

家庭崇拜（二）：家庭崇拜的内容和安排—朱如月老师

家庭崇拜有助巩固家庭，帮助家人的心和灵都健康地成长，是信徒家庭不可或缺的。家庭崇拜对于各式各样的家庭问题也可以发挥防患于未然的作用。上次我们谈到家庭崇拜的价值或好处，这次就会探讨家庭崇拜的内容和各样实际的安排。

一、家庭崇拜的内容

坊间很多书籍或文章都会提到家庭崇拜的内容或步骤，当中有些建议很简单，有些则十分详细，有些也相当复杂，似乎把家庭崇拜变成了儿童主日学。如果每次家庭崇拜前都需要做很多准备，相信不是每个信徒家庭都做得得到，而且较难持之以恒。以下是综合了不同看法后提出的一个建议，比较简单、容易掌握，并有助家人深入分享。

A. 家庭崇拜四部曲：唱诗—读经—分享（快乐事及挑战）—祷告

1. 唱诗（5分钟）

选一些熟悉而有内容的诗歌，可以是颂赞、感恩、激励或反省。网络上有许多可用作家庭崇拜的歌曲选择，如果有音频或视频，更可作为伴唱。

2. 读经（5分钟）

每次的经文不用太长，10 - 15 节的长度较佳（如果孩子年幼，可以更短）。只需诵读经文，不用讲解，免得孩子觉得沉闷，经文自会在小孩心中滋长，但也可以让孩子发问一些和经文有关的问题。读经方式可以是轮读、同声读、祷告或带领者读。除了《和合本》外，可以使用一些现代译本或意译本，例如《新译本》、《现代中文译本》、《新普及译本》、《新汉语译本》等。不同用词和句子都可能是开启新亮光的钥匙。

关于现代的圣经译本，有一个有趣的故事是跟家庭崇拜有关的。有一个爸爸每天早上都读一段经文给家人听，然后问这段经文告诉我们什么事。一天早上他读以弗所书 1 章，当他发问时大家竟然鸦雀无声；他再读一次，他们更加沉静。那个早上，他在上班的火车里开始用日常用语写出以弗所书 1 章的意思，并在翌晨读给孩子听，随即得到一些答案。于是他在每天乘火车时，意译更多难明的段落，最后把全本圣经译成简单的日用英语，就是《当代福音》的初稿，后来再经过学者努力修订为《新普及译本》。

3. 分享（10 - 15 分钟，视乎人数和需要）

分享分为两方面：

- a. 一件最近发生的快乐事：这让喜乐植入孩子的心，未来他自会懂得事事感恩。
- b. 一件未来的挑战：藉此互相接纳，互相代求，从而建立一家人互信的心。

4. 祷告（5 - 10 分钟）

每位成员轮流祷告，最重要是回应刚才家人分享的内容，或是赞美，或是谢恩，或是交托，或是认罪。当然也可以为其他事情代祷，例如教会、学校的老师、父母的同事、居住的城市，甚至未得之民等。除了坐着祷告，也可以用不同的姿势，例如站着、手牵手、拥抱或跪下。

有一个很好的祈祷方式叫“会话式祷告”，就是带领者先为某个家人（或事件）简单祷告几句，然后每个家人也用几句话为同样的人或事祈祷；接着带领者再为另一个人或事简单祷告几句，然后其他人用相同方式祷告……直至为所有家人（或需要祷告的事）代祷完毕。这个方式有助大家同心投入祷告，即便是孩子也容易投入和参与。

另外，存一本家庭祷告簿也是很好的。只须为特别的祷告事项写一两句记录，不但方便跟进代祷，也可以在年终时作全年回顾，定会让大家感恩不尽。

B. 内容上的变化

1. 上述四部曲只是最简单的内容和步骤建议，大家可以按着各自的能力、时间和需要，丰富这些内容。
2. 有时可以和其他家庭联合，或邀请一两位特别的嘉宾出席，例如其他亲人、朋友、主内肢体、牧者等。
3. 在特别的日子里也可以有特别的安排，例如圣诞节、复活节、春节、中秋节、清明节等，还有家庭成员生日的日子。如果是父亲生日的话，唱诗的时候可以为他唱生日歌，分享的时候就请他分享生日愿望，祷告时其他家人为他祝福。

二、家庭崇拜的安排

其实在一对情侣关系开始稳固时，已经可以用上述四部曲来敬拜、分享及彼此代祷。当两人结为夫妇，家庭崇拜的确立更是刻不容缓。

A. 次数

比较理想的次数是每周一次。如果更疏的话，不利于心灵关系的建立；如果能够多于一次当然很好，但不必勉强。

B. 时间

固定的时间是重要的，否则很容易松懈。最好一家人一起商量，找出大家都认为合适的时间，例如周三晚上 8:30、周五、周六或周日等。开始的时候可能需要容许一些弹性，让大家慢慢习惯。要留意时间不要太早或太晚，恐怕因疲倦而不能专心。如果工作或生活规律有改变，家庭崇拜的时间也可以调整，不必拘泥。

C. 长度

一般 30 分钟已经足够。如果分享的时候有人有很多话要说，那么时间可以延长一点；如果没有的话，短一点也无妨。如果有年幼的子女，或者每周多于一次的家庭崇拜，时间可以更短一点。长，不一定好，最重要彼此能够真诚交流，也愿意投入；太短当然不够时间好好分享和祷告，容易流于表面和马虎了事。

D. 地点

定点是最好的。当然在家中举行最理想，但也可以因应情况有不同的安排。另外，也可以定期有郊外敬拜的时间。

“耶和华向亚伯兰显现，说：‘我要把这地赐给你的后裔。’亚伯兰就在那里为向他显现的耶和华筑了一座坛。从那里他又迁到伯特利东边的山，支搭帐棚……他在那里又为耶和华筑了一座坛，求告耶和华的名。”（创 12：7-8）

（未完，待续）

参考资料：

1. 白爱芙著。吴文秋译。《如何带领家庭崇拜》。台北：大光，1992。
2. 麦张伟芬。《家庭祭坛》。香港：更新资源，2009。
3. 罗莎琳·凌嘉著。曾熊国英译。《家庭崇拜指南》。香港：种子，1983。
4. 葛文伟。《风雨中的家庭》。香港：春秋堂文化事业，1999。
5. <<http://www.fmchk.org/fmnewsletters.html?download=21:fmnewsletter-177>>。
6. <<http://www.fmchk.org/fmnewsletters.html?download=22:fmnewsletter-178>>。
7. <<http://www.laccf-nm.org/laccf/message/PastorCai/family2.pdf>>。
8. <http://www.ccmhk.org.hk/Common/Reader/News/ShowNews.jsp?Nid=3395&Pid=16&Version=47&Cid=37&Charset=big5_hkscs#.Wgq010lrzg8>。

欢迎来信辅导部 cc@liangyou.net，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站“表格下载区”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。