

效法雅博渡口的禱告

本文不使用任何版權資料

特定章節和經文的摘要與詮釋來自聖經，屬於宗教文本
這是公有領域。

免費複製與散佈：快點傳播這個訊息！

(Peter Lok) 駱沅祺

lokpeter@outlook.com

Biblecomplete.com

AskGospelAi.com

效法雅博渡口的禱告

雅各禱告的五個特點

根據神的應許

謙卑承認不配

感恩神的恩典

具體真實的祈求

緊緊抓住神的話語

讚美神的美好詞語

感恩神的恩典

謙卑承認自己不配的字句

具體真實的祈求

神應許與我們同在

以下列出一些適合基督徒在每日靈修、敬拜、禱告及讀經時使用的讚美神的字句。當我們心中煩躁、思緒紛亂時，也可以藉著讚美神，讓心靈重新安靜，仰望主的慈愛與信實。

一、讚美神的美好詞語

1. 讚美神的屬性

- 神是聖潔的
- 神是慈愛的
- 神是信實的
- 神是公義的
- 神是全能的
- 神是永恆的
- 神是智慧的
- 神是良善的
- 神是憐憫人的
- 神是滿有恩典的
- 神是不改變的
- 神是信實可靠的
- 神是榮耀尊貴的
- 神是滿有忍耐的
- 神是無限慈愛的

2. 讚美神的偉大

- 哈利路亞！讚美主！

- 榮耀歸於至高的神！
- 主啊，祢是萬王之王、萬主之主！
- 主啊，祢是創造天地的全能者！
- 祢的名在全地何其美！
- 祢的榮耀充滿全地！
- 祢的作為奇妙可畏！
- 祢的智慧無法測度！
- 祢的權柄直到永遠！
- 願一切榮耀、尊貴、頌讚都歸給祢！
- 願萬民都來敬拜祢！
- 願天地萬物都尊崇祢的聖名！

3. 讚美神的慈愛與恩典

- 主啊，感謝祢永不止息的慈愛。
- 祢的恩典夠我用。
- 祢的憐憫每早晨都是新的。
- 祢的慈愛永遠長存。
- 感謝主，祢從未離棄我。
- 主啊，祢是我的避難所，是我的力量。
- 感謝祢赦免我的罪，使我得著新生命。
- 感謝祢以永遠的愛愛我。
- 主啊，祢的恩典使我重新得力。
- 無論環境如何，祢仍然是信實的神。

二、適合禱告時使用的讚美句子

清晨讚美

親愛的天父，感謝祢賜給我新的一天。祢是生命的源頭，是我每天的盼望。願我的心思、言語和行為都蒙祢喜悅，願我一生都讚美祢、榮耀祢。

心靈平安的讚美

主啊，祢是賜平安的神。當我的心煩躁、思緒紛亂時，求祢使我的心安靜下來。祢是我的磐石，是我的避難所，是我患難中隨時的幫助。我願放下憂慮，單單仰望祢。

感恩讚美

慈愛的天父，感謝祢無條件的愛，感謝祢日日看顧、時時扶持。即使我看不清前面的道路，祢仍然掌管一切。願我常存感恩的心，在順境與逆境中都稱頌祢的聖名。

夜晚安息的讚美

主啊，感謝祢今日的保守。祢是我的牧者，我必不致缺乏。求祢除去我心中的不安，使我在祢的同在中安然休息。願祢看顧我的家人，也看顧所有屬祢的兒女。願榮耀歸給祢，直到永遠。阿們。

三、聖經中讚美神的經文

以下是一些很適合用來讚美神、默想神的話語的經文。

經文	讚美的內容
詩篇 34:1	我要時時稱頌耶和華，讚美祂的話必常在我口中。
詩篇 100:4	當稱謝進入祂的門，當讚美進入祂的院。
詩篇 103:1	我的心哪，你要稱頌耶和華！
詩篇 150:6	凡有氣息的，都要讚美耶和華！
詩篇 145:3	耶和華本為大，該受大讚美。
詩篇 136:1	你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存。
腓立比書 4:4	你們要靠主常常喜樂。
啟示錄 4:11	我們的主，我們的神，祢是配得榮耀、尊貴、權柄的。

四、可以反覆誦讀的讚美短句

當你想安靜禱告，或在日常生活中默默讚美神時，可以慢慢誦讀以下句子。

- 主啊，我讚美祢，因祢是我的神。
- 主啊，我敬拜祢，因祢配得一切榮耀。
- 主啊，祢的慈愛永不改變。
- 主啊，祢是我的力量，是我的詩歌。
- 主啊，祢是我生命中的盼望。
- 主啊，求祢的平安充滿我的心。
- 主啊，願我的一生榮耀祢的聖名。
- 主啊，我感謝祢，也信靠祢。
- 主啊，即使我軟弱，祢仍是我的力量。
- 哈利路亞！願頌讚、榮耀、智慧、感謝、尊貴、權柄、能力都歸於我們的神，直到永永遠遠！

五、為基督徒弟兄姊妹獻上的讚美禱告

親愛的天父上帝：

我們同心來到祢面前，向祢獻上感謝與讚美。主啊，祢是創造天地的主，是我們生命的主宰。祢滿有慈愛、憐憫、恩典與信實，祢的名當受稱頌，祢的榮耀直到永遠。

求聖靈親自安慰我們，使我們煩躁的心安靜，使紛亂的思緒得著整理，使憂傷的人得著安慰，使疲乏的人重新得力。

求祢堅固每一位基督徒弟兄姊妹的信心，使我們在困難中仍然仰望祢，在試煉中仍然信靠祢，在不明白的事情上仍然學習交託。

願祢的教會充滿合一、相愛、饒恕與和平。求祢保守我們遠離紛爭、驕傲與苦毒，使我們以溫柔的言語彼此扶持，以真誠的愛心彼此服事。

主啊，願我們不只在平安順利時讚美祢，也在困難與眼淚中仍然記得祢的信實。願我們的生命成為活祭，讓人從我們身上看見基督的愛與榮耀。

願尊貴、榮耀、頌讚、權柄和能力，都歸給坐在寶座上的父神和羔羊，直到永永遠遠。

奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

願你今天無論身處什麼環境，都能記得這句話：

「我的心哪，你要稱頌耶和華！凡在我裡面的，都要稱頌祂的聖名！」——詩篇 103:1

願主耶穌的平安充滿你，也充滿所有基督徒弟兄姊妹的心。阿們。

親愛的弟兄姊妹，以下為您整理聖經中關於神的應許的字句，讓我們在每日靈修、讀經、禱告和心靈煩躁、憂慮時，可以藉著神的話語得著安慰、力量、平安與盼望。

神的應許使我們記得：無論環境如何改變，神仍然信實，祂的慈愛永不改變。

一、感恩神的恩典——日常感恩字句

1. 感謝神賜予生命

- 感謝天父賜我生命，使我有氣息可以讚美祢。
- 感謝主賜我新的一天，讓我有機會重新開始。
- 感謝神每天看顧我，保守我出入平安。
- 感謝主讓我仍然有力量面對每天的生活。
- 感謝神在我不知道的時候，仍然默默看顧我。
- 感謝主賜我陽光、空氣、食物和生活所需。
- 感謝神讓我能夠讀祢的話語、向祢禱告。
- 感謝主，無論今天順利或不順利，祢仍然與我同在。

2. 感謝神的慈愛與憐憫

- 感謝天父以永遠的愛愛我。
- 感謝主不輕易發怒，滿有憐憫與恩典。
- 感謝神在我軟弱時，仍然沒有放棄我。
- 感謝主接納悔改歸向祂的人。
- 感謝神赦免我的罪，使我可以重新站起來。
- 感謝主的慈愛每天都是新的。
- 感謝神的信實永不改變。

- 感謝主，即使我有不足，祢仍以恩典扶持我。

3. 感謝神賜予平安

- 感謝主耶穌將祢的平安賜給我。
- 感謝神在我憂慮時，提醒我可以向祢禱告。
- 感謝主在我心煩意亂時，仍然是我的避難所。
- 感謝神幫助我放下不能掌握的事情。
- 感謝主使我在困難中仍有盼望。
- 感謝聖靈安慰我，使我的心重新得著力量。
- 感謝神提醒我，不必獨自承擔一切重擔。
- 感謝主，讓我學習在安靜中等候祢。

4. 感謝神賜予家人與弟兄姊妹

- 感謝神賜我家人，讓我們彼此扶持。
- 感謝主安排弟兄姊妹在信仰路上同行。
- 感謝神讓我們有機會彼此關懷、互相代禱。
- 感謝主幫助我們學習饒恕、忍耐和彼此相愛。
- 感謝神在我們遇到困難時，差派合適的人給予幫助。
- 感謝主保守我們的家庭，求祢繼續賜福每一位家人。
- 感謝神讓我們在教會中敬拜祢、學習祢的真理。

5. 感謝神在困難中的帶領

- 感謝主，即使我不明白環境，仍然可以信靠祢。
- 感謝神在我軟弱時成為我的力量。
- 感謝主讓我在困難中學習忍耐與信心。
- 感謝神幫助我從錯誤中學習，讓生命有所成長。
- 感謝主，即使事情尚未解決，祢仍然聽我的禱告。

- 感謝神教導我，不以眼前的環境作為唯一的盼望。
- 感謝主帶領我走過人生的高山低谷。
- 感謝神，讓我每天都可以重新學習交託與信靠。

二、感恩神的恩典——聖經經文

以下經文適合每天讀誦、默想，提醒我們數算神的恩典。

經文	感恩的內容
詩篇 103:2	「我的心哪，你要稱頌耶和華！不可忘記祂的一切恩惠！」
詩篇 107:1	「你們要稱謝耶和華，因祂本為善；祂的慈愛永遠長存！」
詩篇 136:1	「你們要稱謝耶和華，因祂本為善，祂的慈愛永遠長存。」
帖撒羅尼迦前書 5:18	「凡事謝恩；因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」
雅各書 1:17	「各樣美善的恩賜和各樣全備的賞賜都是從上頭來的。」
耶利米哀歌 3:22-23	耶和華的慈愛不止息，祂的憐憫每早晨都是新的。
腓立比書 4:6	藉著禱告、祈求和感謝，把所需要的告訴神。
詩篇 118:24	「這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜！」

三、每天可以向神獻上的感恩短句

早晨起床時，可以感恩：

「親愛的天父，感謝祢賜我新的一天。求祢帶領我今天的腳步，使我的言語、思想和行為都能榮耀祢。」

遇到困難時，可以感恩：

「主啊，感謝祢仍然與我同在。雖然我不明白眼前的事情，求祢賜我信心、智慧和忍耐，幫助我繼續仰望祢。」

心情煩躁時，可以感恩：

「主耶穌，感謝祢知道我的心。求祢安靜我紛亂的思緒，除去不必要的憂慮，使我重新得著從祢而來的平安。」

晚上睡覺前，可以感恩：

「天父，感謝祢看顧我走過今天。無論今天有多少不足，我都願意交託給祢。求祢赦免我的過失，保守我的家人，使我今晚能安然休息。」

四、感恩神的恩典——每日感恩清單

每天不必尋找很大的事情才向神感恩。即使只找到一件值得感恩的事，也是一個很好的開始。

今天，我感謝天父……

感謝神賜我生命與今天的氣息

感謝神保守我和家人的生活

感謝神賜我食物、住處及生活所需

感謝神讓我可以讀經、禱告和敬拜

感謝神在憂慮時賜我安慰

感謝神賜我家人、朋友和教會弟兄姊妹

感謝神在困難中教導我信靠祂

感謝神赦免我、扶持我，讓我重新開始

重新開始

五、為感恩神的恩典獻上禱告

親愛的天父上帝：

我們感謝祢、讚美祢，因為祢本為善，祢的慈愛永遠長存。

主啊，感謝祢賜給我們生命、氣息和每天所需用的一切。感謝祢在我們看得見和看不見的地方保守我們，在我們軟弱時扶持我們，在我們憂傷時安慰我們，在我們迷惘時引導我們。

天父，求祢赦免我們常常只看見自己的困難，卻忘記數算祢的恩典。求聖靈幫助我們有一顆感恩的心，使我們不因環境不如意就埋怨，也不因事情未按自己的心意成就就失去信心。

主耶穌，求祢安靜我們煩躁紛亂的心，使我們在祢的同在中得著平安。求祢幫助我們將憂慮、恐懼和重擔交託給祢，學習凡事禱告，凡事感恩，凡事仰望祢。

求祢記念所有基督徒弟兄姊妹，保守每一個家庭，醫治受傷的心靈，扶持疲乏的人，安慰失去盼望的人，並使祢的教會充滿愛心、合一與和平。

求祢幫助我們每天都能看見祢的恩典，不只在順境中感謝祢，也在困難中持守信心。願我們的生命成為感恩的見證，使身邊的人也能認識祢的慈愛與信實。

願頌讚、榮耀、尊貴和感謝都歸給我們的天父上帝，直到永永遠遠。

我們如此感恩禱告，乃是奉主耶穌基督的聖名。

阿們。

願您每天都記得：

「我的心哪，你要稱頌耶和華！不可忘記祂的一切恩惠！」——詩篇 103:2

願主耶穌基督的平安充滿您的心，使您在每一天的生活中都能數算恩典、心存感謝，並在祂的愛裡得著安息。阿們。

謙卑承認自己不配的字句

1. 承認自己不配領受神的恩典

- 主啊，我本是不配的人，卻蒙了祢豐盛的恩典。
- 天父啊，我沒有任何可以在祢面前誇口的功勞。
- 主啊，我不配領受祢如此深厚的慈愛，但感謝祢仍然愛我。
- 我承認自己軟弱、有限，需要祢每天的扶持。
- 主啊，我所擁有的一切，都是從祢而來。
- 我不敢誇耀自己的義，只願倚靠基督的義。
- 天父，求祢使我不驕傲自誇，常常記念祢的恩典。
- 主啊，我沒有什麼可以向祢誇口，唯有感謝祢的憐憫。
- 我願承認自己的不足，謙卑地接受祢的帶領。
- 主啊，求祢使我常存受教的心，不自以為義。

2. 承認自己的罪，求神赦免

- 主啊，我承認自己有許多過失，求祢赦免我。
- 天父，求祢光照我的內心，使我看見自己的驕傲與自私。
- 主啊，求祢赦免我在言語、思想和行為上得罪祢的地方。
- 求聖靈幫助我真心悔改，不再為自己的過錯找藉口。
- 主啊，求祢除去我心中的嫉妒、怨恨、苦毒與驕傲。
- 求祢賜我一顆清潔的心，使我的靈重新正直。
- 我願意承認自己的錯誤，也求祢賜我勇氣改正。
- 主啊，求祢幫助我學習饒恕別人，不以自己的標準定別人的罪。
- 求祢赦免我忘記感恩、只顧埋怨的時候。
- 主啊，求祢帶領我離開罪惡，活出合祢心意的生命。

3. 承認自己能力有限，願意完全交託

- 主啊，我的智慧有限，求祢賜我從上頭來的智慧。
- 我不能掌握明天，但我願意將明天交在祢手中。
- 主啊，我不能靠自己的力量成就一切，求祢幫助我信靠祢。
- 求祢教導我放下自以為是的心，學習順服祢的旨意。
- 當我不明白祢的安排時，求祢賜我忍耐與信心。
- 主啊，求祢幫助我承認自己的限制，不再勉強自己承擔一切。
- 我願意放下驕傲，不再事事堅持自己的看法。
- 主啊，求祢使我在軟弱中經歷祢的能力。
- 求祢使我不單聽自己的聲音，也願意聆聽祢的話語。
- 主啊，我願將自己的計劃交託給祢，求祢引導我的腳步。

4. 承認自己不配，感謝主耶穌的救恩

- 主耶穌，我本不配，卻因祢的恩典得蒙救贖。
- 感謝祢為我的罪付上代價，使我能藉著信心得著赦免。
- 我不能靠自己的善行稱義，唯有仰望祢的救恩。

- 主啊，感謝祢沒有按我的罪過待我。
- 我願常常記念十字架上的犧牲，不忘祢為我付出的愛。
- 感謝祢接納悔改歸向祢的人，使我有機會重新開始。
- 求祢使我不輕看祢的恩典，也不濫用祢的恩典。
- 主啊，願我的一生不是為自己誇耀，而是為祢作見證。
- 感謝祢使我因基督得以親近天父。
- 願我一生謙卑跟隨主，將一切榮耀歸給祢。

二、聖經中關於謙卑、不配與恩典的經文

以下是適合默想的經文。不同中文聖經譯本的用字可能略有差異。

經文	屬靈提醒
----	------

路加福音 18:13	稅吏謙卑祈求：「神啊，開恩可憐我這個罪人！」
------------	------------------------

路加福音 5:8	彼得看見主的作為後，承認自己是個罪人。
----------	---------------------

馬太福音 8:8	百夫長說：「主啊，你到我舍下，我不敢當。」
----------	-----------------------

創世記 32:10	雅各承認自己不配得神所賜的一切慈愛與信實。
-----------	-----------------------

哥林多前書 15:10	保羅承認自己今日成為何等人，是蒙神的恩才成的。
-------------	-------------------------

以弗所書 2:8-9	得救是本乎恩，也因著信，不是出於行為。
------------	---------------------

雅各書 4:6	神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。
---------	------------------

彼得前書 5:5-6	要以謙卑束腰，服在神大能的手下。
------------	------------------

約翰一書 1:9	我們若認自己的罪，神是信實、公義的，必要赦免我們的罪。
----------	-----------------------------

路加福音 7:6-7	百夫長深知自己不配，卻相信耶穌有權柄施行醫治。
------------	-------------------------

三、向神謙卑認罪的禱告字句

當我們安靜在神面前，可以這樣禱告：

親愛的天父，我承認自己不完全。

主啊，我來到祢面前，不是因為我有什麼值得誇耀的地方，而是因為我需要祢的恩典。

我承認自己有時驕傲，有時自私，有時只看見別人的過失，卻忽略自己的不足。有時我倚靠自己的聰明，有時因為環境不如意而埋怨，也有時忘記向祢感恩。

求祢赦免我，潔淨我的心。求聖靈光照我，使我不逃避自己的錯誤，也不因看見自己的軟弱而絕望。

主耶穌，感謝祢為罪人捨己，使我們可以藉著祢親近天父。我不靠自己的功勞來換取祢的愛，只願謙卑地領受祢的恩典，並靠著祢的幫助悔改、更新。

求祢賜我溫柔謙卑的心，使我不論對待家人、朋友或教會弟兄姊妹，都能少一點自以為是，多一點體諒；少一點論斷，多一點憐憫；少一點爭競，多一點彼此相愛。

主啊，願我一生記得，所有美善都是從祢而來。願我不求自己的榮耀，只求祢的名被高舉。

奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

四、每天可以默念的謙卑禱告短句

早晨起床時：

天父，感謝祢賜我新的一天。我不靠自己的能力誇口，求祢帶領我的腳步，使我今天所說、所做的都蒙祢喜悅。

遇到衝突時：

主啊，求祢先光照我自己的心，使我看見自己的不足。求祢除去我的驕傲，賜我謙卑、忍耐和愛心。

犯錯時：

主啊，我承認自己做得不對，求祢赦免我，幫助我勇敢改正，不再重蹈覆轍。

感到軟弱時：

主耶穌，我承認自己有限，但我相信祢的恩典夠我用。求祢扶持我，使我重新得力。

領受祝福時：

天父，感謝祢厚厚地恩待我。我不把一切看作自己的功勞，願將感謝、頌讚和榮耀都歸給祢。

夜晚睡覺前：

主啊，感謝祢今天的帶領。求祢赦免我今天的過失，教導我明天活得更謙卑、更有愛心，也更願意遵行祢的旨意。

五、謙卑不等於否定自己

弟兄姊妹，請記得：

- 謙卑不是認為自己毫無價值，而是承認自己需要神。
- 承認不配不是活在自責中，而是感恩領受神的恩典。
- 認罪不是停留在羞愧中，而是願意悔改，讓神更新生命。
- 不誇耀自己，不代表否定神所賜的恩賜，而是把榮耀歸給神。
- 我們不能靠自己的功勞賺取救恩，卻能因著基督的恩典，存感恩的心來到神面前。

保羅在哥林多前書 15:10 說，他今日成為何等人，是蒙神的恩才成的。這正是基督徒謙卑的心志：承認自己的有限，也深深感謝神的恩典。

願主幫助我們每天謙卑在祂面前，不自高，也不灰心；不自誇，也不自我定罪，而是常常仰望耶穌基督，活在祂的愛、赦免與恩典之中。

親愛的天父，求祢賜我們一顆謙卑、受教、感恩的心，使我們一生倚靠祢，將一切榮耀歸給祢。奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

一、神應許與我們同在

- 「我總不撇下你，也不丟棄你。」——希伯來書 13:5
- 「我就常與你們同在，直到世界的末了。」——馬太福音 28:20
- 「你不要害怕，因為我與你同在。」——以賽亞書 41:10
- 「你從水中經過，我必與你同在。」——以賽亞書 43:2
- 「耶和華你的神必與你同去；祂必不撇下你，也不丟棄你。」——申命記 31:6

默想應許：主啊，感謝祢，無論我走到哪裡，祢都看顧我。即使我感到孤單，祢仍與我同在。

二、神應許賜我們平安

- 「我留下平安給你們；我將我的平安賜給你們。」——約翰福音 14:27

- 「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。」——腓立比書 4:6
- 「神所賜、出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」——腓立比書 4:7
- 「堅心倚賴你的，你必保守他十分平安。」——以賽亞書 26:3
- 「你們要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們。」——彼得前書 5:7

默想應許：主耶穌，求祢安靜我煩躁的心，整理我紛亂的思緒，使我不被憂慮捆綁，反而在禱告中經歷祢所賜的平安。

三、神應許賜我們力量

- 「那等候耶和華的必重新得力。」——以賽亞書 40:31
- 「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。」——以賽亞書 41:10
- 「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」——哥林多後書 12:9
- 「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」——腓立比書 4:13
- 「疲乏的，祂賜能力；軟弱的，祂加力量。」——參以賽亞書 40:29

默想應許：主啊，當我軟弱時，求祢成為我的力量；當我疲乏時，求祢使我重新得力。我不單靠自己的能力，更願意倚靠祢。

四、神應許赦免我們的罪

- 「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。」——約翰一書 1:9
- 「東離西有多遠，祂叫我們的過犯離我們也有多遠。」——詩篇 103:12
- 「如今，那些在基督耶穌裡的不定罪了。」——羅馬書 8:1
- 「凡接待祂的，就是信祂名的人，祂就賜他們權柄作神的兒女。」——約翰福音 1:12
- 「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們。」——約翰福音 3:16

默想應許：天父，感謝祢藉著耶穌基督向我們顯明救贖的恩典。求祢幫助我真誠悔改，領受祢的赦免，離開罪惡，活出更新的生命。

五、神應許聽我們的禱告

- 「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」——馬太福音 7:7
- 「你們奉我的名無論求什麼，我必成就。」——約翰福音 14:13（應結合上下文理解奉主名祈求的意思）
- 「你們若常在我裡面，我的話也常在你們裡面，凡你們所願意的，祈求就給你們成就。」——約翰福音 15:7
- 「我們若照祂的旨意求什麼，祂就聽我們。」——約翰一書 5:14
- 「耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。」——詩篇 34:18

默想應許：主啊，感謝祢垂聽我的禱告。求祢教導我按著祢的旨意祈求，耐心等候祢的時間，也相信祢知道什麼對我真正有益。

六、神應許供應我們的需要

- 「我的神必照祂榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。」——腓立比書 4:19
- 「你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。」——馬太福音 6:32
- 「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」——詩篇 23:1
- 「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明。」——箴言 3:5
- 「你所做的，要交託耶和華，你所謀的，就必成立。」——箴言 16:3

默想應許：親愛的天父，祢知道我的需要，也知道我所擔憂的事情。求祢賜我智慧，教導我盡自己的本分，並將不能掌握的事情交在祢手中。

七、神應許永不離棄我們

- 「誰也不能從我手裡把他們奪去。」——約翰福音 10:28（關於主所賜的永生）
- 「誰能使我們與基督的愛隔絕呢？」——羅馬書 8:35
- 「無論是死，是生……都不能叫我們與神的愛隔絕。」——參羅馬書 8:38-39

- 「耶和華有憐憫，有恩典，不輕易發怒，且有豐盛的慈愛。」——詩篇 103:8
- 「我們縱然失信，祂仍是可信的，因為祂不能背乎自己。」——提摩太後書 2:13

默想應許：主啊，感謝祢的愛不會因我的環境改變而改變。求祢使我在困難中仍然持守信心，深信祢的愛永不離開屬祢的人。

八、神應許賜我們盼望與引導

- 「我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念。」——耶利米書 29:11
- 「你要認定祂，祂必指引你的路。」——箴言 3:6
- 「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」——詩篇 119:105
- 「萬事都互相效力，叫愛神的人得益處。」——羅馬書 8:28
- 「我們行善，不可喪志；若不灰心，到了時候就要收成。」——加拉太書 6:9

默想應許：主啊，即使我看不清前面的道路，求祢仍然引導我。幫助我不因眼前的困難失去盼望，並相信祢能在我的生命中成就祢美善的旨意。

九、神應許在患難中扶持我們

- 「你不要害怕，因為我救贖了你；我曾提你的名召你，你是屬我的。」——以賽亞書 43:1
- 「神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。」——詩篇 46:1
- 「義人多有苦難，但耶和華救他脫離這一切。」——詩篇 34:19
- 「在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。」——約翰福音 16:33
- 「我的恩典夠你用的。」——哥林多後書 12:9

默想應許：主耶穌，求祢在患難中扶持我們，使我們不被恐懼吞噬，也不因苦難失去信心。求祢賜我們忍耐、勇氣和從祢而來的盼望。

十、神應許賜我們永生

- 「信子的人有永生。」——約翰福音 3:36

- 「神賜給我們永生，這永生也是在祂兒子裡面。」——約翰一書 5:11
- 「在我父的家裡有許多住處……我去原是為你們預備地方去。」——約翰福音 14:2
- 「我又賜給他們永生；他們永不滅亡。」——約翰福音 10:28
- 「看哪，神的帳幕在人間。祂要與人同住。」——啟示錄 21:3

默想應許：天父，感謝祢藉著耶穌基督賜給信祂的人永生的盼望。求祢使我們常常仰望永恆，在世上的日子忠心跟隨主，直到見祢的面。

十一、每日宣告神的應許

以下短句可以每天早晨或睡前慢慢誦讀。這不是靠重複句子來操控環境，而是藉著神的話語提醒自己，重新把心交託給祂。

每日信心宣告

我相信神的應許

- 因為神與我同在，我不必獨自面對恐懼。
- 因為神賜我平安，我可以將憂慮交託給祂。
- 因為神是我的力量，我軟弱時仍可以仰望祂。
- 因為神滿有憐憫，我願意悔改並領受祂的赦免。
- 因為神聽我的禱告，我願意耐心尋求祂的旨意。
- 因為神是我的牧者，我願意信靠祂的帶領。
- 因為神愛我，我不必用別人的評價決定自己的價值。
- 因為基督已經勝過世界，我在患難中仍有盼望。
- 因為神的話是我腳前的燈，我願意一步一步跟隨祂。
- 因為神是信實的，我願意把明天交在祂手中。

十二、為基督徒弟兄姊妹祈禱

親愛的天父上帝：

我們感謝讚美祢，因為祢是信實的神，祢的應許永不落空。祢是我們的避難所、力量、盼望和永遠的幫助。

主啊，求祢憐憫所有心中煩躁、憂傷、焦慮和思緒紛亂的弟兄姊妹。求聖靈安慰我們，使我們的心慢慢安靜下來，讓我們在祢的話語中重新得著力量。

求祢幫助我們記得，當我們害怕時，祢應許與我們同在；當我們疲乏時，祢使我們重新得力；當我們憂慮時，祢邀請我們藉著禱告將重擔交給祢；當我們跌倒時，祢仍呼召我們悔改，重新跟隨祢。

求祢保守每一個家庭，堅固每一位信徒的信心，賜福祢的教會，使我們彼此相愛、彼此代禱、彼此扶持。求祢賜我們分辨的智慧，使我們不被恐懼、仇恨和紛爭牽引，而是常常持守真理，活出基督的愛。

主啊，求祢教導我們不只在順利時相信祢，也在等候和困難中信靠祢。願我們每天藉著讀經、禱告和感恩，更深認識祢的信實。

願主耶穌基督的恩惠、天父上帝的慈愛，以及聖靈的感動與安慰，常與我們眾人同在。

奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

最後，請把這句神的應許放在心裡：

「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。」——以賽亞書 41:10

願主的話語成為你每天的力量，使你煩躁時得安靜，憂傷時得安慰，軟弱時得力量，迷惘時仍有盼望。

願主耶穌基督的平安與你和所有弟兄姊妹同在。阿們。

我們每天都領受神的恩典，有些恩典看得見，有些恩典卻藏在平凡的日子裡。即使遇到困難，神仍然看顧我們、扶持我們，帶領我們一步一步走前面的道路。

以下為您整理「感恩神的恩典」的字句、感恩禱告，以及聖經經文，讓我們每天都能向天父獻上感謝，也讓煩躁紛亂的心在主裡慢慢安靜下來。