

讚美 Adoration: 以神是誰來讚美祂，包括祂的屬性、名字、性格。這段時間不提禱告蒙應允或代禱事項。(8-10分鐘)

神的屬性： 神能醫治。 God heals.

定義： 神使人的身心靈恢復到起初的健康、正直、純潔。

神看顧經受創傷的人。神關心我們的全部，包括我們的身體和心靈。耶穌基督雖然是完全智慧，最剛強，最有能力的，祂卻能體恤世上最軟弱的人。祂在世上傳道，醫病趕鬼，是包括醫治各種身心靈的疾病。

詩篇 30:2 耶和華我的神啊，我曾呼求祢，祢醫治了我。

詩篇 103:1-5 我的心哪，你要稱頌耶和華；凡在我裡面的，也要稱頌祂的聖名！

我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠。

祂赦免你的一切罪孽，醫治你的一切疾病。

祂救贖你的命脫離死亡，以仁愛和慈悲為你的冠冕。

祂用美物使你所願的得以知足，以致你如鷹返老還童。

以賽亞書 53:5 哪知祂為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。

因祂受的刑罰我們得平安，因祂受的鞭傷我們得醫治。

耶列米書 17:14 耶和華啊，求你醫治我，我便痊癒；拯救我，我便得救，因你是我所讚美的。

耶列米書 30:17 耶和華說：'我必使你痊癒，醫好你的傷痕。'

雅各書 5:16 你們要彼此認罪，互相代求，使你們可以得醫治。義人祈禱所發的力量是大有功效的。

認罪 Confession: 安靜默禱。由讚美那步驟流暢地傳到這步驟。組長負責做開始和結束時禱告。(2-3分鐘)

我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。(約一1:9)

求神赦免我們的罪，潔淨我們的心靈、思想、意念、情感……

感恩 Thanksgiving: 為神所作的和應允了的祈禱感恩。由認罪那步驟流暢地傳到這步驟。這個時候不為代禱事項祈求。(5-8分鐘)

凡事謝恩；因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。(帖前書5:18)

代禱 Supplication: 到神的面前為別人禱告。可以分成兩，三個人的小組。(30-40分鐘)

為孩子、媽媽自己或家人或朋友或老師代禱：

每位媽媽每次祇為一個孩子禱告，此起彼落之為這孩子禱告到你心中覺得對這孩子的需要感到安息。(10-15分鐘)

經文：下面兩個經文任選一個為孩子、家人、朋友、老師禱告。

求主使_____的眼睛得開，使_____從黑暗中歸向光明，從撒但權下歸向神；求主使_____因信我主耶穌基督，得蒙赦罪，和一切成聖的人同得基業。(參徒 26:18)

主啊，求祢醫好_____悲傷的心，裹好他/她的傷處。(參詩篇 147:3)

為學校代禱：(5分鐘)

祈求聖靈復興網絡、校園，帶來靈性覺醒，孩子們認識神，憂慮、焦慮、自我否認、憤怒和焦躁不安離開網絡、校園。求主攻破一切營壘和自高之事，將孩子們的心意盡都奪回，歸順基督。

為「美国大选」代禱：(5分鐘)

- 神的光照亮一切黑暗之角，將總統大選中一切不法的事、不公平、不公義、舞弊、隱藏的事顯明出來。
- 神在歷時歷代照著自己的權柄廢王、立王，神在美國的大選中彰顯祂的主權。
- 求主選出合神心意的總統，帶領美國回歸基督信仰，成為在神主權下的國家，而不是成為一個背棄上帝、信仰混雜的巴別塔王國。美國在背離神的道路上越走越遠，道德文化墮落，憲法面臨挑戰，基督教也面對著異教徒和無神論者的挑戰。“沒有基督教的原則，國家的道德就不可能建立。”(開國總統華盛頓的話)

謹記：在小組內的禱告事項，不可在小組以外提及。

選自史多美·奧瑪森所著“如何為你的孩子禱告”以及“如何為你自已禱告”。凡提及有關指稱孩子的代名詞，若未明確指明性別，則一律以“他”表示。

為孩子禱告：得蒙醫治享受健康

主啊，因為你在聖經中指教我們要彼此代禱使我們得醫治，所以我要為_____ (孩子的名字) 的醫治和健康禱告。我求你使疾病和軟弱在他的生命中沒有立足之地、也沒有權勢。我禱告求你保護並抵擋一切的疾病，你的話語說：“他發命醫治他們，救他們脫離死亡。”(詩 107:20)倘若他身體哪裡有疾病、痛苦或軟弱，主啊，我禱告求你用你醫治的大能觸摸他，使他能完全恢復健康。

拯救他脫離一切可能臨別的死亡或傷害。我特別祈求你醫治 (指明某種特定的問題)。如果我們需要找醫生，主啊，我求你指明我們應該找誰。賜給那位醫生智慧和完備的知識，能清楚明白最合適的醫療步驟。

主啊，謝謝你為我們受苦並受死，使我們可以得醫治。我要求享有醫治的產業，因為那是你在聖經中的應許，也是為一切信的人所預備的。我仰望你保守我的孩子一生健康、得蒙醫治、健全完整。

為我們自己禱告：主啊，醫治我，也幫助我照顧自己的身體。

主啊，謝謝你做我的醫治者。在我受傷或生病時，我要仰望你來醫治我。今天，我要求你使我更強健，也要求你醫治我，特別是我的_____ (說出你需要神醫治的地方)。一如先知以賽亞所說的：“他代替我們的軟弱，擔當我們的疾病”(太 8:17)，因此我求你醫治我。我知道你受苦，去世，又被埋葬，皆是為了我，好使我能獲得醫治、饒恕，和永生。因你受的鞭傷，我得了醫治(參彼得前書 2: 24)。我知道在你的同在裡，我能找到醫治；在你的同在裡，我能伸出手來摸著你，而你也會觸摸我。

只有你知道什麼對我最好，什麼對我不好，所以我要求你將你知道的讓我看見，並請挪去那些模糊、矛盾的資訊，指教我什麼該吃，什麼不該吃。主啊，沒有你，這些我都做不出來，因為只有你最清楚你當初是怎麼造我的。求你賜我有充分的紀律，知道如何適當地飲食相運動。也賜我力量能攻克己身，叫身服我(參哥林多前書 9: 7)

在維持身體健康方面，我感到最掙扎的事，是_____ (說出對你最具挑戰性的地方)。求你主宰這事，使我所做的能與你的旨意契合。也求你在這方面幫助我，賜我所需的救贖和自由。

主啊，我希望我的所做、所為都能榮耀你。幫助我忠心照顧你賜給我的身體。我必須向你認罪，因為我有時候會論斷你賜給我的身體，也會批評它，覺得它不夠完美。為此，我要向你悔改，求你赦免我。我知道我的身體是聖靈的殿，而聖靈也住在我裡面。幫助我能完全明白這個真理，好使我能保持我的殿健康、清潔。也幫助我不要虐待身體，教導我如何適當地維持我的健康。奉主耶穌的名禱告，阿們。