

家庭崇拜：亲子一起成长

家长手册



李道宏 医师 / 牧师 编写

简体版

美國福音護士協會
CHRISTIAN COMMUNICATIONS INC. OF USA

目录

📌 引言.....	1
第1章：神圣蓝图 — 从申命记看家庭信仰传承.....	5
1. 独一真神的宣告：听啊以色列，要尽心爱神（申6:4-5）.....	6
2. 父母的神圣使命：将神的话存在心里（申6:6）.....	7
3. 不停教导和谈论：坐在家裡、行在路上的日常教导（申6:7）.....	8
4. 时常的鼓励提醒：系在手上、戴在额上的生命见证（申6:8-9）.....	9
第2章：时代挑战 — 在末世危机中守护家庭信仰.....	12
1. 末世的属灵危机：将属灵价值观传递给孩子（提后3:1）.....	13
2. 物质主义的诱惑：检视我们的优先次序（提后3:2）.....	14
3. 家庭关系的破坏：建立健康的亲子关系（提后3:2-3）.....	15
4. 表面的敬虔：追求内在生命的真实（提后3:5）.....	16
第3章：父母预备 — 成为孩子信仰路上的引导者.....	20
1. 避免伤害的智慧：不惹儿女的气（弗6:4a）.....	21
2. 神话语的权威：按照主的教训养育（弗6:4b）.....	22
3. 榜样的力量：父母先要活出敬虔（提前4:12）.....	23
4. 共同成长的旅程：在知识和见识上多而又多（腓1:9）.....	24
第4章：起步指南 — 建立简单有效的家庭崇拜.....	27
1. 神同在的应许：两三人聚集的力量（太18:20）.....	28
2. 现实起步的智慧：从每周2-3次，每次10-15分钟开始（路14:28）.....	29
3. 时间安排的艺术：找到全家的黄金时间（传3:1）.....	30
4. 核心要素的平衡：适合10-15分钟的简化结构（徒2:42）.....	31
第5章：因材施教 — 针对不同年龄的灵修引导策略.....	35
1. 个性化教养的原则：按孩子的道路教导（箴22:6）.....	36
2. 幼儿期的信仰启蒙：故事、歌曲、简单祷告（3-6岁）.....	37
3. 儿童期的品格建造：圣经故事、品格教导、感恩分享（7-12岁）.....	38
4. 青少年期的信仰探索：深度讨论、生活应用、信仰问答（13-18岁）.....	39
第6章：突破障碍 — 化解家庭崇拜路上的常见挑战.....	42
1. 持之以恒的秘诀：常常祷告不可灰心（路18:1）.....	43
2. 时间管理的智慧：化整为零的灵活策略（弗5:16）.....	44
3. 激发兴趣的创意：增加互动性和趣味性（箴17:22）.....	45
4. 重新开始的勇气：降低期望，拥抱不完美（腓3:13-14）.....	46

目录

第7章：学业平衡 — 在升学压力下维持家庭信仰生活	49
1. 敬畏耶和华是智慧的开端：重建学习的根基（箴9:10）.....	50
2. 时间整合的艺术：将灵修纳入学习生活（传3:1）.....	51
3. 压力释放的管道：在祷告中交托焦虑（腓4:6-7）.....	52
4. 价值观的重塑：圣经故事与经文的双重滋养.....	53
第8章：家庭崇拜的真义	56
1. 家庭崇拜是生活敬拜的延伸.....	58
2. 家庭崇拜是神圣时间的分别.....	59
3. 家庭崇拜不是批评教训的时间.....	60
4. 家庭崇拜是建立属灵传承的时间.....	61
第9章：氛围紧张 — 仍然继续的家庭崇拜	64
1. 家庭崇拜中的常见挣扎.....	65
2. 四个关键原则：在困难中维持家庭崇拜的真实性与果效.....	66
第10章：警醒观察 — 成为家庭属灵的守望者	71
1. 守望者的身份与职责.....	72
2. 家庭崇拜：守望者的观察台.....	73
3. 敏锐察觉属灵季节.....	74
4. 四大威胁因素的识别与应对.....	75
5. 得胜策略与积极实践.....	76
第11章：浪子父亲 — 孩子抗拒或家庭崇拜中断后	79
1. 浪子父亲的无条件之爱.....	80
2. 耐心等候：在属灵抗拒中的智慧守望.....	82
3. 主动恩典：敏锐响应回转的.....	84
4. 重新开始的实践智慧.....	85
第12章：文化建构 — 打造可传承的家庭信仰DNA	90
1. 家庭信仰宣言：至于我和我家，必定事奉耶和华.....	91
2. 独特传统的创造：建立家庭专属的信仰仪式.....	92
3. 恩典记录的建立：见证神在家庭中的作为.....	94
4. 世代传承的远见：建立可延续的信仰模式.....	95

引言：家庭崇拜：建立信仰根基的神圣使命

每一位基督徒父母都怀着同样的渴望：将最宝贵的属灵财富——坚固的信仰根基——传承给下一代。然而，面对现代社会的世俗化冲击，许多父母感到困惑：**我们该如何有效地帮助孩子建立深厚的信仰根基呢？答案就在我们的家中。**

家庭崇拜不是教会或主日学老师的责任，而是我们作为父母独特而神圣的使命。我们与孩子相处时间最长，最了解他们的需要，拥有最深的情感连接，因此也最有能力在他们心中播撒信仰的种子。



现代家庭面临的挑战与家庭崇拜的独特价值

现代环境的复杂性

- 世俗文化的强烈冲击
- 网络媒体的负面影响
- 同侪的压力
- 价值观的混乱

传统教育方式的不足

- 无法定期参加教会活动
- 与家人深度交流机会减少
- 传统宗教教育力不从心

家庭崇拜的价值

- 最亲密、最安全的环境
- 营造属灵成长的氛围
- 认识神的爱和真理
- 日常生活中自然分享信仰

家庭崇拜的独特优势

环境优势

在熟悉舒适的家庭环境中，孩子们更容易敞开心扉，没有外界干扰和压力，家庭成员可以自由表达想法和感受。

时机优势

父母可以选择最适合的时间，根据具体情况灵活调整内容和形式，针对当下事件进行及时的属灵引导。

关系优势

基于深厚的亲子感情，父母的话语和榜样具有最直接、最深远的影响。孩子天然信任父母，这为属灵教育提供了最佳土壤。

个性化优势

父母最了解自己的孩子，能够采用最适合的方式进行教导，真正做到因材施教。

科学研究证实的深远益处

国际权威学术机构的大量研究证实，参与定期家庭崇拜的孩子们在多个重要领域都表现优异：



学业与认知发展

哈佛大学研究显示，这些孩子在标准化测试中平均分数更高，专注力和批判性思维能力更强。



情感与心理健康

神经科学研究证实，定期的祷告和灵修生活能够改善大脑功能，增强情绪调节能力，显著降低焦虑和抑郁发生率，提升心理韧性。



家庭关系改善

研究表明，恒常进行家庭崇拜的家庭，亲子冲突频率明显减少，亲密度和关系满意度大幅提升。家庭崇拜为深度沟通提供了安全平台，建立了更强的家庭凝聚力。



品格发展

参与家庭崇拜的孩子们在同理心测试中得分更高，表现出更多利他行为，志愿服务参与率显著提升，道德推理更加成熟，长大后往往成为小区积极领导者。



价值观传承

一项长达35年的纵向研究显示，通过稳定的家庭宗教传统，高达85%的核心价值观能够成功传递给下一代，形成跨越世代的属灵传承链。

克服恐惧与本课程和使命

常见的内心恐惧与不安

许多父母在考虑开始家庭崇拜时感到不知所措，甚至内心充满恐惧。他们觉得自己不够格，担心缺乏神学知识，害怕无法回答孩子们的深刻问题，或者担心自己的属灵生命不够成熟。

有些父母会找各种理由推托：工作太忙、孩子太小、等自己更成熟再开始。还有些担心一旦开始就必须持续，害怕半途而废会带来负面影响。

然而，这些恐惧往往是阻止我们履行神圣职责的障碍。神从来不要求我们成为完美的人才开始服事祂，祂要的是一颗愿意的心和顺服的态度。你对孩子的爱、对信仰的真诚、对家庭责任的承担，这些都是开始家庭崇拜最重要的资格。

简单开始，深远影响

最令人鼓舞的是，家庭崇拜不需要繁复的准备或大量的时间。研究显示，每周只需进行2至3次，每次10至15分钟的简单家庭崇拜时间，就足以在孩子的生命中产生深远且持久的影响。

换句话说，每周只需30至45分钟，你就能够为孩子们奠定坚固的信仰根基，促进家庭关系，传承珍贵的价值观，并共同创造温馨美好的家庭回忆。这样的影响不仅限于当下，更将延续到孩子们的整个人生，甚至代代相传，成为祝福的泉源。

本课程的三重使命

1

肯定

你已经具备开展家庭崇拜所需的一切基本条件。你不需要神学学位、完美无瑕的属灵生命或丰富的教学经验；你只需一颗爱神、爱家的心，以及愿意学习与的态度。

2

鼓励

每一个美好的传统都始于第一次的尝试。别让完美主义成为行动的绊脚石，也别让恐惧夺走你与孩子们领受祝福的机会。孩子们在乎的不是父母的完美表现，而是真诚的心与持续的努力。

3

装备

本课程将提供详细的指引、实用的方法、丰富的资源，以及应对各种挑战的策略。你将学会如何根据孩子们的特质调整内容，处理困难情境，并建立持久稳定的家庭崇拜习惯。

课程设计与给父母的鼓励

课程设计与目标

本课程专为渴望在家中建立崇拜传统的基督徒家庭而设计，内容涵盖十个精心规划的章节，从基础理念到具体实践方法，再延伸至进阶技巧与策略，循序渐进，全面扎实。

适合不同需求

无论你是刚开始探索家庭崇拜的新手父母，或是已有一定经验、希望进一步深化的资深家长，都能在课程中找到切合自身的宝贵资源。

注重实用性

我们不仅提供理论知识，更着重实用性，包含丰富的工具、方法与真实案例，帮助你在日常生活中灵活应用。

促进实践与反思

每个章节皆设有明确的学习目标、详尽的内容讲解、实践练习和反思问题，鼓励学员将所学融入家庭生活，透过实践加深理解，藉由反思促进成长，真正将信仰落实于家庭中。

给父母的鼓励

当你踏上这段学习与实践的旅程时，请怀着信心和期待。神所呼召的从来不是完美的人，而是愿意顺服、愿意响应的人。知识可以学习，技巧可以培养，但一颗爱神、爱家的心是无可取代的。

试着想象，几年后你回顾这段历程时，你将看见家庭关系的改善、孩子品格的成长，以及信仰传承所结出的美好果实。你会惊喜地发现，家庭崇拜不仅改变了孩子，也悄悄改变了你自己，改变了整个家庭的氛围与文化。那些曾经让你感到恐惧和不安的担忧，会在一次次的实践中逐渐消散，取而代之的是满足感、成就感，以及对神恩典的深深感激。

这十个章的学习将为你提供建立美好家庭崇拜传统所需的一切工具和智慧。让我们一起踏上这段改变生命、祝福世代的美好旅程，在家庭这座神圣的殿堂中，建立一个荣耀神、造就人的属灵传统。

你的家庭值得拥有这样的祝福。你的孩子们正在等待，而现在，就是最好的开始时机。

第1章：神圣蓝图 — 从申命记看家庭信仰传承

「以色列啊，你要听！耶和华我们神是独一无二的主。
你要尽心、尽性、尽力爱耶和华你的神。
我今日所吩咐你的话都要记在心上，也要殷勤教训你的儿女。
无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论。
也要系在手上为记号，戴在额上为经文；
又要写在你房屋的门框上，并你的城门上。」（申命记6:4-9）

让它有趣：用故事和互动方式分享神的爱



1. 独一真神的宣告：听啊以色列，要尽心爱神（申6:4-5）

这是整个家庭信仰教育的根基——认识神是独一无二的主，祂值得我们以全人来敬爱。在现代多元化的社会中，孩子们会接触到各式各样的价值观和信仰体系，因此，从小建立对独一真神的认识至关重要。

「尽心、尽性、尽力」爱神并非一个抽象的概念，而是可以在日常生活中具体实践的真理。当我们在家庭崇拜中谈论神时，应帮助孩子理解何为全心全意的爱。这种的爱不仅仅是情感上的流露，更是意志上的选择和行动上的委身。

我们可以透过分享自己如何在工作、学习、人际关系中实践爱神，来帮助孩子更深刻理解。例如，当面对诚实与利益的抉择时，我们如何因着爱神而选择诚实；当遭遇困难时，我们如何因着信靠神而坚持不懈。这些生活上的见证往往比抽象的教导更能触动孩子的心灵。

✖ 实践要点

- 用生活实例说明何谓「尽心、尽性、尽力」爱神，例如在困难中依靠神、在喜乐中感谢神。
- 创造机会，鼓励孩子主动表达对神的爱和感恩，例如透过祷告、绘画、写信或分享见证。
- 在家庭决策展现以神为中心的价值观，让孩子看见信仰如何影响日常选择与行为。

⊘ 避免事项：

- 避免以威吓的方式来强调神的权威，应以爱与尊重为出发点。
- 避免让孩子觉得爱神是一种负担，而非源自内心的喜乐与渴望。
- 避免将爱神与外在行为划上等号，应强调内心真诚的信仰与关系，而非仅仅是仪式或表现。

2. 父母的神圣使命：将神的话存在心里（申6:6）

「我今日所吩咐你的话都要记在心上」这句话首先是对父母说的。在教导孩子之前，父母必须先将神的话深深地藏在自己心里。这不仅仅是头脑的知识，更是生命的实际。

现代父母常因工作与生活压力而忽略自己的灵命成长。然而，我们不能给予孩子自己尚未拥有的东西。如果我们对神的话语不熟悉，对祂的性情不了解，就难以有效地教导孩子。因此，建立稳定的个人灵修生活是建立家庭崇拜的根基。

这也意味着我们要将圣经的真理融入日常的思考和决策中。当孩子看到父母在面对选择时会问：「神怎么看这件事？」在遭遇困难时会寻求神话语的引导，他们自然会学习这种以神为中心的生活方式。

✖ 实践要点

- 建立稳定的个人灵修时间，深入熟悉圣经内容。
- 在日常对话中自然地引用并应用圣经真理。
- 与配偶一同学习，培养夫妻间的属灵伙伴关系。

⊘ 避免事项：

- 避免只是背诵经文而不理解其真正意义。
- 避免父母自己不读经却要求孩子读经。
- 避免将圣经知识与生活实践脱节。

3. 不停教导和谈论：坐在家里、行在路上的日常教导（申6:7）

「无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论」这节经文提醒我们，信仰教育不应局限于特定的时间或地点。生活中的每一刻都是教导的契机。



察觉神的作为

看到美丽的夕阳时可以谈论神创造的奇妙



分享神的信实

遇到困难时可以分享神的信实与帮助



实践神的爱

看到他人的需要时可以谈论神的爱与我们的责任

这样的教导方式需要父母具备敏锐的属灵眼光，能在日常生活中察觉神的作为，并把握机会引导孩子。重要的是，这样的教导应该是自然流露、贴近生活的，而非生硬的说教。孩子更容易在轻松自在的氛围中接受信仰的内容。像是开车时的闲聊、散步时的分享、睡前的谈心，都是极宝贵的教导时刻。

✖ 实践要点

- 培养在日常生活中察觉神作为的敏锐度。
- 创造自然的对话环境，让信仰话题自然而然地流露。
- 善用各种生活情境作为信仰教育的素材，例如家庭活动、新闻事件、自然景观等。

⊘ 避免事项：

- 避免仅在正式场合才谈论信仰，使其变得刻板。
- 避免强迫式的说教时间，让孩子感到压力。
- 避免让信仰话题变得沉重或有压力，而失去原本的喜乐与盼望。

4. 时常的鼓励提醒：系在手上、戴在额上的生命见证（申6:8-9）

「也要系在手上为记号，戴在额上为经文；又要写在你房屋的门框上，并你的城门上」这段经文强调信仰应该成为我们生活中清晰可见的标记。虽然我们不一定要按字面执行这些行动，但其核心精神是让信仰成为我们生活方式中的明显特征。

在现代家庭中，这可以透过家中摆放的圣经金句、墙上的十字架、感恩的生活态度、助人的行动等方式来呈现。然而，更重要的是，这些外在的标记必须真实反映出我们内在的信仰生命，而不只是宗教性的装饰。

孩子们是最敏锐的观察者，他们会留意父母的言行是否一致。当我们的生活真正被信仰所转化，当我们的价值观、决策方式、待人处事都反映出基督的品格时，这就是最有力、最真实的信仰见证。

✦ 实践要点

- 在家中营造有意义的信仰氛围，例如设立祷告角落、张贴鼓励人心的经文。
- 以实际行动活出信仰，而不只是口头表达，例如关怀邻舍、诚实待人、在困境中持守盼望。
- 让信仰自然地融入家庭文化与日常生活，使其成为家庭的核心价值。

⊘ 避免事项：

- 避免仅有外在的宗教仪式，却缺乏内在的属灵生命。
- 避免将信仰标记成为炫耀或比较的工具。
- 避免陷入形式主义，而忽略信仰对生命的真实转化。

实例分享：家庭信仰生活的典范

★ 正面例子：张家的信仰生活

张家每天晚餐前，爸爸都会带领全家向神献上感谢，感恩祂的供应，并分享当天所经历的恩典与祝福。妈妈在准备晚餐时会播放诗歌，让家中充满敬拜的氛围，孩子们也乐于分享自己在学校如何帮助同学的点滴，彼此鼓励。到了周末，全家会一起阅读一段圣经内容，并讨论如何将其中的教导应用在日常生活中。这样的信仰实践不仅让孩子在爱中成长，也让整个家庭在神的话语中建立深厚的连结。



💖 克服挑战：李家的转化历程

李家一开始实行家庭崇拜时，孩子们觉得枯燥乏味，对参与兴趣缺缺。父母并没有放弃，反而调整方式，让孩子轮流选择感谢的项目，并加入他们喜爱的诗歌，使这段时间更贴近孩子的心。爸爸开始分享自己在工作中面对的挑战，以及如何在困难中依靠神；妈妈也坦诚分享自己的软弱与神的扶持。这样真实而温柔的交流，让孩子们感受到信仰不只是仪式，而是生活中的力量与陪伴。渐渐地，孩子们不再抗拒，反而开始期待这个时间。他们主动分享自己的需要与感恩，这个崇拜时刻成为全家彼此敞开、彼此扶持的美好时光。

要点回顾

01

独一真神的宣告

尽心、尽性、尽力爱神是家庭信仰的根基，不是抽象概念而是生活实践。

03

无处不在的教导

信仰教育不限于特定时间地点，日常生活处处是教导契机。

02

父母的神圣使命

父母要先将神的话存在心里，才能有效教导孩子。

04

生命见证胜过言语

孩子最需要看到的是父母真实的信仰生活，不是完美的表演。

本周实践行动

- 1. 开始简单的感恩时光：**每天选择一个固定时间（如晚餐后），让全家人轮流分享一天中一件值得感恩的事情，并以简单祷告作结。预期挑战：孩子可能觉得无聊或不知道该说什么，这是很正常的现象。只要坚持几天，他们会逐渐适应并投入其中。
- 2. 在日常对话中自然提及神：**当看到美景时，可以说：「神创造得真美」；遇到困难时则说：「我们一起祷告，求神帮助。」预期挑战：一开始可能会觉得不自然，孩子也可能没有明显反应，但只要持续尝试，信仰的话题就会慢慢融入家庭对话中，自然而然地流露。
- 3. 让孩子看到你亲近神的生活：**不需要刻意表现，只要让孩子知道你有读圣经、祷告的生活即可。预期挑战：孩子可能不会立即表现出兴趣，但这样的见证会在他们心里留下深刻印象，这就足够了。

试试这样表达爱

- 「你是神赐给我们家的礼物！」— 从信仰角度表达珍惜。
- 轻拍肩膀 — 鼓励或安慰时的简单身体接触。
- 准备孩子喜欢的食物 — 用心的日常照顾与关怀。

第2章：时代挑战 — 在末世危机中守护家庭信仰

圣经依据：提摩太后书3:1-5

「你该知道，末世必有危险的日子来到。因为那时人要专顾自己、贪爱钱财、自夸、狂傲、谤讟、违背父母、忘恩负义、心不圣洁、无亲情、不解怨、好说谗言、不能自约、性情凶暴、不爱良善、卖主卖友、任意妄为、自高自大、爱宴乐、不爱神，有敬虔的外貌，却背了敬虔的实意；这等人你要躲开。」

让它有趣：用现实例子帮助孩子分辨世俗价值观



1.末世的属灵危机：将属灵价值观传递给孩子(提后3:1)

保罗在此预言末世将有「危险的日子」，这个「危险」不仅指外在的困境，更深层指向属灵上的危机。我们正身处这样的时代，面对前所未有的属灵挑战。作为基督徒父母，我们肩负神圣的使命，帮助孩子辨识这些挑战，并建立正确的属灵价值观。

现代社会充斥着各种似是而非的思潮：相对主义宣称没有绝对真理；个人主义高举自我实现凌驾一切；消费主义则将人的价值与物质拥有紧密连结。这些观念透过媒体、教育与同侪影响，悄悄地渗进着我们的心思意念。

因此，我们必须帮助孩子培养属灵的辨识力，能够分辨哪些价值观是符合圣经真理，哪些则是属世的迷思。这不是要让孩子与世隔绝，而是要装备他们在世界中持守信仰，活出光与盐的生命，成为影响世代的见证人。

✦ 实践要点

- 定期与孩子讨论他们在学校或媒体中接触到的价值观，帮助他们理解并反思所听所见。
- 以圣经的标准来评估和响应现代文化的各种思潮，使孩子学会以信仰为准绳。
- 培养孩子独立思考和属灵辨别的能力，使他们能在多元价值中坚定信仰立场。

⊗ 避免事项：

- 避免以恐吓方式让孩子对世界产生恐惧，应以盼望与真理引导。
- 避免完全隔离孩子与外界接触，而是教导他们如何在世界中持守信仰。
- 避免一味否定所有世俗观念，却不提供具建设性的信仰替代与思考方向。

2.物质主义的诱惑：检视我们的优先次序(提后3:1)

「专顾自己、贪爱钱财」的特征在现代社会中格外明显。我们所处的世界高度商业化，成功往往被定义为财富的累积和个人成就的彰显。这样的价值观不知不觉地渗进基督徒的家庭生活，影响我们的选择与态度。

作为父母，我们需要诚实地反思：我们如何看待金钱？我们如何分配时间与资源？我们的生活方式向孩子传递什么样的讯息？若我们口中宣称爱神，却在行为上显出对钱财和成功的追求更热切，孩子们接收到的将是矛盾与混乱的讯息。

因此，我们必须在家庭中实践正确的价值观：慷慨奉献而非一味积累；关心他人需要而非只顾自身利业；知足感恩而非不断追求更多；以品格胜过成就让生命的素质超越外在的光环。当孩子看到父母在面对金钱诱惑时选择诚实，在面对成功机会时仍然坚持原则，他们便能学会分辨什么才是真正重要的，并在信仰中建立稳固的价值根基。

✦ 实践要点

- 在家庭财务决策中落实基督徒的价值观，让信仰成为生活的指引。
- 教导孩子正确的金钱观和成功观，帮助他们以永恒的眼光看待人生。
- 透过实际行动展现慷慨与知足的生活态度，让孩子在日常中看见信仰的力量。

⊘ 避免事项：

- 避免口头宣称爱神，却在行为上显露对金钱的过度依恋，以免传递矛盾讯息。
- 避免让孩子觉得物质享受本身是罪恶，而是教导他们如何在享受中保持感恩与节制。
- 避免在金钱问题上对孩子撒谎或隐瞒，诚实是建立信任与品格的基石。

3. 家庭关系的破坏：建立健康的亲子关系 (提后3:2-3)

「违背父母、忘恩负义」的现象在现代社会中日益普遍。传统的家庭价值观面临强烈冲击，亲子关系也遭遇前所未有的挑战。许多年轻人不再尊重父母，也缺乏感恩的心，这与圣经的教导背道而驰。

然而，我们不能将责任全然归咎孩子。作为父母，我们需要反思：我们是否建立了值得尊重的权威？我们是否给予孩子足够的理由去感恩？健康的亲子关系是双向的，需要父母先活出值得尊敬、值得效法的生命。

圣经不仅教导孩子要孝敬父母，也提醒父母不要惹儿女的气。我们需要在爱与管教之间取得平衡，在权威与亲密之间建立正确的互动模式。当孩子感受到无条件的爱，看见父母的谦卑和持续成长，他们更容易培养出感恩与尊重的态度。

✦ 实践要点

- 建立以爱和尊重为基础的亲子关系。
- 教导孩子感恩的重要性，并以身作则。
- 在管教中体现神的慈爱和公义，让纪律成为成长的祝福。

⊗ 避免事项：

- 避免以权威压制孩子合理的情绪与表达。
- 避免忽视孩子的感受与真实需要。
- 避免一味要求尊，重却未能给予孩子应有的尊重。

4.表面的敬虔：追求内在生命的真实(提后3:5)

「有敬虔的外貌，却背了敬虔的实意」这是对现代教会和基督徒家庭的严重警告。我们很容易堕入形式主义的陷阱，过度注重外在的宗教活动却忽略了内在生命的更新与转化。

在家庭崇拜中，我们安排读经、祷告、唱诗等活动，但若这些只是例行公事，未能触及心灵、带来生命的改变，那么就只是「敬虔的外貌」。真正的敬虔是源自内心对神的敬畏与爱，是品格的塑造与生命的更新，是在日常生活中活出基督的样式。

我们需要在家庭中刻意强调内在生命胜过外在表现。当孩子犯错时，我们关注的不仅是行为的修正，更是心态的调整；当孩子表现良好时，我们赞赏的不只是成果，更是品格的成长与成熟。

✖ 实践要点

- 强调内在生命和品格的培养，胜过外在行为的表现。
- 在家庭崇拜中追求真实的属灵经历，而非仅仅完成仪式。
- 诚实面对自己与家人的软弱与不完美，让信仰生活更真实、更有温度。

⊘ 避免事项：

- 避免只注重外在的宗教行为，却忽略内心的转化。
- 避免在孩子面前假装完美，以免造成信仰的距离感。
- 避免让家庭崇拜沦为表演或比较，失去原本的属灵意义。

实例分享

✦ 正面例子：王家父母的信心与慷慨

王家父母在面对经济困难时，仍然坚持奉献和帮助身边有需要的人。他们在家庭崇拜的时间里向孩子分享这样做的原因，讲解神的供应与慷慨的属灵意义。当邻居失业时，他们刻意带着孩子一起送上食物与关怀，让孩子亲身体会爱与行动。透过这些生活中的见证，孩子们深刻地学会了正确的价值观，成功不在于拥有多少，而在于是否活出神的心意与爱人的生命。他们明白，真正的富足是来自信心、慷慨与与人分享的喜乐。

💡 克服挑战：陈家父母的智慧引导

当陈家父母发现孩子开始崇拜金钱，常羡慕同学的名牌用品时，他们并未急于责备，而是选择以诚实与同理心来响应，坦承分享自己年轻时也曾面对类似的挣扎。他们一起制定了家庭的价值观宣言，讨论什么是真正重要的事情。父母也主动调整自己的消费习惯，减少不必要的购物，并积极参与慈善活动，让孩子看见金钱的正确用途与更高的使命。经过一段时间，全家重新专注神的心意和他人的需要，建立起更稳固的信仰根基与家庭文化。

✍️ 要点回顾

01

识别末世属灵危机

帮助孩子建立属灵辨识力，使他们能分辨世俗价值观的影响与诱惑，透过圣经教导与生活对话，引导他们看见真理与谎言的差别，建立坚固的信仰根基。

02

抵御物质主义的侵蚀

定期检视家庭的金钱观和成功观，父母以身作则，活出知足与慷慨的生命。透过实际行动传递正确的价值观，让孩子明白真正的富足不在于拥有，而在于分享与爱。

03

建造健康的家庭关系

从父母开始，建立彼此尊重、包容与诚实沟通的家庭文化。让家成为孩子情感安全的堡垒，也是信仰实践的起点，使爱与真理在日常互动中自然流露。

04

以信仰回应世界的挑战

不是逃避世界，而是在世界中持守信仰，活出光与盐的生命。教导孩子如何在现实生活中坚定立场、充满爱心地响应挑战，成为影响世界的门徒。



🎯 本周实践行动

1

与孩子讨论一个价值观主题

选择一个孩子容易理解且贴近生活的话题（如「什么是真正的成功？」），先倾听孩子想法，再分享圣经观点。**预期挑战：**孩子可能不感兴趣或持不同意见，这不是失败，而是对话的起点。重点在于建立开放、尊重的交流氛围，而非辩论。

2

在购买决策中体现价值观

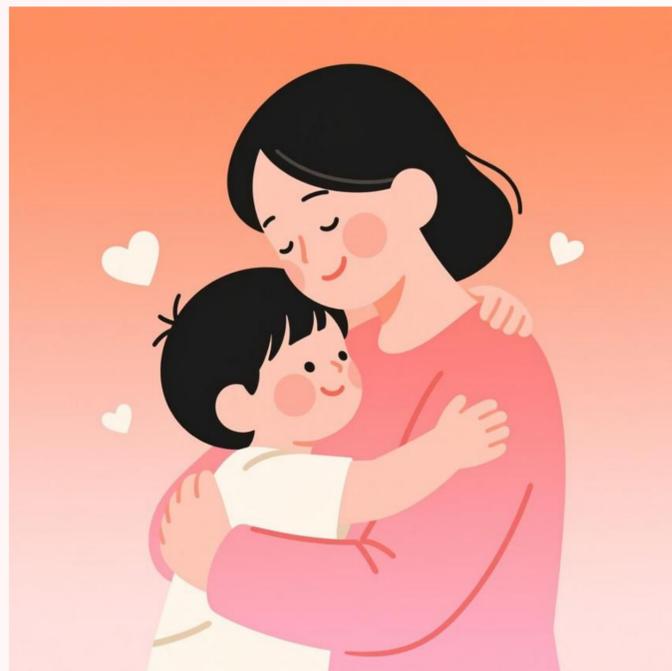
当家庭有购物需求时，向孩子解释背后的考虑因素，例如需要与想要的分别、是否符合家庭价值观等。也可以邀请孩子参与奉献的决定，让他们体会金钱的使命与祝福。**预期挑战：**孩子可能不理解或抱怨，但这是培养价值观的过程，他们会逐渐学会什么才是真正重要的事物。

3

分享自己的价值观挣扎

诚实地与孩子分享自己在金钱、成功等议题上的挣扎与反思，以及如何寻求神的心意。让孩子看见，信仰不是完美无缺，而是持续成长与依靠神的历程。**预期挑战：**孩子可能因父母不完美而失望，但这也让他们看见真实的信仰生命，学习以恩典和真理面对自己与他们。

💖 试试这样表达爱



- 「我相信你可以做到」
— 给予信心支持。
- 耐心听孩子说话，不轻易打断
— 尊重的倾听。
- 和孩子分享自己的童年故事
— 情感的分享。

第3章：父母预备 — 成为孩子信仰路上的引导者

圣经依据：以弗所书6:4

「你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。」

让它有趣：创造安全的分享环境，让亲子关系更亲密



1.避免伤害的智慧： 不惹儿女的气(弗6:4上)

「不要惹儿女的气」这个命令看似简单，却蕴含了深刻的教养智慧。保罗在此并非否定父母的管教责任，而是提醒我们，若以错误的方式对待孩子，可能会无意中伤害他们的心灵。

惹儿女的气可能表现在以下几个方面：过度严厉的管教、不公平的对待、情绪化的反应、不切实际的期望、缺乏解释的命令、忽视孩子的感受等。这些行为容易在孩子心中引发愤怒、怨恨或失望，不仅破坏亲子关系，也可能影响他们对天父形象的认识与信任。

建立健康的亲子关系必须从实践无条件的爱开始。这意味着我们爱孩子不是因为他们的表现，而是因为他们是神赐给我们的宝贝。即使在管教时，孩子仍应感受到我们的爱与接纳。我们需要学习控制情绪，以爱心说诚实话，用耐心处理冲突，让管教成为塑造品格的机会，而非伤害的来源。

✦ 实践要点

- 学习控制情绪，避免在愤怒中管教孩子。
- 建立公平且一致的家庭规则和后果，让孩子明白界线与安全感。
- 在管教后主动修复关系，明确表达对孩子的爱与接纳。

⊗ 避免事项：

- 避免用愤怒或威胁的方式进行管教。
- 避免让孩子感受到父母的爱是有条件的
- 避免在管教中攻击孩子的人格，而非针对行为本身进行引导。



2. 神话语的权威：按照主的教训养育(弗6:4下)

「照着主的教训和警戒」这句话提醒我们的教养方式应当以圣经为根基，而非盲目跟从世俗的教育理论或文化传统。这并不是否定现代教育的智慧，而是指出圣经应成为我们评估和选择教养方法的最高标准。

我们对孩子的期望应首先是属灵层面的：期盼他们认识神、爱神、并一生跟随神，而不仅仅追求学业成绩或社会成就。当然，我们也关心孩子的全面发展，但属灵生命应是首要的。这种优先次序会影响我们如何分配时间、做出决策、以及如何衡量真正的成功。



以圣经为基础的教养意味着我们要教导孩子圣经的价值观，例如诚实、公义、怜悯、谦卑、服事他人等等。我们也要运用圣经的智慧来面对各种教养挑战，无论是管教、鼓励，或是处理冲突，都应以神的话语为指引。

✂ 实践要点

- 以圣经原则为家庭教养的根基和指导。
- 优先关注孩子的属灵成长胜过外在成就。
- 运用圣经智慧处理各种教养挑战，如管教、鼓励与冲突管理。

⊘ 避免事项：

- 避免盲目跟从社会或传统习俗的教养方式。
- 避免将学业成绩作为衡量孩子价值的唯一标准。
- 避免忽视圣经在教养中的指导与权威。

3.榜样的力量：父母先要活出敬虔(提前4:12)

「不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。」——提摩太前书4:12

这节经文虽然是保罗对提摩太的勉励，但同样适用于我们这些身为父母的人。因为我们无法给出自己没有的，也不能教导自己不相信的真理。

孩子们是最敏锐的观察者，他们会注意我们的言行是否一致。如果我们教导他们诚实，自己却经常撒谎；教导他们要爱人，自己却习惯批评论断；教导他们信靠神，自己却在困难中充满焦虑，那么我们的教导就会失去力量与说服力。

与孩子真诚地分享自己的挣扎是非常重要的。我们不需要在孩子面前假装完美，反而应该让他们看见我们如何面对软弱、如何寻求神的帮助，以及如何从失败中学习与成长。这样的真实性不仅能帮助孩子更容易接受我们的教导，也让他们明白基督徒的生活不是毫无瑕疵，而是在神的恩典中不断被陶造的过程。

✦实践要点

- 在孩子面前活出一致的信仰生活。
- 真诚分享自己的挣扎和神的帮助。
- 在犯错时主动向孩子承认并道歉。

⊗避免事项

- 避免在孩子面前假装完美无缺。
- 避免要求孩子做自己都无法做到的事。
- 避免隐藏自己的软弱，以致给孩子一个不真实的信仰印象。

4. 共同成长的旅程：在知识和见识上多而又多(腓1:9)

「我所祷告的，就是要你们的爱心在知识和各样见识上多而又多。」
— 腓立比书1:9

教养孩子不是单向的传授，而是父母和孩子一起在基督里成长的旅程。我们都是神的儿女，都在学习，也都需要不断被陶造与更新。

对父母而言，保持学习和成长的心态非常重要。随着时代变迁，孩子面对的挑战与我们过去截然不同，我们需要持续学习新的教养智慧，更深入认识神的话语，也更敏锐地理解孩子的需要。同时，我们也能从孩子身上学到许多宝贵的功课：他们的单纯信心、旺盛好奇心，以及充满创意的眼光，都是值得我们欣赏与学习的。

这种共同成长的心态能营造一个充满学习氛围的家庭环境，使每个人都感受到被重视和被接纳。当孩子看见父母也在学习、也会犯错、也需要成长时，他们更容易接受自己的不完美，也更愿意与父母分享挣扎与困惑。

✦ 实践要点

- 持续学习新的教养知识和圣经真理
- 与孩子一起探索信仰问题，携手寻找答案。
- 营造一个彼此学习、共同成长的家庭氛围。

⊘ 避免事项

- 避免认为自己已经足够成熟，不需要成长。
- 避免停止学习新的教养方法与属灵原则。
- 避免在孩子面前表现得无所不知，让他们感到距离与压力。

实例分享：真实的信仰见证



★ 正面例子：诚实与信仰见证

刘爸爸在工作压力沉重时，主动与孩子分享自己如何透过祷告和神的话语来面对焦虑。他不会假装没一切都好，而是让孩子看见一个成年基督徒如何在挑战中倚靠神，寻求力量。当他在某个决策上犯错时，也会坦诚地向家人承认错误，并分享从中学到的功课。这样的真诚与谦卑，让孩子们学会在困难时寻求神的帮助，也不再害怕承认自己的错误，反而更懂得在失败中成长。



💖 克服挑战：改变与成长

赵妈妈发现自己常常在孩子不听话或成绩不理想时容易发脾气。她意识到这样的情绪反应会伤害孩子的心，于是主动向孩子道歉，并请孩子在她快要发怒时提醒她冷静。她也开始学习情绪管理，在家庭崇拜时间为自己的耐心祷告。随着时间推移，家庭气氛变得更加和谐，亲子关系也逐渐变得更亲密，更有信任。

这些真实的例子展示了父母如何在日常生活中实践信仰，并透过自己的改变与成长，为孩子树立榜样。当父母愿意承认自己的不足，并在孩子面前展现对神的倚靠时，这种真诚的信仰见证比任何说教都更有力量。

在这个过程中，关系胜过表现是一个重要原则。当孩子感受到被爱与接纳，他们更愿意聆听、学习，也更容易在信仰中扎根与成长。

📌 要点回顾



1. 避免伤害的智慧

管教应出于爱心而非情绪反应。以温柔与坚定并存的态度引导孩子，避免惹儿女的气，使教养成为建立信任与理解的过程。



2. 圣经权威的建立

以神的话语为教养的根基，不仅塑造品格，更引导孩子在属灵生命中成长。优先关注他们与神的关系，使信仰成为生活的核心。



3. 榜样力量的展现

父母的言行一致是最有力的属灵教导。在孩子面前活出真实的信仰生活，不仅传递价值观，更让孩子看见信仰如何在日常中具体实践。



4. 关系胜过表现

建立健康的亲子关系是有效属灵引导的基础。当孩子感受到被爱与接纳，他们更愿意聆听、学习，也更容易在信仰中扎根与成长。

🎯 本周实践行动

01

选择一个需要改进的教养行为

如控制情绪、更多倾听孩子心声等，向神祷告求帮助。

预期挑战：改变的过程可能很艰难，也会有反复，但神看重我们愿意改变与成长的心。

02

向孩子承认一个自己的不足

诚实地向孩子分享自己在哪方面仍在学习与成长，如容易忧虑、缺乏耐性等，并邀请孩子为你祷告。

预期挑战：孩子可能怠到惊讶或不知所措，但这样的举动能让他们看见父母的谦卑与真诚，也学会以祷告彼此扶持。

03

与孩子分享一个学习心得

告诉孩子你最近从圣经或生活中领受了什么样的亮光或提醒。

预期挑战：孩子可能表面上没有太大反应，但他们会在潜移默化中感受到父母也是在不断学习与成长的旅程中。

💖 试试这样表达爱

- 主动道歉承认错误 — 谦卑的爱
- 睡前在额头轻吻 — 温柔的晚安仪式
- 「你很努力，我看见了！」 — 肯定过程胜过结果

第4章：起步指南——建立简单有效的家庭崇拜

圣经依据：马太福音18:20

「因为无论在哪里，
有两三个人奉我的名聚集，
那里就有我在他们中间。」

让它有趣：从简单开始，让每个人都能参与。



1. 神同在的应许：两三人聚集的力量(太18:20)

应许的鼓励

主耶稣这个应许为家庭崇拜带来极大的鼓励和信心。我们不需要大型的聚会或完美的环境，只要有两三个人奉主的名聚集，神就应许与我们同在。这意味着即使是最小的家庭——只有父母和一个孩子——也能真实地经历神的同在。

奉主名聚集的意义

「奉我的名聚集」不仅仅是聚会开始时说一句「奉耶稣的名」，更重要的是我们聚集的目的与动机。我们是为了敬拜神、学习神的话语、彼此鼓励而聚集，而不是为了履行宗教义务或迎合他人的期望。当我们的内心真诚渴慕神，渴望与家人一同经历神的爱与同在，神就会在我们中间。

价值的本质

这个应许也提醒我们，家庭崇拜的价值不在于人数的多寡或形式的完美，而在于神是否在我们中间。有时候我们可能会觉得自己的家庭崇拜过于简单，比不上教会的聚会，但神看重的是我们的心，而非外在的华丽与仪式。

✂实践要点

- 相信神会在家庭崇拜中真实地与我们同在。
- 重视聚集的动机和心态胜过形式和规模。
- 在开始前邀请圣灵引导和祝福这段时间。

⊘避免事项

- 避免认为家庭崇拜不如教会聚会重要。
- 避免因为环境不完美而迟疑或放弃开始。
- 避免只是履行宗教义务却缺乏真诚的心。

2.现实起步的智慧：从适度开始（路14:28）

研究显示的最佳起步策略

根据家庭习惯建立的研究，最成功的家庭崇拜往往是从「现实可行」的目标开始：

频率	时长	成功率
每周次数 (如周二、周四、主日)	每次10-15分钟 控制在短时间内	成功率提升 比每天30分钟的计划高出80%

耶稣说：「你们哪一个要盖一座楼，不先坐下算计花费，能盖成不能呢？」(路14:28)这个原则非常适用于建立家庭崇拜。许多家庭之所以无法持续，是因为一开始就订下每天进行的目标，结果因为难以坚持而放弃。

为什么隔天进行更有效？

- 给予缓冲时间：让家庭成员有空间消化内容并期待下一次聚集。
- 减少压力：偶尔错过不会造成太大挫败感。
- 建立期待感：间隔让家庭崇拜更具仪式感与特别性。
- 适应生活节奏：更符合现代家庭的实际作息与时间安排。

✂实践要点

- 选择每周固定的2-3天。
- 严格控制在10-15分钟内，保持轻松愉快。
- 连续坚持4-6周后再视情况调整频率。
- 重视建立稳定习惯胜过追求形式上的完美。

⊘避免事项

- 避免一开始就计划每天进行，导致压力过大。
- 避免超过15分钟，以免造成疲劳或分心。
- 避免因偶尔错过就全盘放弃，记得恩典与弹性同样重要。

3. 时间安排的艺术：找到全家的黄金时间（传3:1）

「凡事都有定期，天下万务都有定时。」找到适合全家的固定时间是家庭崇拜能够持续且有果效的关键之一。

最受欢迎的时间选择？



晚餐后30分钟

食物消化
心情放松
全家容易聚齐



睡前15分钟

安静氛围
有助进入敬拜状态



周末早晨

不匆忙
有充足时间
心情愉快
精神饱满

时间选择的考虑因素：

- 全家人都在场且处于相对轻松的状态。
- 不易被日常事务打断或干扰。
- 符合家庭自然的生活节奏。
- 孩子们注意力较集中的时段。

✂ 实践要点

- 仔细观察家庭作息，找出大家都相对空闲的时间段。
- 建立固定时间的同时保持必要的弹性与调整空间。
- 鼓励全家参与，并同决定最合适的崇拜时间。

⊘ 避免事项

- 避免选择大家都很忙碌或疲累的时段。
- 避免过于僵化，无法因特殊情况做出调整。
- 避免频繁更改时间，以致无法建立稳定习惯。

4.：适合10-15分钟的简化结构（徒2:42）

使徒行传 2:42 描述了初代教会的生活：「都恒心遵守使徒的教训，彼此交接、擘饼、祈祷。」这四个元素成为家庭崇拜的核心架构。为了让家庭崇拜更容易持续，以下是一个适合 10-15 分钟的黄金结构：

10-15分钟的黄金流程



年龄适应的内容调整

年龄层	建议内容与方式
学龄前儿童 (3-6岁)	使用图画圣经、简单动作歌曲、短句祷告、角色扮演圣经故事。
小学生 (7-12岁)	儿童圣经故事、简单讨论问题、轮流读经、画画或手工回应。
青少年 (13-18岁)	现代译本圣经、生活应用讨论、个人见证分享、为朋友和学校祷告。

✂ 实践要点

- 保持「读经、祷告、分享」三个基本要素。
- 让每位家庭成员都有参与机会。
- 根据孩子年龄调整内容的深度和呈现方式。

⊘ 避免事项

- 避免设计过于复杂，导致难以持续。
- 避免由父母单方面主导，忽略孩子的参与。
- 避免忽视任何一个基本要素，保持内容的完整性。

实例分享

★ 正面例子：黄家的成功模式

黄家选择每周二、四、日晚餐后的15分钟作为家庭崇拜的固定时间。他们的流程简单而温馨：先一起唱一首短诗，接着由爸爸朗读3-4节经文，妈妈用显浅易懂的语言加以解释，然后孩子们轮流分享当天值得感恩的事情，最后每人说一句简短的祷告。坚持六个月后，这段时间成为全家最期待的时刻，孩子们甚至会主动提醒父母：「今天要家庭崇拜！」

👉 克服挑战：吴家的调整经历

吴家一开始希望每天进行30分钟的「完美家庭崇拜」，内容包括读经、查经、长篇祷告和背诵经文。然而他们很快发现孩子觉得时间太长、内容太枯燥，父母也感到压力沉重，两周后，他们不得不暂停。后来，吴家重新调整为每周三次，每次12分钟的简化崇拜内容，只包含读经、分享和祷告，并加入了圣经问答游戏，提升互动性。现在孩子们不仅主动参与，还会兴奋地问：「今天是家庭崇拜日吗？」

黄家成功关键

- 时间适中（15分钟）
- 频率合理（每周三次）
- 内容简单温馨
- 全家共同参与

吴家调整要点

- 从30分钟减至12分钟
- 从每天改为每周三次
- 简化内容，增加互动
- 加入游戏元素

📌 要点回顾



神同在的应许

相信神乐意在简单的家庭聚集中与我们同在。无论形式多么朴素，只要心是向着祂，祂的同在就是真实可感的。



现实起步的智慧

从每周2-3次，每次10-15分钟开始，是最实际且容易持续的方式。重点不在长度，而在稳定与真诚。



时间安排的艺术

选择一个全家都相对轻松的固定时段，让家庭崇拜成为生活的一部分，而不是额外的负担。



核心要素的平衡

维持简化但完整的结构：读经、祷告与分享三者兼顾，既有属灵深度，也保留亲密互动。

「从小处开始，持续比完美更重要，神必定祝福我们真诚的努力。」

🎯 本周实践行动

第 1-2 天：规划阶段

- 与家人讨论，选定每周 2-3 个固定的家庭崇拜时间。
- 确定每次 10-15 分钟的基本流程与内容。
- 准备简单的材料（如圣经、诗歌本等）。

1

2

第 3-4 天：开始实践

- 进行第一次 10 分钟的家庭崇拜。
- 让每位家庭成员都有参与的机会。
- 记录实际感受与需要调整的部分。

3

第 5-7 天：建立习惯

- 持续遵守既定时间与流程。
- 鼓励每位家庭成员积极参与。
- 为持续实践祷告，偶尔错过也不必自责，重启即可。

预期挑战与应对

- 可能会忘记：设定手机提醒，若忘记了也没关系，重新开始就好。
- 流程感觉生硬：多试几次自然就会熟悉，允许弹性调整。
- 有人不愿参与：给予时间与耐心，不强迫，用爱与接纳吸引他们加入。

💖 试试这样表达爱

对配偶说：

「亲爱的，我们一起来建立这个美好的家庭传统吧！即使每周只有几次，也必定会带来神的祝福。」

对孩子说：

「我真的很期待我们在一起的敬拜时光，你的参与让这段时间变得特别。」

对自己说：

「从小处开始，持续比完美更重要，神必定祝福我们真诚的努力。」

对天父说：

「亲爱的天父，求祢帮助我们建立稳定的家庭崇拜习惯，从简单开始，让每位家人都能享受与祢相遇的时光。奉主耶稣的名求，阿们。」

第5章：因材施教 — 针对不同年龄的灵修引导策略

圣经依据：箴言22:6

「教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。」

让家庭崇拜成为有趣：按年龄特点设计适合的活动



1. 个性化教养的原则：按孩子的道路教导（箴22:6）

希伯来文原意

箴言22:6的希伯来文原意是「按照孩子的道路」或「依照孩子的方式」来教导他们。这意味着教养不是一套固定的模式，而是需要根据每个孩子的独特性格、学习方式、兴趣爱好和发展阶段，灵活调整我们的教导方法。

孩子的独特性

每个孩子都是神独特的创造，拥有不同的恩赐、性格和学习风格。有些孩子是视觉型学习者，喜欢透过图片和影像吸收知识；有些是听觉型学习者，对音乐和故事特别敏感；有些是动觉型学习者，需要透过动手操作来理解概念。有些孩子外向活泼，喜欢互动和表达；有些内向安静，需要更多的时间思考与消化。

家庭崇拜的调整

在家庭崇拜中，我们需要观察和了解每个孩子的特点，进而调整我们的教导方式。对于喜欢故事的孩子，可以多用圣经故事；对于喜欢音乐的孩子，可以多加入诗歌；对于喜欢动手的孩子，可以设计简单手工活动。最重要的是让每个孩子都能以他们最自然、最容易接受的方式来学习并经历神的同在。

✦实践要点：

- 仔细观察每个孩子的学习风格与性格特征。
- 根据孩子的特质调整教导方式和活动设计。
- 尊重孩子的个别差异，避免强求一致。

⊖避免事项：

- 避免以单一方式对待所有孩子。
- 避免忽视孩子的独特需求与差异。
- 避免强迫内向的孩子像外向孩子一样表达。

2. 幼儿期的信仰启蒙：故事、歌曲、简单祷告（3-6岁）

幼儿期是信仰启蒙的关键阶段。这个年龄的孩子具有强烈的好奇心、丰富的想象力，以及单纯的信心。虽然他们尚无法理解复杂的神学概念，但却能够感受到爱、安全和美好。我们的目标是让他们对神建立正面的印象，感受到神的慈爱和美善。



圣经故事

圣经故事是这个年龄最有效的教导方式。我们应选择适合的故事，搭配生动的语言和表情来讲述，并辅以图片或简单的道具。故事内容宜简洁明确，重点突出，并与孩子的生活经验产生连结。例如，在讲述挪亚方舟的事迹时，可以强调神对动物的爱护，藉此教导孩子要爱惜生命、关怀小动物。



音乐与诗歌

音乐对幼儿有特殊的吸引力。简单的儿童诗歌不仅有助他记忆圣经真理，也能营造愉快的氛围。我们可以加入简单动作，让孩子边唱边做，提升参与感。



简单祷告

祷告则宜简单真诚，可以是一句感谢或祈求，重点的帮他们养成与神说话的习惯。

✦ 实践要点：

- 选择适龄的圣经故事，并以生动方式呈现。
- 结合音乐和动作提升趣味性和参与度。
- 鼓励孩子以简单真诚的祷告表达心意。

⊘ 避免事项：

- 避免时间过长，以免孩子失去注意力。
- 避免使用过于复杂的神学概念和词汇。
- 避免强迫孩子背诵他们尚未理解的内容。

3. 儿童期的品格建造：圣经故事、品格教导、感恩分享（7-12岁）

儿童期是品格塑造的关键阶段。这个年龄的孩子理解能力逐渐增强，能掌握因果关系，并开始建立个人价值观。他们仍然喜欢故事，但已能领会更深层的意义，并关注其中的真理教训。

丰富的圣经故事

此阶段可选择更丰富的圣经故事，不仅讲述情节，更要引导孩子思考人物的品格和选择。例如，讲戴维与歌利亚的故事时，除了强调戴维的勇敢，也要讨论他对神的信心；讲约瑟的故事时，则可着重于他的饶恕与坚毅。

生活连结

每个故事都应与现实生活连结，帮助孩子思考如何在日常生活中实践这些品格。

感恩分享

感恩分享在此阶段尤为重要。我们要教导孩子不仅为大事感恩，也要学会感谢生活中的小事。可以鼓励他们建立感恩日记，记录每天值得感恩的事情，也帮助他们察觉神在生活中的作为。

✦ 实践要点：

- 将圣经故事与生活连结，强调品格的实践。
- 培养观察与表达神恩典的能力。
- 鼓励主动分享与讨论信仰相关话题。

⊗ 避免事项：

- 避免只讲故事而不引导实际应用。
- 避免忽视孩子提出的问题和疑惑。
- 避免让分享变成表演或比较的场地。



4. 青少年期的信仰探索：深度讨论、生活应用、信仰问答（13-18岁）

青少年期是信仰发展的关键阶段。这个年龄的孩子开始具备独立思考的能力，会质疑权威，寻求自我认同。他们不再满足于简单的答案，而渴望更深入的理解与讨论。同时，他们也面对来自同侪和社会的多重压力，需要学习如何在现实生活中活出信仰。

此阶段的家庭崇拜应更像是开放的对话空间，而非单向的教导。我们要鼓励青少年提出问题，表达疑惑，甚至挑战某些观点。这不是信仰的危机，而是成长的契机。我们要以诚恳开放的态度响应，承认自己也在学习的路上，并与他们一同寻找答案。

生活应用在此阶段尤为重要。青少年面临的挑战包括学业、人际关系、身份认同与未来选择等，我们要帮助他们学习以圣经的原则来面对这些议题。同时，也要分享自己的信仰历程和挣扎，让他们看见信仰如何在现实生活中发挥力量。



✦ 实践要点：

- 营造开放的讨论环境，鼓励提问和思辨。
- 将信仰与青少年面对的现实挑战相连结。
- 以平等态度进行对话，避免居高临下。

⊘ 避免事项：

- 避免逃避困难的信仰问题或给予敷衍答案。
- 避免以权威压制青少年的合理疑问。
- 避免将家庭崇拜变成说教时间。

实例分享

★ 正面例子：分龄设计的家庭崇拜

林家有三个年龄各异的孩子（5岁、10岁、15岁），他们精心设计了分层的家庭崇拜。崇拜开始时全家一起唱诗敬拜，接着由爸爸朗读圣经。5岁的孩子聆听简化版的圣经故事并以画图方式响应；10岁的孩子则分享感恩事项，并讨论如何将圣经教导应用在生活中；15岁的孩子带领深入的信仰讨论，并为全家祷告。每位家庭成员都能以符合自己年龄与理解能力的方式参与，感受到被重视与接纳。这样的设计不仅促进了家庭间的属灵交流，也让孩子们在各自的阶段中自然地成长与扎根于信仰。

💪 克服挑战：面对青少年的信仰质疑

郑家的青少年孩子开始对信仰产生质疑，常在家庭崇拜时间提出尖锐的问题，甚至对某些圣经教导表达怀疑。父母起初感到困惑与不平，甚至想要制止这类讨论，担心会动摇孩子的信仰。然而，他们逐渐意识到这正是孩子信仰成长的自然历程；于是他们改变态度，开始鼓励开放的对话，坦诚面对孩子的疑问，也承认自己并非事事皆佑，愿意与孩子一同寻找答案。他们会查考资料、请教牧者、阅读护教书籍，并在过程中与孩子共同探索信仰。经过一段时间的诚实交流与学习，孩子的信仰变得更加坚定和个人化。



要点回顾

01

个性化教养原则

按孩子的道路教导，观察每个孩子的学习方式和性格特点调整教养方法以符合其独特性。

03

儿童期品格建造

运用圣经故事和生活应用，培养孩子的品格与价值观，帮助他们在日常中实践信仰原则。

02

幼儿期信仰启蒙

透过故事、诗歌与简单祷告，启发孩子对信仰的兴趣，建立正面、温暖的信仰印象。

04

青少年信仰探索

营造开放、安全的讨论环境，鼓励青少年提出问题，深入思考，建立个人化且真诚的信仰生命

本周实践行动

1. 观察孩子的学习方式：留意孩子是视觉型、听觉型、还是动觉型的学习者，并根据其特性调整家庭崇拜的呈现方式。

预期挑战：可能需要一段时间才能准确掌握孩子的学习特点，请耐心等待，慢慢来。

2. 根据孩子年龄调整崇拜环节：针对不同年龄层的孩子进行适度调整，例如：为年幼孩子加入动作歌曲，为年长孩子增加讨论时间或思考问题。

预期挑战：孩子可能需要一段适应期，或初次调整不够精准，建议持续微调并观察效果。

3. 让孩子参与设计过程：主动询问孩子希望家庭崇拜包含哪些内容，给予他们选择权。

预期挑战：孩子可能会提出奇特的建议，或一时没有想法，这都是正常现象。这都是正常的，慢慢引导。

试试这样表达爱

- 陪孩子做他们喜欢的事 —— 时间的投资
- 「你的想法很有趣！」 —— 尊重孩子的观点
- 和孩子一起做手工 —— 制造共同回忆

第6章：突破障碍 — 化解家庭崇拜路上的常见挑战

圣经依据：路加福音18:1

「耶稣设一个比喻，是要人常常祷告，不可灰心。」

让它有趣：将挑战变成成长的机会



1. 持之以恒的秘诀：常常祷告不可灰心（路18:1）

主耶稣的教导

主耶稣讲述寡妇和不义官的比喻，目的是教导我们「常常祷告，不可灰心」。这个原则同样适用于建立家庭崇拜的过程。我们会遇到各种困难和挫折，可能中途停顿、甚至失败，但关键在于不灰心，持续地重新开始。

长期旅程

建立家庭崇拜是一段长期旅程，不可能一帆风顺。我们可能因忙碌而中断，因孩子的抗拒而感到沮丧，也可能因自身软弱而自责。但这些都是正常现象，重要的是不要因一次失败就完全放弃。每一次的重新开始都是一个新的机会，每一次的坚持都是信心的操练。

祷告的核心

祷告应该成为家庭崇拜的核心，不仅是其中的一个环节，更是整个过程的动力。我们要为家庭崇拜祷告，求神赐下智慧、耐心和恒心；也要在崇拜中彼此代祷，让祷告成为连结家人心灵的纽带。当我们将家庭崇拜交托给神，依靠神的恩典而非自己的努力时，就更容易持续下去。

✦ 实践要点

- 以祷告为家庭崇拜的核心和动力来源。
- 接受中断和失败是正常现象，重要在于重新开始。
- 倚靠神的恩典而非单靠意志力维持。

⊗ 避免事项

- 不要因一次失败就完全放弃。
- 避免让祷告流于形式，失去真诚。
- 避免过度依赖自己的努力而忽略神的帮助。

2. 时间管理的智慧：化整为零的灵活策略（弗5:16）

「要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。」保罗提醒我们要善用时间，这在现代快节奏的生活中尤为重要。

许多家庭觉得没有时间进行家庭崇拜，但问题往往不在于时间不足，而是未找到合适的安排方式。



化整为零

「化整为零」是一个有效策略。我们不一定要有完整的30分钟或1小时，可以善用各种碎片时间。开车时听圣经朗读或诗歌、散步时分享感恩事项、睡前进行简短祷告等等，这些零碎的时间累积起来，往往比一次长时间的聚会更有果效。



灵活性是关键

灵活性是关键。我们应根据家庭的实际情况调整时间长度和形式。忙碌的日子可以简短一些，轻松的日子则可丰富内容。重点在于保持连续性，即使只有几分钟，也胜过完全没有。我们也可善用现代科技，如在家庭群组中分享经文或代祷事项。

✂ 实践要点

- 善用车程、散步、等待等碎片时间进行简短灵修。
- 根据实际情况灵活调整时间长度和形式。
- 运用科技工具提升灵修便利性。

⊘ 避免事项

- 不要认为必须有完整的长时间才能进行崇拜。
- 忙碌时也不要完全忽略家庭崇拜。
- 避免过分追求时间完美而忽略内容质量。

3. 激发兴趣的创意：提升互动性和趣味性（箴17:22）

「喜乐的心乃是良药；忧伤的灵使骨枯干。」

箴言17:22

神赐予我们喜乐的能力，家庭崇拜应是一段充满欢乐和温馨的时光，而不是沉闷或压力重重的义务。当家庭成员（尤其是孩子），觉得家庭崇拜有趣和吸引人时，他们自然更愿意参与。

提升互动性

提升互动性能让每位成员感到参与和价值。我们可以让家人轮流带领不同的环节，如选诗歌、读经文、带领祷告等；也可以设计互动，如圣经问答、角色扮演、分享游戏等。重点是让每个人都有发言和参与的机会，而非仅由父母主导。

创意和趣味性

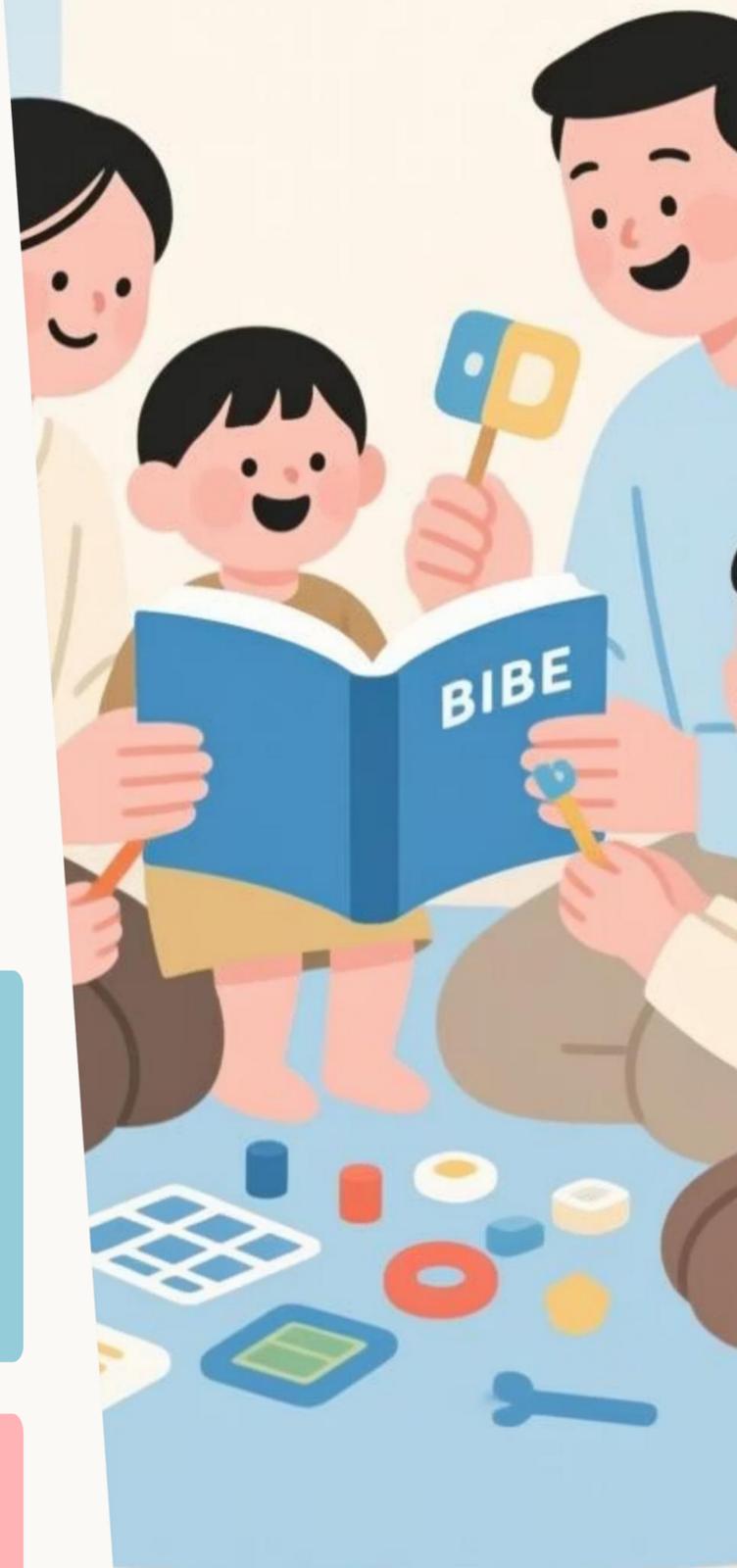
创意和趣味性可透过多种方式呈现。使用视觉辅助工具（图片、影片、手工制作等）、加入音乐元素（唱诗、演奏、创作歌词等），以及设计主题活动（感恩周、祷告周、服务周等）。保持新鲜感，避免单调重复，是持续吸引力的关键。

✦ 实践要点

- 设计互动活动让每位家庭成员都能积极参与。
- 运用多感官与创意元素提升吸引力。
- 定期更新内容与形式，保持新鲜感。

⊗ 避免事项

- 避免单调重复，让人感到乏味。
- 避免只有父母讲述，孩子被动聆听。
- 避免过度追求趣味而忽略属灵深度。



4. 重新开始的勇气：降低期望，拥抱不完美

「弟兄们，我不是以为自己已经得着了；我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。」腓立比书3:13-14

保罗提醒我们，基督徒的生命是一段持续成长的旅程，不需追求完美，而需专注于不断努力。

过高期望的陷阱

许多家庭在建立家庭崇拜时常，设定过高期望，希望每次都完美无缺、孩子总是积极参与，以及自己总是准备充足。当现实与期望落差过大时，容易感到挫折和失望，甚至放弃。但神看重的是我们的心志和努力，而不是外在的完美表现。

降低期望的智慧

降低期望不是降低标准，而是接受现实，从可行之处开始。如果每天15分钟太困难，就从每天5-10分钟开始；若无法每天进行，就从每周几次开始；若孩子不愿意参与，就由父母先开始。重点是开始行动，而非等待完美条件。

✖ 实践要点

- 设定可行目标，接受渐进式改善。
- 庆祝每一小步的进展与成功，不只关注不足。
- 将重新开始视为正常历程，而非失败。

⊘ 避免事项

- 避免设定不切实际的高标准，造成压力。
- 避免因无法完美执行而自责或放弃。
- 避免与其他家庭比较而产生挫折感。

实例分享

★ 正面例子：灵活安排，让信仰融入生活

马家原本计划每天晚上7点进行30分钟的家庭崇拜，但很快发现难以坚持，因为孩子们有各种课外活动，父母也常因加班而无法准时回家。后来他们改采更具弹性的时间安排：有时在早餐时进行5分钟的感恩祷告，有时在开车途中听圣经故事，有时则在睡前进行简短的分享。虽然崇拜形式与时间不固定，却反而让全家更容易参与，信仰话题也更自然地融入了日常生活。这种灵活的方式不仅减少了压力，也让家庭成员在不同时刻都能感受到神的同在。

💪 克服挑战：勇敢承认软弱，重新出发

周家曾坚持了三个月的家庭崇拜，但后来因工作繁忙和孩子的抗拒而中断了两个月。父母因此感到挫折和内疚，觉得自己失败了。后来在牧师的鼓励下，他们决定重新开始，并选择降低期望，调整心态。他们坦诚地向孩子承认自己的软弱，并邀请孩子一起重新设计家庭崇拜的形式。全家共同讨论：什么时间最合适？什么内容最有趣？什么方式最容易持续？这次的重新出发不仅恢复了家庭崇拜的习实，也让家庭关系变得更加亲密和真实。

📌 要点回顾

1 持之以恒的秘诀

中断是正常的，重要在于不灰心，愿意一次次重新开始。

2 时间管理智慧

化整为零，善用碎片时间，灵活调整形式与长度。

3 激发兴趣创意

提升互动性和趣味性，让家庭崇拜充满欢乐与期待。

4 依靠神的恩典

不是靠意志力坚持，而是靠神的帮助和恩典。

🎯 本周实践行动

1. 为家庭崇拜的坚持祷告

每天为家庭崇拜能够持续进行祷告，求神赐下智慧和恒心。

预期挑战：可能仍会有中断或忘记的时候，但祷告能让我们更依靠神而非靠自己。

2. 设计一个有趣的互动活动

如圣经问答、角色扮演或创意分享游戏。

预期挑战：第一次尝试可能不太成功或孩子反应平淡，但多试几种方式就能找到适合的节奏。

3. 建立「重新开始」的机制

若中断了，不要自责，立即重新开始，即使只有1分钟也好。

预期挑战：重新开始时家人可能会抗拒，但只要耐心解释并坚持下去，态度比完美更重要。

💖 试试这样表达爱



- 击掌庆祝 —
透过身体接触分享喜悦
- 「看到你快乐，我也快乐！」 —
传递情感共鸣
- 在孩子书包里放鼓励小纸条 —
制造惊喜与关怀

第7章：学业平衡—在升学压力下维持家庭信仰生活

圣经依据：马太福音6:33

「你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。」

让它有趣：将祷告作为灵修的核心部分



1. 敬畏耶和华是智慧的开端：重建学习的根基（箴9:10）

圣经依据：箴言9:10 「敬畏耶和华是智慧的开端，认识至圣者便是聪明。」

所罗门王这句话为我们建立了真正的智慧观：敬畏神是一切智能和学习的起点，而不是学业成就本身。在面对现代教育时，这个原则格外重要，因为社会常将学业成绩视为衡量孩子价值的唯一标准。

将祷告作为家庭崇拜的核心，代表我们承认神在孩子学习中的主权。父母为孩子祷告，不仅是求学业成功，更是求智慧增长、品格成熟与身心健康。我们也要鼓励孩子为自己祷告，学习将需要与担忧交托给神。

同时，鼓励孩子为父母和其他家庭成员祷告，不仅培养他们关心他人的心，也让他们体验祷告的力量和意义。当孩子学会为父母的工作、健康与需要祷告时，他们便开始理解何为真正的爱和关怀。

敬畏耶和华的学习观

- 认识神是智慧的源头，学习是认识神创造的过程。
- 以神的眼光看待知识，将学习视为神的恩赐。
- 在学习中寻找神的心意，而非只追求世俗成功。
- 明白智慧胜过聪明，品格胜过成绩。

祷告重点的转移

- 从「求好成绩」转向「求智慧和理解力」。
- 从「求超越他人」转向「求发挥神赐的恩赐」。
- 从「求进名校」转向「求走在神的道路上」。
- 从「求成功」转向「求成为他人的祝福」。

建立以神为中心的学习观意味着我们重新定义「成功」。成功不只是高分或名学，而是智能的增长、品格的成熟，以及对神和他人的爱。当价值观正确时，学业成就便成为荣耀神的工具，而非自我价值的来源。

✂实践要点

- 在祷告中为孩子的智慧与品格成长祈求。
- 教导孩子为自己、父母和他人祷告。
- 重新定义成功，强调智慧和品格胜过成绩。
- 将所学知识与神的创造连结，培养敬畏之心。

⊘避免事项

- 避免让学业完全主导家庭生活和价值观。
- 避免只在考试期间才想到神和祷告。
- 避免将神当作提升成绩的工具。
- 避免用成绩衡量神的祝福或孩子的价值。

2. 时间整合的艺术：将灵修纳入学习生活（传3:1）

📖 圣经依据：传道书 3:1「凡事都有定期，天下万务都有定时。」

智能的时间管理不是将灵修和学习对立，而是将两者整合为和谐的整体。灵修不应该被视为学习的竞争对手，而是学习的重要补充和支持。

将家庭崇拜视为学习计划的一部分，需要我们转变思维。灵修时间不是从学习时间中「偷」出来的，而是为学习注入动力和方向的时刻。当孩子在灵修中得到平安和智慧时，他们的学习效率往往更高。

我们可以教导孩子在学习中的应用信仰原则：诚实地面对自己的能力和限制，勤奋努力而非依赖运气，在困难中寻求神的帮助，与同学分享和合作而非恶性竞争。这些原则不仅有助于学习，也能培养良好的品格。

考试期间不必完全停止家庭崇拜，而是可调整形式和时间。即使时间缩短、内容简化，持续的习惯仍然重要。我们可以为孩子的考试祷告，也可用神的话语鼓励他们，帮助他们保持平衡的心态。



时间规划

将灵修视为支持学习的重要资源，而非竞争对手。



信仰应用

教导孩子在学习中的应用圣经智能和原则。



弹性调整

考试期间调整而非停止家庭崇拜。

✂ 实践要点

- 将灵修视为支持学习的重要资源。
- 教导孩子在学习中的应用圣经智能和原则。
- 考试期间调整而非停止家庭崇拜。

⊘ 避免事项

- 避免认为灵修会影响学习效率而完全牺牲。
- 避免在考试期间完全停止属灵操练。
- 避免将学习和信仰完全分离。

3. 压力释放的管道：在祷告中交托焦虑(腓4:6-7)

📖 圣经依据：腓立比书 4:6-7 「应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。」

这段经文提供了处理学业压力的最好方法：透过祷告交托焦虑，领受神所赐的平安。

我们要教导孩子不只为好成绩感恩，也要为学习过程感恩——感谢有学习的机会、老师的教导、同学的帮助、父母的支持等等。即使成绩不理想，也能为所学到的功课与改进的机会感恩。

在祷告中放下学业压力和焦虑是一项重要的属灵操练。孩子需要学会将担忧、恐惧与期望交托给神。这不是鼓励他们不努力，而是帮助他们依靠神的恩典与智慧，而不是单靠自己的能力。

我们也要帮助孩子明白，神关心的是他们的全人，而不只是成绩。神爱他们不是因为他们的表现，而是因为他们是神的儿女。这份无条件的爱能带来安全感，使他们在面对挫折时不致崩溃。



✂ 实践要点

- 教导孩子为学习过程和机会感恩。
- 在祷告中释放学业压力、焦虑和恐惧。
- 强调神对孩子的无条件爱胜过成绩表现。

⊘ 避免事项

- 避免只在成绩不好时才祷告求助。
- 避免将祷告变成求好成绩的交易工具。
- 避免忽视孩子的情绪需要，只关注成绩。

4. 价值观的重塑：圣经故事与经文的双重滋养

圣经故事与经文同样重要，这一认识对于在学业压力下维持信仰生活尤其重要。故事能触动人心、传达真理；经文则提供具体的指引和应许。两者结合能为孩子带来全面的属灵滋养。



但以理的学习历程

在巴比伦异邦文化中保持信仰，同时在学问上超越众人。



约瑟的信心

在困境中仍然信靠神，最终成为埃及的宰相。



戴维的勇气

面对巨人歌利亚时，凭信心而非自己的能力取得胜利。

我们可以选择与学习和成长相关的圣经故事，如但以理在巴比伦的学习历程、约瑟在困境中的信心、戴维面对巨人歌利亚的勇气等。这些故事能为孩子提供榜样与鼓励，让他们看见信仰如何在现实挑战中发挥力量。

鼓励孩子背诵圣经经文是宝贵的属灵操练。我们可挑选与智慧、勇气、平安相关的经文，帮助孩子在面对挑战时记得神的话语。背诵经文不仅是记忆的训练，更是将神的话语深藏心中的过程。

我们要避免让成绩成为衡量价值的唯一标准。孩子的价值来自神的创造与爱，而非他们的表现。我们应该庆祝孩子的努力和进步，而不仅仅是最终的成绩。同时，也要重视品格的培养，如诚实、勤奋、关爱他人等，这些品格远比任何成绩更为重要。

✂ 实践要点

- 透过圣经故事为孩子提供面对挑战的榜样和鼓励。
- 选择适合的经文，鼓励孩子背诵和默想。
- 重视品格培养胜过单纯的成绩追求。

⊘ 避免事项

- 避免将成绩作为衡量孩子价值的唯一标准。
- 避免忽略品格培养，只关注学术成就。
- 避免让圣经学习变成另一种学业压力。

实例分享

✦ 正面例子

高家在孩子面临中考压力时，主动调整家庭崇拜内容：每天早晨用5分钟为孩子的智慧与平安祷告，晚上则分享感恩事项，例如学习上的进步、老师的帮助、同学的友谊等。孩子逐渐学会在困难科目时祷告求智慧，在考试前祷告求平安。最终不仅成绩有所提升，心态也变得更加平和稳定。

👉 克服挑战

杨家孩子因学习压力而抗拒家庭崇拜，认为这个占用宝贵的学习时间。父母因此调整策略：在孩子学习的间隙中进行简短的祷告与鼓励，为孩子的学习困难代祷，并以圣经话语安慰其焦虑情绪，同时邀请孩子为父母的工作压力祷告。渐渐地，孩子重新接纳家庭崇拜，甚至主动提出在考试前全家一起祷告的请求。

📌 要点回顾

01

重建优先次序：以「先求神的国和神的义」为原则，将祷告作为家庭崇拜的核心。

02

时间整合的艺术：将灵修融入学习生活，视其为支持而非竞争。

03

压力释放的管道：透过祷告交托焦虑，培养感恩的心态。

04

学业与信仰的平衡：在升学压力下调整家庭崇拜的方式，而非停止。



🎯 本周实践行动

🎯 重新审视家庭优先次序

与家人讨论a什么对家庭最重要，确保神的国居于首位。

预期挑战：可能会发现实际行为与价值观不一致，这正是改变的起点，请不要气馁。

🎯 在家庭崇拜中加强祷告的比重

为孩子的全面成长祷告，而非仅限于成绩。

预期挑战：孩子可能觉得祷告时间过长或内容不符期望，可藉此机会解释祷告的意义与价值。

🎯 教导孩子在学习应用中应用信仰原则

例如诚实面对能力、勤奋努力、寻求神帮助。

预期挑战：孩子可能认为信仰与学习无关又或过于理想化，可透过具体实例慢慢引导。

💖 试试这样表达爱



陪孩子完成困难的作业 — 传递支持与陪伴



「你长大了，变得更懂事。」 — 肯定孩子的成长



生病时为孩子额头测温 — 关怀中的温柔接触

第8章：家庭崇拜的真义

家庭崇拜的核心使命是引导全家更深爱神，而绝非塑造「听话孩子」的工具。一旦家庭崇拜沦为管教时段，孩子往往会心生抗拒，甚至逐渐远离神。

请记住：家庭崇拜是一份爱的邀请，不是行为的审判台。



圣经中的家庭敬拜榜样

当我们翻开《创世记》，会发现一个令人深思的现象：亚伯拉罕在示剑、伯特利、希伯仑筑坛敬拜神；艾萨克在别是巴筑坛求告耶和華的名；雅各布在伯特利立石柱浇油向神献上敬拜。

这些祭坛不只是宗教仪式的象征，更是他们对神敬畏、感恩和委身的见证。更重要的是，这些敬拜不是孤立的宗教活动，而是他们整个生活方式的延伸——他们在日常中敬畏神、顺服神、依靠神。

今天，当我们在家中建立「家庭崇拜」这个属灵祭坛时，我们也需要诚实地问自己：我们是在建立一座真正的敬拜祭坛，还是在打造管教子女的讲台？

真正的家庭崇拜应如族长的祭坛一样，
成为全家敬拜神、亲近神，并经历神的神圣时刻。

1. 家庭崇拜是生活敬拜的延伸

族长生活敬拜的典范

亚伯拉罕的敬拜体现在他的整个生活方式中：他顺服神的呼召离开本地本族，在困难中仍坚信神的应许，甚至愿意将最宝贝的儿子艾萨克献给神，并在每个居住地建立祭坛。这些行动告诉我们，真正的家庭崇拜必须建立在父母真实且持续的生活敬拜基础上。

生活敬拜的三个核心表现

- **教会生活的委身**：定期参与主日崇拜，积极投入教会服事，与信徒建立真诚团契，在祷告、时间与金钱上支持神的工作。孩子们观察父母对教会的态度，这直接影响他们对家庭崇拜的认同与投入。
- **祷告和圣经的实践**：每天固定的祷告与读经，餐前感恩，在困难中寻求神的帮助，在重要决策前祷告寻求神的旨意。在日常生活中实践圣经真理，展现基督徒品格，主动帮助他人，选择饶恕而非报复。
- **奉献和见证的勇气**：甘心乐意地奉献金钱、时间和恩赐，在职场中不隐藏信仰身份，以生活方式见证神的美好，在试炼中依然信靠神，在成功中将荣耀归给神。

当我们的生活真正以敬拜神为中心时，家庭崇拜就不再是额外的负担或形式性的表演，而是自然流灵的属灵延伸。

2. 家庭崇拜是神圣时间的分别

艾萨克的专属敬拜

创世记26:25记载：「艾萨克就在那里筑了一座坛，求告耶和華的名，并且支搭帐棚。」值得注意的是，艾萨克先筑坛敬拜神，然后才安排其他事务。这启示我们：家庭崇拜应该是专门分别出来敬拜神的神圣时刻。



神圣时间的特质

专门性和规律性

这段时间只用来敬拜神，不处理其他家庭事务。选择安静、不受干扰的空间，全家人专注于神。关闭电视、手机等干扰设备，固定时间进行，建立基本的结构和流程。

互动性和成长性

鼓励家庭成员轮流带领，参与祷告，创造安全空间让大家分享心得。随着孩子成长调整内容深度，帮助家人将所学应用到日常生活，透过神的话语塑造基督徒品格。

3. 家庭崇拜不是批评教训的时间

雅各布在伯特利的纯粹敬拜

雅各布在伯特利梦见天梯后说：「耶和华真在这里，我竟不知道！」他随即立石为柱，浇油敬拜。值得注意的是，雅各布在这神圣时刻并未反省错误或自责，而是单纯地敬拜神、感谢神的显现。敬拜的时间应该专注于神，而非人的问题与缺陷。

避免的错误

- 利用圣经故事指出孩子的具体问题
- 在祷告中「代替神」责备孩子行为
- 将崇拜时间变成道德说教
- 用属灵语言包装批评
- 错误示例：「我们读戴维诚实的故事，某某你要学习不要撒谎……」
「我们为某某祷告，求神帮助他改掉懒惰……」

正确的焦点

- 专注于神的属性（慈爱、信实、智慧、能力）
- 感谢神在家庭中的恩典与带领
- 学习默想圣经真理
- 透过祷告敬拜亲近神
- 教导与管教应安排在其他适当时机，如日常生活中的自然教导、专门的谈话时间、睡前的个人交流或家庭会议时间。

4. 家庭崇拜是建立属灵传承的时间

三代族长的信仰传承

从亚伯拉罕到艾萨克，再到雅各布，我们看见美丽的信仰传承链：亚伯拉罕建立敬拜传统，艾萨克继承父亲信仰，雅各布则将信仰传给十二个儿子。这份传承透过日常敬拜、教导和榜样逐步建立。



信仰故事和价值观传递

分享家族信仰历程与神的作为，传递个人见证和属灵经历，透过圣经故事传递核心真理，介绍教会历史与传统。同时塑造属灵价值观：建立基督徒世界观，培养道德品格，引导以荣耀神为中心的人生目标。



属灵习惯和关系建立

教导孩子建立个人祷告读经习惯，培养对教会生活的热爱和委身，鼓励用恩赐服事神与他人，教导感恩与奉献的重要性。帮助每个孩子建立与神的个人关系，学习以基督的爱对待他人，并在教会中找到归属感。



实例分享

李家的转变

李先生原本的家庭崇拜常常以批评作结，导致孩子们越来越抗拒参与。有一次，牧者直言不讳地指出：「你的家庭崇拜已经变成了家庭法庭。」这句话让李家深受触动，于是开始调整方向：将焦点转回敬拜神，以正面方式应用圣经教导，并将品格教育安排在其他更合适的时段。三个月后，孩子们不仅不再抗拒，还开始主动参与，甚至期待每天的家庭崇拜时光。这段转变不只是形式上的改变，更是心态与关系的更新。

王家的属灵传承

王奶奶作为家族中的第一代基督徒，在家庭崇拜中常常分享神的恩典与信仰见证。王爸爸承接这份属灵传统，定期与孩子们分享神的带领与信实，帮助孩子了解家族的信仰历程，并一起讨论如何将这份信仰传承给下一代。如今，王家三代人都建立了家庭崇拜的习惯，信仰的火炬在家族中持续燃烧，成为一代代人生命中的亮光与力量。

要点回顾

✓ 家庭崇拜是生活敬拜的延伸

· 教会生活的委身、祷告、圣经实践、奉献、作见证是基础。

✓ 家庭崇拜是神圣时间的分别

· 具备专门性和规律性、并强调互动性与属灵成长。

✓ 家庭崇拜不是批评教训的时间

· 焦点应放在敬拜神，而非人的问题；教导与管教可安排在其他合适时间。

✓ 家庭崇拜是建立属灵传承的时间

· 传递信仰故事和价值观，培养属灵习惯与家庭关系

🎯 本周实践行动

- 第1-2天：**
评估现状
- 检视你的敬拜生活：教会参与、个人灵修、日常见证是否真实活出信仰。
 - 反思家庭崇拜是否不自觉地成为批评与教训的时间。
 - 观察孩子们对家庭崇拜的真实反应与态度。
- 第3-4天：**
调整焦点
- 在家庭崇拜中专注赞美神的属性和作为。
 - 避免在崇拜时间指出孩子的错误或问题。
 - 将教导与管教安排在其他更合适的时段。
- 第5-7天：**
建立传承
- 分享神在你生命中的恩典与作为。
 - 与孩子们讨论家族的信仰历程与属灵传承。
 - 为孩子们的属灵成长与信仰延续献上祷告。

💖 试试这样表达爱

对配偶说：

「亲爱的，我们一起建立真正的家庭祭坛，让家庭崇拜成为全家人期待的美好时光。」

对孩子说：

「孩子，家庭崇拜是我们全家一起亲近神的特别时刻，你的参与让这段时间更加美好。」

对自己说：

「我要像族长一样，在家中建立真正的属灵祭坛，让神的同在充满我们的家庭。」

对天父说：

「天父，求你帮助我们建立真正的家庭祭坛，让我们的家庭崇拜成为敬拜祢、传承信仰的神圣时间。奉主耶稣的名求，阿们。」

第9章：氛围紧张 — 仍然继续的家庭崇拜

想象这样的场景：晚饭过后，照例是家庭崇拜的时间。但今天不一样 — 爸爸妈妈刚刚因孩子的教育问题激烈争吵，彼此冷脸相对，空气中弥漫着尴尬的沉默。十岁的小明因数学只考了六十分，躲在房间里偷偷哭泣；八岁的小美因与好朋友吵架，整个下午都闷闷不乐。

又或者是另一种情境：妈妈刚严厉批评青春期的儿子，因他再次撒谎未完成作业。儿子满脸愤怒，爸爸则在一旁纠结，不知该支持妻子的管教，还是安慰受伤的孩子。



1. 家庭崇拜中的常见挣扎

内心的疑问

- 「现在这种气氛，还要硬着头皮进行家庭崇拜吗？」
- 「孩子们心情这么糟，勉强聚在一起读经祷告，会不会很虚伪？」
- 「我自己都一肚子火，怎么可能带领家人敬拜神？」
- 「是不是应该等大家心情好了再说？」

更深层的困惑

- 基督徒家庭就应该总是和睦吗？
- 当我们彼此生气时，神还会听我们的祷告吗？
- 孩子们会不会因此对信仰产生负面印象？

关键的问题是：当家庭氛围紧张、每个人都心情低落时，我们还要继续家庭崇拜吗？

答案是：不仅要继续，而且这正是我们最需要神同在的时刻。

但是，我们需要智慧。不能假装一切都好，强行进行「正常」的崇拜；也不能因冲突就完全放弃。我们要学会在真实的困难中寻求神，在破碎的关系中经历祂的医治。

2. 四个关键原则：在困难中维持家庭崇拜的真实性与果效

原则一：诚实面对，不假装完美

📖 圣经根基：诗篇51:6

「你所喜爱的是内里诚实；你在我隐密处，必使我得智慧。」

核心原则：真实胜过完美

当家庭出现冲突或不愉快时，最大的错误就是假装一切都好，强行进行「正常」的崇拜。孩子们能敏锐地察觉虚假，这会让他们对信仰产生怀疑。神喜爱的是内里的诚实，祂要我们在隐密处得着真正的智慧。

具体做法

- **承认现况**：「我知道我们刚才有些不愉快，但正因如此，我们更需要神的帮助。」
- **调整内容**：选择关于饶恕、和好、或神慈爱的经文，不逃避问题。
- **鼓励表达**：允许家人在祷告中表达真实感受，包括愤怒、失望或伤心。

面对孩子的挫折时

- 「我看到你今天很难过，考试没考好让你很沮丧，对吗？」
- 「和朋友吵架真的很不舒服，我理解你的感受。」
- 「让我们一起把这些难受的感觉告诉神，祂最理解我们。」

原则二：灵活调整形式，保持核心不变

📖 圣经根基：马太福音11:28-29

「凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。」

核心原则：形式服务于目的

耶稣邀请所有劳苦担重担的人到祂面前，包括在家庭冲突中疲惫的我们。家庭崇拜不应成为额外负担，而是得安息的地方。

具体做法

- **缩短时间**：从15分钟缩短为简短祷告与分享。
- **改变重点**：从教导转向安慰，从讨论转向静默，从唱诗转向祷告。
- **个别关怀**：若某个孩子情绪低落，可先单独陪伴，再进行家庭时间。



根据情况调整

- **成绩不佳**：选择关于神恩典和第二次机会的经文。
- **与朋友冲突**：阅读关于友谊和饶恕的经文。
- **父母想严厉管教时**：先阅读关于温柔管教的经文，提醒自己管教的目的是爱。



智慧的暂停策略

- 「我现在很生气，需要几分钟冷静一下。我们先暂停，等我平静后再继续家庭崇拜。」
- 「让我们先为彼此祷告，求神给我们智慧和耐心。」

原则三：化冲突为教导机会

☐ 圣经根基：雅各布书1:2-4

「我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐；因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。」

核心原则：在破碎中见证神的恩典

试炼不是为了摧毁我们，而是为了成全我们。家庭冲突和孩子挫折虽痛苦，却也是信心成长的契机。这些困难时刻是最真实的教导机会，让我们和孩子一起学习如何在试炼中依靠神。

具体做法

- **示范悔改**：父母在孩子面前承认错误，请求饶恕，展示真实信仰。
- **一起寻求神**：将家庭问题带到神面前，让孩子看见祷告的力量。
- **分享学习**：讨论从冲突中学到的功课，如何下次做得更好。

将挫折转化为成长

- **重新定义失败**：失败是学习的机会，不是价值的否定。
- **正确处理压力**：教导孩子在压力中依靠神。
- **修复关系**：讨论如何主动和好，实践基督的爱。

管教时的智慧

- **先处理心态**：「我很失望你撒谎了，但我的爱没有改变。让我们看看神如何看待诚实。」
- **寻求神的标准**：一起读相关经文，让孩子明白这不只是父母的要求，更是神的心意。
- **祷告求智慧**：为正错误与有力量做对的事而祷告。

原则四：建立恢复机制，重建家庭和谐

☐ 圣经根基：以弗所书4:26-27

「生气却不要犯罪；不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。」

核心原则：冲突后的重建比避免冲突更重要

愤怒本身不是罪，但若不处理就会给魔鬼留地步。家庭冲突难免，关键是如何及时修复关系，不让苦毒在心中扎根。

具体做法

- **设立「和好时间」**：冲突后24小时内安排特别家庭崇拜，专注修复关系。
- **互相代求**：为彼此祷告，为自己的软弱祷告。
- **庆祝和好**：关系恢复后，在崇拜中感谢神的恩典。

孩子挫折的恢复策略

- **重建信心**：分享神对孩子的爱和计划不变。
- **寻找新方向**：一起祷告，制定新的学习或改善计画。
- **庆祝小进步**：在家庭崇拜中特别感恩。

管教后的修复过程

1. **确认理解**：确保孩子明白被管教的原因，不是因为不被爱。
2. **重申爱意**：清楚表达无条件的爱，让孩子知道管教是为了帮助他们成长。
3. **一起祷告**：为所犯的过错、改正的决心，以及彼此的关系同心祷告。
4. **制定计划**：讨论如何避免重蹈覆辙，并思考父母如何更有效地支持孩子。
5. **恢复亲密**：透过拥抱、鼓励的话语与关怀行动，重建亲密与信任的关系。

应用案例

- **孩子考试失利时**：承认失望，冷静祷告，将挫折视为成长契机。
- **孩子与朋友冲突时**：理解其痛苦，鼓励真诚表达，一起向神寻求安慰与智慧。
- **父母情绪激动时**：适时暂停，诚实面对情绪，先祷告求智慧与耐心。
- **孩子犯下严重错误时**：在处理前先祷告，重申无条件的爱，视错误为成长机会。

结语

家庭崇拜的目标不是营造一个完美的宗教氛围，而是在真实生活中经历神的同在。当我们诚实面对困难，灵活调整方式，并将冲突化为成长机会时，家庭崇拜就成为最宝贵的属灵传统。**最重要的是让孩子看见：基督徒家庭并非没有问题，而是懂得在问题中寻求神、依靠神的家庭。这样的见证比任何完美宗教仪式都更有说服力与影响力。**

📌 要点回顾

1 诚实面对，不要假装完美

- 真实胜过完美，勇敢承认现况而非逃避问题。
- 调整崇拜内容，鼓励真诚地表达感受。

3 化冲突为教导契

- 在破碎中见证神的恩典，示范悔改和寻求神。
- 将挫折转化为成长机会，重新定义「失败」。

2 灵活调整形式，核心不变

- 形式应服务于目的，可缩短时间或改变重点。
- 根据情况智慧调整，必要时暂停冷静，重新出发。

4 建立恢复机制，重建家庭和谐

- 冲突后的修复比避免冲突更重要。
- 设立「和好时间」，庆祝关系的修复与更新。

🎯 本周实践行动

第1-2天：评估现况

- 回顾近期家庭冲突的处理方式
- 观察孩子在挫折中的真实需求
- 反思是否因追求完美而忽略了真诚

1

第5-7天：建立机制

- 设立家庭「和好时间」的传统
- 将一次冲突转化为教导的契机
- 为家庭关系的修复与孩子的成长祷告

3

第3-4天：调整方式

- 练习在紧张时刻诚实面对现实
- 尝试灵活调整崇拜的形式与时间
- 学习智慧暂停，先祷告再行动

2

💖 试试这样表达爱

对配偶说：

「亲爱的，我们不需要完美才能敬拜神，让我们在真实中一起寻求祂的帮助。」

对孩子说：

「孩子，我们的家庭不完美，但我们知道如何在困难中寻求神，这就是我们的力量。」

对自己说：

「我不需要假装完美，神喜爱我内心的诚实，祂会在我们的软弱中显出祂的力量。」

对天父说：

「天父，求祢帮助我们在家庭冲突中仍能寻求祢，让我们的不完美成为见证祢恩典的机会。奉主耶稣的名求，阿们。」

第10章：警醒观察 — 成为家庭属灵的守望者

你被呼召站在破口

以西结书22:30记录神的心声：「我在他们中间寻找一人重修墙垣，在我面前为这国站在破口防堵……却找不着一个。」

今天，神找到了你。

作为父母，你就是神所呼召的家庭属灵守望者。

也许你正感到疲惫，看着孩子的抗拒而开始质疑自己的努力。请记住：挑战的出现不是失败的象征，而是你蒙召作守望者的明证。神的爱不会因你的挣扎而减少，祂一直与你同在。

1. 守望者的身份与职责

古代守望者站在城墙的高处，他们的任务不是确保城内毫无瑕疵，而是保持警醒、保护城池，并及时发现潜在威胁。同样，作为家庭属灵守望者，你的职责也有着清晰的定义。

五大核心职责

保持警醒

敏锐察觉家庭属灵状况变化，就如母亲自然察觉孩子身体的不适。

坚守岗位

在困难中不轻易放弃——不是因看见希望才坚持，而是因坚持才看见希望。

寻求智慧

学会分辨何时行动、何时等候、何时寻求帮助。

呼求帮助

真正的守望者不是孤军奋战的英雄，而是懂得调动资源、寻求支持的智者。

持续祷告

你或许无法改变孩子的心，但你可以为他们的心不断祷告。

心态转换的核心

过程比结果更重要

重点在于持续前行，而非每次都要完美表现。

种子比果实更关键

今天撒下的真理种子，可能要多年后才开花结果。

关系比表现更宝贵

孩子与神的关系远比他们在崇拜中的表现来得重要。

恩典比律法更有力

用爱营造的氛围比严格规则更能触动人心。



2. 家庭崇拜：守望者的观察台

家庭崇拜不仅是传递信仰的时刻，更是属灵守望者最重要的观察台。在这段神圣的时间里，我们能敏锐地察觉每个家庭成员的属灵状况。

将家庭崇拜转化为属灵观察的方式：

观察孩子的参与度变化

- 注意从主动参与到被动聆听的转变时机。
- 留意提问的频率与质量是否改变。
- 观察身体语言：如坐立不安、注意力分散或显得疲惫。

捕捉属灵渴慕的信号

- 孩子主动要求延长崇拜时间。
- 在日常生活中引用崇拜内容。
- 私下提出属灵相关问题。

识别抗拒背后的真实需要

- 表面不配合可能是对关注的渴望。
- 质疑与挑战反映孩子正在认真思考信仰。
- 沉默可能表示内心正在消化与处理。

守望者在家庭崇拜中的具体行动：

创建安全的分享环境

- 鼓励表达真实想法，包括困惑与质疑
- 对分享给予积极响应，避免立即纠正
- 营造「没有愚蠢问题」的氛围

设计观察性的互动环节

- 「本周感恩分享」：了解孩子的关注与感恩事项
- 「祷告请求时间」：发现内心的担忧与需要
- 「圣经应用讨论」：观察孩子如何理解与应用真理

3. 敏锐察觉属灵季节

如同农夫懂得分辨播种和收割的时机，属灵守望者也需辨识孩子属灵生命中的不同季节，并作出相应回应。

播种季节（心田柔软，适合撒种）

特征：对属灵话题充满好奇，心情平静且开放。

崇拜策略：增加故事分享，鼓励提问，营造温馨氛围。

守望行动：把握每个教导机会，耐心回答所有问题。

收割季节

（看见属灵果实，感恩神的作为）

特征：主动表达对信仰的兴趣，并在生活中实践真理。

崇拜策略：庆祝成长，提供更高层次的挑战

守望行动：鼓励分享见证，为神的作为献上感恩。

浇灌季节（需要更多陪伴与栽培）

特征：已接受部分真理，但尚需深入理解。

崇拜策略：延长讨论时间，将真理与生活连结。

守望行动：提供更多一对一的属灵对话机会。



修剪季节

（需要调整与去除障碍）

特征：开始表现抗拒，或出现错误理解。

崇拜策略：温柔地纠正，调整形式与内容，保持耐心。

守望行动：深入了解抗拒的根源，寻求合适的解决方案。

等候季节

（种子在地里发芽，需要信心）

特征：没有明显属灵响应，但也未表现强烈抗拒。

崇拜策略：维持规律，降低期望压力，专注于关系建立。

守望行动：在祷告中交托孩子，相信神正在工作。



4. 四大威胁因素的识别与应对

理解威胁是战胜威胁的第一步。每一个挑战都可能成为成长的机会，关键在于如何在家庭崇拜中智慧地应对。

1

发展阶段与个人特质的挑战

常见表现：青春期叛逆与质疑、年龄差异困扰、个性冲突

守望回应：

- 为不同年龄层设计分层参与方式
- 将青春期的质疑转化为深度信仰讨论
- 为内向孩子创造表达空间，为外向孩子提供展示平台

实施策略：

- 让青少年轮流主持崇拜环节，培养责任感
- 为年幼孩子准备视觉教具与互动游戏
- 根据性格调整参与方式：如写作、绘画、表演等

2

外部压力与社会影响

压力来源：学业压力、同侪影响、文化价值观冲突

预防性守望：

- 定期讨论孩子在校遇到的挑战与困惑
- 教导如何在世俗环境中持守信仰
- 为孩子面对的具体压力祷告并寻求智慧

3

家庭动态与关系问题

冲突根源：父母立场不一致、兄弟姐妹间的连锁反应、过往创伤阴影

修复性守望：

- 父母先私下达成共识，在崇拜中展现合一
- 处理兄弟姐妹间的冲突，教导饶恕与和解
- 勇敢承认过去错误，在家庭中示范悔改

4

崇拜形式与内容失配

适配问题：语言过于成人化、时间安排不当、缺乏互动参与

守望者的敏锐调整：

- 观察孩子反应，适时调整语言与内容深度
- 灵活安排时间，找到最适合家庭的节奏
- 增加互动元素，让每位成员都能参与其中

5. 得胜策略与积极实践

当我们以正确的心态面对挑战，就能在困难中找到突破的路径，并在过程中经历神的同在与引导。

四个关键心态的转换

从完美主义到成长心态

- 接纳过程中的不完美，因为每个家庭都有自己的节奏。
- 将挫折视为学习的契机，并庆祝孩子在属灵生命中的每一个小进步。

从短期效果到长远投资

- 相信属灵种子有其自然的成长规律。
- 将今天的努力视为永恒的投资，信靠神的时间表与安排。

从个人努力到依靠神的恩典

- 承认自己的有限，在祷告中寻求智慧与力量。
- 相信神比我们更爱孩子，并依靠圣灵在他们心中的工作。

从条件之爱到无条件之爱

- 爱的根基是关系，而非表现。
- 让孩子深知，他们的价值源自于神儿女的身份，而非外在表现。

案例分享

① 青春期的突破

李家的十五岁儿子曾强烈抗拒家庭崇拜。父母改变策略，邀请他主动选择讨论主题并分享个人观点。透过细心观察，他们发现孩子对社会公义议题特别感兴趣，于是调整崇拜内容的重点，融入相关圣经教导。三个月后，儿子开始主动提出想探讨的圣经问题，家庭崇拜逐渐成为他安心表达想法的空间，也成为亲子关系深化的桥梁。

② 多年龄的融合

王家有四个年龄层不同的孩子，分别为3-16岁。父母在家庭崇拜中细心观察，发现每位孩子都有独特的恩赐与表达方式。于是他们设计了「圣经故事剧场」：年长的孩子担任导演，中等年龄的孩子负责编剧，年幼的孩子则成为演员，父母则乐于担任观众。每个人都找到适合自己的参与方式，家庭崇拜不再是例行公事，而是全家最期待、最充满创意与连结的时光。



结语：守望者的永恒使命与盼望

亲爱的守望者，你的使命是神圣的，你的坚持充满意义。家庭崇拜不仅是传递信仰的时刻，更是你作为属灵守望者观察、引导、保护家庭的宝贵机会。当疲惫袭来时，请记住：你不是孤军奋战。神与你同在，圣灵必赐下智慧与力量，使你能完成这份呼召。

要点回顾



守望者的身份与职责

- 保持警醒、坚守岗位、寻求智慧、呼求帮助、持续祷告。
- 重视过程胜于结果，珍惜关系胜于表现。



家庭崇拜：属灵观察台

- 观察参与度的变化，捕捉属灵渴慕的信号。
- 创造安全的分享环境，设计具观察性的互动环节。



敏锐察觉属灵季节

- 辨识播种、浇灌、修剪、等候、收割五个属灵季节。
- 根据不同季节调整策略与期望。



四大威胁因素的应对

- 发展阶段挑战、外部压力、家庭动态、形式失配。
- 将每个威胁转化为成长的契机。



得胜策略与积极实践

- 从完美主义转向成长心态，从短期效果转向长远投资。
- 依靠神的恩典，活出无条件的爱。

🎯 本周实践行动

第1-2天：建立观察系统

- 为每位孩子建立属灵观察记录
- 在家庭崇拜中专注观察而非教导
- 辨识每个孩子当前的属灵季节

第3-4天：调整守望策略

- 根据观察结果调整崇拜内容与形式
- 为发现的威胁因素制定应对计划
- 与配偶讨论孩子的属灵成长状况

第5-7天：寻求支持网络

- 向牧者或成熟的基督徒家庭寻求建议
- 建立为家庭代祷告的支持网络
- 为神在家庭中的工作献上感恩与祷告

💖 试试这样表达爱

对配偶说：

「亲爱的，让我们一起成为家庭的属灵守望者，在祷告中为孩子们站立。」

对自己说：

「我是神呼召的家庭守望者，祂必赐我智慧和力量，完成这神圣的使命。」

对孩子说：

「孩子，我每天都为你祷告，神对你有美好的计划，我会一直陪伴你成长。」

对天父说：

「天父，求你开启我属灵的眼睛，使我敏锐察觉家人的需要，成为他们属灵旅路中的守望者。奉主耶稣的名祷告，阿们。」

11章：浪子父亲 — 孩子抗拒或家庭崇拜中断后

「我不想参加！这太无聊了！」

「为什么我一定要听这些？」

「我有更重要的事情要做！」

如果这些话听起来很熟悉，你并不孤单。许多敬虔的父母都曾面对孩子对家庭崇拜的强烈抗拒，甚至因此使家庭崇拜陷入停滞。当我们满怀热忱地想与孩子分享信仰，却迎来冷漠、抗拒，甚至愤怒的响应，那种挫败感是深刻且令人沮丧的。

在这样的时刻，浪子的比喻为我们提供了极具启发性的指引。虽然孩子可能没有真正离家出走，但他们的心，或许已在属灵上「远离」了。浪子父亲的回应 — 无条件的爱、耐心的等候、主动的恩典 — 正是我们在这种困境中所需要学习的智慧。

记住：孩子对家庭崇拜的抗拒不是你失败的证明，
而是考验你是愿意以基督的心
去爱、去等候、去相信神仍在动工。

1. 浪子父亲的无条件之爱

爱的基础：关系重于表现

真正的爱，不因崇拜表现而改变。当小儿子要求分家产并离家时，父亲并未因他的选择而停止爱他。同样地，当孩子抗拒家庭崇拜时，我们的爱也不应因此而动摇。

常见的条件性反应

- 「如果你不参加家庭崇拜，就不能看电视。」
- 「你这样抗拒，让我很失望。」
- 「其他孩子都很配合，为什么你不行？」
- 在孩子抗拒后变得冷淡或疏远

无条件之爱的表达方式

- 「无论你是否参加崇拜，我都爱你。」
- 「你的价值不在于表现，而在于你是我的孩子。」
- 「我理解你现在的感受，我们可以好好谈谈。」
- 在日常生活中持续表达关爱与接纳

在冲突中依然选择爱

当13岁的小明大声宣布「我再也不要参加家庭崇拜了！」时，父母的第一反应是愤怒和失望。但浪子父亲的榜样提醒我们，真正的爱是一种选择，而不是一种感觉。

爱在冲突中的具体行动

控制情绪反应

- 深呼吸，避免立即反击
- 在心中为孩子祷告，求神赐下智慧
- 记住：孩子的话语背后可能藏有更深的需要

寻求理解

- 「能告诉我你为什么不喜欢家庭崇拜吗？」
- 「是什么让你觉得无聊或不舒服？」
- 你希望我们的家庭时间是什么样的？」

表达接纳

- 「我听到了你的想法，谢谢你的诚实。」
- 「你的感受是重要的，我想理解你。」
- 「我们一起想想怎么改善这个情况。」

关系优先于活动

许多父母容易陷入一个误区：认为孩子参与家庭崇拜就代表属灵成长，抗拒则代表属灵退步。但浪子父亲的智慧提醒我们，关系才是一切的根基。



关系破裂的警告信号

- 孩子开始回避与父母单独相处
- 家庭崇拜成为唯一的冲突话题
- 孩子对任何属灵话题都表现出敌意
- 家庭气氛因为崇拜问题变得紧张



修复关系的优先行动

- 暂时搁置家庭崇拜的争议
- 专注于重建信任和亲密关系
- 在其他方面表达对孩子的关爱和支持
- 透过日常生活见证信仰的美好

当我们将关系置于活动之上，孩子更能感受到无条件的爱与接纳，这正是浪子父亲给我们的重要启示。即使家庭崇拜暂时中断，也要确保亲子关系的纽带不被破坏。

2. 耐心等待：在属灵抗拒中的智慧守望

不强迫，但保持开放的平衡

当孩子对家庭崇拜表现出抗拒时，背后往往隐藏着更深层的原因。父母需要像浪子的父亲一样，透过表面的行为，看见孩子内心真正的需要。

理解孩子抗拒的真正原因

发展阶段的自然反应

- **青春期的独立需求**：12-18岁的孩子自然会质疑权威，渴望自主。
- **认知发展的质疑期**：开始以批判性思维审视从小接受的信仰观念。
- **同伴影响的压力**：担心被朋友认为「太宗教」或「不够酷」。

家庭崇拜方式的问题

- **内容过于成人化**，孩子难以理解或产生共鸣。
- **缺乏互动**，孩子只能被动聆听。
- **时间安排不当**，与孩子的节奏冲突。
- **氛围过于严肃**，缺乏轻松与喜乐。

情感和关系的因素

- 感受到父母的**失望和压力**。
- 过往**负面经验**留下阴影。
- **家庭其他问题**影响了孩子对崇拜的态度。

耐心等待的智慧策略

不强逼参与

浪子父亲没有强迫儿子留在家中，而是给予选择的自由。同样，我们也需要学会：

- 避免使用威胁或惩罚来强制参与。
- 不让家庭崇拜变成权力斗争的战场。
- 给予孩子一定的选择权，例如参与的程度或方式。

保持开放的邀请

虽然不强迫，但要持续敞开门户，让孩子知道他们始终被接纳：

- 定期（但不频繁）询问孩子是否愿意尝试参与。
- 在调整崇拜方式时邀请孩子提供建议。
- 让孩子知道他们随时都欢迎加入。

为属灵觉醒做准备

保持属灵敏感度

- 观察孩子在困难时刻的反应。
- 留意他们对属灵话题态度的微妙变化。
- 在他们提出人生问题时给予智慧与真诚的响应

创造自然的属灵对话机会

- 在日常生活中分享个人的信仰见证。
- 在面对挑战时展现信仰的力量与盼望。
- 借着服事他人来见证神的爱与怜悯。

准备合适的资源

- 探索适合孩子年龄的属灵书籍和材料。
- 关注孩子感兴趣的话题，寻找信仰链接点。
- 建立与其他敬虔家庭的联系，扩展属灵支持网络。

3. 主动恩典：敏锐响应回转的心

察觉并响应孩子态度的微妙变化

浪子的父亲「相离还远」就看见儿子，说明他一直在观察并等候。我们也需要培养这样的属灵敏感度，细腻地察觉孩子心态的转变，并在适当时刻给予温柔而积极的响应。

敏锐察觉回转的迹象

孩子的心开始回转，往往不是突然的剧烈改变，而是一连串细微的信号。守望者需要有耐心与洞察力，捕捉这些早期迹象。

回转的早期迹象

- 从激烈反对转为消极配合。
- 开始询问家庭崇拜的内容或安排。
- 在遇到困难时表现出对属灵帮助的渴望。
- 对父母的信仰生活表现出好奇。
- 不再立即回避属灵话题的讨论。

具体的观察要点

- **语言变化**：从「我绝对不参加」到「也许我可以试试」。
- **行为变化**：开始在崇拜时间出现在附近，即使尚未参与。
- **情绪变化**：对家庭崇拜的敌意减少，态度趋于中性。
- **主动询问**：开始提出关于信仰或圣经的问题。

立即而热情的回应

当察觉到孩子态度的积极变化时，我们的反馈应如浪子父亲般——立即、热情、无条件地迎接与接纳。

积极回应的方式

- **立即肯定**：「我很高兴你愿意考虑参加。」
- **表达感谢**：「谢谢你给我们这个机会。」
- **避免过度反应**：不要因为兴奋而给孩子压力或期待过高。
- **提供选择空间**：「你希望怎样参与？我们可以一起决定。」

调整崇拜方式以迎合回转

- 根据孩子的兴趣调整内容。
- 给孩子更多参与和发言的机会。
- 营造轻松、互动、充满喜乐的氛围。
- 让孩子感受到他们的参与是被珍视与肯定的。

4. 重新开始的实践智慧

从中断到恢复的具体步骤

诚实面对现状并道歉

当家庭崇拜已经完全中断，重新开始需要勇气与智慧。浪子的父亲没有责备儿子的过去，而是专注于重建关系。我们也可以以同样的态度，诚实面对并谦卑道歉，为新的开始铺路。

承认过去的错误

- 「我意识到我们之前的方式可能不太合适。」
- 「我为我在生气时说的话向你道歉。」
- 「我相信我们可以一起找到更好的方式来度过这段时间。」

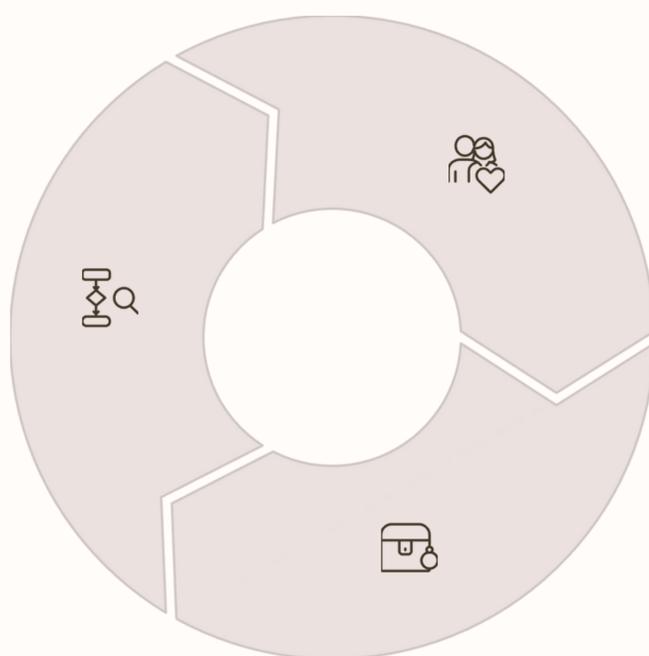
表达重新开始的愿望

- 「我希望我们能重新开始，用不同的方式。」
- 「你的想法对我很重要，我想听听你的建议。」
- 「我们能一起设计一个大家都喜欢的家庭时间吗？」

建立新的家庭崇拜文化

从小处开始

- 每周一次，15-20分钟的简单分享。
- 选择孩子感兴趣的话题或圣经故事。
- 重点在于建立正面体验，而不是传递大量信息。



让孩子参与设计

- 询问他们希望包含哪些元素
- 让他们选择喜欢的诗歌或活动
- 分配他们能胜任的角色与责任

创造新的家庭传统

- 准备特别的零食或饮料作为崇拜的一部分
- 选择舒适的环境与合适的时间
- 建立让每个人都期待的温馨氛围。

在恩典与真理中找到平衡

恩典的表达

- 接纳孩子目前的属灵状态
- 给予选择的自由和空间
- 用鼓励代替批评与责备

真理的坚持

- 持续传递信仰的核心价值
- 在生活中活出信仰的真实见证
- 建立健康的界限与合理的期望

实际的重新开始策略

选择合适的时机

- 避免在家庭压力过大时启动
- 利用特殊节日或事件作为契机
- 选择大家都相对轻松的时段

寻求支持

- 向牧者或有经验的家庭请教
- 参加相关的家庭教育或信仰培训
- 与其他面临类似挑战的父母交流及互相鼓励。

1

2

3

管理期望

- 不要期望立即恢复到理想状态
- 预备好面对可能的挫折和反覆
- 将重新开始视为一段渐进的旅程

结语：父爱得胜的故事

亲爱的父母，浪子的比喻最终是一个关于父爱得胜的故事。得胜的关键不在于父亲的方法是否完美，而在于他那坚持不懈、无条件的爱。

当你面对孩子对家庭崇拜的抗拒时，请记住：

你的坚持有永恒的价值

即使眼前看不见果效，你的爱正在孩子心中悄然发芽。

神的时间是完美的

孩子的属灵觉醒有神的时间表，我们的责任是忠心等候，不放弃希望。

关系是一切的基础

维护与孩子的关系，远比维持一场完美的家庭崇拜更为重要。

恩典总是得胜的

用无条件的爱与恩典，而非规则与压力，才能真正吸引孩子的心。

像浪子的父亲一样，每天望向远方，怀着盼望与信心，相信你的孩子终将回转。当那一天来临时，愿你准备好奔向他们，用拥抱迎接他们的归来，而不是责备。

要点回顾

✓ 浪子父亲的无条件之爱

- 爱的根基是关系，而非表现；不因孩子抗拒崇拜而改变爱的态度。
- 在冲突中仍选择爱，控制情绪、主动寻求理解。

✓ 耐心等候的智慧守望

- 深入理解抗拒背后的真正原因：发展阶段、方式不合、情感因素。
- 不强迫参与，但保持开放，为属灵觉醒预备空间

✓ 主动恩典的敏锐响应

- 察觉孩子回转的早期迹象，并立即以热情响应。
- 调整家庭崇拜方式，迎合孩子的心态与需要。

✓ 重新开始的实践智慧

- 诚实面对现况并道歉，邀请孩子共同设计新的家庭时间。
- 在恩典与真理中取得平衡，选择合适的时机重新出发

🎯 本周实践行动

- 1 第 1-2 天：评估关系状况**
 - 诚实评估与抗拒孩子之间的关系质量
 - 辨识可能导致抗拒的具体原因
 - 为修复关系而非恢复崇拜祷告
- 2 第 3-4 天：表达无条件的爱**
 - 清楚向孩子表达：你的爱不取决于他们的表现。
 - 主动在其他生活层面关心并支持孩子
 - 避免将家庭崇拜话题与日常互动混为一谈
- 3 第 5-7 天：准备重新开始**
 - 与配偶讨论新的家庭崇拜方式与节奏
 - 留意孩子态度的微妙变化与开放迹象
 - 在适当时机邀请孩子参与设计新的家庭时间



💖 试试这样表达爱

对抗拒的孩子说：

「孩子，无论你是否参加家庭崇拜，我都深深爱你。你的价值不在于表现，而在于你是我珍贵的孩子。」

对配偶说：

「亲爱的，让我们像浪子的父亲一样，用无条件的爱等候孩子的心回转。关系比活动更重要。」

对自己说：

「我要学习浪子父亲的智慧，在等候中保持盼望，在挫折中选择恩典，相信神的时间是完美的。」

对天父说：

「天父，求你帮助我像你爱我一样去爱孩子，在他们抗拒时仍然坚持，在他们回转时热情拥抱。求你在孩子心中动工，按你的时间带领他们回到你面前。奉主耶稣的名祷告，阿们。」

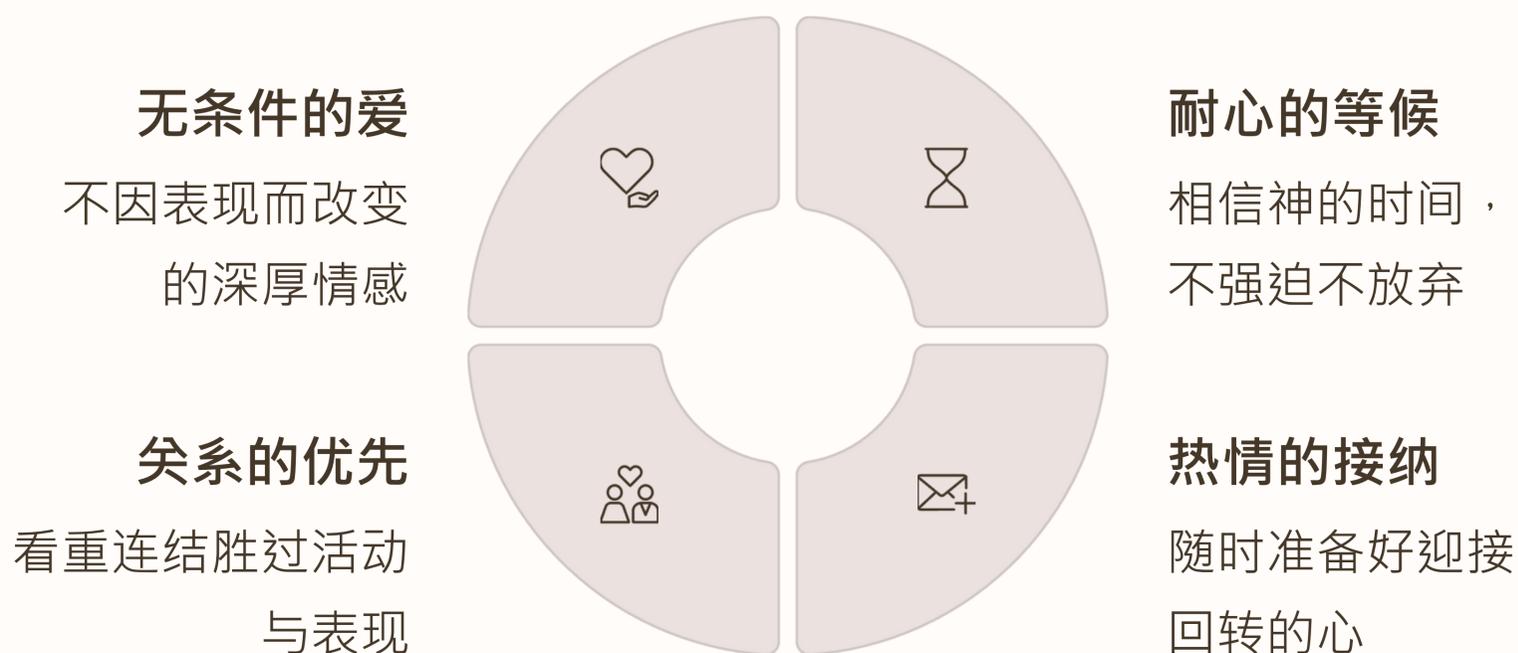
T	W	四	天
	1	2	3
7	11	16	11
23	22	28	24
20	39		

给孩子的信

亲爱的孩子，

我想让你知道，我为能成为你的父母而感恩。即使我们在家庭崇拜上有不同的看法，这不会改变我对你的爱。我愿意听你的想法，和你一起寻找我们都能享受的家庭时光。你永远是我心中的宝贝，无论何时你都可以回到我的怀抱。

浪子父亲的核心精神



当我们学习浪子父亲的榜样时，我们不仅能够面对家庭崇拜中的挑战，更能在这过程中反映出天父对我们的爱。这份爱不因我们的表现而改变，不因我们的抗拒而减少，永远等待着我们回转，并以恩典迎接我们。

愿每一位面对孩子抗拒的父母，都能在浪子父亲的故事中找到力量与盼望，相信神正在孩子心中动工，并且祂的时间总是最美好的。

第12章：文化建构 — 打造可传承的家庭信仰DNA

圣经依据：乔舒亚记24:15

「若是你们以事奉耶和華為不好，今日就可以选择所要事奉的：是你们列祖在大河那边所事奉的神呢？是你们所住这地的亚摩利人的神呢？至于我和我家，我们必定事奉耶和華。」

让它有趣：

创造属于自己家庭的信仰传统，
不必感到内疚也无需与他人比较。



1. 家庭信仰宣言：至于我和我家，必定事奉耶和华（书24:15）

乔舒亚在以色列人面前立下这个勇敢而坚定的宣告，不仅为自己做出选择，更是为整个家庭定下了信仰的方向。这不是独裁的决定，而是源自他对神的认识和对家庭责任的承担。在现代社会中，制定家庭信仰宣言同样重要，它不只是文字上的表达，更是一种身份认同与生活方向的指引。

如何制定家庭信仰宣言？

制定家庭的信仰宣言，是一项需要全家人共同参与的神圣任务。这不该是父母单方面的决定，而是透过深入的讨论、诚恳的祷告，以及彼此的共识所孕育出的成果。

共同思考与探索

- 我们家庭的核心价值观是什么？
- 我们希望以什么方式来荣耀神？
- 我们如何在日常生活中实践信仰？

让每个家庭成员都参与其中至关重要，即使是年幼的孩子，也能表达自己的想法与感受。他们或许无法理解复杂的神学理论，但他们能分享对神的爱、对家庭的期望，以及对生活的见解。当孩子参与制定过程时，他们会更有归属感，也更愿意承担信仰的责任。

家庭信仰宣言不是一成不变的，它应该随着家庭的成长而变化而调整。当孩子渐渐长大，家庭面对新的挑战，或我们对神有更深入的认识时，宣言也可以重新修订和完善。最重要的是，无论如何演变，我们都不忘其核心精神：「我们是属神的家庭，我们选择事奉耶和华。」

✂ 实践要点

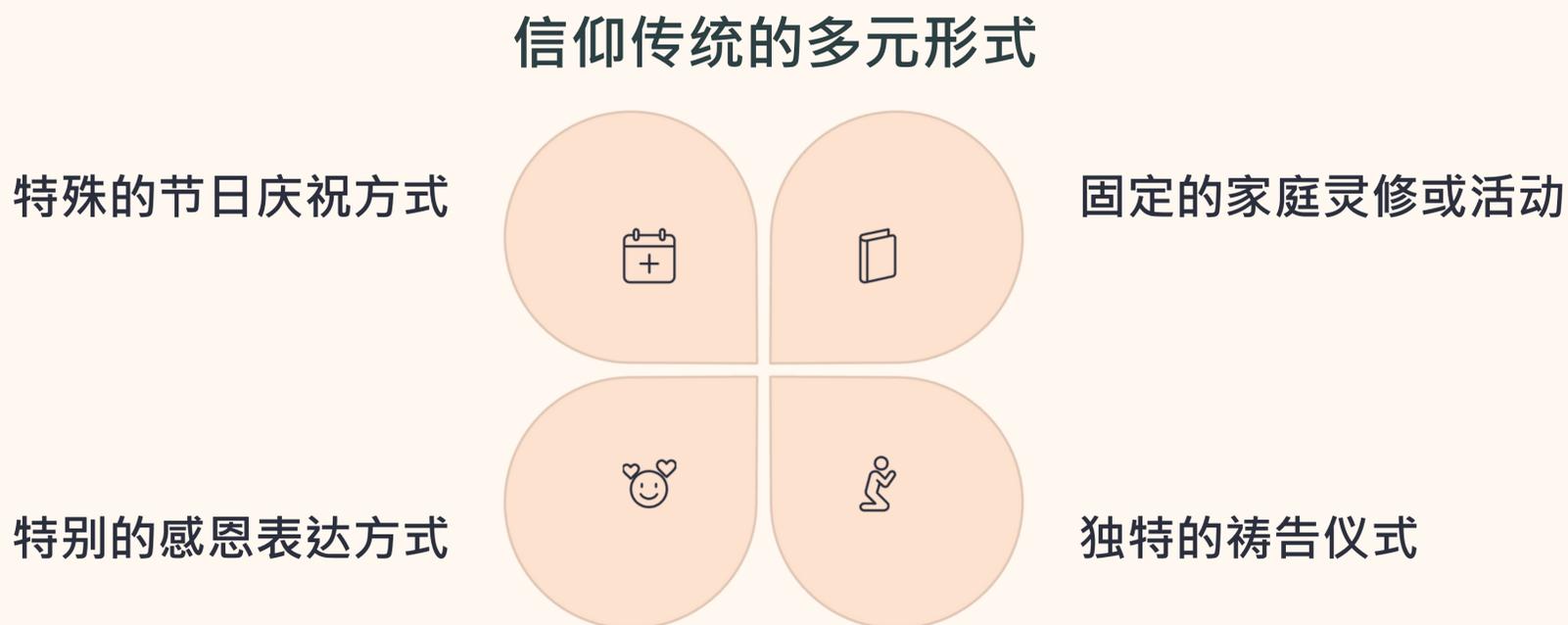
- 透过全家共同讨论和祷告，制定专属的家庭信仰宣言。
- 确保每位家庭成员都能参与其中，并真心认同宣言内容。
- 定期回顾和更新宣言，使其持续贴近家庭的现况与信仰旅程。

⊘ 避免事项

- 避免照搬其他家庭的宣言，忽略自身独特的背景。
- 避免制定后便束之高阁，未能在日常生活中实际落实。
- 避免让宣言沦为空洞口号，缺乏具体行动。

2. 创造独特的家庭传统：建立属于你们的信仰仪式

每个家庭都有其独特的文化背景、兴趣爱好与生活方式，因此，信仰传统也应该展现出家庭的个性与特色。建立专属的信仰仪式，不仅能增强家庭的凝聚力，更能让信仰在生活中变得鲜活而有意义。



举例来说，有些家庭会在每个生日当天分享神在过去一年中的恩典；有些家庭会在特定日子进行信仰回顾；也有家庭会设计专属的圣诞节或复活节庆祝仪式，让节日充满属灵意涵。

节日中的信仰纪念活动

在重要节日中创造信仰纪念活动，格外有意义。这些时刻不仅是放松与欢聚的机会，更是深化信仰、强化家庭连结的黄金时刻：

- 在**圣诞节**重新讲述耶稣降生的故事
- 在**复活节**庆祝耶稣的复活与救恩
- 在**感恩节**细数神的恩典与供应

这些活动不仅会成为孩子们珍贵的回忆，也会深植他们的信仰根基。

设计传统的原则与实践

在创造家庭传统时，应考虑每位成员的年龄、兴趣与能力。理想的传统应具备以下特质：

包容性

让每个人都能参与其中，感受到归属与喜乐。

可持续性

避免过于繁琐或昂贵，确保能长期维持与实践。

✂ 实践要点

- 根据家庭特质，创造独特且有意义的信仰传统。
- 在重要节日设计专属的信仰纪念活动。
- 确保传统具包容性和可持续性。

⊘ 避免事项

- 避免盲目模仿他人，忽略自身家庭的独特性。
- 避免让传统变成沉重的负担或例行公事。
- 避免设计过于复杂或昂贵，导致难以持续实践。

3. 建立恩典记录：见证神在家庭中的作为

记录神在家庭中的恩典和作为是一项重要的属灵操练，它不仅帮助我们牢记神的信实，也为后代留下宝贵的信仰遗产。这些记录将成为家庭信仰文化的重要一环，不断提醒我们：**神始终与我们同在**。

需要注意的是，记录恩典不应只关注重大事件，日常生活中的「小」恩典同样珍贵。神的供应、保护、引导与安慰，每一项都值得被记录。当我们开始细心留意并记录这些点滴时，会惊讶地发现神在我们生活中是如此真实和活跃。

定期回顾和分享这些记录对于建立信心非常重要。我们可以在家庭崇拜时间一同回顾过往的见证，看看神如何回应祷告、如何在困境中扶持我们、如何引导我们做出正确的选择。这些回顾不仅增强我们对神的信心，也激发更深的感恩之情。

记录的方式可以多样化



文字日记

记录每日恩典与祷告回应



照片集锦

用影像捕捉神迹与祝福时刻



录音记录

口述见证与感恩分享



艺术创作

透过绘画表达信仰体验

重要的是找到适合自己家庭的方式，让记录成为愉快而有意义的活动。我们也可以鼓励孩子参与其中，培养他们观察和感恩的心，让信仰在他们心中扎根。

✂ 实践要点

- 建立系统的方式，记录神在家庭中的恩典与作为。
- 重视日常小恩典的记录，不只关注重大事件。
- 定期回顾记录，见证神的信实和作为。

⊘ 避免事项

- 避免只记录大事而忽略日常的恩典。
- 避免让记录变成机械化任务，失去属灵意义。
- 避免记录后束之高阁，没有回顾与分享。

4. 世代传承的远见：建立可延续的信仰模式

真正的家庭信仰文化，不仅要在当代发挥影响力，更要能延续至下一代。我们所建立的，不只是为了现在的家庭，更是为了孩子们未来能够继承并发展的信仰模式。

培养属灵领导力

培养孩子未来能够建立并带领自己家庭崇拜的能力，是一项重要目标。我们可以让孩子不仅参与家庭崇拜，更学习如何主持崇拜的各个环节：选择经文、带领祷告、营造敬拜氛围等。这不只是技巧的传授，更是属灵领袖的培育。

传递核心价值

传递信仰的核心价值，而非僵化的形式，是关键所在。我们要帮助孩子理解家庭崇拜的精神与目的，而不只是模仿外在的仪式。当他们建立自己的家庭时，形式可能不同，但核心价值应保持一致：**爱神、爱家人、在信仰中成长**。

适应时代变化

同时，我们也要为时代的变化做好准备。下一代所面临的挑战与我们不同，他们可能需要新的信仰表达方式。我们要给予他们足够的自由与空间去创新与调整，同时确保信仰的本质不被稀释。

✦ 实践要点

- 有意识地培养孩子带领家庭崇拜的能力。
- 传递信仰核心价值，允许形式的灵活调整。
- 为时代变化做好准备，给予下一代创新的空间。

⊗ 避免事项

- 避免只记录大事而忽略日常的恩典。
- 避免强迫下一代完全复制自己的信仰模式。
- 避免只传递外在形式，忽略信仰的核心价值。

实例分享

★正面例子：谢家的信仰年鉴传统

谢家每年制作一册家庭信仰年鉴，记录神在家庭中的恩典与成长轨迹。全家人共同贡献内容，包括照片、文字见证、孩子的画作等，并在年末一同回顾与感恩。这个传统已持续十年，成为珍贵的属灵遗产。孩子们透过翻阅年鉴，不仅回顾家庭历程，更深刻体会神的同在与作为。

这不只是一本书，更是一段段信仰旅程的见证，一页页恩典的记录。



👉克服挑战：蔡家的信仰突破

蔡家曾因与其他家庭比较而感到挫折，觉得自己的家庭崇拜过于简单、缺乏深度。在牧师的辅导下，他们开始转向探索自身的独特性，并发现家庭成员拥有音乐方面的恩赐。于是，他们将音乐融入崇拜，创作属于自己的家庭诗歌。

孩子们因此变得更加投入，家庭崇拜也变得生动有力。他们不再追求外在形式的完美，而是建立起一套贴近心灵、充满生命力的信仰文化。

📌要点回顾

1 家庭信仰宣言

制定「至于我和我家，必定事奉耶和華」的家庭信仰宣言。

2 创造独特传统

建立专属于自己家庭的信仰仪式和庆祝方式。

3 建立恩典记录

系统性地记录神在家庭中的作为，见证祂的信实。

4 文化DNA传承

打造可延续的家庭信仰模式，影响后代子孙。

🎯 本周实践行动

1

开始制定 家庭信仰宣言

全家一起讨论核心价值观，起草一份简单的家庭宣言。预期挑战：可能出现意见分歧，或孩子不理解其重要性。这是对话的起点，宣言可随时间逐步完善。

2

启动恩典记录系统

开始记录神在家庭中的恩典，可透过日记、照片或录音等方式进行。预期挑战：可能会忘记记录，或觉得没有特别的恩典。从生活中的小事开始，培养感恩的眼光。

3

让孩子尝试 带领家庭崇拜

给予孩子机会主持某个崇拜环节，培养他们的属灵领导能力。预期挑战：孩子可能会紧张、准备不足或不愿意参与。请给予鼓励与支持，重点在于参与，而非完美。

💖 试试这样表达爱

- 制作家庭相册 — 珍藏回忆，记录爱的足迹。
- 创建家庭传统仪式 — 用独特方式表达彼此的爱与信仰。
- 「我爱你」 — 最直接却最难的表情，鼓励勇敢尝试。

总结鼓励

请记住，建立家庭崇拜是一段旅程，而非一个终点。每一次的尝试都是珍贵的进步，每一次的重新出发都是神所赐的恩典。神所看重的，是我们愿意的心，而不是完美的表现。

对许多华人父母而言，表达爱意可能并不容易，但孩子们渴望被看见、被拥抱、被爱。你们每一个努力的举动 — 无论是一次祷告、一句鼓励、一个拥抱 — 都是送给孩子最宝贵的礼物。

愿神亲自祝福每一个愿意踏出信心步伐的家庭，
让你们的家成为爱与信仰的居所，代代传承，
福杯满溢，倾予别人。

家庭崇拜：亲子一起成长——家长手册 (简体版)

编 者 李道宏

出 版 美国福音证主协会

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

出版日期 2025年8月出版

© 美国福音证主协会

国际书号 978-1-965570-24-1

版权所有