

第六章 家庭祭壇的實施

當你決定要成立家庭祭壇時，你需要聖靈的幫助，使你有屹立不搖的決心，因為這是一場屬靈的爭戰。你會發現很多理由不進行家庭敬拜。『突發狀況』隨時發生。你可能有時間壓力，感到疲憊。你可能會與想看的電視節目爭戰。你的小孩可能會在你宣布『家庭祭壇』時抱怨。你可能會懷疑自己能否勝任這神的託付。在開始前一定要求神的引導和智慧。讓『家庭祭壇』以禱告開始，以聖靈為教育的過程，以聖經為教導的中心，以兼顧每個人的需要為原則，以榮耀神為目的。

家庭祭壇沒有什麼固定的形式。但基本的原則和至終的目的是有的。只要有助於達到全家人一起崇拜神、讚美神、見證神的目的的任何大人小孩可用的形式都可以。耶穌談到真正的敬拜不在形式，乃在知道我們在敬拜一家之主的神。耶穌說：『那真正拜父的，要用心靈和誠實拜他，因為父要這樣的人拜他。神是個靈（或無個字），所以拜他的必須用心靈和誠實拜他。』（約 4:23-24）

家庭祭壇（Family Altar）要實際可行，就必須是**生活化**。把家庭祭壇當做一種**生活方式**，而不是一種禮儀（呆板、形式化的儀式，儀文、條例）。家庭祭壇的活動應多樣化、具吸引力、切合實際、彈性。切勿呆板、太形式化。能在輕鬆而不隨便、嚴肅而不緊張的原則下進行。

一. 形式

過去以色列人所築的壇，有的用土或石頭堆成，材料不同，形狀也不同，但最重要的那座壇是『為誰』及『為何』而建造。FA 不像教會主日『崇拜』的程序或流程，而是為家而設計的敬拜，每個家庭的風格傳統不同，FA 也沒有固定要遵守的形式。但主要是大家存心靈誠實的敬拜，激發大家愛主、感恩、敬拜的心。

二. 時間

約 20-30 分鐘。一般是晚飯後團聚。次數不重要，重點在恆心。FA 一般是以一星期一次。家人一旦分出 FA 的時間，就把這時間奉獻給神，當作家人與神約定的時間。既然基督是一家之主，祂的活動就要善用，祂的**時間要分別為聖給神**。這時段，要看作比任何電視節目、球賽、時事八卦，都更有價值。它絕對是值得你**犧牲一些休息的時間**來交換。它之所以**很重要**，因為那**不僅是家庭的親密時光，更重要的是全家人與神約會、相交的時光**，是值得珍惜的時光。若有人要打斷你們與神的約會，就當告訴人這是你們早就安排好的家庭時間。今天人普遍的問題是太忙，忙到沒有時間。但你若把與神相會**列為生活的第一優先**，就就會有時間的。主耶穌說『先求神的國和祂的義，這些東西都加給你們了。』（太 6:33）

三. 地點

任何全家人都可聚集的地方，如餐廳、臥室、客廳、庭院都可用。有神同在的地方就是聖地。有固定處（與神約會處）好但必須是適用於家人的安靜，目的是讓家人在敬拜中經歷神的同在。

四. 內容

舊約築壇的目的，就是獻祭和敬拜神；而獻祭的種類有多種，包括『燔祭』、『素祭』、『平安祭』、『贖愆祭』、『贖罪祭』，每一種獻祭都有其獨特的背景、功能和應用。這五個祭代表一個人在不同生命處境中，對上帝的敬拜、禱告和感恩。

1. 『燔祭』（利 1:1-17）強調委身（commitment），願委身來回應神的大愛。

2. 『素祭』（利 2:1-16）強調感恩（thanksgiving），藉著敬拜向掌管天地的主宰和看顧生命的主感恩。

3. 『平安祭』（利 3:1-17）強調分享（sharing），藉著見證把神的恩典、救恩、作為分享。

4. 『贖罪祭』（利 4:1-35）強調認罪（confession），藉著認罪悔改重新與神和好，恢復

與祂的相交。

5. 『贖愆祭』（利 5:1-6）強調復和（reconciliation），除了犯罪要悔改，還要為自己的過失負責任，用行動補過，也就是向神、人及自己負責。

家庭祭壇的基本內容，事實上就是圍繞在這五個祭，藉此獻上來培養、操練、反省和實踐。家庭祭壇的內最好是按照孩子能接受的程度，讓他們遇見耶穌。一般的內容是：

一）．頌讚敬拜神（5分鐘）

可以唱一些短詩，最好是能朗朗上口的。不要拿著歌本低頭唱，應該是很輕鬆的口唱心和地讚美主。如果能背下一些經文詩歌（指的是以聖經經文為歌詞）更好，詩歌如果能背下來，對歌詞會加深印象。用短詩的好處，就在於它好記易背。這是一段放下忙碌生活步調來到主前，休息在主的恩典中的珍貴時光。保羅說：『當用詩章、頌詞、靈歌彼此對說，口唱心和地讚美主』（弗 5:19）選的詩歌很重要，找對神的尊崇、讚美、感恩的歌。最好是能配合小孩們的理解程度。有家庭的『招牌歌』（大家喜歡的）是好的，大家熟悉了就成為自己的詩歌。《生命之歌》（國際福音佈道會生命堂編）可供參考。這歌本有許多中英文短歌，是適用全家大小。可在基督教書房或網上找尋 CD，或 YouTube。

二）．恭讀聖經（5分鐘）

選擇並安排好要讀的聖經，定期/進度。一起或輪流讀聖經/短文：荒漠甘泉、靈命日糧、西敏斯特小要理問答（1647）...

三）．背誦經文（5分鐘）

先一起朗讀，然後輪流背誦。讀的或背誦的經文可寫在『聖經板』或黑板、白板供提醒家人。

四）．彼此分享（10分鐘）

從經文到生活的分享。帶領的人先讀或大家輪流讀，然後大家分享對經文的感想。這部分的重點是大家都要分享，不要形成個人講道的模式。尤其如果能讓孩子多講更佳，鼓勵孩子，不單是讀經，更要明白讀的是什麼，以及這段經文對他個人的幫助。在孩子的分享中，更多的認識孩子的想法與看法，適時的幫助他們建立合乎聖經的價值觀。

如果當天家中有些感恩的事件，如生日、加薪、升職、考試理想、親人來訪、身體康復等，要帶領全家記得向神感恩，同時也要懂得向人表示感謝。一件成功事情的背後，有太多的人在默默付出，要從小養成孩子心存感激的習慣，讓他們養成「在自己的成功中，看到別人的功勞」的習慣。

若是有挫折、傷心、失敗的事，可以藉此學習全家人一同來面對，彼此扶持、承擔。誠實的檢討事情發生的原因，要在「每一個失敗中，找到自己的責任」，然後彼此鼓勵、打氣、接納。告訴孩子，失敗並不可怕，只要我們能夠學到該學的功課，失敗就有價值，失敗是我們邁向成熟的階梯。

假如有犯錯，要勇於面對。作父母的要以身作則，「在神前承認錯誤，在人前請求原諒」，這是最好的身教機會。告訴孩子父母不是完全人，有時也會犯錯，但我們勇於認錯。讓孩子知道，我們都會跌倒但決不至仆倒不起，同時也可教導被得罪的一方操練饒恕的工夫。讓每天的錯誤，在每天都對付清楚。父母的榜樣，將會給孩子良好的啟發，使他們可以接受自己雖然有不完美的本質，但可以朝理想的方向修正。經常讀聖經，會幫助我們知道神的善良、神所喜悅、神的旨意。保持跟孩子的互動，使他們從小就知道聖經的道德觀—是非、善惡、真假、黑白，趁著孩子在家時就強化他們的屬靈免疫力、抗衡力、辨識力。

五) . 彼此(輪流)代禱 (5分鐘)

1) . 彼此禱告把家人心連心：是我們能建立和睦相處和饒恕美德的恰當地方，並因此我們可以彼此了解、互相欣賞、享受家庭生活的情趣。在一起的家庭禱告能互相傾訴，彼此代禱，就是關心的表現。

2) . 父母帶頭禱告，為家庭成員禱告，除了謝飯禱告，及時地在孩子遇到困難、挫折、壓力、考試、交朋友禱告。早起感恩交託禱告、睡前感恩交託禱告。孩子學會『凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的都告訴神。』（腓 4:6）「個人不禱告，怎麼可能夫妻禱告，怎麼可能全家禱告？」

3) . 禱告方式：操練同聲開口，手牽著手，跪著禱告，為右邊的人禱告。最好每人都開口禱告，亦或全家人輪流帶領禱告。我們要教導孩子們如何禱告。有一天當他們離開父母獨立時，他們自己可與天上的父隨時相伴。

4) . 全家背誦經文：每週一節經文，最好配合當天家庭祭壇的經文默想，背誦過的要常常溫習。把經文活用在生活裡，就如遇到困難，疑惑或尋求引導，藉著神的話彼此勉勵。主禱文（太 6:9-13）是學習全家禱告的範文，可用在彼此代禱後一起同聲以主禱文結束。但要避免常用以致形式化。

5) . 謝飯禱告：是孩子能學到最基本的禱告方法。也是學習向神感謝的地方，也是最具體能感受感恩的地方。但不要讓謝飯禱告成為負擔或壓力。更不要在『阿們』後清算、批鬥、教訓、罵人。吃頓飯在不融洽的氣氛是不可能消化得好。

6) 操練禱告內容：ACTS

ADORATION 頌讚

CONFESSION 認罪

THANKSGIVING 感恩

SUPPLICATION 代求

7) 資源(材料)：聖經、靈修材料(適合家庭大小)、兒童要理問答(Catechism for Young Children)、小要理問答(The Shorter Catechism)

附：參照《守望子女禱告日引》（Rob Hostetler 2/2000, Focus on the Family）

五. 家庭祭壇的攔阻

攔阻我們舉行家庭祭壇，主要是魔鬼愛用的技倆。設法讓你找到合理的藉口。讓你忙，讓你累，讓沒精神、讓你情緒不好、讓你與家人吵架、讓你罵孩子。及時回到神面前，就發現這種的情況，表示你更需要家庭祭壇、需要被恢復、需要和好。

一般的攔阻如下：

1. 生活忙碌，沒有心力。
2. 沒有能在一起的安靜環境
3. 夫婦彼此未能配合。
4. 不知如何開始。
5. 不明白為何需要去舉行。
6. 教會缺乏這方面的指導。
7. 同輩間沒經驗分享和支持。
8. 很難找到適合的材料。
9. 不是家人都信主：可能有不信的長者反對
10. 不能持之以恆
11. 太形式化，缺乏創意

六. 家庭祭壇的禁忌

家庭祭壇先從是每日靈修，每日吃飯或飯後前讀一段經文或靈修手冊。但不要太長。在十五至廿分鍾之內，以讀經、禱告為主，可順其自然加上一些分享、討論。孩子小時，可用十分鍾；孩子的注意力無法維持全章，每天可讀半章或幾節。有些事情應盡量避免：

1. 父母不要說話太多，盡量讓孩子說話，提起他們的興趣，並藉此了解他們。既是家中成員的交談溝通，就不必限定範圍，可以輕鬆愉快地進行。父母不要「講道」，不要「教訓」，借題發揮。不要藉禱告批評家人。
2. 氣氛切忌凝重緊張，務要甜蜜愉快。大衛說：「人對我說：我們往耶和華的殿去，我就歡喜。」親近神是件喜樂的事，不要讓孩子覺得是討厭、可怕的。
3. 不要只在家庭祭壇時才營造一個喜樂溫馨的氣氛，平常也要如此；否則家人會覺得虛偽造作。更要小心自己的言行，使家裏輕鬆愉快，全家人都喜歡聚在一起。
4. 不要求十全十美。有時候家中成員有特別的事情要處理，不能參與，缺席一、兩次無所謂。有時一、兩天中斷，不要失望。
5. 不要老是父母帶領。偶而父母不在家，如果孩子已稍長，可由最年長的負責召集，仍然進行家庭靈修。
6. 不必太嚴肅。不要求全家端正就坐，各人可隨意坐得輕輕鬆松，嬰孩吃著奶，幼兒捧著奶瓶或拿著不發聲的玩具，少年人靠在父母身上等都可以，好讓他們覺得這是一段甜美溫馨的時刻。不重形式，但在自由裡帶真誠。
7. 不趁機教訓、發威。家庭祭壇不是“批鬥大會”，“教訓”，“清算”，“閉嘴”，而是“親密時光”。在“輕鬆而不隨便”，“嚴肅而不緊張”的氣氛裡，表現真誠的敬拜。

七. 家庭祭壇的彈性

家庭崇拜不易實行的情況，我們可設法解決：

- 1、父母工作忙，很晚才回家。當我們知道家庭靈修有其必要性，就會設法調整。即使是大忙人也該衡量輕重，挪時間留給家人，使家庭在主面前蒙福。
- 2、一個家庭未必人人信主，那麼信主的應盡量請未信的家人一起靈修，誰願意就請誰參與。不願參與的，須恒切誠懇地邀請他們，求神感動他們有一天自自然然的加入。信主的重看重這時間，堅持實行，不要停止。
- 3、偶爾因故不能舉行時，不灰心，不生氣。間中一兩天無法進行，也沒什麼大不了，重要的是能持續進行。
- 4、家人為了工作、升學，分散四方，仍然可以在不同地方進行，每天讀同一章聖經，經常以視頻、電話、電郵聯絡，分享讀經的情況和心得，讓彼此有在一起靈修的感覺。全家一齊渡假時，時間可長一點，甚至用上整個晚上，讓家人有更多時間讀經、禱告、分享和傾談，也是很美的事！
- 5、孩子還小，可立刻開始家庭靈修；如果孩子較大，就要先開家庭會議，分享家庭靈修的好處，讓全家有共識。我們要尊重兒女，讓他們告訴我們什麼時間最方便。

八. 家庭祭壇何時呢？

最佳的時機是現在，最好的開始是自己，最棒的依靠是聖靈，最行的交託是禱告。禱告，再禱告。這關乎神國的工程看似簡單，就因為那麼簡單到我們可不必在意，但這正是魔鬼的高明圈套。我們千萬等到問題來了，才開始應戰，到時讓你措手不及，悔不當初。我們講過“家庭祭壇不僅是防範家庭危機最有利的武器，更是增進健康家庭的最佳良藥。「預防勝於治療」，家庭祭壇是最好的預防，也是最好的治療。

作業一：你要如何開始『家庭祭壇』？已經有『家庭祭壇』的，你有需要改進的嗎？

作業二：請設計適用你家每週聚會一次的『家庭祭壇』：形式、時間（哪一天）、地點、內容（含時間分配）。