

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：神是慈悲的。

定義：神滿有慈悲、憐憫和慈愛

尼希米記 9:16-17 但我們的列祖行事狂傲，硬著頸項不聽從你的誠命；不肯順從，也不記念祢在他們中間所行的奇事，竟硬著頸項，居心悖逆，自立首領，要回他們為奴之地。但祢是樂意饒恕人，有恩典，有憐憫，不輕易發怒，有豐盛慈愛的神，並不丟棄他們。

詩篇 25:6-7 耶和華啊，求你記念你的憐憫和慈愛，因為這是亙古以來所常有的。求你不要記念我幼年的罪愆和我的過犯；耶和華啊，求你因你的恩惠，按你的慈愛記念我。

詩篇 51:1-2 神啊，求你按你的慈愛憐恤我！按你豐盛的慈悲塗抹我的過犯！求你將我的罪孽洗除淨盡，並潔除我的罪！

以賽亞書 55:7 惡人當離棄自己的道路；不義的人當除掉自己的意念。歸向耶和華，耶和華就必憐恤他；當歸向我們的神，因為神必廣行赦免。

羅馬書 12:1 所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。彼得前書 2:10 你們從前算不得子民，現在卻做了神的子民；從前未曾蒙憐恤，現在卻蒙了憐恤。

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，此起彼落的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。(徒 26:18)

_____要慈悲，像你們的父慈悲一樣。(路加福音 6:36)

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：在信心中成长

主啊，你在圣经中说我们要照着你所分给每个人信心的大小，看得合乎中道(参罗 12: 3)。我祷告求你看顾那已种在_____ (孩子的名字) 心中的信心，并使这信心倍增。愿你话语的真理在他心中坚立，使信心日益增长，并引导他生命的方向。当他仰望你，向你寻求真理、引导，并改变自己更加像你的时候，帮助他随时信赖你。我知道信赖你是我们的一项抉择，我求你使他能做出这样的抉择。我祷告他能凡事仰望你，并知道他永远都有盼望。愿他的信心成为所望之事的实底，未见之事的的确据(参来 11: 1)。我祷告他有足够刚强的信心，使他能被提升，超越所处的环境与限制。将信心灌注在他里面，使他深信万事都互相效力(参罗 8: 28)。

我祷告他的信心坚强，使他与你之间的关系能取代他生命中一切其他的关系——甚至我们做父母的影响力。换句话说，主啊，愿他与你的关系真的是他自己的，而不是从我或别人身上延伸出来的。当我离开这个世界的时候，我要欣慰地知道他坚定的信心将使他的“坚固，不可摇动，常常竭力多作主工”(林前 15:58)。

当他活在信心中的时候，愿他拥有你爱的心怀，即一颗愿意顺从你的带领而付出自己与财物的心怀，并将这爱流向他人。愿他明白：爱心的付出实际上是以信心回报你，而他永远都不会因此而失去什么。我祷告他能“拿着信德当作盾牌”以“灭尽那恶者一切的火箭”(弗 6:16)，使他因而信心坚固地说：“我感谢那给我力量的我们主基督耶稣，因他以我有忠心，派我服事他。”(提前 1:12) 我奉耶稣的名为这一切事情祷告。

為我們自己禱告：主啊，改变我 使我有信心叫大山挪移

主啊，加添我的信心。教导我，使我“行事为人是凭着信心，不是凭着眼见”(林后 5:7)。赐我力量在你的应许中坚定站立，并且相信你所说的每一句话。我不想要因为没有信心，而得不到从听道所得的益处(参希伯来书 4: 2)。我知道“信道是从听道来的，听道是从基督的话来的”(罗 10:17)。求你在我每次听到或读到你的话语时，信心都能得到成长。帮助我相信你，好使你的应许能在我身上实现。愿我有真实的信心，也愿我的信心被试验时，能比那被火试验仍然能坏的金子更显宝贵，好使基督显现时，能得着荣耀(参考彼得前书 1: 7)。

我知道“信就是所望之事的实底，是未见之事的的确据”(来 11:1)。我知道我得救是因着信，这信心也是由你所赐(参以弗所书 2: 8)。求你使我的信心成长，让我的祷告充满能力。当我为生病的人祷告时，求你赐我信心相信你会施行医治。我不希望在看见需要时，却没有足够的信心去相信祷告会使事情有所改变。

求你帮助我能“拿着信德当作藤牌，可以灭尽那恶者一切的火箭”(弗 6:16)。也帮助我能“凭着信心求，一点不疑惑”，因为我知道“疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾”；我知道疑惑的人心怀二意，没有定见，不能从你那里得着什么(参雅各书 1: 6-8)；我也知道，“凡不出于信心的都是罪”(罗 14:23)。我要在你面前为我有任何怀疑的罪而向你悔改，求你饶恕。我不要因为怀疑，而拦阻了你在里面(或是透过我)想要成就的事。求你每日加添我的信心，好使我能奉你的名叫大山挪移。奉主耶稣的名祷告，阿们。