

# 第一课 生命的杖

杖=支撑物，就像一根你可以依靠的拐杖。

因此，粮食就是生命的杖，因为那是生命的支撑。

粮食是维持我们生命所必需的，有了粮食我们才能活下去。圣经中提到了一种粮食，可能与我们平时所说的粮食不太一样。



## 星期一

在[诗篇]80:4-5中，上帝以什么当食物给他  
的百姓吃？这是为什么  
呢？上帝的百姓遇到麻  
烦了！在第3节中，他  
们向上帝祈求什么？

## 星期二

在[马太福音]4:1-4中，  
耶稣饿了的时候，  
撒旦让耶稣做什么？  
耶稣说比食物更  
重要的是什么？

## 星期三

[箴言]31:10-31描述了一  
位才德的妇人。她敬畏上  
帝，并且仁慈、有智慧。  
但是她却不做什么事，查  
考27节，看看她不做什么  
饭？如果她不这样做，那  
么你认为她在做什么？

## 星期四

在[箴言]30:7-9，关于  
饮食作者怎样祈求上  
帝？为什么作者既不  
想多要食物，也不想缺  
少食物呢？对于作者来  
说，什么才是重要的？

## 星期五

当你参加筵席时，你想  
吃什么呢？阅读[路加福  
音]22:14-19，看看耶稣  
在受难前的那个晚上，他  
和门徒在一起吃了什么？  
耶稣说什么代表他的身  
体？（当门徒一起吃这食  
物的时候，他们会想起耶  
稣对他们的爱。）

## 大礼包

以色列人在旷野的时候，  
上帝从天上降粮食给他们吃，  
这种粮食叫什么？  
（参阅[诗篇]78:23-25）



1

高小  
第一年  
春季



# 第三课 止渴!

嘿! 我们都知道水的重要性。我们知道拥有耶稣给我们的活水更为重要。但问题是: 你渴吗? 测试一下你的TQ——饥渴商数。

## 星期一

在[诗篇]63:1-4中, 大卫说: 神啊, 你是我的神, 我要( )地寻求你; 在干疲惫无水之地, 我( )你, 我的心( )你。如果你给大卫的饥渴程度打分, 评分标准为1-10分, 10分为最高分, 你能给他打几分?

## 星期三

在[诗篇]14:3-6中, 大卫被仇敌逼迫的时候, 他经历了怎样的困境? 在何种境况中, 他做了什么? 他( )古时之日, 思想上帝的一切作为。大卫如何形容他对上帝的渴望?

## 星期三

上帝在[以赛亚书]48:17-18中说, 如果以色列人素来听从上帝的命令, 他们的平安就如( ), 他们的公义就如( )。

## 星期四

耶稣看到人们的属灵生命极度干渴, 他们都需要属灵的活水, 然而他们却没有意识到这一点。在[约翰福音]7:37-38中, 耶稣站着高声说: “人若渴了, 可以到( )来喝! 信我的人, 就如经上所说: ‘从他腹中要流出( )的( )来。’”

## 星期五

在[约翰福音]4:10-14中, 耶稣看到井旁这个妇人内心深处需要, 就爱她、将属灵的活水赐给她。耶稣赐给她的水要在她里头成为( ), 直涌到( )。

## 大礼包

为什么饥渴慕义的人有福了?  
(参阅[马太福音]5:6)



## 星期一

[以赛亚书]53:6

最初的时候，好牧人有多少羊迷路了？

1. 只有那些看上去脏兮兮的羊。
2. 所有的羊。
3. 一只羊也没有迷路。

## 星期二

[约翰福音]10:11

好牧人愿意为他的羊做什么？

1. 冒一点儿险（在他的安全范围之内）。
2. 当环境比较危险的时候，就让羊自己顾自己了。
3. 为羊舍命。

# 3

高小  
第一年  
春季



## 星期三

[约翰福音]10:14-15

好牧人对他的羊了解多少？

1. 他知道他大概有多少只羊。
2. 他认识自己所有的羊。

## 星期四

星期四：[以赛亚书]40:11

好牧人如何照顾自己的羊？

1. 如果他们走得太慢了，他就用杖击打它们。
2. 他用膀臂把羊羔抱在怀中。
3. 为了让他们听他的话，他会经常击打他们。

## 星期五

星期五：[希伯来书]13:20-21

好牧人耶稣愿意为他的羊做什么？

1. 希望羊能够独自跟随他，不需要他的照顾。
2. 他会给羊提供一切所需，使羊愿意听从他的命令。
3. 告诉羊群，它们需要讨他的喜悦，但是它们要自己照顾自己。

## 第三课 好牧人与羊！

是的，羊群需要牧人。

耶稣是好牧人，

上帝家庭中的每一个人

都是他的羊。为什么说

耶稣是好牧人呢？

如果你成为他的羊，

并且跟随他，

你会得到哪些益处呢？

测试一下你是否清楚一

个好牧人的职责？

## 大礼包

[彼得前书]5:8-9

好牧人的羊需要密切关注什么？

1. 更好的草场，比好牧人给他们找到的还要好。
2. 遍地游行、要吞吃它们的狮子。

我怎样才能回到羊群中呢？



# 第四课 一件奇妙的事!



## 星期一:

[以弗所书]2:8-9  
你们得救是本乎( )。

## 星期二:

[罗马书]3:22-24  
因耶稣基督的( )，就白白地称义。

## 星期四:

[罗马书]1:5-6  
上帝拣选他们是出于本乎( )，不在乎行为。

## 星期三:

[罗马书]6:12-14  
你们不在律法之下，乃在( )之下。

## 星期五:

[哥林多后书]1:12  
我们在世为人不靠人的聪明，乃靠上帝的( )。

## 大礼包:

[哥林多后书]9:8  
上帝能将各样的( )多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。



# 第五课 信靠

考考你！看看你能在本周的这些经文中，找到与“信靠”有关的词汇。

(查考经文并填空)

## 星期一

[约翰一书]4:15-16

上帝爱我们的心，我们也知道，也( )。

## 星期二

[约翰福音]14:1

耶稣说，“你们心里不要忧愁，你们( )神，也当( )我。”

## 星期三

[哥林多后书]1:9

保罗经历了很多患难，但是他却说，这些事情的发生是为了叫我们不( )自己，只( )叫死人复活的上帝。

## 星期四

[罗马书]15:13

保罗祷告说，但愿使人有盼望的上帝，因( )，将诸般的喜乐平安充满你们的心，使你们藉着圣灵的能力大有盼望。

## 艺术大礼包

你什么时候需要信靠耶稣？请把把这个场景画出来。



## 星期五

[彼得前书]2:6

经上说：“看哪，我把所拣选、所宝贵的房角石（耶稣）安放在锡安，( )他的人必不至于羞愧。”

## 第六课

# 睡前故事！

你喜欢听那些很惊险、很刺激的故事吗？也许你说，“这是我的最爱，但是《格林童话》让人不太满意。”现在轮到你了！请使用“词库”里面的词语填空，完成一个属于自己的探险故事吧。

**从前**，有一个\_\_\_\_\_（男孩/女孩）叫\_\_\_\_\_（名字）。现在\_\_\_\_\_（名字）需要去\_\_\_\_\_（动作）。但这只能在黑暗的、可怕的\_\_\_\_\_（地点）才能得到。镇上所有人都说：“去了那里的人，没有一个回来过。”

但是，当\_\_\_\_\_（名字）询问一位很有智慧的老人时，老人说：“如果你去这个可怕的\_\_\_\_\_（地点）\_\_\_\_\_（动作），你必须做好准备。如果你有备而去，你一定会有意外的收获。”所以\_\_\_\_\_（名字）决定：“我必须做好准备。首先，我要\_\_\_\_\_（准备）。然后我要\_\_\_\_\_（准备）和\_\_\_\_\_（准备）。这样，我就能安全地在那个可怕的\_\_\_\_\_（地点）\_\_\_\_\_（动作）了。”准备好后，\_\_\_\_\_（名字）就出发了。

\_\_\_\_\_（名字）刚走到\_\_\_\_\_（地点）就遇到了危险，可怕的\_\_\_\_\_（危险）拦住了他的去路。实际上，这比\_\_\_\_\_（名字）想象的还要危险。但是，\_\_\_\_\_（名字）心想：“我已经做好了充分的准备，在来这个地方之前，我已经\_\_\_\_\_（准备）过了。”然后，\_\_\_\_\_（名字）拿出\_\_\_\_\_（准备）开始\_\_\_\_\_（动作）。\_\_\_\_\_（名字）战胜了\_\_\_\_\_（危险）。但是，这时有更多的\_\_\_\_\_（危险）出来攻击他。当\_\_\_\_\_（名字）再一次开始感到害怕时，他突然想了起来，“我已经做了充足的准备，我不怕你们。”因此，\_\_\_\_\_（名字）拿出\_\_\_\_\_（准备）毫无畏惧地\_\_\_\_\_（动作）。令\_\_\_\_\_（名字）感到意外的是，其他的\_\_\_\_\_（危险）全都\_\_\_\_\_（动作）了。

\_\_\_\_\_（名字）迅速地\_\_\_\_\_（动作），很快就完成了任务。

### 词库

地点：森林、峡谷、山顶、河边、草地

动作：摘花、采蘑菇、采集钻石、逃跑、躲藏、杀蛇或熊等

准备：计划、观察、思考、祷告、（佩戴）宝剑、骑马、（带上）石头、（拿）刀、（带）工具箱攻击

危险：蛇、熊、怪物、狮子、龙、蜘蛛、老鼠、机器人

6

高小  
第一年  
春季

# 第七课 圈外人入内俱乐部

阅读下面的小诗，看看该如何解决“圈内/圈外”问题。查看相关经文，请在圈内写出你包容、接纳“圈外人”的方法。

智胜

他画了一个圈，  
把我关在外；  
异教徒、叛逆者——  
对我恣意讥讽；  
但是我，  
有爱和我，  
有智慧得胜；  
我们画了一个圈——  
把他圈进来。

——埃德温·马长姆

[加拉太书]6:2 如果你要安慰人

重担的朋友，或是减轻用

星期三

为什么总是你，朋友，你

[雅各书]2:2-5 你怎样使一个

穿着破旧的穷人感到他是受

星期一

欢迎

[歌罗西书]3:12-13 如果有人得罪

罪了你，你该怎样做？

星期四

[约翰一书]3:17-18 你怎样

让别人在你身上看到上帝的

星期二

爱？

[哥林多前书]13:4-7 要想让

个人能够融入你的朋友圈，你

星期五

为什么要用四排当空



智慧人说：

上帝讥诮那  
好讥诮的人；  
赐恩给谦卑的人。  
(参阅[箴言]3:34)

# 第八课 残疾?

如果我们所有人都有某种程度的“残疾”  
(包括那些认为自己是完美的人),  
那圣经中的人物又如何呢?他们一点儿问题也没有吗?  
下面我们查考圣经,并回答问题。

## 星期一:

保罗——著名的使徒,他有残疾?查阅[哥林多后书]12:7-10。  
为什么上帝不把它拿去?(有些人认为保罗有眼疾,但是谁也不能够确定。)  
保罗什么时候刚强?

## 星期二:

在巴比伦的历史上,哪个王有短暂的智力方面的残疾?阅读[但以理书]4章,在他身上发生了什么事?在34-37节当中,他说了什么?

## 星期三:

雅各患了什么样的残疾?阅读[创世记]32:22-31,每当他一瘸一拐地走路的时候,他都会想起什么?

## 星期四:

耶稣遇到许多身体有残疾的人。在[约翰福音]5:1-7中,当他遇到了这个残疾人时,这个人说是什么让他不能够得到医治?有人帮助他吗?(参阅第8-9节)

## 星期五:

在[撒母耳记下]9章,大卫寻找的是一个什么样的残疾人?他怎样对待这个残疾人?为什么大卫要善待这个残疾人?

## 大礼包:

我们所有人都面对的一种“残疾”是什么?我们能够解决这个问题吗?谁帮助我们解决了这个问题?(参阅[罗马书]3:22-24)

8

高小  
第一年  
春季





星期一：|创世记|17:17-19 撒拉  
生以撒的时候是什么年纪？亚伯拉罕  
呢？（你的父母是什么年纪呢？）

星期二：|路加福音|1:13、18-19  
伊利莎白和撒拉有什么相同之处？

星期三：|创世记|5:21-24  
以诺与上帝同行（也就是爱上帝并顺服上帝）了多久？圣  
经如何描述以诺与上帝同行的结果？

星期四：|创世记|5:25-27  
以诺的儿子玛土撒利活得时间最长，  
他死的时候多少岁？

35.耶稣说：“我就是生命的粮，  
到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。

36.只是我对你们说过，你们已经看见我，  
还是不信。

37.凡父所赐给我的人，必到我这里来；  
到我这里来的，我总不丢弃他。

38.因为我从天上降下来，不是要按自己的意思行，  
乃是要按那差我来者的意思行。

39.差我来者的意思就是：他所赐给我的，  
叫我一个也不失落，在末日却叫他复活。

40.因为我父的意思是叫一切见子而信的人得永生，  
并且在末日我要叫他复活。”

[约翰福音]6:35-40

大礼包：|箴言|20:29  
（ ）乃少在人的荣耀；（ ）乃老在  
人的尊荣。

星期五：|申命记|34:7  
摩西死的时候多少岁？在死之前，  
他的身体状况如何？

9

高小  
第一年  
春季

## 第十课

# 绝望中的希望

当你感到非常绝望的时候，圣经里的很多话语可以帮助你重新看到希望。这里有一些[罗马书]中的经文供你参考。请阅读下面的经文，并回答问题。

### 星期一

#458 绝望处境：你的姐姐患了一种致命的疾病，正在一家医院住院治疗。你可以从哪里得到平安和盼望？读一读[罗马书]15:13吧！

### 星期二

#234 绝望处境：你无意中听到一位老师说你的体能不够好，不能进入学校的篮球队。你可以在哪里找到希望呢？查一查[罗马书]8:28！

### 星期三

#113 绝望处境：你的祖父因为年纪老迈什么也不记得了。你不知道该怎样为他祷告。真让人为难呀！快看一看[罗马书]8:26-27。

### 星期四

#575 绝望处境：有时你会做一些不太好的事情。因此你感到有些害怕，不知道自己是否真的得救了。这是否也发生在其他人的身上呢？看看[罗马书]7:15-20；想要找到希望吗？查查8:15-16

### 星期五

#277 绝望处境：一个坏人盯上了你，好像要伤害你。你的朋友说先下手为强，你应该先发制人。看一看[罗马书]12:17-21，你一定能找到解决的办法。

[罗马书]12:9-14、21  
说你在指望中要怎样？



10

高小  
第一年  
春季

# 以便以谢

## 第十一课 立石为念

有很多方法可以纪念上帝为我们所做的一切。回忆上帝在我们生命中的作为能够给我们更大的勇气去面对未来。

**星期一：**我们从以便以谢开始吧！阅读[撒母耳记上] 7:10-13。上帝如何击退前来征战的非利士人？这是多么值得纪念啊！

**星期二：**在[创世记]28章，雅各骗取了本来属于长子以扫的祝福后逃走了。他在路上一觉醒来后，如何处理睡觉时所枕的石头？为什么？（参阅10-22节）

**星期三：**约书亚在死前与百姓立约，为他们立定律例典章，并将这些话写在上帝的律法书上。除此之外，他还做了什么？（参阅[约书亚记]24:22-27）

**星期四：**阅读[出埃及记]3:16-7（也可以读1-7节）。这些石头比较小，以色列人把他们镶嵌在哪里？上面雕刻着什么？

**星期五：**我们怎样纪念主耶稣为我们所做的一切呢？我们不堆积石头，但是我们做什么呢？（参阅[哥林多前书]11:23-26）

**大礼包：**[彼得前书]2:1-5 这里列出了一些不同的石头。彼得说，耶稣是先知所预言的话石（参阅[彼得前书]2:6-8）。那我们是什么石头？是怎样的石头呢？

哇！面对这么多的咨询信件，葛萍该怎么回复呢？快帮助她一下吧！请查看下面的经文，看看哪段经文可以帮助这些遇到问题的人（其中有一条是给葛萍的）。

## 第十二课 葛萍专栏

亲爱的朋友们：

你们好！我现在作学生报的记者，这个新工作非常让人兴奋！但是我有些害怕。我不知道该如何帮助这些人。我该怎么办？

葛萍

葛萍：  
你好！我在新闻里看到许多暴力事件，就是有人被谋杀之类的事情。这让我特别害怕，恐怕某一天这些会发生在我的身上。有时候，我整晚躲在床底下。  
吴薇

葛萍：  
你好！我家要搬走了，我会转到另一个学校去。我担心到了那儿以后，没有人理我，跟我说话，凡事都只能独自一个人去做。  
何马山

葛萍：  
你好！恐怕我要让父母失望了。父母希望我能一直保持好成绩，不犯错等等！我总是小心翼翼地试着把事情做完美，可是我真的太累了。我该怎么办呀？静候佳音！  
致力完美的小美

葛萍：  
你好！死亡是怎么回事呢？我真的非常惧怕死亡。假如我生病后失明了，或者出了车祸再也不能走路了，我该怎么办呢？  
忧虑的小尤

葛萍：  
你好！我的爸爸妈妈最近总是背着我说事情，还愁容满面的。估计是爸爸担心会丢掉点儿钱也没有了，我们该怎么办呀！我们到哪儿去住呢？不想流浪的小波

**大礼包**  
阅读 | 罗马书 | 8:35, 37-39。看看哪些孩子能够从这段经文中得到鼓励？

12

高小  
第一年  
春季

在下面的经文中找到最佳答案！

每天读一至两段经文，你就可以为读者信中提到的问题找到合适的解决方法。

[诗篇] 62:5-8

[箴言] 3:5-6

[约翰福音] 15:15

[罗马书] 15:4

[马太福音] 16:25-29, 34

[约书亚记] 1:9

[诗篇] 59:1-2, 16-17

[诗篇] 23:4, 6

# 第十三课 患难时刻的帮助!

有时，你感觉生活很糟糕，或者你的情绪在崩溃的边缘。  
但下面这些经文会在这时帮助你。现在就看一看这些经文吧！  
……当然！你也可以把经文背下来。

大礼包

诗篇134篇是大卫颂赞上帝美善的诗篇。尤其是4-7节，当你恐惧的时候会给你很大的帮助。

13

高小  
第一年  
春季

星期五

罗马书18:31-33 这些经文是以问题的形式出现的，你可以边读边回答。如果可能，你可以将这段经文背诵下来。同时要记住是谁帮助你度过艰难的时刻。

36 谁能使我们与基督的爱隔绝呢？

难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？

是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？

是刀剑吗？

37 然而，靠着爱我们的主，

在这一切的事上已经得胜有余了。

38 因为我深信无论是死，是生，是天使，

是掌权的，是有能的，是现在的事，

是将来的事，

39 是高大的，是低处的，

是别的受造之物，

都不能叫我们与神的爱隔绝；

这爱是在我们的主基督耶稣里的。

[罗马书]8:35、37-39

以赛亚书49:15-16 遇到困难的时候，你可能会认为上帝忘记你了，但是上帝怎么说？

腓立比书1:7 不仅大卫知道上帝是我们的依靠。先知那鸿说，在患难的日子，上帝是我们的什么？

诗篇125:1-3 你一定还记得大卫被追杀时的生活吧！他的经历是不是很艰难呢？大卫说那些依靠上帝的人会怎样？

诗篇14:8 你失眠过吗？大卫失眠过！大卫是如何说的呢？你可以在睡觉的时候背诵这节经文。

星期一

星期二

星期四

星期三