

## 主题：第三诫：要守主日为圣日 (出20:8;申5:12)



对象：小学生

主旨：主日是与天主同庆的日子，我们要安息并恭敬上主

时间：45分钟

准备：“现场专人访问题”、三份礼物、访问用麦克风、访问用桌子与椅子、笔记本电脑、投影仪、PPT、圣经、“以色列人的星期”表、红圈、家长会议通知单

欢迎及课前祷

**敞开心门** (10分钟)

### 现场专人访问



教理讲授人告诉小朋友：在今天道理课的开始，我们要举行现场专人访问。教理讲授人将访问题（参考附件）发给每一位孩童，给小朋友五分钟的时间阅读访问题，并做接受访问的准备。请三位自愿的小朋友接受访问，访问后，教理讲授人发给受访的小朋友一个礼物，感谢他愿意接受访问。

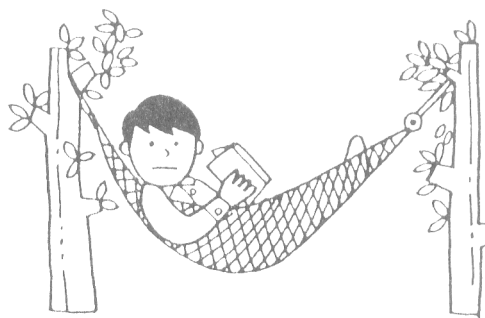
### 现场专人访问题

1. 一星期中你最喜欢哪一天？  
请谈一谈你喜欢星期\_\_\_\_\_的理由。
2. 如果学校规定学生一星期要上学七天，你的反应是什么？
3. 如果要为家人和自己设计一个“理想的星期天”，你会如何设计与安排？

教理讲授人于小朋友受访后作总结：谢谢刚才三位小朋友的分享。想想看，今天天主若来到我们中接受相同的访问，祂会怎么回答？（给小朋友片刻思考时间）

**聆听圣神** (10分钟)

### 守主日为圣日



其实从天主颁布的十诫中的第三诫：要守主日为圣日，天主已经回答了我们的问题。现在老师要公布答案，注意的听哦！教理讲授人翻开圣经，把出谷纪20:8-10的经文念给小朋友听：应记住安息日，守为圣日，六天应该劳作，做你一切的事；但第七天是为恭敬上主你的天主当守的安息日。

## 旧约时代的安息日

小朋友，天主颁布这条诫命时，是要当时的以色列人用六天的时间工作。对以色列人来说，一个星期的第一天是我们现在的星期天，所以，以色列人要从一周的第一天，星期天，工作到一周的第六天，星期五，一周的第七天，就是我们现在的星期六，是天主要以色列人休息的安息日（教理讲授人一边指着“以色列人的星期”表，【参考附件】一边解释）



天主为什么要以色列人守安息日呢？天主给了以色列人两个原因：

1. 天主在创造世界时，花了六天的工作天；在第七天，天主休息了；天主称那第七天为安息日，并要以色列人常常记得天主创造世界与人类的宏大恩惠；以色列人要以恭敬天主的心，守安息日为圣日(2169)。
2. 天主曾以大能把以色列人从埃及人的奴役中解救出来；这是很大的恩惠；为使以色列人永远记得这宏大的解救之恩，天主要求以色列人在一星期工作了六天之后，停下来，好有安息的

时间，为天主对他们的大爱感谢、敬拜天主(2170)。



小朋友，以色列人有没有按照天主的吩咐守安息日呢？（给小朋友片刻思考的时间）有！一直到耶稣的时代！

## 主日取代安息日

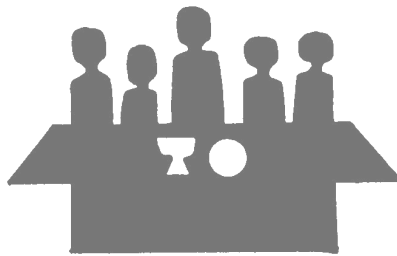
小朋友，当世人犯了罪，并死在罪恶中时，天主派遣了谁来救赎人类？（给小朋友回答的机会）耶稣！耶稣是如何救赎了人类呢？（聆听小朋友的回答）耶稣，天主的圣子，以一个婴儿的身分，诞生在世界上。耶稣长大成人后，开始教导群众，医治病人，宽恕罪人……最后，耶稣让自己被钉死在十字架上，使世人的罪与祂的身体一起被钉死在十字架上，使世人不再遭受罪恶的奴役，而能生活在天主内，成为一个自由的人。

我们知道耶稣完成了这救赎全人类的工程；因为在耶稣被钉死与埋葬后的第三天，也就是在一周的第一天（教理讲授人用一个红圈，圈出“以色列人星期表”上的第一天），天主使耶稣复活了(2174)。



小朋友，你们可以想象耶稣的门徒，在看见耶稣复活后的喜乐吗？从那时起，相信并跟随耶稣的人就在一周的第一天，耶稣复活的日子，聚会，祈祷，主持感恩圣事，以恭敬天主，并感谢天主赐给世人的救赎大恩。所以对基督徒来说，主日，主耶稣复活的日子，也是一周的第一天，就取代了旧约时代恭敬天主的日子，安息日，一周的第七天(2175)。

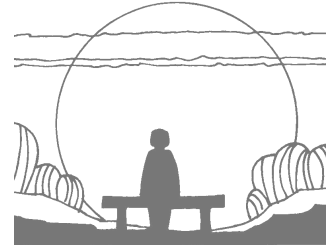
## 如何过主日



在耶稣受难与复活前，每个安息日，耶稣都会进入圣殿讲道并祈祷，恭敬天父；耶稣也会在安息日医治向祂求救的病人。由耶稣，今天我们学习如何度我们的主日。我们要与其他的教友一起进入圣堂，祈祷，听道理，并藉感恩圣事的参与，敬拜天主。我们也要做慈善的事工，帮助在我们中的弱小弟兄姊妹(2179、2185)。

另外，与家人一起休闲，出外郊游，参加有益身心的活动，或参观增进知识的展览，也都与守主日为天主圣日的精神相符合(2185)。

当信友因生病而不能于主日前来圣堂敬拜上主时，教会宽免我们。在我们中，又有些信友必须在主日为大众服务，如公交车司机、医院的医师，或饭店的厨师……教会同情他们，也感谢他们为服务别人而付出的辛劳。教会鼓励他们，仍在主日保留出一段时间来安息，来祈祷，并恭敬天主。(2185、2186)



## 认同耶稣 (5分钟)

小朋友，听了今天的道理，你是不是比刚开始上课时，更知道要如何设计一个理想并合乎天主旨意的主日？

但是事实上，我们的主日常过得并不理想！你知道问题出在哪里吗？(聆听小朋友的回答；小朋友若说不出问题的所在，教理讲授人可以向小朋友提出以下的问题，请小朋友以举手的方式作答：)

1. 爸爸妈妈在主日天忙不忙？（主日时，爸爸妈妈仍忙碌工作的小朋友请举手）

2. 爸爸妈妈在主日都忙些什么？（请小朋友举例分享）

3. 爸爸妈妈带全家一起外出郊游吗？（爸爸妈妈带孩子外出郊游的小朋友请举手！）你们一家人能一起进堂参与感恩圣事吗？（全家人一起进堂的小朋友请举手！）

4. 主日必须补习功课，或整天都还得读书、上课的小朋友请举手！主日能有时间玩耍的小朋友请举手！

爸爸妈妈若一星期七天都在忙碌工作的话，小朋友该怎么办呢？（给小朋友片刻思考的时间）

#### 活出信德（5分钟）

小朋友，老师可以帮助你们的爸爸妈妈了解主日要安息，就像老师借着今天的分享帮助你们了解了一样！不过，老师须要你们的帮助！

下一个主日，道理班的老师要召开道理班小朋友的家长会议；现在老师要发给每位小朋友一张通知单，请小朋友务必把这张通知单交到爸爸妈妈的手中，并大力鼓励他们来参加下主日的家长会议。相信在参加了家长会议，了解了守主日的重要后，你们的爸爸妈妈会带领你们重视“主日要安息”的规定。

#### 光荣天主（3分钟）

小朋友，圣经中圣咏这部书说：主日是上主所安排的一天，我们应该……谁能说出完成这句话的四个字？鼓舞喜欢！让

我们一起说一遍：主日是上主所安排的一天，我们应该鼓舞喜欢！（咏118:24）

附注：

1. 教理讲授人可收集并保留小朋友填写的“现场专人访问题”，并于家长会议开始时以不具名的方式，与家长分享小朋友对主日的期望。

2. 教理讲授人也可以在课后摘记小朋友对融入生活中所提问题的作答，在家长会议中以不具名的方式与家长分享。

3. 当与家长谈第三诫时，教理讲授人可参考上海光启社编印的《至圣圣三》成人教理，单元43。

#### 点心时间



## 现场专人访问题

1.一星期中你最喜欢哪一天？

请谈一谈你喜欢星期\_\_\_\_\_的理由。

2.如果学校规定学生一星期要上课七天，你的反应是什么？

3.如果要为家人和自己计划一个“理想的星期天”，你会如何设计与安排？

## 现场专人访问题

1.一星期中你最喜欢哪一天？

请谈一谈你喜欢星期\_\_\_\_\_的理由。

2.如果学校规定学生一星期要上课七天，你的反应是什么？

3.如果要为家人和自己计划一个“理想的星期天”，你会如何设计与安排？

# 以色列人的星期

第一天	第二天	第三天	第四天	第五天	第六天	第七天 (安息日)
星期天	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六



©Virginia Broderick