

一、與神摔跤後的雅各(創 33)：

1. 雅博渡口後的雅各，柔軟的開始(創 33：1-3)：

2. 神作了雅各的倚靠(創 33：4)：

3. 雅各成長的起點(創 33：5-15)：

4. 沒有走到該去的地方(創 33：16-19)：

二、神藉著環境催逼雅各再往前走(創 34：1-31)：

1. 雅各的女兒底拿在示劍受辱(創 34：1-4)：

2. 雅各閉口不言，雅各之子憤恨不已(創 34：5-7)：

3. 雅各之子用詭計殺示劍族(創 34：8-29)：

4. 雅各仍活在“我”的裡面(創 34：30-31)：

三、神也是雅各的神(創 35)

1. 神要雅各回到伯特利去 (創 35：1)：

2. 到伯特利去就要脫離偶像、自潔 (創 35：2-5)：

3. 伯特利的神(創 35：6-7)：

4. 除掉一切與偶像有關的(創 35：8、19-20)：

5. 神又重申雅各改名為以色列(創 35：9-15)：

6. 雅各生命的成長(創 35：16-27)：

7. 到了希伯崙(創 35：28-29)：

四、以色列對頭的淵源(創 36)：

1. 以掃的大家族（創 36：1-5）：

2. 以掃離開迦南地（創 36：6-8）：

3. 以色列的對頭的淵源—亞瑪力(創 36：9-30)：

4. 君王政治的記錄（創 36：31-43）：

五、神藉著約瑟繼續拆毀雅各直到完全(創 37)：

1. 雅各偏愛約瑟（創 37：1-11）：

2. 雅各最後的一個關卡（創 37：12-14）：

3. 約瑟被賣到埃及（創 37：15-33）：

4. 雅各的心給撕碎了（創 37：34-36）：