一些提议：前面的问卷只是一个参考，让那些不方便来受难节早上“默想祷告”的家庭可以参考和使用。与孩童分享的那些问题，你也可以从以下的资料中，找到答案。作为家长/长辈，你可以按照你家庭的需要，做出适当的调整。例如，如果你的孩子已经进入少年阶段（12-16岁），或者全家人都是成人，可以考虑以下的调整：

1. **金句**：背诵以弗所书2：13：背诵整节经文
2. **读经、分享**：
	1. 读马可福音15：33-41之后，大家轮流描述耶稣受难时，发生了些什么事。特别是以下：
		1. 耶稣为什么喊叫说神离弃了祂？【答：因为祂背负了世人的罪，“赎罪祭”】
		2. 耶稣死的时候，圣殿里发生了什么事？【答：幔子裂成两半】为什么？【幔子把当时圣殿内的圣所和圣殿外面的世界隔开了，表明有罪的人不能亲近神。现在，却因着耶稣的血，为人赎罪，耶稣也成了我们的“挽回祭”，挽回神的忿怒。因此，任何人都可以靠着耶稣，直接进去圣殿亲近神。】
	2. 谈话时间：耶稣的死，怎样改变我们与神的关系？看金句；从“远离”到“亲近”：耶稣挽回神的忿怒，现在我们可以靠着耶稣，与神和好。你与神和好了吗？
3. **活动**：可以用以下**“讨论问题”**取代它：
	1. 与家人/孩子确定他们的救恩：读希伯来书10：19-22：既然耶稣藉着祂的死，使我们可以与神和好，我们有靠着耶稣，来到神面前吗？
	2. 挑战彼此来活出主赐下的极大救恩：
		1. 不认识主的救恩，生活会有什么不一样？
		2. 既然主耶稣使我们与神和好，我们是否愿意与人和好？我应该与谁和好？
	3. 可以观赏福音电影，例如 The Life of Jesus
4. **立志、祷告**：按照以上的“讨论问题”，彼此代祷，并且“向外”，为教会（参考事工手册）、宣教，世界各处其他在苦难中的教会的不同需要，来代祷。

简易版：如果一些家长需要，可以尝试以下步骤：

1）**轮流读马可福音15：33-41**：然后回答以下两个问题：

* 1. 耶稣喊叫什么？【**答**：神为什么离弃祂？然后**家长解释**：因祂背负了人的罪，所以天父“掩面不看他”。】
	2. 耶稣死的时候，圣殿里发生了什么事？【答：幔子裂成两半；然后**家长问**：为什么？接着**解释**：幔子把圣殿里的圣所和圣殿外的世界隔开。代表有罪的人不能亲近神。现在，耶稣为人赎罪，人可以亲近神】

2）**一起背金句**：以弗所书2：13。家长问：我们过去与神的关系怎么样？现在因着耶稣的血，怎么改变？【答：过去因为罪，远离神，现在靠着耶稣的血，可以亲近神】

3）**分享与祷告**：轮流分享以下问题，然后通过祷告来回应/立志，才结束：

1. 我与神和好了吗？如何与神和好？
2. 我既然与神和好，现在需要与谁和好？