認罪悔改禱告

親愛的天父，慈愛的主：

感謝祢，因為祢滿有憐憫和恩典，祢不輕易發怒，並且有豐盛的慈愛。主啊，今日我帶著一顆謙卑的心來到祢面前，求祢光照我，讓我看見自己內心的軟弱、過犯和不足。

主啊，求祢赦免我一切得罪祢的地方。無論是思想上的罪、言語上的罪、行為上的罪，還是心裡隱藏的驕傲、自私、嫉妒、苦毒、埋怨和不饒恕，求聖靈光照我，使我不再為自己找藉口，也不再掩飾自己的過犯。

主啊，求祢赦免我有時候明明知道祢的心意，卻仍然按照自己的意思行；明明知道應當愛人，卻仍然容易發怒、批評別人；明明知道應當信靠祢，卻仍然憂慮、懷疑和倚靠自己。求祢赦免我沒有好好愛祢，也沒有好好愛身邊的人。

天父啊，求祢不要任憑我繼續活在罪中，求聖靈更新我的心思意念，賜我一顆真正悔改的心，使我不只是口裡承認自己的罪，更願意離開罪惡，改變自己的生命，學習順服祢的話語。

主啊，求祢洗淨我的心，使我重新得著清潔的靈。若我心中仍然有放不下的怨恨、不能饒恕的人，或隱藏已久的傷痛，求祢親自醫治我、釋放我，幫助我靠著祢的恩典饒恕別人，也讓我願意接受祢的赦免，不再一直被過去的罪疚捆綁。

主耶穌，感謝祢為我們的罪被釘在十字架上，流出寶血，使我們因著信可以得蒙赦免，與天父和好。求祢幫助我珍惜這份救恩，不輕看祢的恩典，反而更加敬畏祢，遠離罪惡，活出合祢心意的生命。

求祢保守我每天的言語、行為和心思意念，使我在軟弱時懂得尋求祢，在跌倒時願意回轉，在受試探時懂得依靠祢。求祢賜我一顆柔軟、謙卑、順服的心，使我成為一個真正蒙恩、願意不斷被祢更新的基督徒。

感謝天父，祢的慈愛永不改變，祢的憐憫每早晨都是新的。求祢讓我的心重新得著平安，放下煩躁、紛亂和重擔，安靜在祢的同在裡，重新得力，重新出發。

奉主耶穌基督的聖名祈求，阿們。