

RHEMA

2022

家长指南

祷告为蒙恩途径

与孩子们一起阅读上帝的话语



序言



亲爱的家长，

睿玛读经运动又回来了！

这次我们会一起阅读关于祷告，这个话题！我们期望每一位会众，无论老少，都一起参与此读经运动，让上帝的话语吸引我们更贴近祂的心，也促进彼此间的关系。这份《家长指南》希望能帮助您更好地和孩子一起研读圣经。此指南是教会所分发的灵修版之辅助本。此指南本是提供给4岁到12岁的儿童。

首先，我们来回顾 RHEMA 睿玛：读、听、思、行

这是读经运动的4个步骤，我们希望儿童们能操练从研读上帝的话语，到将之行在生活中。

配合此4步骤，我们建议另外4个缩写（依据 Focus on the Family）*：

R. E. A. D



READ 读经：好比我们每天需要粮食，研读圣经是基督徒生命和成长不可或缺的。从一个简单的动作，读（包括聆听）！当我们带领孩子来到上帝面前，年龄较大的孩子可以和您轮流诵读圣经，或由孩子来诵读。您可以发挥创意，帮助孩子热爱读经。



ENGAGE 带动：“我将祢的话藏在心里，免得我得罪祢。”（诗119:11）此步骤要帮助我们的孩子喜爱上帝的话语。试想想什么能引起孩子的兴趣。假如您的孩子对图画感兴趣，那就鼓励他们读所读的经文画出来，或使用思维导图来整理所阅读的。假如您的孩子对聆听或演绎比较感兴趣，您可以考虑以戏剧性的方式来读经，用不同的声音和情绪，并在适当的时候加入动作。倘若您能将读经和能引起他们兴趣的方式结合，这将有效地将上帝的话存在孩子心里。



APPLY 应用：圣经指示我们要行道，不要单单听道。（雅1:22）我们要帮助孩子将上帝的话连接于日常生活。指南中提供的每日思考问题，要求孩子们回应或挑战他们，鼓励您的孩子与您分享他们将如何将上帝的话活出来，切记要跟进，好确保他们真实行出来。您也可以给予他们建议，但不要单单指示他们该怎么做。



DISCUSS 讨论：最好的学习和记忆方式，不是靠听而已，而是行或说出来。因此，读经时，鼓励您的孩子默想所读的，并分享他们的问题。以开放的心来聆听，并鼓励他们继续分享。在家里预备一个舒适的环境，好让您的孩子能安心地分享他们的想法、问题、甚至是疑问和关怀。您也许无法回答所有的问

*You may read the article using this link:

<https://www.focusonthefamily.com/parenting/teaching-your-kids-to-read-the-bible/>

题，不要紧！以开放、诚实和愿意更深了解上帝话语的态度一起讨论。孩子与您的对话亦可以帮助他们日后自在地与他人分享信仰。



PRAY 祷告：这次的睿玛读经运动主题是祷告，我们会提供一些祷告的元素，每一课的结束都会有一些让大家能够一起祷告的建议。我们希望借此机会让孩子们建立祷告的生活，并和家人一起祷告。我们提醒孩子祷告是和上帝说话，不需要说修饰或难懂的词句，或设定一些标准。其实我们的祷告最好是简单和发自内心。所以，我们应该鼓励孩子们自己祷告，养成祷告的习惯，即使只是一句话，上帝也必垂听！

P-R-A-Y **Praise 赞美, Repent 认罪, Ask 祈求, Yield 降服**

我们也将会在堂会学校教导孩子这个简单的缩写。我们将通过这缩写来教导孩子祷告应该是什么样子的。他们也将会在祷告中找到 赞美，认罪，祈求和降服这些元素。

如何使用每日的思考题？

每一天都有引导问题。您可以根据孩子的年龄和参与度，自行调整问题。与孩子读经之前，请先参阅思考题目，并思考是否需要调整。

读经的时间和安排：

选择适合的时间来读经，可以是他们临睡前，前后大约10至15分钟，最后有结束祷告。（您可以以灵修手册里的祷文来祷告。若祷文太长，请自行缩短。）一旦建立了读经的习惯，鼓励您不只停留在这40天，而是继续保持和您的孩子一起读经的习惯。

习惯需要时间来培养，请以适合你们的速度来进行。换言之，倘若你们第一次操练，可以一星期两次，然后再增加次数。

我们邀请您带领！靠着上帝的智慧与力量来培养孩子们的读经和祷告生活！教会以祷告来扶持您，享受和孩子一起读经的时光！

整体结构和每周主题：

第一周：祷告和上帝的属性

第二周：处理祷告的障碍

第三周：祈求与代祷

第四周：以真我祷告

第五周：以诗篇祷告

第六周：以诗篇祷告



1 8月22日(星期一) 路加福音 1:46-55

向大能的上帝祷告!

这段经文被称为“尊主颂”就是马利亚的赞美之歌。当天使加百列来到马利亚面前，告诉有关耶稣的事，马利亚就去她的亲戚以利沙伯的家。在那里，马利亚向上帝献上尊主颂，你可以读 路加福音 1:26-45。

讨论:

1. 在49节，马利亚向上帝唱出“那有权能的，为我成就了大事。”从50至55节上帝成就了什么大事？（提示：注意那些动词）
2. 你觉得当马利亚听到天使加百列所说的话后，有何感受？什么让她这样赞美上帝？

应用:

1. 我觉得上帝是大能的吗？上帝还完成了什么大事？
2. 我希望大能的上帝在现今的世界做些什么？

祷告:

根据你的分享，为着上帝所成就的大事赞美祂。我们也祈求上帝继续在现今的世界成就大事。



2 8月23日(星期二) 歌罗西书 1:15-20

耶稣——终极的儿子!

在这里“儿子”是指谁？是的，儿子就是耶稣！让我们看一看使徒保罗怎样描述耶稣。

讨论:

1. 在这段经文中“万有”出现了多少次？（你知道吗？有时圣经作者会重复使用一些字来强调这段经文的重要部分。在这里，保罗告诉我们万有都在耶稣基督的统治和主权之下。）
2. 这段经文对耶稣还有什么看法？

应用和祷告:

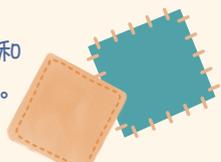
我们可以用这段经文作为我们的祷告。让我们现在就试一试吧!

上帝啊！万有都是靠你造的，万有也靠你而立。我们祷告耶稣继续在天上，地上掌权，成为教会全体之首。帮助我们信靠你和你所成就的一切。奉你儿子耶稣基督大能的名，阿们！（我们用第16，17和18节的经文作为祷文）



词汇解释:

- “从死里首先复生的”的意思就是耶稣他是第一个经历复活和新生命的。耶稣胜过死亡，从死里复活，所以他是第一位从死里得到了新生命的人！
- “和好”的意思就是补回之间疏远的关系。我们之间因为罪的缘故和上帝为敌。但耶稣通过他在十字架的牺牲补回了我们和上帝的关系。



3 8月24日(星期三) 雅歌 7:10-13

上帝所爱的!

这是你第一次读雅歌吗? 雅歌这本书是收集了男女相爱的情歌。(就如一对情侣互相写情书给对方) 这本书表扬在上帝所设立的婚姻里的爱, 这段经文也描述了上帝对祂子民的爱。

带动:

请用欣赏诗歌的方式来读这段经文, 好像读一首情歌! 你能体会到作者对她所写信的人的爱和归属感吗?

讨论:

请读第10节, 同样的, 我们属于上帝和被祂所爱。祂的愿望也一直在我们身上! 在哪一方面你感受到上帝的爱? (如果孩子说感受不到上帝的爱, 我们可以鼓励他分享上帝如何通过供应我们的需要来爱我们, 或通过周围的人(如父母和家人)来爱我们。我们也可以鼓励孩子睁开眼睛和心怀, 在生活中看到上帝的爱。)

祷告:

为着上帝对我们的大爱感谢祂, 告诉上帝你有多爱祂!

这里有一首带有这些经文歌词的英文诗歌

[His Banner Over Me is Love](#) 一起来听一听!



4 8月25日(星期四) 撒母耳记上 3:1-14

祈祷时聆听!

注意: 你可考虑只读到第10节, 因为上帝对以利家庭的惩罚, 可能会让孩子造成困惑。你可以总结说上帝确实对撒母耳说话

带动:

由于这段经文比较长, 我们可以考虑用角色扮演, 让阅读更有趣。每个人分配一个角色(上帝、以利、撒母耳) 包括一位叙述者, 你可以把经文戏剧化!

讨论:

1. 你觉得上帝为什么要一直呼唤撒母耳, 虽然撒母耳每次都去找以利? (因为上帝要教导撒母耳聆听的功课, 并且祂对撒母耳有耐心。)
2. 我们从撒母耳学到什么?

应用:

我听到上帝对我说话吗? (有时它可能是听不见的声音, 它可能来自上帝通过圣经对我们说话, 通过我们的父母和朋友的话, 或是我们脑海中出现的一个想法或一个字。)

- (对比较大的孩子) 当我尝试聆听上帝的话时, 我面对哪些挑战?





祷告:

你知道祷告不只是跟上帝说话，它也是上帝跟我们说话。由于上帝聆听，我们也听上帝所说的话。今天的祷告时间，在你向上帝祷告之后，试着花一些时间，安静地听上帝对你说话。慢慢呼吸，祈求上帝敞开你的心怀聆听！试试看吧！



5 8月26日(星期五) 路加福音 11:1-4

主祷文!



你知道吗？主祷文也记载在马太福音 6：9 - 13，你可以读这段经文。

讨论:

你可以找出耶稣赞美上帝，告诉上帝我们的需要和忏悔（祈求上帝的饶恕）的经文吗？（第2、3、4节）

耶稣告诉我们当我们祷告时，我们也赞美上帝，告诉上帝我们的需要，和祈求上帝的饶恕。

应用和祷告:

一起用主祷文来结束今天的经课。

Sally-Lloyd Jones 也写了主祷文的释义，你可以在此找到，并一起使用来祷告：<https://www.youtube.com/watch?v=nLowBKELf4>

词汇解释:

- “愿你的名为圣”神圣是上帝的名字，耶稣在此赞美我们的天父，并将祂应得的荣耀和尊荣归给祂。

称上帝为“天父”的重要性

耶稣以称上帝为我们在天上的父开始祂的祷告，并告诉祂的门徒向上帝他们的天父祷告。当我们也一样称上帝为天父时，我们记得我们与祂的重要关系！我们是祂的孩子，所以我们与祂说话，向祂祷告。我们所有相信祂的人，继续向祂祷告，因为我们知道我们是向谁祷告，我们是向爱我们的天父祷告！你喜欢和你的父亲说话吗？你有没有因为你父亲让你不高兴而停止和他说话？同样的，有时我们不喜欢祷告，即使祷告有时很困难，我们仍然祷告，继续和天父交谈，因为祂是我们慈爱的天父。

为什么在圣经我们找不到主祷文的最后一句话？ (因为国度，权柄，荣耀，全是你的，直到永远)

最后的这一行是早期的基督徒在回应他们的敬拜时加入的。当长老带领主祷文后，会众就以这一行作为回应。这也是祝福和结束敬拜归一切荣耀给上帝。所以我们今天所祷告的主祷文可以追溯到公元二世纪（主后200年）第一代基督徒的敬拜祷文。虽然最后的这一行没有记载在圣经，但它是近说



上帝对所有人类的统治。当我们这样祷告时，我们也是说：国度，权柄，荣耀，全是你的，直到永远！



挑战:

试试把主祷文背起来！这可是把上帝的话语留在我们心中的好方法。

8 28月27日(星期六) 诗篇 18:1-3

上帝是我的磐石!



讨论:

请圈出诗人描述上帝的词语。(力量、磐石、山寨、盾牌、拯救的角、高台)

带动:

找出“山寨”和“高台”的外观以及它们的用途，一起搜索吧！

知道这些将帮助我们更好地理解 and 欣赏这篇。

应用:

这篇赞美上帝的本份——我的力量，我坚固的根基，我的避难所。上帝有没有把我从困境中拯救出来？或者成为我的帮助？(家长们，您可以用这段时间与孩子分享上帝如何成为你的力量和你的磐石。你的故事将使上帝的话语生活化)



祷告:

用这首诗篇的句子作为你们的祷告，你也可以加入自己的话语。花点时间感谢上帝成为我们的磐石和力量。



7 8月28日(主日)

休息和回顾!

讨论:

一起读上帝的话语和祷告的感觉如何？过去的一周我学到什么？

到目前为止，你做得很好！还有5周的时间，加油！



8 月 29 日 (星期一) 约翰一书 4:7-12

L-O-V-E 爱!



讨论：

1. 在这段经文中，“爱”出现了多少次？数一数并在它下面划线。
2. 这段经文怎样告诉我们有关爱？（爱是从上帝来的，上帝通过差遣祂的儿子来到世间，展示祂的爱。上帝这样爱我们，我们也当彼此相爱。）
3. 当我们彼此相爱时，将会怎么样？（上帝就住在我們里面，祂的爱在我们里面得以完全。）

应用：

我爱我周围的人吗？我该怎样做去爱别人更多？

祷告：

为着上帝的爱感谢祂！为着刚才的分享祷告，让我们能爱别人更多。愿上帝加添我们力量去爱彼此！



8 月 30 日 (星期二) 以赛亚书 44:6-11

没有别的磐石!

这段经文可以分成两个部分：第6至8节和第9至11节。

第6至8节，上帝说话，并提出挑战以寻找更伟大的神。祂最后总结说：“没有磐石，我不知道一个。”第9至11节，谈到偶像，并制造偶像的人。那些制造偶像的人下场如何？

讨论：

1. 第6节上帝如何形容自己？（君王，救赎主，万军之耶和華，首先的和末后的，除祂以外再没有真神）
2. 第9节如何形容偶像和制造它们的人？（虚空，无益处，无所看见，无所知晓，羞愧）把这题的答案和第一题的答案作比较。

应用：

- （对比较小的孩子）家长们，你们可以分享一些现今的偶像，那些让我们放很多心思去关注和信任的事（如：金钱，学业，成就）
- （对比较大的孩子）把上面的分享化为问题：哪些事情会让我分心，让我无法只相信上帝？

祷告：

亲爱的天父，我们全能的主，你是我们的君王和救赎主！除你以外没有真神。赐我们力量，除去那些会取代你在我们心中的东西，帮助我们只信靠你！奉主耶稣的名祷告，阿门。



10 8月31日(星期三) 马太福音 26:36-46

警醒祷告!



带动:

这段经文是耶稣在客西马尼园。可以考虑用角色扮演,让读经体验更有趣。分配一位当耶稣,一位是叙述者,其他就当爱睡觉的门徒。你可以把经文戏剧化或使用小人偶来代表不同的角色。

讨论:

1. 为什么门徒一直睡着,即使耶稣告诉他们要警醒祷告?(他们的身体软弱,眼睛困倦。)
2. 你觉得为什么耶稣要带门徒一起去客西马尼园?(提示:读第38节,耶稣心里非常忧伤,祂要门徒与祂一同警醒,在祂需要时给予支持。)

应用:

我有没有在祷告时睡着了?请分享你在祷告时的困难和挑战。
(家长们,你可以诚实地与孩子分享你自己的挣扎。)

祷告:

诚实地告诉上帝你在祷告时所遇到的困难,向上帝祈求力量,即使在困难的时候也能继续祷告。



I'm tired...



11 9月1日(星期四) 诗篇 139:1-16

永存的上帝!

注释:一个比较简单的儿童版诗篇 139篇可以在“Near”这本英文书找到。(Sally Lloyd-Jones 著作)以下YouTube 视频显示了你可以阅读的书页。
<https://www.youtube.com/watch?v=SUW-0jJFtzs>

讨论:

(以下经文对比较小的孩子来说可能较难理解,所以请父母引导他们慢慢回答以下的问题。)

1. 请看第2至5节,上帝对我们了解多少?
2. 第7至12节,如何告诉我们有关上帝的存在?(上帝无所不在,无论我们在哪里,祂都会一直与我们同在。)

这段经文告诉我们上帝完全认识我们,并一直和我们同在。在第13至16节告诉我们当我们在母腹中,那么小的时候,上帝已经看见我们,并且塑造我们!多么奇妙啊!赞美上帝!

祷告:

从这首诗篇中选出一些经节,把它变成对上帝的祷告。



9月2日(星期五) 马可福音9:2-9

耶稣的荣耀!

注释：这段经文可以做一些角色扮演和用戏剧化的方式阅读，以适当的动作和语气来读这段经文，让孩子可以被上帝的话语吸引。

讨论：

想象你是其中的一个门徒，当你看到耶稣荣耀的样子，你会有什么感觉和反应？你会像彼得一样，不知道要说什么才好吗？

应用：

去美丽的公园散步，或等待看日出和日落，你就能在我们周围，上帝所创造的世界，体验并看到上帝的荣耀！我们也能在他人身上，在我们如何相爱，并彼此相顾的事上，看到上帝的荣耀。

祷告：

亲爱的天父，教导我们每天仰望你的荣耀！在你所创造的人和物上，让我们的眼睛看到你的荣耀。保守我们的口和手，让我们所说的和所做的，能荣耀你的名！奉主耶稣的名祷告，阿门。

这里有一个故事视频的连接：

<https://www.youtube.com/watch?v=KfT5mlnsr9A>

9月3日(星期六) 马太福音 11:25-30

到我这里来!

这段经文耶稣对一群人说话，当祂说话时，祂向上帝祷告(25-26节)。祂分享了与天父特殊的关系(27节)，并邀请人们就近祂，在祂里面得安息(28-30节)。

讨论：

你觉得要过一个基督徒生活很难吗？你面对什么挑战？（可能是每天需要祷告和读圣经，又或是要以上帝的方式做每一件事情。家长们，你可以分享你们的经验！）耶稣邀请我们把这项艰难的任务交托给祂！

应用和祷告：

告诉耶稣你要在祂里面得到安息，并将你的分享交托给祂。你也可以告诉上帝什么事情令你很累，祈求上帝加添你力量！

“这些事”是指什么？为什么向婴孩就显出来？

耶稣说的“这些事”是指耶稣所教导关于上帝的真理，和关于耶稣是谁。耶稣说那些聪明通达的人并不会接受这真理，因为他们自以为更了解，并依靠自己的聪明才智。相反的，“婴孩”是指那些谦卑并开放接受上帝真理的人，那些看到自己有需要并要仰赖上帝的人，所以那些像“婴孩”的人就能得到上帝的真理。

明白上帝的“轭”

耶稣所说的“轭”是人们用来使搬运重物更容易的东西。想象人们背着沉重的石头，这石头代表了人们为了过正直的生活所需要遵守的所有律法。现在耶稣来了，提出要从他们那里拿走这块沉重的石头，并要求人们跟随祂。耶稣告诉人们，他们不需要再靠自己的力量去遵守律法，相反的，他们可以跟随耶稣的方式过一个正直的生活，并和上帝建立关系。这种跟随耶稣的方式可以让他们得到安息，因为他们不再需要背负沉重的石头了！



14 9月4日(主日)

休息和回顾!

讨论:

一起读上帝的话语和祷告的感觉如何? 过去的一周我学到什么?

到目前为止, 你做得很好! 还有4周的时间, 加油!



15 9月5日(星期一) 路加福音 11:5-13

祈求就必得着!



讨论:

1. 你有没有过非常想要一样东西, 你一直求, 最后如愿以偿? (分享积极的经验, 要求的东 西 是好的, 询问的方式也是对的)
2. 耶稣在这段经文中告诉我们什么有关我们的天父? (祂给我们祂的孩子, 这是最好的礼物, 甚至比我们的父母给我们的更好。)
3. 我们的父神赐给我们什么? (请看13节! 永远与我们同在的圣灵)

应用和祷告

你希望上帝给你什么? 在祷告中让上帝知道你的要求。

这是不是意味着我可以向上帝祈求任何东西, 他都会给我吗?

上帝是我们的天父, 祂爱我们, 希望我们得到最好的。如果你的父亲知道这些东西对你有害, 他还会给你吗? 例如: 如果你想要伤害一个人, 我想上帝应该不会满足你的愿望吧? 或者, 你想要成功地在考试中作弊? 这意味着上帝不会给我们任何东西, 而是会按照祂对我们最好的计划来回应我们。

当耶稣在路加福音说这些话时, 祂也希望我们会跟随祂说:

“不要照我的意思, 只要照你的意思。”

词汇解释:

“情词迫切”意思是大胆和坚持。这段经文指的是大胆地祈求, 一遍又一遍地求, 不要害怕自己的名声。



16 9月6日(星期二) 罗马书 8:31-37

在主里得胜!



这段经文告诉我们, 上帝是那位仁慈地赐给我们一切的神。我们看到这一点, 因为祂将祂的独生子耶稣基督赐给了我们。今天还活着的耶稣也在为我们代求! 这意味着耶稣也在为我们向上帝说话。借着耶稣, 我们与上帝和好! 有全能的上帝与我们同在。最后一节经文说, 我们已经得胜有余了。我们不仅可以靠着上帝战胜困难, 我们也可以庆祝和分享上帝的胜利!

讨论:

你认为什么能使我们与基督的爱隔绝? (没有什么)

应用:

你看到上帝在你的日常生活中为你提供了很多东西吗? 你相信当你相信耶稣时, 你就能与上帝和好? (家长们, 请利用这段时间来肯定你孩子的信心。让他们知道他们是通过耶稣而得救的, 没有什么能使他们与上帝的爱隔绝。)



**祷告:**

亲爱的上帝，感谢你慈悲地将你的儿子耶稣基督赐给我们！我们相信耶稣为我们而死，今天还活着。我们感谢你的爱，当我们庆祝和分享你的胜利时，帮助我们在你里面变得坚强，奉耶稣的名祷告，阿们。

**挑战:**

把第37节背起来，这是把上帝话语存在心里的好方法！



17 9月7日(星期三) 约翰福音 15:1-8

园丁、葡萄树、枝子

这段经文中的“我”就是耶稣！耶稣正在对祂的朋友说话，告诉他们要永远与祂保持联系！

**带动:**

去外面看看一棵树或一棵植物。看看树枝是怎样连接到树的主干上，以及树枝是怎样支撑叶子，花朵和果实。这段经文告诉我们，耶稣就像这棵大树干！（在经文中耶稣称自己为“葡萄树”，就像攀爬植物的茎一样。）我们是枝子，上帝是园丁，祂确保我们都健康成长。

**讨论:**

如果将枝子从主干上切断下来，它将会怎么样？（它将停止成长）如果我们与耶稣隔绝，我们将会怎么样？

**应用:**

我们如何与耶稣保持联系？

**祷告:**

祷告并告诉上帝你想和耶稣保持联系，并继续在祂里面成长。



听这首英文诗歌 [\(Grow, grow, grow\)](#) 和中文诗歌 [\(天父花园\)](#)！



18 9月8日(星期四) 马太福音 6:25-34

不要忧虑！

**带动:**

从窗户向外看，看看外面是否有鸟。你认为鸟儿从哪里得到食物？今天的经文告诉我们，神是喂养这些鸟的那一位！上帝也使花朵生长，雨水落在树木和草地上。当我们看到上帝如何照顾我们周围的世界时，你认为上帝也照顾你吗？



**应用:**

上帝会照顾我并给我我需要的吗？

对于大一点的孩子：我怎样才能在我的生活中寻求神的国度和公义？

**祷告:**

这段经文告诉我们不要忧虑，因为我们有一位爱我们并照顾我们的上帝。

如果你现在有什么忧虑，可以告诉上帝。（对于年幼的孩子可能不明白“忧虑”是什么，我们可以问他们是否有任何事情让他们感到悲伤或害怕。也可以举一些例子）

**先非他的国和义是什么意思？**

它的意思就是在我们所做的一切中将上帝放在首位。寻求他的国度就是渴望上帝对世界的渴望（例如，为穷人和饥饿的人提供食物，正义保护无辜者）。寻求他的公义就是想要在我们的生活中做有益和上帝喜悦的事。这可能意味着向我们的朋友和家人展示上帝的爱，阅读他的话语，通过祈祷与他交谈。这节经文告诉我们，当我们以上帝的心为心并将他放在首位时，他会供应我们所有的需要！



19

9月9日(星期五) 歌罗西书 1:9-14

为彼此祈祷!

这段经文是保罗和他的团队写给歌罗西教会的基督徒的。这里的“我们”代表保罗，而“你们”代表基督徒。

**讨论:**

保罗为基督徒祷告了什么？（提示：从“为你们不住地祈求上帝…”中找出动词！“满心知道”、“行事为人”、“果子”…）

**应用:**

你以前为其他人祷告过吗？你为谁祈祷，为什么为他们祈祷？

**祷告:**

想一两个你想为之祷告的人！上帝给了我们为他人祈祷的好机会，让我们现在就去吧！你也可以用今天的经文祷告！从“「我们」为你们不住祷告祈求（第9节）…”开始，到“感谢父(12)。”



20 9月10日(星期六) 以弗所书 6:13-20

祷告上站立得住!

带动:

保罗在第 13-17 节谈到了上帝的全副军装。慢慢阅读经文，挑选出组成军装的部件！你能认出腰带、胸甲、鞋子、盔甲、头盔和剑吗？你能想象这副军装的样子吗？使用经文中的话，画出神的军装！

讨论:

保罗如何告诉我们祷告？（提示：见第 18 节）请注意，保罗也告诉基督徒要为他祷告！（v19）

祷告:

第 18 节告诉我们要“继续为所有上帝的子民祷告。”继续想一两个名字为他们祷告，为他们祷告！



21 9月11日(主日)

休息和回顾!

讨论:

一起读上帝的话语和祷告的感觉如何？过去的一周我学到什么？

到目前为止，你做得很好！还有3周的时间，加油！



22 9月12日(星期一) 以赛亚书 55:1-9

寻求主!

今天的经文很长！你以前被邀请参加过生日聚会吗？这张卡片会告诉你会有很多食物、游戏和乐趣吗？是的！嗯，这段经文也像一张邀请卡！邀请我们的是谁？是上帝！上帝邀请我们来到他面前，他会给我们所需要的。我们将专注于第 6 至 7 节。



讨论:

- 看第 7 节，上帝呼召谁来到他面前？（恶人、不义的人）
- 如果他们选择离开恶行，上帝会为他们做什么？（怜悯他们，必广行赦免）

应用:

- 对于年龄较大的孩子：你有没有呼求上帝而觉得他不在那里呢？分享你的经验。（家长们，要敞开心扉倾听孩子的心声，倾听他们的挣扎，认可并为他们祈祷）



**祷告：**

这段经文告诉我们要寻求神并呼求祂。我们现在就试试吧！告诉上帝，“亲爱的主，我今天来到你面前。请跟我说话，因为我在听。”花接下来的5分钟聆听上帝，闭上眼睛。你有没有听到任何话在你的脑海里蹦出来？或者你脑海中出现什么画面？花一些时间享受祂慈爱的同在。



23 9月13日(星期二) 罗马书 1:16-20

福音和上帝的大能！

这段经文是保罗写给罗马的基督徒的。他谈到了福音和那些接受它的人——有些人是凭信心接受，有些人却拒绝它。

**讨论：**

保罗说救恩是给谁的？救恩是给_____的。（每一个相信的人。请注意，“相信”很重要！福音可以与我们分享，但只有当我们相信耶稣基督时它才会生根成长！）

**应用：**

走出你的房子，呼吸一些新鲜空气！看看你周围的树木和大自然。第20节告诉我们，我们可以透过神所造的东西看到神。你能在我们周围的世界中看到上帝吗？

**祈祷：**

张开手掌向上帝祈祷。求他继续在你的生活中显示他自己是真实的。也为你尚未相信耶稣的朋友和家人祷告。祈求耶稣也向他们显现！



24 9月14日(星期三) 罗马书 12:3-12

上帝肢体的一分子！

你看过你的身体内部的图片吗？我们的身体由骨骼、肌肉和许多不同的器官组成，如肺、心脏、眼睛、耳朵等。你认为他们都对你的身体做同样的事情吗？不，他们都为我们做不同的事情！所以保罗用这张身体的图片告诉基督徒，他们也是神庞大身体的一小部分！我们都做不同的事情，做出不同的贡献。

**讨论：**

保罗说：按着我们每个人所得的恩典，我们每个人都有自己独特的“恩赐”！把它想象成上帝赋予你的超能力，用来爱和服务他人！保罗在第7到8节提到了哪些恩赐？



**应用：**

1. 你认为你的恩赐是什么？（想想你擅长什么，或者你喜欢做什么！）
2. 保罗从第 9 到 12 节提出基督徒可以做的一些事情。选择其中一个在这个星期来练习！

**祷告：**

为你的恩赐感谢上帝，并为你本周计划做的事情祷告。求上帝给你力量继续做美善的事。



25

9月15日(星期四) 约翰福音 17:20-26

耶稣的祷告！

在这段经文中，耶稣在前往客西马尼园并被捕被钉十字架之前，为所有上帝的信徒祈祷。

**讨论：**

耶稣为信徒祈求什么？（提示：第 21 和 26 节）（使他们合而为一，使上帝的爱在他们里面）

- 对比较大的孩子：你认为当今世界的基督徒是合一的吗？是什么让你这么认为，或者不这么认为？

**应用和祷告：**

为全世界的基督徒祷告！你可以像耶稣那样祷告：愿所有的基督徒在上帝里面合一，让上帝的爱在他们每一个人心里，也为着上帝放在你心里的任何东西祷告！



26

9月16日(星期五) 哥林多后书 3:12-18

耶稣基督里的自由！

为了更好地理解保罗在说什么，请阅读出埃及记 34:29-35 关于摩西和帕子。这段经文有点难懂，但简单来说，保罗谈到以色列人的心地刚硬，心被蒙蔽或盲目，因为他们不相信上帝和上帝的计划。但是当任何人相信耶稣时，这帕子就被除去了，我们就可以在耶稣里得到自由！作为上帝的子民，我们可以转变为越来越像耶稣，并分享祂的荣耀，正如罗马书 8:17 所说的。

**讨论：**

帕子将如何被除去？（当有人转向主，就是当有人相信耶稣的时候）

**应用：**

你要怎样才能变得越来越像耶稣？

**祷告：**

亲爱的主耶稣，我相信你！我感谢你，因为在你里面有自由！我祈求成长，越来越像你。引导我做对的事情，使我所做的事能荣耀你。我也为着那些不相信你的朋友/家人祷告：___（姓名）___。我祈祷有一天，他/她也会相信你。奉耶稣的名，阿门。



保罗所说的这个“帕子”是什么？

如果你阅读出埃及记 34:29-35，你会读到关于摩西在山上与上帝交谈的故事。当他下山时，他的脸因上帝的荣耀而发光，人们都不敢靠近他。因此，摩西每次从山上与上帝交谈后下来，就用帕子蒙住自己的脸。保罗谈到这件事也是因为当时上帝的子民**心肠刚硬**。上帝作了那么多大能的事，人们还是**内心顽固**，不肯相信上帝。所以保罗就用这个例子说明，那些被帕子蒙住内心的人，是那些仍然拒绝相信耶稣并依靠耶稣的人。他们的心依然刚硬和顽固。这帕子也代表了律法和旧约，在耶稣身上被成全了！所以，只有**当一个人相信了耶稣，这个帕子才会被除去**！



27 9月17日(星期六) 帖撒罗尼迦前书 5:16-22

不住地祷告！



这是保罗写给帖撒罗尼迦人书信的最后一部分。从保罗对他们最后的鼓励，可以看出什么？

讨论：

1. 你能从每一节经文中找出保罗的一个鼓励吗？慢慢列出保罗鼓励基督徒做什么。

2. 从这个列表中，保罗告诉信徒应该做什么？他们不该做什么？

应用：

从这个列表中，选出一件你更想要做的事情。

祷告：

祷告并祈求上帝帮助你完成你所决定要做的一件事！你也可以使用第 16 至 18 节作为你的祷文。

不住地祷告是什么意思呢？

这是否意味着我需要双手合十，闭上眼睛，祷告一整天？并不是这样的！这里的意思是我们可以在任何时间，随时与上帝交谈！当你醒来时，你可以说“上帝早安！”当你上学时，你可以说“上帝，让我今天好好学习！”上帝一直与我们同在，这就是为什么我们可以在任何时间与祂交谈！想象上帝是一位永远在你身边的好朋友！当我们整天和每一天与上帝交谈时，我们就是在不住地祷告。



28 9月18日(周日)

休息和回顾！

讨论：

一起读上帝的话语和祷告的感觉如何？过去的一周我学到什么？

到目前为止，你做得很好！还有两周的时间，加油！



一起来认识诗篇！

在接下来的两周里，我们将看到诗篇是如何教导我们关于祷告。诗篇也被称为“圣经的祷告书”！因为它包含了许多上帝的子民对上帝的祈祷！其中一些祷告写得像一首歌或一首诗，而有些则是为以色列人对上帝的敬拜而写的。我们也可以在祷告中使用这些经文！（注：家长们，有些诗篇比较长，所以最好能集中在1-2节，让反思更有针对性。）

29 9月19日(星期一) 诗篇 1:1-6

正义与邪恶！

诗篇第一篇描述了两种人，一种是昼夜思想上帝的律法而选择顺服上帝的义人，另一种是选择悖逆上帝，作上帝眼中看为恶的事的恶人。现在你想站在哪一边？

讨论：

1. 看第3节，怎样形容义人？（像一棵树…）
2. 另一方面，看第4节，怎样描述恶人？（如糠秕（谷壳）……）
3. 第6节如何告诉我们义人和恶人的不同下场？（耶和華知道义人的道路，恶人的道路却必灭亡）

应用：

你想站在哪一边？义人还是恶人？

你认为一直顺服上帝，并日夜思想祂的话很难吗？

祷告：

亲爱的上帝，给我力量让我以你为乐，让你日日夜夜都在我的思想和心中。让我继续学习你的话语。奉耶稣的名，阿门。

要了解有关诗篇第1篇的更多信息，请观看[这个视频](#)！

词汇解释：

“糠秕”是谷物和小麦的外壳，干燥、坚硬，作为废物被丢弃，并犁入土壤。恶人被描述为最终会被抛弃和遗忘的糠秕。第5节和第6节还说，恶人在上帝审判台前必站立不住，他们的所作所为最终会导致灭亡。

30 9月20日(星期二) 诗篇 120:1-7

我呼求主！

诗篇第120篇的诗人在异国他乡，被说谎的嘴唇和诡诈的舌头所包围，因此诗人呼求上帝的帮助。

**应用：**

对于年幼的孩子：有没有遇到过朋友对你不好的时候？你怎么作呢？

对于年龄较大的孩子：你是否遇到过不真实和不诚实的朋友/同学？你怎么作呢？



这篇诗篇告诉我们，在这样的困难时期，我们可以向上帝寻求帮助。

祷告：

就像诗人一样，当我们遇到困难时，我们可以寻求上帝的帮助。我们也可以祈求上帝将我们从难相处的人手中拯救出来。现在花时间为上帝祈祷吧。（如果你没有遇到困难，那就感谢上帝！）

**米设和基达在哪里？**

米设在以色列的最北部，而基达是位于以色列东南部的阿拉伯邻国。在诗篇中，米设和基达代表以色列以外不认识上帝的国家，以及上帝的子民分散到的地方。



31 9月21日(星期三) 诗篇 130:1-8

有你就有赦免！

在今天的诗篇中，诗人再次向上帝呼求帮助。他是在祈求上帝帮助他对抗敌人吗？或者是关于别的事情？阅读并找出！

**讨论：**

1. 圣经中的一些诗篇里头有“转折点”，从感到绝望到在上帝里找到信心。你能在诗篇 130 篇中找到转折点吗？（提示：可以用“但”这个字找到“转折点”）
2. 你认为诗人为什么向上帝呼求？查看第 3 至 4 节的线索。（诗人可能得罪了上帝，要祈求上帝的赦免。）

**应用：**

你有什么想求上帝赦免的吗？我们不需要隐藏或害怕！我们可以祷告并告诉上帝我们很抱歉。

**祷告：**

如果有什么让你感到抱歉的事，请花时间告诉上帝。并用下面的祷文祷告：亲爱的上帝，有你就有赦免。你是我的盼望，在你有永恒的爱！感谢上帝从未放弃我们。奉耶稣的名，阿门！



诗人在等候什么？(第 5-6 节)

我们可以推断出诗人犯了罪，并提到上帝的赦免。他不是等候赦免，因为他已经相信，当他向上帝认罪后，上帝会赦免他。说得更恰当一点，诗人在等候上帝自己，经文说“我等候耶和華”。由于他的罪，诗人与上帝的关系已经破裂了，因此他正在等候与上帝的关系恢复。再次，他确信它会恢复的，因为他将等候描述为守夜者如何等候天亮。是的，有等候，黎明肯定会在夜晚结束后最终到来。在上帝里的盼望是不会落空的！是的，夜晚可能很长，但早晨终会到来，这是肯定的！我们也一样！有时，当我们做错事时，上帝确实显得很遥远。但如果我们承认自己的罪，上帝会赦免我们，我们可以再次亲近祂——这是我们可以肯定的！



32

9月22日(星期四)诗篇 116:1-7

恩惠与慈爱的上帝！



今天的诗篇又是关于呼求上帝。不同的是，这首诗篇从一开始就充满了希望！你认为诗人有更多的理由向上帝呼求吗？阅读、讨论并找出答案！



讨论：

你认为诗人为什么向上帝呼求？阅读第 3-4 节，猜猜为什么？（诗人可能病得很重，这就是为什么他谈到被“死亡”的绳索缠绕着，并被“阴间”的痛苦抓住。在他的病中他呼求上帝拯救他。）

应用：

你有过病得很重吗？或者你认识曾经病得很重的人吗？生病时，你有没有向上帝求救，并在你身上经历过祂的恩典和爱？（家长们，你也可以把自己的经历与孩子们分享。）



祷告：

你可以感谢上帝的爱和恩典，感谢祂医治你并聆听你！你也可以为那些生病的人或仍在康复中的人祈祷。你可以使用诗篇中的经文作为你的祷告！



33

9月23日(星期五)诗篇 8:1-9

荣耀加冕！

诗篇第 8 篇是赞美诗篇！这首诗篇赞美上帝的名和上帝在全地所做的一切！这首诗篇也告诉我们上帝给了人一个特别的地位。

讨论：

这篇诗篇告诉我们上帝要我们成为怎样的人？请看第 5 至 8 节。（上帝使我们比天使微小一点，上帝赐我们荣耀和尊贵为冠冕。上帝派我们管理祂手所造的。）

应用：

作为上帝荣耀的孩子，你该如何生活？（你可以想想你要如何向别人展示上帝的爱！）你想如何照顾上帝的创造？

带动和祷告：

如果可以的话，到外面去看看上帝的创造，或者看看窗外。花点时间了解诗人为什么这样赞美上帝。现在轮到你了！为着上帝的属性赞美祂，求上帝赐给我们力量去做祂呼召我们去做的。事。

9月24日(星期六) 诗篇 10:12-18

弱者的保护者！**讨论：**

1. 你能在这诗篇中发现一个“转折点”吗？注意关键词！（第14节诗人告诉我们，当有些人拒绝上帝时，上帝的注意力切实转向了另一群人：那些需要祂、呼求祂的人。）
2. 这篇诗篇告诉我们关于上帝什么以及上帝能做什么？

应用：

你能想到任何需要上帝帮助的人吗？不一定是你认识的人！你可以想想那些没有父母的人，那些被别人欺负的人，那些贫穷的人。

祷告：

为着你想到那群人祷告。你可以使用第14、16、17、18节作为你的祷告！

可以告诉上帝“打断恶人的膀臂”吗？

诗篇第10篇呼唤上帝打断恶人的膀臂，并要求他们承担责任。基督徒可以愤怒到这样做吗？圣经确实告诉我们爱我们的敌人，但我们也注意到圣经中有些诗篇呼吁上帝审判和惩罚恶人和敌人。这些诗篇被称为“咒诅诗”。圣经中这些诗篇的存在向我们表明，当我们看到邪恶的事物而生气是可以的！因为上帝也不会容忍邪恶和不义。想想当你看到可恶的事情时，也许是朋友被欺负，或者是一场杀死无辜者的战争。上帝没有要求我们压抑自己的情绪。相反的，当我们生气时，上帝召唤我们与祂交谈，就像诗篇作者所做的那样。当我们看到邪恶和不义的事发生在我们周围时，我们可以用这些诗篇来祷告！还有一件事要注意：我们将惩罚和审判留给上帝处理。

35 9月25日(主日)

休息和回顾!

讨论:

一起读上帝的话语和祷告的感觉如何? 过去的一周我学到什么?
到目前为止, 你做得很好! 还有两周的时间, 加油!



36 9月26日(星期一) 诗篇 22:1-11

祢使我信靠祢!

诗篇22篇是圣经中对耶稣基督被钉十字架的最好描述, 它也被称为“十字架上的诗篇”。我们认为这首诗是对耶稣在十字架上受苦的预言。



讨论:

在这首诗中有几个转折点, 形容着诗人从向上帝哭泣和抱怨找到对上帝的信任。你能发现这些转折点吗? (提示: 寻找“但”)

应用:

你认为诗人是否对上帝非常诚实地表达了他的感受? 你认为我们是否也可以在祷告中让上帝知道我们的真实感受?

祷告:

以诚实的态度告诉上帝你此时此刻的感受。如果你今天过得不好, 那就告诉祢你过得有多糟糕; 如果你度过了美好的一天, 那就告诉祢这一天到底过得有多美好! 祷告结束时, 无论是好是坏, 都要对已经过去的一天表示感谢, 并像诗人一样继续把你的信任放在上帝那里。



37 9月27日(星期二) 诗篇 46:1-11

我们伟大又全能的上帝!

观看[这个视频](#), 了解更多关于诗篇46篇的内容。



带动:

你知道“堡垒”长什么样子吗? 上网做个图片搜索, 了解诗人为什么使用这个词。当你想到保护和安全感时, 你脑海中出现的是什么形象? 想一想对你来说独一无二的例子。(例如: 上帝是我的防空洞, 上帝是我的挖土机)。

应用:

第1节告诉我们“上帝是我们的避难所和力量”。你是否感受到上帝对你的保护? 给较大的孩子: 第10节说“你们要休息(安静), 要知道我是上帝”。在我们的日常生活中, 是否很难看到上帝的强大和威力? 我们能在上帝面前能安静下来吗?

**祷告：**

让我们一起使用1-3节和7节来赞美我们大能的上帝！



你知道吗？“全能的主”也被翻译成“万军之主”或“天使军团的主”。这意味着上帝就如天使军队的指挥官哦！我们的上帝是大能且强大的！。我们可以相信上帝就是我们的保护者！

38

9月28日(星期三) 诗篇 23:1-6

耶和华是我的牧者！

观看[这个视频](#)，了解更多关于诗篇23篇的内容。

**讨论：**

1. 通过这首诗，我们了解到耶和华是怎样的牧者？祂又为我们做了什么事（提示：找到以“祂”和“你”开头的经文，这些经文告诉我们关于耶和华的事。）
2. 诗人说耶和华要做什么？（提示：找到以“我”开头的经文）

应用：

你是否有过耶和华成为你的牧者的经历？想想上帝是否曾经给了你所需要的东西，保护你免受伤害，或者引导你做正确的事呢？

祷告：

把这首诗篇开声朗读出来，作为你祷告的一部分。

**挑战：**

试试被这整个诗篇背起来！这样我们就可以把上帝话语藏在我们心里面。



39

9月29日(星期四) 诗篇 121:1-8

耶和华保护！

讨论：

1. 诗人说了多少次上帝“保护”？我们来数一数！（一共6次！有时一个句子被重复时，是在强调无论我们在哪里，上帝都是那个会保护我们的人）
2. 再一次慢慢地读这首诗篇，看看上帝是如何保护我们所有人的。



**应用：**

你是否感觉到，无论你在哪里，上帝也在保护你？

**祷告：**

今晚在睡觉前或者在明天去学校之前，以这首诗作为你的祷告吧！我们知道上帝必会一直保护我们，从今时直到永远！你也可以以这首诗词为朋友或亲人祷告。



请听听这首用了诗篇121篇诗词的华语歌曲：[保护我的是耶和華](#)



40

9月30日(星期五) 诗篇 150:1-6

赞美耶和華！



这篇诗篇充满了对上帝的赞美！数一数“赞美”这个词在这首诗中出现了几次？

**讨论和互动：**

这首诗告诉我们在哪里可以赞美上帝呢？(v1) 我们为什么要赞美上帝？(v2) 我们该如何赞美上帝？(v3-5) 又有谁能赞美上帝呢？(v6) 你可以以比划或者以绘画的形式将以上几点画出来。

**应用：**

我还能为何些事情赞美上帝？今天我可以怎样赞美上帝？(注：我们可以用我们身上的一切以及我们的言行举止来赞美上帝！例如，我可以透过唱赞美诗歌、祷告、顺从父母、勤奋学习来赞美上帝。)

**祷告：**

试写出你自己的赞美诗篇，告诉上帝你为什么要赞美祂还有你想如何赞美祂。(全能的上帝，我为_____赞美你！我以_____赞美祂！) 用这个模板作为你对上帝的祷告。

你也可以把这首诗篇当作对上帝的祷告。



万岁!!!

我们已经过了第40天！我们也完成整个读经运动了！
大家好棒啊！

讨论：

1. 你对每天阅读上帝的话语有什么感触？有没有什么有益的事？你面对什么困难和挑战？
2. 制定一个定期阅读上帝话语的计划，这样我们就能在上帝里面继续成长。



亲爱的家长，

感谢您使用这个指南，并与您的孩子一起阅读上帝的话语！这是一个多么了不起的成就啊！我们与您一起欢欣！当您继续在上帝的以及上帝的话语中培育您的孩子时，我们祈求天父的心和力量与您同在。



一些参考书本：

(由于每天的经文都来自不同的书卷，就比较难记录每个参考资料。这里是一些比较常用到的)

Motyer, J. Alec. Isaiah: An Introduction and Commentary TOTC.

Moo, Douglas J., The Epistle to the Romans NICNT.

Declaisse-Walford, Nancy; Jacobson, Rolf A.; Tanner, Beth Laneel. The Book of Psalms NICOT.

Kidner, Derek. Psalms TOTC.

Brown, Francis; Driver, Samuel Rolles; Briggs, Charles Augustus. Enhanced Brown-Driver-Briggs Hebrew and English Lexicon.

Bauer, Walter; Danker, Frederick William. A Greek-English Lexicon of the New Testament BDAG.