

第 13 天(3 月 13 日)：

詩歌：一顆謙卑的心 <https://youtu.be/xOZOtq2CIn0>

經文：

路加福音 11:4 上 赦免我們的罪，因為我們也赦免凡虧欠我們的人。(和合本)

路加福音 11:4 上 饒恕我們的罪，因為我們也饒恕所有得罪我們的人。(現代中文譯本 2019 版)

默想：

求聖靈盤點一下你的心靈、思想和靈魂。有沒有未悔改的罪需要帶到主面前？不要猶豫，把所有的罪孽都帶到主面前，然後接受祂的寬恕來醫治和恢復你。

有沒有曾經傷害過你，對你作過錯事的人，你需要原諒他們？主曾吩咐我們要饒恕別人，神才會饒恕我們，對比起別人虧欠我們的，我們虧欠神的更是無法還清，但神已經把這些都一筆勾消，並且毫無保留地愛我們，所以不要再認為別人欠了你甚麼，或因任何事對別人懷怨恨，我們反而欠了別人神的愛，現在就奉主耶穌的名饒恕他們，和在耶穌面前釋放他們，為他們能得著拯救和祝福禱告。你這樣做，就會使自己從過往的束縛中得到釋放，得到真正的自由。

禱告：

用少少時間寫下你的禱告，禱告內容可以是：

- 為了_____ 事向神感恩
- 向神認罪悔改，誠實告訴神你的過錯、掙扎、和困難
- 向神尋求幫助

(寫下你的禱告的好處就是能讓你的心思變得專注)

你亦可以用下面的參考禱文來禱告。

現在就禱告吧：

親愛的天父……

(參考禱文)

親愛的天父，求祢幫助我下定決心，不再猶豫，去到祢面前將我這些做錯了，得罪了祢的事情向祢陳明：_____ (寫下那些你得罪了神的事情)，我願意誠心悔改，離開這些罪，求祢寬恕赦免我的過犯。

主啊！感謝祢寬恕赦免了我的罪，洗淨了我一切的不義。求祢幫助我也能夠懷著祢寬恕我的心，去原諒：_____ (請寫下曾經傷害和得罪過你的人)。我更求祢將滿滿的恩典大大臨到他們身上，讓他們

得著救恩，得著祝福，從罪惡的捆綁中得到釋放與自由。奉主耶穌基督的名求，阿門。

接著用點時等候神，聆聽神對你說話。
神對你說了甚麼？請寫下：

行動：
請在小組中分享神對你說的話，彼此鼓勵。