態也變得更加平和穩定。

👉 克服挑戰

楊家孩子因學習壓力而抗拒家庭崇拜，認為這個佔用寶貴的學習時間。父母因此調整策略：在孩子學習的間隙中進行簡短的禱告與鼓勵，為孩子的學習困難代禱，並以聖經話語安慰其焦慮情緒，同時邀請孩子為父母的工作壓力禱告。漸漸地，孩子重新接納家庭崇拜，甚至主動提出在考試前全家一起禱告的請求。

📝 要點回顧

01

重建優先次序：以「先求神的國和神的義」為原則，將禱告作為家庭崇拜的核心。

02

時間整合的藝術：將靈修融入學習生活，視其為支持而非競爭。

03

壓力釋放的管道：透過禱告交託焦慮，培養感恩的心態。

04

學業與信仰的平衡：在升學壓力下調整家庭崇拜的方式，而非停止。



🎯 本周實踐行動

🎯 重新審視家庭優先次序

與家人討論什麼對家庭最重要，確保神的國居於首位。

預期挑戰：可能會發現實際行為與價值觀不一致，這正是改變的起點，請不要氣餒。

🎯 在家庭崇拜中加強禱告的比重

為孩子的全面成長禱告，而非僅限於成績。

預期挑戰：孩子可能覺得禱告時間過長或內容不符期望，可藉此機會解釋禱告的意義與價值。

🎯 教導孩子在學習中應用信仰原則

例如誠實面對能力、勤奮努力、尋求神幫助。

預期挑戰：孩子可能認為信仰與學習無關，又或過於理想化，可透過具體實例慢慢引導。

💖 試試這樣表達愛



陪孩子完成困難的作業 — 傳遞支持與陪伴



「你長大了，變得更懂事。」 — 肯定孩子的成長



生病時為孩子額頭測溫 — 關懷中的溫柔接觸

第8章：家庭崇拜的真義

家庭崇拜的核心使命是引導全家更深愛神，而絕非塑造「聽話孩子」的工具。一旦家庭崇拜淪為管教時段，孩子往往會心生抗拒，甚至逐漸遠離神。

請記住：家庭崇拜是一份愛的邀請，不是行為的審判台。



聖經中的家庭敬拜榜樣

當我們翻開《創世記》，會發現一個令人深思的現象：亞伯拉罕在示劍、伯特利、希伯侖築壇敬拜神；以撒在別是巴築壇求告耶和華的名；雅各在伯特利立石柱澆油向神獻上敬拜。

這些祭壇不只是宗教儀式的象徵，更是他們對神敬畏、感恩和委身的見證。更重要的是，這些敬拜不是孤立的宗教活動，而是他們整個生活方式的延伸——他們在日常中敬畏神、順服神、依靠神。

今天，當我們在家中建立「家庭崇拜」這個屬靈祭壇時，我們也需要誠實地問自己：我們是在建立一座真正的敬拜祭壇，還是在打造管教子女的講臺？

真正的家庭崇拜應如族長的祭壇一樣，
成為全家敬拜神、親近神，並經歷神的神聖時刻。

1. 家庭崇拜是生活敬拜的延伸

族長生活敬拜的典範

亞伯拉罕的敬拜體現在他的整個生活方式中：他順服神的呼召離開本地本族，在困難中仍堅信神的應許，甚至願意將最寶貝的兒子以撒獻給神，並在每個居住地建立祭壇。這些行動告訴我們，真正的家庭崇拜必須建立在父母真實且持續的生活敬拜基礎上。

生活敬拜的三個核心表現

- **教會生活的委身**：定期參與主日崇拜，積極投入教會服事，與信徒建立真誠團契，在禱告、時間與金錢上支持神的工作。孩子們觀察父母對教會的態度，這直接影響他們對家庭崇拜的認同與投入。
- **禱告和聖經的實踐**：每天固定的禱告與讀經，餐前感恩，在困難中尋求神的幫助，在重要決策前禱告尋求神的旨意。在日常生活中實踐聖經真理，展現基督徒品格，主動幫助他人，選擇饒恕而非報復。
- **奉獻和見證的勇氣**：甘心樂意地奉獻金錢、時間和恩賜，在職場中不隱藏信仰身份，以生活方式見證神的美好，在試煉中依然信靠神，在成功中將榮耀歸給神。

當我們的生活真正以敬拜神為中心時，家庭崇拜就不再是額外的負擔或形式性的表演，而是自然流靈的屬靈延伸。

2. 家庭崇拜是神聖時間的分別

以撒的專屬敬拜

創世記26:25記載：「以撒就在那裡築了一座壇，求告耶和華的名，並且支搭帳棚。」值得注意的是，以撒先築壇敬拜神，然後才安排其他事務。這啟示我們：家庭崇拜應該是專門分別出來敬拜神的神聖時刻。



神聖時間的特質

專門性和規律性

這段時間只用來敬拜神，不處理其他家庭事務。選擇安靜、不受干擾的空間，全家人專注於神。關閉電視、手機等干擾設備，固定時間進行，建立基本的結構和流程。

互動性和成長性

鼓勵家庭成員輪流帶領，參與禱告，創造安全空間讓大家分享心得。隨著孩子成長調整內容深度，幫助家人將所學應用到日常生活，透過神的話語塑造基督徒品格。

3. 家庭崇拜不是批評教訓的時間

雅各在伯特利的純粹敬拜

雅各在伯特利夢見天梯後說：「耶和華真在這裡，我竟不知道！」他隨即立石為柱，澆油敬拜。值得注意的是，雅各在這神聖時刻並未反省錯誤或自責，而是單純地敬拜神、感謝神的顯現。敬拜的時間應該專注於神，而非人的問題與缺陷。

避免的錯誤

- 利用聖經故事指出孩子的具體問題
- 在禱告中「代替神」責備孩子行為
- 將崇拜時間變成道德說教
- 用屬靈語言包裝批評
- 錯誤示例：「我們讀大衛誠實的故事，某某你要學習不要撒謊.....」
「我們為某某禱告，求神幫助他改掉懶惰.....」

正確的焦點

- 專注於神的屬性（慈愛、信實、智慧、能力）
- 感謝神在家庭中的恩典與帶領
- 學習默想聖經真理
- 透過禱告敬拜親近神
- 教導與管教應安排在其他適當時機，如日常生活中的自然教導、專門的談話時間、睡前的個人交流或家庭會議時間。

4. 家庭崇拜是建立屬靈傳承的時間

三代族長的信仰傳承

從亞伯拉罕到以撒，再到雅各，我們看見美麗的信仰傳承鏈：亞伯拉罕建立敬拜傳統，以撒繼承父親信仰，雅各則將信仰傳給十二個兒子。這份傳承透過日常敬拜、教導和榜樣逐步建立。



信仰故事和價值觀傳遞

分享家族信仰歷程與神的作為，傳遞個人見證和屬靈經歷，透過聖經故事傳遞核心真理，介紹教會歷史與傳統。同時塑造屬靈價值觀：建立基督徒世界觀，培養道德品格，引導以榮耀神為中心的人生目標。



屬靈習慣和關係建立

教導孩子建立個人禱告讀經習慣，培養對教會生活的熱愛和委身，鼓勵用恩賜服事神與他人，教導感恩與奉獻的重要性。幫助每個孩子建立與神的個人關係，學習以基督的愛對待他人，並在教會中找到歸屬感。



實例分享

李家的轉變

李先生原本的家庭崇拜常常以批評作結，導致孩子們越來越抗拒參與。有一次，牧者直言不諱地指出：「你的家庭崇拜已經變成了家庭法庭。」這句話讓李家深受觸動，於是開始調整方向：將焦點轉回敬拜神，以正面方式應用聖經教導，並將品格教育安排在其他更合適的時段。三個月後，孩子們不僅不再抗拒，還開始主動參與，甚至期待每天的家庭崇拜時光。這段轉變不只是形式上的改變，更是心態與關係的更新。

王家的屬靈傳承

王奶奶作為家族中的第一代基督徒，在家庭崇拜中常常分享神的恩典與信仰見證。王爸爸承接這份屬靈傳統，定期與孩子們分享神的帶領與信實，幫助孩子了解家族的信仰歷程，並一起討論如何將這份信仰傳承給下一代。如今，王家三代人都建立了家庭崇拜的習慣，信仰的火炬在家族中持續燃燒，成為一代代人生命中的亮光與力量。

要點回顧

✓ 家庭崇拜是生活敬拜的延伸

· 教會生活的委身、禱告、聖經實踐、奉獻、作見證是基礎。

✓ 家庭崇拜是神聖時間的分別

· 具備專門性和規律性、並強調互動性與屬靈成長。

✓ 家庭崇拜不是批評教訓的時間

· 焦點應放在敬拜神，而非人的問題；教導與管教可安排在其他合適時間。

✓ 家庭崇拜是建立屬靈傳承的時間

· 傳遞信仰故事和價值觀，培養屬靈習慣與家庭關係

🎯 本周實踐行動

- 第1-2天：**
評估現狀
- 檢視你的敬拜生活：教會參與、個人靈修、日常見證是否真實活出信仰。
 - 反思家庭崇拜是否不自覺地成為批評與教訓的時間。
 - 觀察孩子們對家庭崇拜的真實反應與態度。
- 第3-4天：**
調整焦點
- 在家庭崇拜中專注讚美神的屬性和作為。
 - 避免在崇拜時間指出孩子的錯誤或問題。
 - 將教導與管教安排在其他更合適的時段。
- 第5-7天：**
建立傳承
- 分享神在你生命中的恩典與作為。
 - 與孩子們討論家族的信仰歷程與屬靈傳承。
 - 為孩子們的屬靈成長與信仰延續獻上禱告。

💖 試試這樣表達愛

對配偶說：

「親愛的，我們一起建立真正的家庭祭壇，讓家庭崇拜成為全家人期待的美好時光。」

對孩子說：

「孩子，家庭崇拜是我們全家一起親近神的特別時刻，你的參與讓這段時間更加美好。」

對自己說：

「我要像族長一樣，在家中建立真正的屬靈祭壇，讓神的同在充滿我們的家庭。」

對天父說：

「天父，求你幫助我們建立真正的家庭祭壇，讓我們的家庭崇拜成為敬拜祢、傳承信仰的神聖時間。奉主耶穌的名求，阿們。」

第9章：氛圍緊張 — 仍然繼續的家庭崇拜

想像這樣的場景：晚飯過後，照例是家庭崇拜的時間。但今天不一樣 — 爸爸媽媽剛剛因孩子的教育問題激烈爭吵，彼此冷臉相對，空氣中瀰漫著尷尬的沉默。十歲的小明因數學只考了六十分，躲在房間裡偷偷哭泣；八歲的小美因與好朋友吵架，整個下午都悶悶不樂。

又或者是另一種情境：媽媽剛嚴厲批評青春期的兒子，因他再次撒謊未完成作業。兒子滿臉憤怒，爸爸則在一旁糾結，不知該支持妻子的管教，還是安慰受傷的孩子。



1. 家庭崇拜中的常見掙扎

內心的疑問

- 「現在這種氣氛，還要硬著頭皮進行家庭崇拜嗎？」
- 「孩子們心情這麼糟，勉強聚在一起讀經禱告，會不會很虛偽？」
- 「我自己都一肚子火，怎麼可能帶領家人敬拜神？」
- 「是不是應該等大家心情好了再說？」

更深層的困惑

- 基督徒家庭就應該總是和睦嗎？
- 當我們彼此生氣時，神還會聽我們的禱告嗎？
- 孩子們會不會因此對信仰產生負面印象？

關鍵的問題是：當家庭氛圍緊張、每個人都心情低落時，我們還要繼續家庭崇拜嗎？

答案是：不僅要繼續，而且這正是我們最需要神同在的時刻。

但是，我們需要智慧。不能假裝一切都好，強行進行「正常」的崇拜；也不能因衝突就完全放棄。我們要學會在真實的困難中尋求神，在破碎的關係中經歷祂的醫治。

2. 四個關鍵原則：在困難中維持家庭崇拜的真實性與果效

原則一：誠實面對，不假裝完美

📖 聖經根基：詩篇51:6

「你所喜愛的是內裡誠實；你在我隱密處，必使我得智慧。」

核心原則：真實勝過完美

當家庭出現衝突或不愉快時，最大的錯誤就是假裝一切都好，強行進行「正常」的崇拜。孩子們能敏銳地察覺虛假，這會讓他們對信仰產生懷疑。神喜愛的是內裡的誠實，祂要我們在隱密處得著真正的智慧。

具體做法

- **承認現況**：「我知道我們剛才有些不愉快，但正因如此，我們更需要神的幫助。」
- **調整內容**：選擇關於饒恕、和好、或神慈愛的經文，不逃避問題。
- **鼓勵表達**：允許家人在禱告中表達真實感受，包括憤怒、失望或傷心。

面對孩子的挫折時

- 「我看到你今天很難過，考試沒考好讓你很沮喪，對嗎？」
- 「和朋友吵架真的很不舒服，我理解你的感受。」
- 「讓我們一起把這些難受的感覺告訴神，祂最理解我們。」

原則二：靈活調整形式，保持核心不變

📖 聖經根基：馬太福音11:28-29

「凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式，這樣，你們心裡就必得享安息。」

核心原則：形式服務於目的

耶穌邀請所有勞苦擔重擔的人到祂面前，包括在家庭衝突中疲憊的我們。家庭崇拜不應成為額外負擔，而是得安息的地方。

具體做法

- **縮短時間**：從15分鐘縮短為簡短禱告與分享。
- **改變重點**：從教導轉向安慰，從討論轉向靜默，從唱詩轉向禱告。
- **個別關懷**：若某個孩子情緒低落，可先單獨陪伴，再進行家庭時間。



根據情況調整

- **成績不佳**：選擇關於神恩典和第二次機會的經文。
- **與朋友衝突**：閱讀關於友誼和饒恕的經文。
- **父母想嚴厲管教時**：先閱讀關於溫柔管教的經文，提醒自己管教的目的是愛。



智慧的暫停策略

- 「我現在很生氣，需要幾分鐘冷靜一下。我們先暫停，等我平靜後再繼續家庭崇拜。」
- 「讓我們先為彼此禱告，求神給我們智慧和耐心。」

原則三：化衝突為教導機會

☐ 聖經根基：雅各書1:2-4

「我的弟兄們，你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂；因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。但忍耐也當成功，使你們成全、完備，毫無缺欠。」

核心原則：在破碎中見證神的恩典

試煉不是為了摧毀我們，而是為了成全我們。家庭衝突和孩子挫折雖痛苦，卻也是信心成長的契機。這些困難時刻是最真實的教導機會，讓我們和孩子一起學習如何在試煉中依靠神。

具體做法

- **示範悔改**：父母在孩子面前承認錯誤，請求饒恕，展示真實信仰。
- **一起尋求神**：將家庭問題帶到神面前，讓孩子看見禱告的力量。
- **分享學習**：討論從衝突中學到的功課，如何下次做得更好。

將挫折轉化為成長

- **重新定義失敗**：失敗是學習的機會，不是價值的否定。
- **正確處理壓力**：教導孩子在壓力中依靠神。
- **修復關係**：討論如何主動和好，實踐基督的愛。

管教時的智慧

- **先處理心態**：「我很失望你撒謊了，但我的愛沒有改變。讓我們看看神如何看待誠實。」
- **尋求神的標準**：一起讀相關經文，讓孩子明白這不只是父母的要求，更是神的心意。
- **禱告求智慧**：為正錯誤與有力量做對的事而禱告。

原則四：建立恢復機制，重建家庭和諧

☐ 聖經根基：以弗所書4:26-27

「生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落，也不可給魔鬼留地步。」

核心原則：衝突後的重建比避免衝突更重要

憤怒本身不是罪，但若不處理就會給魔鬼留地步。家庭衝突難免，關鍵是如何及時修復關係，不讓苦毒在心中紮根。

具體做法

- **設立「和好時間」**：衝突後24小時內安排特別家庭崇拜，專注修復關係。
- **互相代求**：為彼此禱告，為自己的軟弱禱告。
- **慶祝和好**：關係恢復後，在崇拜中感謝神的恩典。

孩子挫折的恢復策略

- **重建信心**：分享神對孩子的愛和計畫不變。
- **尋找新方向**：一起禱告，制定新的學習或改善計畫。
- **慶祝小進步**：在家庭崇拜中特別感恩。

管教後的修復過程

1. **確認理解**：確保孩子明白被管教的原因，不是因為不被愛。
2. **重申愛意**：清楚表達無條件的愛，讓孩子知道管教是為了幫助他們成長。
3. **一起禱告**：為所犯的錯誤、改正的決心，以及彼此的關係同心禱告。
4. **制定計劃**：討論如何避免重蹈覆轍，並思考父母如何更有效地支持孩子。
5. **恢復親密**：透過擁抱、鼓勵的話語與關懷行動，重建親密與信任的關係。

應用案例

- **孩子考試失利時**：承認失望，冷靜禱告，將挫折視為成長契機。
- **孩子與朋友衝突時**：理解其痛苦，鼓勵真誠表達，一起向神尋求安慰與智慧。
- **父母情緒激動時**：適時暫停，誠實面對情緒，先禱告求智慧與耐心。
- **孩子犯下嚴重錯誤時**：在處理前先禱告，重申無條件的愛，視錯誤為成長機會。

結語

家庭崇拜的目標不是營造一個完美的宗教氛圍，而是在真實生活中經歷神的同在。當我們誠實面對困難，靈活調整方式，並將衝突化為成長機會時，家庭崇拜就成為最寶貴的屬靈傳統。**最重要的是讓孩子看見：基督徒家庭並非沒有問題，而是懂得在問題中尋求神、依靠神的家庭。這樣的見證比任何完美宗教儀式都更有說服力與影響力。**

📌 要點回顧

1 誠實面對，不要假裝完美

- 真實勝過完美，勇敢承認現況而非逃避問題。
- 調整崇拜內容，鼓勵真誠地表達感受。

3 化衝突為教導契

- 在破碎中見證神的恩典，示範悔改和尋求神。
- 將挫折轉化為成長機會，重新定義「失敗」。

2 靈活調整形式，核心不變

- 形式應服務於目的，可縮短時間或改變重點。
- 根據情況智慧調整，必要時暫停冷靜，重新出發。

4 建立恢復機制，重建家庭和諧

- 衝突後的修復比避免衝突更重要。
- 設立「和好時間」，慶祝關係的修復與更新。

🎯 本周實踐行動

第1-2天：評估現況

- 回顧近期家庭衝突的處理方式
- 觀察孩子在挫折中的真實需求
- 反思是否因追求完美而忽略了真誠

1

第5-7天：建立機制

- 設立家庭「和好時間」的傳統
- 將一次衝突轉化為教導的契機
- 為家庭關係的修復與孩子的成長禱告

3

第3-4天：調整方式

- 練習在緊張時刻誠實面對現實
- 嘗試靈活調整崇拜的形式與時間
- 學習智慧暫停，先禱告再行動

2

💖 試試這樣表達愛

對配偶說：

「親愛的，我們不需要完美才能敬拜神，讓我們在真實中一起尋求祂的幫助。」

對孩子說：

「孩子，我們的家庭不完美，但我們知道如何在困難中尋求神，這就是我們的力量。」

對自己說：

「我不需要假裝完美，神喜愛我內心的誠實，祂會在我們的軟弱中顯出祂的力量。」

對天父說：

「天父，求祢幫助我們在家庭衝突中仍能尋求祢，讓我們的不完美成為見證祢恩典的機會。奉主耶穌的名求，阿們。」

第10章：警醒觀察 — 成為家庭屬靈的守望者

你被呼召站在破口

以西結書22:30記錄神的心聲：「我在他們中間尋找一人重修牆垣，在我面前為這國站在破口防堵.....卻找不著一個。」

今天，神找到了你。

作為父母，你就是神所呼召的家庭屬靈守望者。

也許你正感到疲憊，看著孩子的抗拒而開始質疑自己的努力。請記住：挑戰的出現不是失敗的的象徵，而是你蒙召作守望者的明證。神的愛不會因你的掙扎而減少，祂一直與你同在。

1. 守望者的身份與職責

古代守望者站在城牆的高處，他們的任務不是確保城內毫無瑕疵，而是保持警醒、保護城池，並及時發現潛在威脅。同樣，作為家庭屬靈守望者，你的職責也有著清晰的定義。

五大核心職責

保持警醒

敏銳察覺家庭屬靈狀況變化，就如母親自然察覺孩子身體的不適。

堅守崗位

在困難中不輕易放棄——不是因看見希望才堅持，而是因堅持才看見希望。

尋求智慧

學會分辨何時行動、何時等候、何時尋求幫助。

呼求幫助

真正的守望者不是孤軍奮戰的英雄，而是懂得調動資源、尋求支援的智者。

持續禱告

你或許無法改變孩子的心，但你可以為他們的心不斷禱告。

心態轉換的核心

過程比結果更重要

重點在於持續前行，而非每次都要完美表現。

種子比果實更關鍵

今天撒下的真理種子，可能要多年後才開花結果。

關係比表現更寶貴

孩子與神的關係遠比他們在崇拜中的表現來得重要。

恩典比律法更有力

用愛營造的氛圍比嚴格規則更能觸動人心。

2. 家庭崇拜：守望者的觀察台

家庭崇拜不僅是傳遞信仰的時刻，更是屬靈守望者最重要的觀察台。在這段神聖的時間裡，我們能敏銳地察覺每個家庭成員的屬靈狀況。

將家庭崇拜轉化為屬靈觀察的方式：

觀察孩子的參與度變化

- 注意從主動參與到被動聆聽的轉變時機。
- 留意提問的頻率與品質是否改變。
- 觀察身體語言：如坐立不安、注意力分散或顯得疲憊。

捕捉屬靈渴慕的信號

- 孩子主動要求延長崇拜時間。
- 在日常生活中引用崇拜內容。
- 私下提出屬靈相關問題。

識別抗拒背後的真實需要

- 表面不配合可能是對關注的渴望。
- 質疑與挑戰反映孩子正在認真思考信仰。
- 沉默可能表示內心正在消化與處理。

守望者在家庭崇拜中的具體行動：

創建安全的分享環境

- 鼓勵表達真實想法，包括困惑與質疑
- 對分享給予積極回應，避免立即糾正
- 營造「沒有愚蠢問題」的氛圍

設計觀察性的互動環節

- 「本週感恩分享」：了解孩子的關注與感恩事項
- 「禱告請求時間」：發現內心的擔憂與需要
- 「聖經應用討論」：觀察孩子如何理解與應用真理



3. 敏銳察覺屬靈季節

如同農夫懂得分辨播種和收割的時機，屬靈守望者也需辨識孩子屬靈生命中的不同季節，並作出相應回應。

播種季節（心田柔軟，適合撒種）

特徵：對屬靈話題充滿好奇，心情平靜且開放。

崇拜策略：增加故事分享，鼓勵提問，營造溫馨氛圍。

守望行動：把握每個教導機會，耐心回答所有問題。

收割季節

（看見屬靈果實，感恩神的作為）

特徵：主動表達對信仰的興趣，並在生活中實踐真理。

崇拜策略：慶祝成長，提供更深層次的挑戰

守望行動：鼓勵分享見證，為神的作為獻上感恩。



等候季節

（種子在地裡發芽，需要信心）

特徵：沒有明顯屬靈回應，但也未表現強烈抗拒。

崇拜策略：維持規律，降低期望壓力，專注於關係建立。

守望行動：在禱告中交託孩子，相信神正在工作。

澆灌季節（需要更多陪伴與栽培）

特徵：已接受部分真理，但尚需深入理解。

崇拜策略：延長討論時間，將真理與生活連結。

守望行動：提供更多一對一的屬靈對話機會。

修剪季節

（需要調整與去除障礙）

特徵：開始表現抗拒，或出現錯誤理解。

崇拜策略：溫柔地糾正，調整形式與內容，保持耐心。

守望行動：深入了解抗拒的根源，尋求合適的解決方案。

4. 四大威脅因素的識別與應對

理解威脅是戰勝威脅的第一步。每一個挑戰都可能成為成長的機會，關鍵在於如何在家庭崇拜中智慧地應對。

1

發展階段與個人特質的挑戰

常見表現：青春期叛逆與質疑、年齡差異困擾、個性衝突

守望回應：

- 為不同年齡層設計分層參與方式
- 將青春期的質疑轉化為深度信仰討論
- 為內向孩子創造表達空間，為外向孩子提供展示平台

實施策略：

- 讓青少年輪流主持崇拜環節，培養責任感
- 為年幼孩子準備視覺教具與互動遊戲
- 根據性格調整參與方式：如寫作、繪畫、表演等

2

外部壓力與社會影響

壓力來源：學業壓力、同儕影響、文化價值觀衝突

預防性守望：

- 定期討論孩子在校遇到的挑戰與困惑
- 教導如何在世俗環境中持守信仰
- 為孩子面對的具體壓力禱告並尋求智慧

3

家庭動態與關係問題

衝突根源：父母立場不一致、兄弟姐妹間的連鎖反應、過往創傷陰影

修復性守望：

- 父母先私下達成共識，在崇拜中展現合一
- 處理兄弟姐妹間的衝突，教導饒恕與和解
- 勇敢承認過去錯誤，在家庭中示範悔改

4

崇拜形式與內容失配

適配問題：語言過於成人化、時間安排不當、缺乏互動參與

守望者的敏銳調整：

- 觀察孩子反應，適時調整語言與內容深度
- 靈活安排時間，找到最適合家庭的節奏
- 增加互動元素，讓每位成員都能參與其中



5. 得勝策略與積極實踐

當我們以正確的心態面對挑戰，就能在困難中找到突破的路徑，並在過程中經歷神的同在與引導。

四個關鍵心態的轉換

從完美主義到成長心態

- 接納過程中的不完美，因為每個家庭都有自己的節奏。
- 將挫折視為學習的契機，並慶祝孩子在屬靈生命中的每一個小進步。

從短期效果到長遠投資

- 相信屬靈種子有其自然的成長規律。
- 將今天的努力視為永恆的投資，信靠神的時間表與安排。

從個人努力到依靠神的恩典

- 承認自己的有限，在禱告中尋求智慧與力量。
- 相信神比我們更愛孩子，並依靠聖靈在他們心中的工作。

從條件之愛到無條件之愛

- 愛的根基是關係，而非表現。
- 讓孩子深知，他們的價值源自於神兒女的身份，而非外在表現。

案例分享

① 青春期的突破

李家的十五歲兒子曾強烈抗拒家庭崇拜。父母改變策略，邀請他主動選擇討論主題並分享個人觀點。透過細心觀察，他們發現孩子對社會公義議題特別感興趣，於是調整崇拜內容的重點，融入相關聖經教導。三個月後，兒子開始主動提出想探討的聖經問題，家庭崇拜逐漸成為他安心表達想法的空間，也成為親子關係深化的橋樑。

② 多年齡的融合

王家有四個年齡層不同的孩子，分別為3-16歲。父母在家庭崇拜中細心觀察，發現每位孩子都有獨特的恩賜與表達方式。於是他們設計了「聖經故事劇場」：年長的孩子擔任導演，中等年齡的孩子負責編劇，年幼的孩子則成為演員，父母則樂於擔任觀眾。每個人都找到適合自己的參與方式，家庭崇拜不再是例行公事，而是全家最期待、最充滿創意與連結的時光。



結語：守望者的永恆使命與盼望

親愛的守望者，你的使命是神聖的，你的堅持充滿意義。家庭崇拜不僅是傳遞信仰的時刻，更是你作為屬靈守望者觀察、引導、保護家庭的寶貴機會。當疲憊襲來時，請記住：你不是孤軍奮戰。神與你同在，聖靈必賜下智慧與力量，使你能完成這份呼召。

要點回顧



守望者的身份與職責

- 保持警醒、堅守崗位、尋求智慧、呼求幫助、持續禱告。
- 重視過程勝於結果，珍惜關係勝於表現。



家庭崇拜：屬靈觀察台

- 觀察參與度的變化，捕捉屬靈渴慕的信號。
- 創造安全的分享環境，設計具觀察性的互動環節。



敏銳察覺屬靈季節

- 辨識播種、澆灌、修剪、等候、收割五個屬靈季節。
- 根據不同季節調整策略與期望。



四大威脅因素的應對

- 發展階段挑戰、外部壓力、家庭動態、形式失配。
- 將每個威脅轉化為成長的契機。



得勝策略與積極實踐

- 從完美主義轉向成長心態，從短期效果轉向長遠投資。
- 依靠神的恩典，活出無條件的愛。

本周實踐行動

第1-2天：建立觀察系統

- 為每位孩子建立屬靈觀察記錄
- 在家庭崇拜中專注觀察而非教導
- 辨識每個孩子當前的屬靈季節

第3-4天：調整守望策略

- 根據觀察結果調整崇拜內容與形式
- 為發現的威脅因素制定應對計畫
- 與配偶討論孩子的屬靈成長狀況

第5-7天：尋求支援網路

- 向牧者或成熟的基督徒家庭尋求建議
- 建立為家庭代禱的支援網絡
- 為神在家庭中的工作獻上感恩與禱告

試試這樣表達愛

對配偶說：

「親愛的，讓我們一起成為家庭的屬靈守望者，在禱告中為孩子們站立。」

對自己說：

「我是神呼召的家庭守望者，祂必賜我智慧和力量，完成這神聖的使命。」

對孩子說：

「孩子，我每天都為你禱告，神對你有美好的計畫，我會一直陪伴你成長。」

對天父說：

「天父，求你開啟我屬靈的眼睛，使我敏銳察覺家人的需要，成為他們屬靈旅路中的守望者。奉主耶穌的名禱告，阿們。」

11章：浪子父親 — 孩子抗拒或家庭崇拜中斷後

「我不想參加！這太無聊了！」

「為什麼我一定要聽這些？」

「我有更重要的事情要做！」

如果這些話聽起來很熟悉，你並不孤單。許多敬虔的父母都曾面對孩子對家庭崇拜的強烈抗拒，甚至因此使家庭崇拜陷入停滯。當我們滿懷熱忱地想與孩子分享信仰，卻迎來冷漠、抗拒，甚至憤怒的回應，那種挫敗感是深刻且令人沮喪的。

在這樣的時刻，浪子的比喻為我們提供了極具啟發性的指引。雖然孩子可能沒有真正離家出走，但他們的心，或許已在屬靈上「遠離」了。浪子父親的回應 — 無條件的愛、耐心的等候、主動的恩典 — 正是我們在這種困境中所需要學習的智慧。

記住：孩子對家庭崇拜的抗拒不是你失敗的證明，
而是考驗你是願意以基督的心
去愛、去等候、去相信神仍在動工。

1. 浪子父親的無條件之愛

愛的基礎：關係重於表現

真正的愛，不因崇拜表現而改變。當小兒子要求分家產並離家時，父親並未因他的選擇而停止愛他。同樣地，當孩子抗拒家庭崇拜時，我們的愛也不應因此而動搖。

常見的條件性反應

- 「如果你不參加家庭崇拜，就不能看電視。」
- 「你這樣抗拒，讓我很失望。」
- 「其他孩子都很配合，為什麼你不行？」
- 在孩子抗拒後變得冷淡或疏遠

無條件之愛的表達方式

- 「無論你是否參加崇拜，我都愛你。」
- 「你的價值不在於表現，而在於你是我的孩子。」
- 「我理解你現在的感受，我們可以好好談談。」
- 在日常生活中持續表達關愛與接納

在衝突中依然選擇愛

當13歲的小明大聲宣佈「我再也不要參加家庭崇拜了！」時，父母的第一反應是憤怒和失望。但浪子父親的榜樣提醒我們，真正的愛是一種選擇，而不是一種感覺。

愛在衝突中的具體行動

控制情緒反應

- 深呼吸，避免立即反擊
- 在心中為孩子禱告，求神賜下智慧
- 記住：孩子的話語背後可能藏有更深的需要

尋求理解

- 「能告訴我你為什麼不喜歡家庭崇拜嗎？」
- 「是什麼讓你覺得無聊或不舒服？」
- 你希望我們的家庭時間是什麼樣的？」

表達接納

- 「我聽到了你的想法，謝謝你的誠實。」
- 「你的感受是重要的，我想理解你。」
- 「我們一起想想怎麼改善這個情況。」

關係優先於活動

許多父母容易陷入一個誤區：認為孩子參與家庭崇拜就代表屬靈成長，抗拒則代表屬靈退步。但浪子父親的智慧提醒我們，關係才是一切的根基。



關係破裂的警告信號

- 孩子開始回避與父母單獨相處
- 家庭崇拜成為唯一的衝突話題
- 孩子對任何屬靈話題都表現出敵意
- 家庭氣氛因為崇拜問題變得緊張



修復關係的優先行動

- 暫時擱置家庭崇拜的爭議
- 專注於重建信任和親密關係
- 在其他方面表達對孩子的關愛和支持
- 透過日常生活見證信仰的美好

當我們將關係置於活動之上，孩子更能感受到無條件的愛與接納，這正是浪子父親給我們的重要啟示。即使家庭崇拜暫時中斷，也要確保親子關係的紐帶不被破壞。

2. 耐心等待：在屬靈抗拒中的智慧守望

不強迫，但保持開放的平衡

當孩子對家庭崇拜表現出抗拒時，背後往往隱藏著更深層的原因。父母需要像浪子的父親一樣，透過表面的行為，看見孩子內心真正的需要。

理解孩子抗拒的真正原因

發展階段的自然反應

- **青春期的獨立需求**：12-18歲的孩子自然會質疑權威，渴望自主。
- **認知發展的質疑期**：開始以批判性思維審視從小接受的信仰觀念。
- **同伴影響的壓力**：擔心被朋友認為「太宗教」或「不夠酷」。

家庭崇拜方式的問題

- **內容過於成人化**，孩子難以理解或產生共鳴。
- **缺乏互動**，孩子只能被動聆聽。
- **時間安排不當**，與孩子的節奏衝突。
- **氛圍過於嚴肅**，缺乏輕鬆與喜樂。

情感和關係的因素

- 感受到父母的**失望和壓力**。
- 過往**負面經驗**留下陰影。
- **家庭其他問題**影響了孩子對崇拜的態度。

耐心等待的智慧策略

不強逼參與

浪子父親沒有強迫兒子留在家中，而是給予選擇的自由。同樣，我們也需要學會：

- 避免使用威脅或懲罰來強制參與。
- 不讓家庭崇拜變成權力鬥爭的戰場。
- 給予孩子一定的選擇權，例如參與的程度或方式。

保持開放的邀請

雖然不強迫，但要持續敞開門戶，讓孩子知道他們始終被接納：

- 定期（但不頻繁）詢問孩子是否願意嘗試參與。
- 在調整崇拜方式時邀請孩子提供建議。
- 讓孩子知道他們隨時都歡迎加入。

為屬靈覺醒做準備

保持屬靈敏感度

- 觀察孩子在困難時刻的反應。
- 留意他們對屬靈話題態度的微妙變化。
- 在他們提出人生問題時給予智慧與真誠的回應

創造自然的屬靈對話機會

- 在日常生活中分享個人的信仰見證。
- 在面對挑戰時展現信仰的力量與盼望。
- 藉著服事他人來見證神的愛與憐憫。

準備合適的資源

- 探索適合孩子年齡的屬靈書籍和材料。
- 關注孩子感興趣的話題，尋找信仰連結點。
- 建立與其他敬虔家庭的聯繫，擴展屬靈支持網絡。

3. 主動恩典：敏銳回應回轉的心

察覺並回應孩子態度的微妙變化

浪子的父親「相離還遠」就看見兒子，說明他一直在觀察並等候。我們也需要培養這樣的屬靈敏感度，細膩地察覺孩子心態的轉變，並在適當時刻給予溫柔而積極的回應。

敏銳察覺回轉的跡象

孩子的心開始回轉，往往不是突然的劇烈改變，而是一連串細微的信號。守望者需要有耐心與洞察力，捕捉這些早期跡象。

回轉的早期跡象

- 從激烈反對轉為消極配合。
- 開始詢問家庭崇拜的內容或安排。
- 在遇到困難時表現出對屬靈幫助的渴望。
- 對父母的信仰生活表現出好奇。
- 不再立即回避屬靈話題的討論。

具體的觀察要點

- **語言變化**：從「我絕對不參加」到「也許我可以試試」。
- **行為變化**：開始在崇拜時間出現在附近，即使尚未參與。
- **情緒變化**：對家庭崇拜的敵意減少，態度趨於中性。
- **主動詢問**：開始提出關於信仰或聖經的問題。

立即而熱情的回應

當察覺到孩子態度的積極變化時，我們的反饋應如浪子父親般——立即、熱情、無條件地迎接與接納。

積極回應的方式

- 立即肯定：「我很高興你願意考慮參加。」
- 表達感謝：「謝謝你給我們這個機會。」
- 避免過度反應：不要因為興奮而給孩子壓力或期待過高。
- 提供選擇空間：「你希望怎樣參與？我們可以一起決定。」

調整崇拜方式以迎合回轉

- 根據孩子的興趣調整內容。
- 給孩子更多參與和發言的機會。
- 營造輕鬆、互動、充滿喜樂的氛圍。
- 讓孩子感受到他們的參與是被珍視與肯定的。

4. 重新開始的實踐智慧

從中斷到恢復的具體步驟

誠實面對現狀並道歉

當家庭崇拜已經完全中斷，重新開始需要勇氣與智慧。浪子的父親沒有責備兒子的過去，而是專注於重建關係。我們也可以以同樣的態度，誠實面對並謙卑道歉，為新的開始鋪路。

承認過去的錯誤

- 「我意識到我們之前的方式可能不太合適。」
- 「我為我在生氣時說的話向你道歉。」
- 「我相信我們可以一起找到更好的方式來度過這段時間。」

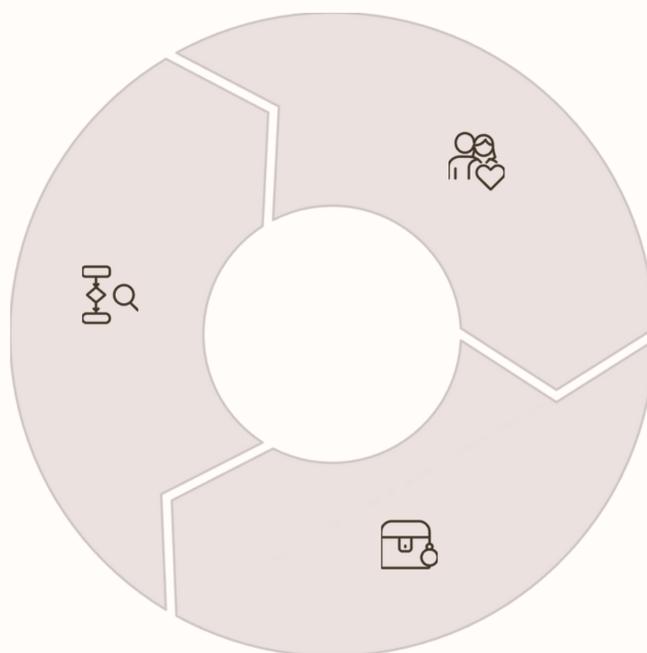
表達重新開始的願望

- 「我希望我們能重新開始，用不同的方式。」
- 「你的想法對我很重要，我想聽聽你的建議。」
- 「我們能一起設計一個大家都喜歡的家庭時間嗎？」

建立新的家庭崇拜文化

從小處開始

- 每週一次，15-20分鐘的簡單分享。
- 選擇孩子感興趣的話題或聖經故事。
- 重點在於建立正面體驗，而不是傳遞大量資訊。



讓孩子參與設計

- 詢問他們希望包含哪些元素
- 讓他們選擇喜歡的詩歌或活動
- 分配他們能勝任的角色與責任

創造新的家庭傳統

- 準備特別的零食或飲料作為崇拜的一部分
- 選擇舒適的環境與合適的時間
- 建立讓每個人都期待的溫馨氛圍。

在恩典與真理中找到平衡

恩典的表達

- 接納孩子目前的屬靈狀態
- 給予選擇的自由和空間
- 用鼓勵代替批評與責備

真理的堅持

- 持續傳遞信仰的核心價值
- 在生活中活出信仰的真實見證
- 建立健康的界限與合理的期望

實際的重新開始策略

選擇合適的時機

- 避免在家庭壓力過大時啟動
- 利用特殊節日或事件作為契機
- 選擇大家都相對輕鬆的時段

尋求支持

- 向牧者或有經驗的家庭請教
- 參加相關的家庭教育或信仰培訓
- 與其他面臨類似挑戰的父母交流及互相鼓勵。

1

2

3

管理期望

- 不要期望立即恢復到理想狀態
- 預備好面對可能的挫折和反覆
- 將重新開始視為一段漸進的旅程

結語：父愛得勝的故事

親愛的父母，浪子的比喻最終是一個關於父愛得勝的故事。得勝的關鍵不在於父親的方法是否完美，而在於他那堅持不懈、無條件的愛。

當你面對孩子對家庭崇拜的抗拒時，請記住：

你的堅持有永恆的價值

即使眼前看不見果效，你的愛正在孩子心中悄然發芽。

神的時間是完美的

孩子的屬靈覺醒有神的時間表，我們的責任是忠心等候，不放棄希望。

關係是一切的基础

維護與孩子的關係，遠比維持一場完美的家庭崇拜更為重要。

恩典總是得勝的

用無條件的愛與恩典，而非規則與壓力，才能真正吸引孩子的心。

像浪子的父親一樣，每天望向遠方，懷著盼望與信心，相信你的孩子終將回轉。當那一天來臨時，願你準備好奔向他們，用擁抱迎接他們的歸來，而不是責備。

要點回顧

✓ 浪子父親的無條件之愛

- 愛的根基是關係，而非表現；不因孩子抗拒崇拜而改變愛的態度。
- 在衝突中仍選擇愛，控制情緒、主動尋求理解。

✓ 耐心等候的智慧守望

- 深入理解抗拒背後的真正原因：發展階段、方式不合、情感因素。
- 不強迫參與，但保持開放，為屬靈覺醒預備空間

✓ 主動恩典的敏銳回應

- 察覺孩子回轉的早期跡象，並立即以熱情回應。
- 調整家庭崇拜方式，迎合孩子的心態與需要。

✓ 重新開始的實踐智慧

- 誠實面對現況並道歉，邀請孩子共同設計新的家庭時間。
- 在恩典與真理中取得平衡，選擇合適的時機重新出發

🎯 本周實踐行動

- 1 第 1-2 天：評估關係狀況**
 - 誠實評估與抗拒孩子之間的關係品質
 - 辨識可能導致抗拒的具體原因
 - 為修復關係而非恢復崇拜禱告
- 2 第 3-4 天：表達無條件的愛**
 - 清楚向孩子表達：你的愛不取決於他們的表現。
 - 主動在其他生活層面關心並支援孩子
 - 避免將家庭崇拜話題與日常互動混為一談
- 3 第 5-7 天：準備重新開始**
 - 與配偶討論新的家庭崇拜方式與節奏
 - 留意孩子態度的微妙變化與開放跡象
 - 在適當時機邀請孩子參與設計新的家庭時間

💖 試試這樣表達愛

對抗拒的孩子說：

「孩子，無論你是否參加家庭崇拜，我都深深愛你。你的價值不在於表現，而在於你是我珍貴的孩子。」

對配偶說：

「親愛的，讓我們像浪子的父親一樣，用無條件的愛等候孩子的心回轉。關係比活動更重要。」

對自己說：

「我要學習浪子父親的智慧，在等候中保持盼望，在挫折中選擇恩典，相信神的時間是完美的。」

對天父說：

「天父，求你幫助我像你愛我一樣去愛孩子，在他們抗拒時仍然堅持，在他們回轉時熱情擁抱。求你在孩子心中動工，按你的時間帶領他們回到你面前。奉主耶穌的名禱告，阿們。」



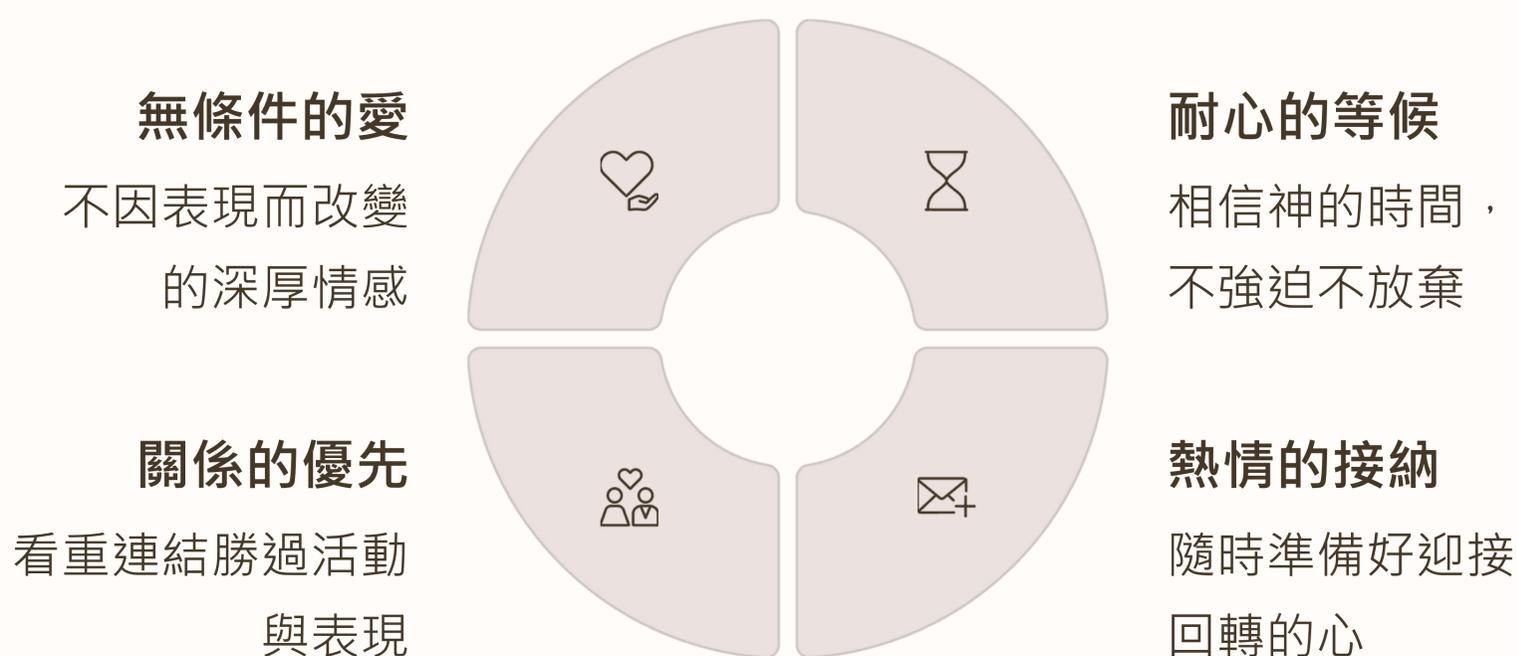
T	W	四	天
	1	2	3
7	11	16	11
23	22	28	24
20	39		

給孩子的信

親愛的孩子，

我想讓你知道，我為能成為你的父母而感恩。即使我們在家庭崇拜上有不同的看法，這不會改變我對你的愛。我願意聽你的想法，和你一起尋找我們都能享受的家庭時光。你永遠是我心中的寶貝，無論何時你都可以回到我的懷抱。

浪子父親的核心精神



當我們學習浪子父親的榜樣時，我們不僅能夠面對家庭崇拜中的挑戰，更能在這過程中反映出天父對我們的愛。這份愛不因我們的表現而改變，不因我們的抗拒而減少，永遠等待著我們回轉，並以恩典迎接我們。

願每一位面對孩子抗拒的父母，都能在浪子父親的故事中找到力量與盼望，相信神正在孩子心中動工，並且祂的時間總是最美好的。

第12章：文化建構 — 打造可傳承的家庭信仰DNA

聖經依據：約書亞記24:15

「若是你們以事奉耶和華為不好，今日就可以選擇所要事奉的：是你們列祖在大河那邊所事奉的神呢？是你們所住這地的亞摩利人的神呢？至於我和我家，我們必定事奉耶和華。」

讓它有趣：

創造屬於自己家庭的信仰傳統，
不必感到內疚也無需與他人比較。



1. 家庭信仰宣言：至於我和我家，必定事奉耶和華（書24:15）

約書亞在以色列人面前立下這個勇敢而堅定的宣告，不僅為自己做出選擇，更是為整個家庭定下了信仰的方向。這不是獨裁的決定，而是源自他對神的認識和對家庭責任的承擔。在現代社會中，制定家庭信仰宣言同樣重要，它不只是文字上的表達，更是一種身份認同與生活方向的指引。

如何制定家庭信仰宣言？

制定家庭的信仰宣言，是一項需要全家人共同參與的神聖任務。這不該是父母單方面的決定，而是透過深入的討論、誠懇的禱告，以及彼此的共識所孕育出的成果。

共同思考與探索

- 我們家庭的核心價值觀是什麼？
- 我們希望以什麼方式來榮耀神？
- 我們如何在日常生活中實踐信仰？

讓每個家庭成員都參與其中至關重要，即使是年幼的孩子，也能表達自己的想法與感受。他們或許無法理解複雜的神學理論，但他們能分享對神的愛、對家庭的期望，以及對生活的見解。當孩子參與制定過程時，他們會更有歸屬感，也更願意承擔信仰的責任。

家庭信仰宣言不是一成不變的，它應該隨著家庭的成長和變化而調整。當孩子漸漸長大，家庭面對新的挑戰，或我們對神有更深的認識時，宣言也可以重新修訂和完善。最重要的是，無論如何演變，我們都不忘其核心精神：「我們是屬神的家庭，我們選擇事奉耶和華。」

✂ 實踐要點

- 透過全家共同討論和禱告，制定專屬的家庭信仰宣言。
- 確保每位家庭成員都能參與其中，並真心認同宣言內容。
- 定期回顧和更新宣言，使其持續貼近家庭的現況與信仰旅程。

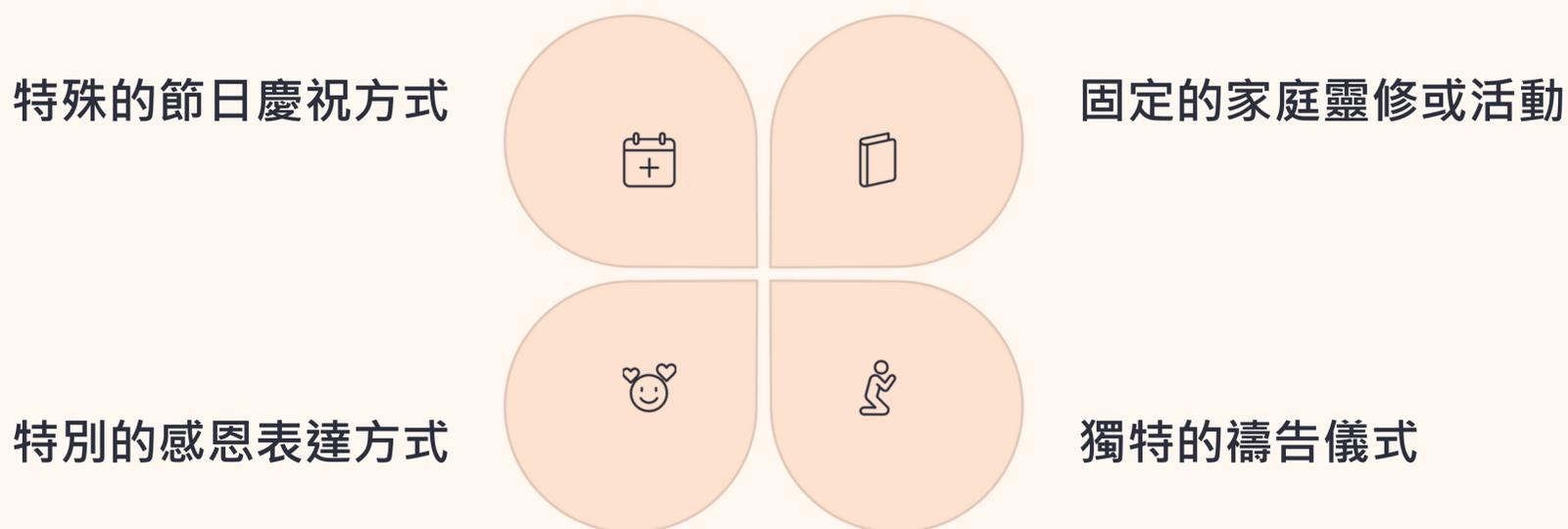
⊘ 避免事項

- 避免照搬其他家庭的宣言，忽略自身獨特的背景。
- 避免制定後便束之高閣，未能在日常生活中實際落實。
- 避免讓宣言淪為空洞口號，缺乏具體行動。

2. 創造獨特的家庭傳統：建立屬於你們的信仰儀式

每個家庭都有其獨特的文化背景、興趣愛好與生活方式，因此，信仰傳統也應該展現出家庭的個性與特色。建立專屬的信仰儀式，不僅能增強家庭的凝聚力，更能讓信仰在生活中變得鮮活而有意義。

信仰傳統的多元形式



舉例來說，有些家庭會在每個生日當天分享神在過去一年中的恩典；有些家庭會在特定日子進行信仰回顧；也有家庭會設計專屬的聖誕節或復活節慶祝儀式，讓節日充滿屬靈意涵。

節日中的信仰紀念活動

在重要節日中創造信仰紀念活動，格外有意義。這些時刻不僅是放鬆與歡聚的機會，更是深化信仰、強化家庭連結的黃金時刻：

- 在**聖誕節**重新講述耶穌降生的故事
- 在**復活節**慶祝耶穌的復活與救恩
- 在**感恩節**細數神的恩典與供應

這些活動不僅會成為孩子們珍貴的回憶，也會深植他們的信仰根基。

設計傳統的原則與實踐

在創造家庭傳統時，應考慮每位成員的年齡、興趣與能力。理想的傳統應具備以下特質：

包容性

讓每個人都能參與其中，感受到歸屬與喜樂。

可持續性

避免過於繁瑣或昂貴，確保能長期維持與實踐。

✂ 實踐要點

- 根據家庭特質，創造獨特且有意義的信仰傳統。
- 在重要節日設計專屬的信仰紀念活動。
- 確保傳統具包容性和可持續性。

⊘ 避免事項

- 避免盲目模仿他人，忽略自身家庭的獨特性。
- 避免讓傳統變成沉重的負擔或例行公事。
- 避免設計過於複雜或昂貴，導致難以持續實踐。

3. 建立恩典記錄：見證神在家庭中的作為

記錄神在家庭中的恩典和作為是一項重要的屬靈操練，它不僅幫助我們牢記神的信實，也為後代留下寶貴的信仰遺產。這些記錄將成為家庭信仰文化的重要一環，不斷提醒我們：**神始終與我們同在**。

需要注意的是，記錄恩典不應只關注重大事件，日常生活中的「小」恩典同樣珍貴。神的供應、保護、引導與安慰，每一項都值得被記錄。當我們開始細心留意並記錄這些點滴時，會驚訝地發現神在我們生活中是如此真實和活躍。

定期回顧和分享這些記錄對於建立信心非常重要。我們可以在家庭崇拜時間一同回顧過往的見證，看看神如何回應禱告、如何在困境中扶持我們、如何引導我們做出正確的選擇。這些回顧不僅增強我們對神的信心，也激發更深的感恩之情。

記錄的方式可以多樣化



文字日記

記錄每日恩典與禱告回應



照片集錦

用影像捕捉神蹟與祝福時刻



錄音記錄

口述見證與感恩分享



藝術創作

透過繪畫表達信仰體驗

重要的是找到適合自己家庭的方式，讓記錄成為愉快而有意義的活動。我們也可以鼓勵孩子參與其中，培養他們觀察和感恩的心，讓信仰在他們心中扎根。

✂ 實踐要點

- 建立系統的方式，記錄神在家庭中的恩典與作為。
- 重視日常小恩典的記錄，不只關注重大事件。
- 定期回顧記錄，見證神的信實和作為。

⊘ 避免事項

- 避免只記錄大事而忽略日常的恩典。
- 避免讓記錄變成機械化任務，失去屬靈意義。
- 避免記錄後束之高閣，沒有回顧與分享。

4. 世代傳承的遠見：建立可延續的信仰模式

真正的家庭信仰文化，不僅要在當代發揮影響力，更要能延續至下一代。我們所建立的，不只是為了現在的家庭，更是為了孩子們未來能夠繼承並發展的信仰模式。

培養屬靈領導力

培養孩子未來能夠建立並帶領自己家庭崇拜的能力，是一項重要目標。我們可以讓孩子不僅參與家庭崇拜，更學習如何主持崇拜的各個環節：選擇經文、帶領禱告、營造敬拜氛圍等。這不只是技巧的傳授，更是屬靈領袖的培育。

傳遞核心價值

傳遞信仰的核心價值，而非僵化的形式，是關鍵所在。我們要幫助孩子理解家庭崇拜的精神與目的，而不只是模仿外在的儀式。當他們建立自己的家庭時，形式可能不同，但核心價值應保持一致：**愛神、愛家人、在信仰中成長**。

適應時代變化

同時，我們也要為時代的變化做好準備。下一代所面對的挑戰與我們不同，他們可能需要新的信仰表達方式。我們要給予他們足夠的自由與空間去創新與調整，同時確保信仰的本質不被稀釋。

✂ 實踐要點

- 有意識地培養孩子帶領家庭崇拜的能力。
- 傳遞信仰核心價值，允許形式的靈活調整。
- 為時代變化做好準備，給予下一代創新的空間。

⊘ 避免事項

- 避免只記錄大事而忽略日常的恩典。
- 避免強迫下一代完全複製自己的信仰模式。
- 避免只傳遞外在形式，忽略信仰的核心價值。

實例分享

★正面例子：謝家的信仰年鑒傳統

謝家每年製作一冊家庭信仰年鑒，記錄神在家庭中的恩典與成長軌跡。全家人共同貢獻內容，包括照片、文字見證、孩子的畫作等，並在年末一同回顧與感恩。這個傳統已持續十年，成為珍貴的屬靈遺產。孩子們透過翻閱年鑒，不僅回顧家庭歷程，更深刻體會神的同在與作為。

這不只是一本書，更是一段段信仰旅程的見證，一頁頁恩典的記錄。



👉克服挑戰：蔡家的信仰突破

蔡家曾因與其他家庭比較而感到挫折，覺得自己的家庭崇拜過於簡單、缺乏深度。在牧師的輔導下，他們開始轉向探索自身的獨特性，並發現家庭成員擁有音樂方面的恩賜。於是，他們將音樂融入崇拜，創作屬於自己的家庭詩歌。

孩子們因此變得更加投入，家庭崇拜也變得生動有力。他們不再追求外在形式的完美，而是建立起一套貼近心靈、充滿生命力的信仰文化。

📌要點回顧

1 家庭信仰宣言

制定「至於我和我家，必定事奉耶和華」的家庭信仰宣言。

2 創造獨特傳統

建立專屬於自己家庭的信仰儀式和慶祝方式。

3 建立恩典記錄

系統性地記錄神在家庭中的作為，見證祂的信實。

4 文化DNA傳承

打造可延續的家庭信仰模式，影響後代子孫。

🎯 本周實踐行動

1

開始制定 家庭信仰宣言

全家一起討論核心價值觀，起草一份簡單的家庭宣言。預期挑戰：可能出現意見分歧，或孩子不理解其重要性。這是對話的起點，宣言可隨時間逐步完善。

2

啟動恩典記錄系統

開始記錄神在家庭中的恩典，可透過日記、照片或錄音等方式進行。預期挑戰：可能會忘記記錄，或覺得沒有特別的恩典。從生活中的小事開始，培養感恩的眼光。

3

讓孩子嘗試 帶領家庭崇拜

給予孩子機會主持某個崇拜環節，培養他們的屬靈領導能力。預期挑戰：孩子可能會緊張、準備不足或不願意參與。請給予鼓勵與支持，重點在於參與，而非完美。

💖 試試這樣表達愛

- 製作家庭相冊 — 珍藏回憶，記錄愛的足跡。
- 創建家庭傳統儀式 — 用獨特方式表達彼此的愛與信仰。
- 「我愛你」 — 最直接卻最難的表達，鼓勵勇敢嘗試。

總結鼓勵

請記住，建立家庭崇拜是一段旅程，而非一個終點。每一次的嘗試都是珍貴的進步，每一次的重新出發都是神所賜的恩典。神所看重的，是我們願意的心，而不是完美的表現。

對許多華人父母而言，表達愛意可能並不容易，但孩子們渴望被看見、被擁抱、被愛。你們每一個努力的舉動 — 無論是一次禱告、一句鼓勵、一個擁抱 — 都是送給孩子最寶貴的禮物。

願神親自祝福每一個願意踏出信心步伐的家庭，
讓你們的家成為愛與信仰的居所，代代傳承，
福杯滿溢，傾予別人。

家庭崇拜：親子一起成長 — 家長手冊 (繁體版)

編者 李道宏

出版 美國福音證主協會

9600 Bellaire Blvd. , #210 , Houston , TX 77036

出版日期 2025年8月出版

© 美國福音證主協會

國際書號 978-1-965570-30-2

版權所有