

我與天父Hand in Hand

顧問：羅凱慈、李少秋
 作者：范燕玲、關浩平、劉珮詩、李樊道霞、吳嘉華、黃潔蓮、黃月珍、張秀雅
 (按英文姓氏排序)

責任編輯：吳嘉華
 執行編輯：劉珮詩
 裝幀設計：盧偉翔(封面)、Trilink Design(內頁)、Moon N.(內頁插圖)
 出版兼發行：浸信會出版社(國際)有限公司
 香港九龍青山道485號九龍廣場18樓03-12室
 電話：(852) 2336-0161 傳真：(852) 2336-4186
 電郵：info@bappress.org 網址：www.bappress.org

督印人：唐榮敏
 印刷：陽光(彩美)印刷有限公司
 © 2023 浸信會出版社(國際)有限公司
 2023年3月初版
 產品編號：DE133
 國際書號：978-962-933-961-6
 版權所有·中國印刷

Hand in Hand with my Heavenly Father

Consultants : Lo Hoy Chee Grace, Lee Siu Chau
 Authors : Fan Yin Ling, Daniel Kwan, Maisy Lau, Lee Fan To Har, Anna Ng,
 Wong Kit Lin, Nagila Wong, Xiu Ya Zhang
 Editor-in-Charge : Anna Ng
 Managing Editor : Maisy Lau
 Designers : Vincent Lo (Cover), Trilink Design (Content), Moon N. (Content illustration)
 Published & Distributed by : Chinese Baptist Press (International) Limited
 Rm. 03-12, 18/F, Kowloon Plaza, 485 Castle Peak Road,
 Kowloon, Hong Kong
 Tel : (852) 2336-0161 Fax : (852) 2336-4186
 Email : info@bappress.org Website : www.bappress.org

Executive Director : Eric Tong
 Printer : Sunshine (Caimei) Printing Co. Ltd.
 © 2023 Chinese Baptist Press (International) Limited
 First Edition : March 2023
 Code No. : DE133
 ISBN : 978-962-933-961-6
 ALL RIGHTS RESERVED · Printed in China

※除特別註明外，本書引用經文，採用《聖經——和合本修訂版》(浸、神版)，版權屬香港聖經公會所有。
 ※部分插圖出自本社的《主題式聖經課程(新版)》幼稚級學生本和圖畫冊及《我與天父》系列靈修讀物。

目錄

序：與生命的源頭Hand in Hand	6
顧問的話(一)	8
顧問的話(二)	10
讀者心聲	11
作者簡介	12
天父祢好!	14

* * *

1 小丑魚和海葵	16	18 病房裏的一席話	52
2 烏鴉的寶石	18	19 以愛相伴	54
3 神的國	20	20 取回兩年青春	56
4 每天愛你多一些	22	21 荊棘上的葡萄	58
* 想一想：如何表達愛?	24	22 最適合的高度	60
5 聖經早餐	26	23 彼此相愛	62
6 主耶穌，我願意!	28	24 有口皆碑	64
7 我與明星誰獨特?	30	25 理財有道	66
8 文迪的時間管理術	32	26 神手中的泥土	68
9 小雞學飛	34	27 不願受教的英傑	70
10 請收拾好	36	* 自律小測試： 你是一個自律的人嗎?	72
11 家強哥哥改變了	38	28 接納舊我，擁抱新我	74
12 不再害怕	40	29 舉手發問	76
13 有益的教訓	42	30 爺爺做義工	78
14 「流奶與蜜」熱包	44	31 倩雯的小兔子	80
15 放手的愛	46	32 不要拜偶像	82
16 穿上軍裝	48	33 生命中最美的色彩	84
17 男生女生都一樣	50		



* 想一想： 怎樣可以有更美好的 生命？	86	56 占卜惹的禍	134	80 慷慨對敵	184
34 馬拉松的啟示	88	57 安慰受傷的心	136	81 只看醫生不吃藥可以嗎？	186
35 守望天下	90	58 公義與愛新天地	138	82 道歉	188
36 老師的留言板	92	59 福音義犬	140	83 我要能看見	190
37 咖啡店的貓店長	94	60 一男一女、一夫一妻	142	84 旺旺和汪汪	192
38 做個時間好管家	96	61 可以買彩票嗎？	144	85 老師是惡魔？	194
39 智民的選擇	98	62 地球好管家	146	86 追逐名牌	196
* 心靈小測試： 神在你心中的位置	100	63 常在主裏面	148	87 兩走極端	198
40 婆婆學英文	102	64 我要身體健康和忍耐	150	88 真誠悔改的心	200
41 抉擇時刻	104	65 面對委屈	152	89 智者的話	202
42 唱詩敬拜神	106	66 以色列旅行	154	90 團隊合作	204
43 幫得合時	108	67 消滅害蟲	156	* * *	
44 設身處地	110	68 平等	158	附錄	
45 密室逃脫	112	69 說話要溫柔	160	• 福音一覽圖	206
46 遺失的手機	114	70 要看哪一齣？	162	• 決志信靠主的禱告	208
47 愛中饒恕	116	71 皆大歡喜	164	• 冰棒棍手工：心靈應援板	209
48 誠實的樂成	118	72 等待	166	• 吸管手工：吹奏樂器	211
49 紀念·傳承	120	73 感謝沿途有你	168	• 書籍介紹	212
50 我可以向天父訴心曲	122	74 誰說不行？	170	• 札記	214
* 填色活動	123	75 選誰做團長？	172		
51 最美好的時機	124	76 為何要學？	174		
52 靠神面對挑戰	126	77 結出好果實	176		
53 為生命喝采	128	* 想一想： 生命成長Q&A	178		
54 棕樹節	130	78 爺爺的新餐桌	180		
55 神必有預備	132	79 迷路的小羊	182		
		* 填色活動	183		



與生命的源頭 Hand in Hand

親愛的讀者，我們是慈愛的神所創造的，祂給我們生命氣息。主耶穌說：「聖靈賜人生命，肉體毫無用處。我對你們所說的話就是靈，就是生命。」（約翰福音 6:63）我們離開了神，便是脫離了愛和生命的源頭，心靈也會因缺乏滋潤而枯乾。因此，我們需要藉靈修與神建立關係，天天與祂 hand in hand。祂也渴望與我們日日對話。

我自己也常常在靈修默想中經歷神的同在，經歷神與我說話。祂會提醒我如何實踐祂的教導，在我疲乏時加給我力量，在我憂傷時安慰我，在我茫無頭緒時給我指引。為了讓大家能夠與神建立親密的關係，享受與神溝通的甘甜和喜樂，我們特別出版了《我與天父》系列靈修書籍。

本書的故事和真實見證，是由富專業知識和經驗的傳道人、中小學的教育工作者、主日學導師與課程編輯特別按大家的需要撰寫的，背景為你們所熟悉的校園、家庭、教會、周遭生活環境，而主題則圍繞認識神、親近神、生命成長、合神心意的價值觀、如何面對困難、試探和生活挑戰……作者深入淺出地以生動有趣的故事帶出道理和反思、安慰、造就與勸勉；藉默想內容引導大家反思與神與人的關係、屬靈生命、人生的優次、意義和目標；幫助大家分辨俗世與合神心意的價值觀；並以具體行動實踐神的話語；最後與神交流，以信心的禱告回應神。

針對認識自己和信仰疑難方面，我們還特別加插了心靈小測試、想一想（例如：怎樣可以有更美好的生命？）和福音一覽圖。我們鼓勵個人使用，也鼓勵家庭、小組採用本書來靈修，家人或小組可以一

起閱讀經文和故事，各自默想、禱告，與神溝通，然後一起分享當中的感受，互相禱告，一同實踐神的教導。此外，為了增加趣味性，我們亦附加了填色和手工活動。

「聽從我，天天在我門口守望，在我門框旁等候的，那人有福了。因為尋得我的，就尋得生命，他必蒙耶和華的恩惠。」（箴言 8:34-35）親愛的讀者，鼓勵你天天藉着本書與神——愛和生命的源頭 hand in hand，携手同行，經歷神，領受祂豐富的恩惠。

唐榮敏牧師

灣仔浸信會堂主任

浸信會出版社（國際）有限公司社長

顧問的話(一)

每個人都會經歷不同的人生階段，而在不同階段裏，人們會看見不同的標點符號。猜想一下小孩子的生命裏盛載的大多是哪種標點符號。對！是問號（？）。而以趣味盎然的故事來引發孩子心裏的「問號」，解開他們的疑團正是甚具效益的方法，亦是《我與天父》系列的吸引之處。

在《我與天父》的系列裏，筆者先後介紹過八個標點符號，分別是逗號（，）、分號（；）、句號（。）、問號（？）、感歎號（！）、括號（）、破折號（——）和省略號（……）；表面看來，標點符號十分簡單，但每個都有自己獨特的故事，因此人們在使用時會有不同的考慮。你有勇氣踏出多一步嘗試運用多樣的標點符號，令靜寂的世界躍動起來嗎？

原來，小朋友十分需要別人鼓勵的說話，這些話語需要放置在引號（「」）之內，這是「居左上、右下角」自成一對的標點，用於標示說話、引語、特別指稱或強調的詞語；用法上雖有一些細緻的規則，重要的是敢於運用。就像小企鵝（本書故事4）因害羞而怯於向父母說出祝福的說話、向朋友說出安慰的問候，結果帶來傷心的誤解。在文字的表達上，引號是標示說話的必須符號，不單是有開始和結束的獨特的一對，也是盛載內容使心意流動的工具，引號彷彿是這一邊的橋頭、那一邊的橋尾。小企鵝在老師的鼓勵下送出道歉卡重建友誼，也敢於向父母說：「我愛你。」你敢嗎？

故事當然不會這樣結束，更重要的是像橋樑般延伸出去，將聖經真理活用在生活中。話說回來，引號之內還有雙引號（『』）……鼓勵你，實踐聖經教導，延伸運用，以便更上一層樓。

每個人都會向別人表達心意，卻需要學習選上最美好的時機（本書故事51）；謹慎的人說話、做事都會停一停、想一想，這就是頓號（、）

的含意。人們在春、夏、秋、冬會分別做不同的事情，春天時不會去收割，夏天時不會去滑雪，秋天時不會去播種，冬天湖水結冰時不會去游泳；中國文學所言「寒來暑往，秋收冬藏」正是這道理，故事的主人翁究竟做了甚麼烏龍的事情呢？就讓讀者去發掘、思想。記得：頓號用於並列連用的詞、語之間的停頓，詞組字數較少，語氣也不用強調。

那麼，你會把握時機，在各方面，包括聖經真理和屬靈生命上努力學習嗎？正如《聖經·傳道書》所言「凡事都有定期，天下每一事務都有定時。」（傳道書3:1）嘗試訂立今年的計劃吧！

本書幫助人透過靜思默想將聖經知識化為生活智慧，並藉反覆思考使生活中纏繞着的結得以解開。生活的智慧並非唾手可得，鼓勵大家一起努力，從小故事看出大道理，就明白要認識聖經的寶貴：「於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的」（提摩太後書3:16節錄）。盼望大家一同默想天父的話語，常常禱告，享受與天父約會的滋味。

《我與天父》系列透過故事讓人明白聖經真理，進而思考生活，默想天父的話語並獻上禱告。就讓這四重奏在孩子，甚或父母身上奏起生命的樂韻，雀躍起舞。

李少秋博士
伯特利神學院系統神學教授

顧問的話(二)

審閱每篇靈修稿後，筆都將自己代入故事的角色來體驗故事的內容和過程；而最寶貴的時刻是與故事的「主角」（三位一體、獨一的神）暢談，當中的喜樂實在難以言喻，好得無比。現在就讓我們一同閱讀以下的「主角的信」（模擬），一同聆聽我們這位偉大又慈愛的神的心聲。

親愛的大朋友和小朋友：

願你平安，願你家平安，願你一切所有的都平安。
——撒母耳記上 25:6 節錄（和合本）

我是《我與天父》系列靈修書籍裏的「主角」。很高興與你們有聲或默然地向我表達讚美、感謝、認罪和祈求。每次我都耐心聆聽你們的心聲。我是三位一體、獨一的神。我有三個位格，就是聖父、聖子、聖靈。我深切盼望與你們同在、同行和同工。就讀本系列書籍的聖經經文、故事、默想指引和禱文與你們說話，引領你們進一步認識我，親近我，生命得以成長。

深愛你們、期待與你們 hand in hand 的神



羅凱慈博士
香港浸信會神學院宗教教育榮休副教授

* 本文的「主角的信」得蒙香港浸信會神學院基督教思想科教授鄧紹光博士給予指正及寶貴意見，謹此致謝！

讀者心聲

我們很高興邀請到幾位讀者率先使用《我與天父》系列的靈修材料，以下是他們的感想：



Jasmine (小二)：神藉靈修篇章告訴我祂一直都陪伴着我們，聽到我們的心聲，對我們不離不棄。我喜歡（這些篇章），因為可以學多點神向我們講的說話。



Hadriel (小五)：我喜歡這些靈修內容，因為可以知道神要我們做甚麼，能更加認識這位真神，知道每天神也與我同在。



子房 (小四)：我喜歡這些靈修故事。它們讓我更了解自己，更明白神的心意，讓我感到有多點安全感，知道沒有人理解我時神會安慰着我。故事好看。



Jaclyne (小二)：閱讀完靈修內容，我很開心，因為學了神的說話。它們讓我學習到要關心別人。



Jan仔 (小四)：我喜歡這些靈修內容，因為故事很精彩，而且有啟發性，能幫助我更明白神的話語。



子龍 (中二)：神藉這些靈修內容告訴我：給神最好的東西就是留自己最寶貴的時間陪伴祂，敬拜祂和聆聽祂等。有故事做比喻，更容易明白神的心意，亦讓我明白到經文的意思。故事很勵志。

作者簡介

(按英文姓氏排序)

- 范燕玲：**資深特殊教育工作者、專業與屬靈結合的培訓師，深入了解兒童的身心靈需要，積極推動兒童事工。
- 關浩平：**具教會傳道及多年中學教學經驗，獲香港浸信會神學院道學碩士學位，曾發表著作，擅長撰寫勵志生命見證，激勵年輕人。
- 劉珮詩：**具10年以上幼兒及中小學級主日學課程編輯經驗，曾於神學院修讀神學課程，擅長以生動有趣的故事帶出深刻的道理。
- 李樊道霞：**又名嫻婆校長，曾於香港浸信會神學院修讀宗教教育碩士；為曦咏教學法及教會親子幼兒崇拜（爬爬班）創辦人，致力培育孩子成為品格優良的學生。
- 吳嘉華：**曾修讀基督教研究深造文憑課程、心靈醫治和祈禱課程，任教中小學多年，具主日學課程編輯經驗，期望向人分享神的愛。
- 黃潔蓮：**前浸信會呂明才小學校長，修畢基督教輔導碩士及教育行政碩士課程，致力培育學生，幫助他們認識基督，追求真道，愛神愛人，並活出美好見證。
- 黃月珍：**資深小學教師，為教會兒童導師和信徒領袖，修畢神學學士及教育碩士等課程，致力教導兒童管理情緒、金錢與時間，以及發展相關課程。
- 張秀雅：**為加拿大華人神學院宗教學士畢業生及加拿大文化部認證的早期作家，具撰寫兒童靈修故事、小說和詩歌的恩賜，她的呼召是「勇敢做夢，美麗人生，做主使女，牧養小羊」。

作者撰文：

范燕玲（11、16、22、28、44、55、63、76）；關浩平（5、6、14、15、20、21、29、41、46、49、53、59、64、65、68、71、75、80、83）；劉珮詩（1、2、8、9、18、19、24、27、30、31、33、34、36、37、39、40、45、52、56、57、61、70、73、78、81、85、88、89、小測試、小活動）；嫻婆校長（10、43）；吳嘉華（4、13、35、51、58、87）；黃潔蓮（48）；黃月珍（7、25、38、47、50、74）、張秀雅（3、12、17、23、26、32、42、54、60、62、66、67、69、72、77、79、82、84、86、90）



天父祢好！

各位讀者，靈修是親近神，讓我們心靈得到餵養、平安和滿足的活動。其實，我們的心靈也需要天天吃「飯」（神的話語）的。盼望你能好好享受靈修的美好時光，樂在其中。舉例，靈修時，我們可以這樣與天父交談（設計對白）：



親愛的天父，祢好！現在是我們相約的時間了。

是啊，我的好孩子，我期待與你獨處的時間。



讓我先唱一首詩歌讚美祢……（唱詩）
求祢賜我亮光，讓我明白祢的說話（聖經）。

好的，邊看邊默想，遇到不明白的地方就求問我。



（閱讀經文和故事）親愛的天父，請問祢今天想藉經文告訴我甚麼？……（安靜聆聽神給你的美好意念）

……我愛你，希望你能實踐我的教導，愛神愛人啊！



（禱告）好的，天父爸爸，我願意……求祢幫助我做到。奉主耶穌的名禱告，阿們！



要穿戴神所賜的全副軍裝，好抵擋魔鬼的詭計。（以弗所書 6:11）



1

小丑魚和海葵

若遇敵攻擊，孤身難擋，二人就能抵擋他；三段合成的繩子不易折斷。（傳道書 4:12）

海葵姐姐今天又怒氣沖沖了，她原本與小丑魚一家相處融洽，自從小丑魚弟弟出生後，情況就不同了。小丑魚弟弟十分頑皮，經常在海葵姐姐身邊左穿右插，沒有一刻停下，令愛靜的海葵姐姐十分心煩。而且小丑魚弟弟又很貪吃，總愛搶走她的食物，經常把她氣得半死。海葵姐姐心想：「要不是我讓小丑魚一家住在我這裏，用我有毒的觸手保護他們，他們早就被其他魚吃掉了。但他們現在竟然縱容小丑魚弟弟在我這裏搗蛋，我才不會讓他們再住下去呢！」於是，海葵姐姐二話不說便把小丑魚一家趕走了。

沒有了小丑魚弟弟的騷擾，海葵姐姐終於可以靜靜地欣賞水流的聲音，但沒多久，她覺得呼吸好像不像往常般舒暢，才發現原來小丑魚弟弟平日不斷地游來游去，雖然有點吵，但卻為她帶來了充足的氧氣，所以她才能每天都精神奕奕。當她開始有點懷念小丑魚弟弟時，忽然有數條蝴蝶魚游近，她曾聽媽媽說過他們是海葵的天敵，正當她心想這次死定了的時候，小丑魚弟弟突然擋在她的前面，用盡全力趕走蝴蝶魚。

小丑魚弟弟把蝴蝶魚趕走後，立即轉過身來查看海葵姐姐有沒有受傷，海葵姐姐看到小丑魚弟弟對她的關心和幫忙，感激地說：「我這樣待你，但當我遇到危險時你仍願意救我，謝謝你啊！我以前總是自視甚



高而輕看了你，其實沒有你，我也難以生存。」小丑魚弟弟和海葵姐姐終於冰釋前嫌，小丑魚一家又回到海葵姐姐那裏生活了。他們彼此幫助，互相包容，每天都過得很快樂。



默想

在你身邊有沒有一些人經常給你幫助，但你卻沒有發覺，甚至覺得很厭煩？神創造我們，賦予每個人強項和弱項，目的是希望我們彼此補足，互相幫助。嘗試欣賞身邊每一個人，並感恩神讓你認識他／她。



禱告

感謝天父讓我認識……（你所認識的人的名字）他／她的優點是……求天父讓我和身邊的人能彼此補足，互相幫助。奉主耶穌的名禱告，阿們！



2

烏鴉的寶石

你喜愛公義，恨惡罪惡；所以神，就是你的神，用喜樂油膏你，勝過膏你的同伴。（希伯來書 1:9）

小麻雀在花園裏遊玩時，看見草叢中有些東西一閃一閃的，於是便上前看過究竟，忽然一團黑色的身影在他眼前飛起，他定睛一看，發現原來是一隻烏鴉，他的嘴裏竟叼着一粒閃亮的玻璃珠。

烏鴉看見小麻雀一臉羨慕，便沾沾自喜地上前把玻璃珠放在地上，給小麻雀欣賞，並告訴他家中還有很多寶物，邀請他一起前往觀賞。果然，烏鴉的家就像一個寶庫，放滿了各種閃閃發亮的東西，除了有大大小小的玻璃珠，還有不同顏色的閃片、水晶等，當中最特別的是一顆鑲在圓形金屬環上的小石子，烏鴉說那是鑽石，是他的珍藏。小麻雀很希望自己也能擁有那些寶物，便請教烏鴉獲得的方法。烏鴉說：「我們是朋友，我一定會教你的，你明早在花園等我吧！」

小麻雀很高興，第二天準時赴約。烏鴉一出現，便跟小麻雀說：「你跟着我，我做甚麼，你就做甚麼，明白嗎？」小麻雀點頭示意，然後跟着他一起飛到一棟民房的窗前。那扇窗半掩着，只見烏鴉輕手輕腳地偷偷從窗邊走了進去，並示意小麻雀尾隨。小麻雀看見後，立即緊張地大叫：「長輩教過我們不要飛近民居，很危險的，你在幹甚麼？」烏鴉回頭說：「這家的女主人有一對很漂亮的鑽石耳環，我們一人拿一隻吧！」

小麻雀這時才知道烏鴉家中的寶物原來都是偷來的。

烏鴉催促小麻雀說：「快！若你不偷，我們就不是朋友。」小麻雀心裏掙扎了一會，便堅定地說：「不！偷東西是不對的，若我是你的朋友，你不會讓我身陷險境，也不會要我做壞事。」小麻雀說完便頭也不回地飛走了。



默想

根據經文，神喜愛甚麼？你有沒有一些很希望得到的東西？那（些）是甚麼？你會用甚麼方式取得呢？假如無法取得，你會否打消擁有它的念頭呢？假如朋友要你做壞事，你會怎樣回應呢？



禱告

親愛的天父，求祢讓我有知足的心，不貪圖不屬於自己的東西，不用不正當的方法去取得想要的東西。求祢潔淨我的內心，讓我像祢一樣純潔無瑕。奉主耶穌的名禱告，阿們！



3 神的國

只是不可忘記行善和分享，因為這樣的祭物是神所喜悅的。（希伯來書 13:16）
所以，你們要這樣禱告：「我們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。」（馬太福音 6:9-10）

子楠跟爸爸、媽媽一起參加社區服務日。爸爸、媽媽的工作是把食物分類，放在不同類別的紙箱裏，而子楠則跟着其他義工分發食物給區內有需要的人。有很多人來領取食物，子楠看到一對母子帶着一隻小狗來拿食物，他們帶了一個很大的袋子，裝得滿滿的，說了很多句謝謝就離開了。過了一會兒，子楠又看到一位婦人抱着孩子來拿食物，孩子只有兩個月大，正一臉好奇地看着周圍的事物。子楠協助那位婦人將她所需的食物都裝上了車，婦人開心地說：「謝謝！」子楠也跟孩子揮了揮手說再見。孩子對子楠笑了一下，似乎在感謝眾義工對他們的關愛。

午飯的時間，爸爸問：「子楠，今天累嗎？」子楠興奮地回答：「爸爸，我不累！可以幫到身邊的鄰居，我很開心，可是為甚麼社區裏有這麼多窮人呢？」爸爸溫柔地說：「子楠，在社區裏，有些人身體有殘疾，有些人來自單親家庭，還有一些老人，他們有經濟困難，很需要別人的幫助，所以我們奉獻金錢和愛心來幫助他們。」子楠問：「爸爸，天父愛這些貧窮的人嗎？」爸爸回答：「天父愛世上每一個人。祂希望藉着我們去幫助這些有需要的人，藉此傳遞天父的愛。另外，聖經提到：『我



們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。」若我們以神的愛去愛鄰居和朋友，活出愛的生命，他們便能慢慢認識神，看到神的愛和神的國度在地上彰顯。」媽媽微笑着說：「是啊，有些鄰居後來開始信主了。」子楠點了點頭說：「明白了。」聽完爸爸、媽媽的話，他更有幹勁了。



默想

神的國是充滿愛的，神希望藉着我們讓世間充滿祂的愛。你願意幫助有需要的人，藉着你的好行為讓他們感受到神的愛，從而讓神的國在人間展現嗎？



禱告

親愛的天父，求祢加添我的愛心，藉着我來關心有需要的人，讓他們也感受到祢的愛，認識祢的國。奉主耶穌的名禱告，阿們！

福音一覽圖

創造



耶和華神創造了這個世界，包括宇宙、天地和動植物。祂也創造了人。

犯罪



可是人不聽從神的話，與神為敵，拒絕接受神的管治。這些罪使人與神隔絕。人靠自己無法完全節制私慾，克勝惡念，因而產生其他罪行。罪的代價就是死。將來有一天，我們的肉身都要死亡。

十架



神愛世人，希望拯救人，於是差遣祂的獨生兒子主耶穌基督，降生為人，釘死在十字架上，替我們死，第三天從死裏復活，好叫我們因信靠主耶穌而得到永生。

悔改



假若我們向神認罪，決心悔改，口裏承認主耶穌做我們的救主，心裏相信主耶穌為我們釘死在十字架上，流出寶血洗淨我們的罪，救贖我們，並且相信神叫祂從死裏復活，這樣我們就必得救，能與神和好，成為神的兒女。

新生



我們信靠（相信、倚靠）主耶穌，將生命的主權交給神掌管，聖靈會住在我們心裏，幫助我們過合神心意的生活，使我們的生命天天被更新，越來越像主耶穌。我們要順服聖靈的帶領，聽從主的吩咐，天天跟從祂，遠離試探，抵擋罪惡，與主建立親密關係，學習祂的榜樣，盡力愛神愛人。我們要持續「信靠和跟從主」，直到走完人生旅程。（走永生路是靠主和祂的恩典，不是靠自己。）將來，我們可以在天家永遠與神在一起過快樂的生活。

立志信靠主的禱告



主耶穌啊！感謝祢為我釘死在十字架上，然後復活，救我脫離罪和死亡。求祢赦免我的自我中心、驕傲、不聽從祢的話、拒絕被祢掌管，求祢赦免我一切的惡念和罪行。我願意認罪悔改，真正將生命的主權交給祢，以祢為我的救主，一生跟從祢，求祢管理我的生命，幫助我有像祢一樣的性情，過合祢心意的生活。謝謝祢賜我平安、喜樂和愛。奉主耶穌的名禱告，阿們！

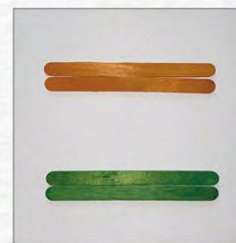
小活動

請閱讀 36 老師的留言板

冰棒棍手工：心靈應援板

材料：冰棒棍、紙卡、膠水

1. 先將四條冰棒棍上下各兩條排好。



2. 在左右兩邊分別用膠水貼上兩條冰棒棍固定位置。完成後，再重複「步驟 1」一次，即成應援板。



3. 將三條冰棒棍並排平放，再在上面貼上兩條冰棒棍（也是平放，中間留一道足夠豎立一條冰棒棍的縫隙）。



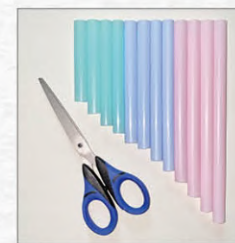
小活動

請閱讀 42 唱詩敬拜神

吸管手工：吹奏樂器

材料：吸管(12 根)、膠帶、剪刀

1. 將全部 12 根吸管用剪刀剪成不同長度。



2. 按吸管的長度由短至長排成一列，再用膠帶將它們固定好，即成漂亮的排笛。



小貼士

你還可以在膠瓶內放一些豆製成沙槌、將不同大小的鐵罐變成鼓等，與家人組成樂隊，一起唱詩奏樂敬拜神！



4. 在兩條冰棒棍之間豎立一條冰棒棍，即成應援板的立架。



5. 最後，將應援板放在立架上，再把寫有金句的紙卡放進「心靈應援板」上，每天為自己打氣！

