

## **(3/23-4/21) 21 天禁食禱告**

經歷個人翻轉，準備跨越，進入新的軌道

每週請至少認領一餐禁食，參考禱告文內容，為國家及列國至少禱告 30 分鐘。

### **☉為新型冠狀病毒防疫禱告策略：**

#### **a.以詩篇 91 篇為家庭及國家禱告**

##### **【詩篇 91 篇】安全又穩妥**

當你坐在至高者的隱密處時，你是被隱藏在至高神的力量當中。  
祂是擁抱我的希望和庇護我的山寨，我唯一倚賴的上帝，以及我信心巨大的依靠。祂會從敵人每一個隱藏的陷阱中拯救你，  
祂會保護你免受錯誤的指控以及任何致命的詛咒。  
祂厚實的膀臂環繞在你周圍，保護你。你得以在祂威嚴的遮蓋下奔跑和隱藏。祂信實的雙臂是讓你免受傷害的盾牌。  
你將永遠不必擔心在夜間遭受邪惡權勢的襲擊也不需害怕黑暗的靈前來攻擊你。**不要懼怕任何事情！**  
無論是白日還是黑夜，惡魔般的危險都不會困擾你，邪惡的力量也不會對你發動攻擊。  
即使在災難時期，成千上萬的人被殺，您仍然毫髮無損，不受傷害。你會成為目睹邪惡在審判中滅亡的旁觀者，因為他們將為自己所做的一切得到報應！  
當我們活在至高神的影子下，我們隱密的藏身之處時，我們將永遠免受傷害。邪惡如何能對我們不利或讓疾病感染我們？  
**上帝派遣承接特殊命令的天使來保護你，無論你走到哪裡，保護你免受一切傷害。**  
倘若你落入陷阱，他們將在你身邊協助防止你絆跌。  
你甚至可以在黑暗最強大的力量中毫髮無傷地行走，將牠們每一個都踩在腳下！上帝對我說：“因為你如同我的好愛人滿心歡喜來愛我，所以我會好好保護你。  
將你安置在高處，安全又穩妥地在我面前。  
你每一次的禱告，我都會回應你的呼求來幫助你，你會發現並感受到我的同在即使是在你遇到壓力和麻煩的時候。  
我將成為你光榮的英雄，讓你享受一場盛宴。  
你將為自己的一生以及我為你所做的一切感到心滿意足。因為你將享受我完全的救恩！”（Passion 版聖經）

## 【禱告文】

上帝，請保護我和我的家人，我的教會家庭，我的鄰居，我的工作和國家免受新冠病毒的侵害。我知道，對流行病的恐慌和大流行並非祢的意願或我們這世代的故事。幫助我用祢信心的眼光看到祢正針對新冠病毒差送幫助，平安，醫學，政府的策略，救濟和醫治。

統帥所有天使軍隊的上帝，請派遣天使代表我們與牠們作戰，以致牠不會接近我或我的生活。

聖靈，請挪走我的恐懼。感謝祢的憐憫，在這場風暴中維護我的心。幫助我不要在驚慌失措中亂了方寸或是在如此容易接受的恐懼之下反應。當我聽到不好的報告時，請讓我記住祢的報告：我是被呼召要活著而不是死亡。幫助我在祢要保護我的心意和真理上立足。感謝祢賜給我完整生命來生活，我為每一天滿懷信心禱告。

請賜給我有關個人衛生，何時旅行，何時待在家以及如何在這次的疫情中妥善管理我的生活的智慧和分辨能力。

上帝，在財務和資源暫時衰退的這段時期，請幫助我。即使在疫情暴發的期間，也幫助我行走在祢賜給我的祝福，經濟和資源之中。幫助我所儲存的東西能讓我度過這段時期，如果我沒有儲存，我禱告你會幫助我在不尋常的突破情況下讓我的生活得到幫助。

請幫助我不要與他人隔絕，甚至在威脅我們安全的情況下，也幫助我能提供愛心和聯結。

讓我對這威脅的反應不是疏離，也就是讓愛和存在存於我的人際關係，教會，事業以及我被呼召的每個地方。

感謝耶穌，祢在十字架上為神聖的健康付出了代價，也因此，我可以在信心中立足。當我禱告這篇禱告文時，請幫助我信心堅強。增加我的信心，以致我能在對你充滿信心的當中行走。

**b.以禱告戰勝恐懼：許多國家的人民為著病毒的蔓延陷入恐懼，我們要以禱告勝過恐懼，並且要提醒自己，神並沒有給我們恐懼的意念。**

## 【拒絕對於新冠病毒的懼怕】

“因為神賜給我們，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。”

（提摩太後書 1:7）

上帝我感謝祢，我擁有賜給我強大力量，愛和自我控制能力的聖靈。感謝祢，我沒有恐懼的靈，我禱告任何恐懼或恐慌的靈都遠離我，我要用笑聲勝過恐懼。

“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。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 4:6-7）

我宣告和宣令我不會對新冠病毒感到焦慮。我拒絕擔負恐懼和焦慮的重擔，同意敵人的謊言，錯誤信息或人為的恐慌。對於這次的病毒爆發，我選擇站在上帝的話語上，並行走在超自然的信心中。上帝的平安會保守我的意念，心和身體，祂將保障我的安全。

“堅心倚賴祢的，祢必保守他十分平安，因為他倚靠祢。”（以賽亞書 26:3）

父神是我的守護者，祂使我對新冠病毒保持完全的平安。我希望行走在上帝超自然的平安中，因為我相信祂的真理並信靠祂。我宣告，恐懼的周期性思想不會在我的腦海中盤旋。我也宣告我的腦中不會有對於新冠病毒的強迫性思想。

“凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。”（馬太福音 11:28-30）

我來到祢面前，主 - 將我的恐懼全然敞開和交託給祢。當我面對新冠病毒，我感到這擔子對我來說太過沉重，我需要祢。對這疾病我選擇來負祢平安的軛，在這次的病毒暴發中如何生活以智慧來擔在肩膀上，並為我的靈魂來擁抱祢的安息。

“因為我們雖然在血氣中行事，卻不憑著血氣爭戰。我們爭戰的兵器本不是屬血氣的，乃是在神面前有能力，可以攻破堅固的營壘，將各樣的計謀，各樣攔阻人認識神的那些自高之事，一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。”（哥林多後書 10:3-5）

我知道我並非憑血氣爭戰。我爭戰的兵器是經由神而來的大能武器，並且我有復活的耶穌基督在我裡面。我擁有摧毀攻擊我家庭的新冠病毒的堅固營壘的能力，我選擇撇棄折磨我的思緒，關於這病毒的所有想像力。我命令關於新冠病毒的所有想法都與上帝的聖言保持一致，並順服於基督之下，我要大大的釋放我的笑聲，得勝的靈要在我裡面興起。

c. 看見對生命前景的渴望：人們心中最大的恐懼在於看不到前景、生命終末將何往，求神幫助基督徒有智慧、有勇氣分享主耶穌的救贖福音。

d. 迎接覺醒和復興：惡者會用各樣的詭計延遲或破壞神所要帶下的覺醒和復興，神已勝過惡者的計謀，神把在這個季節所發生的事作為復興的催化劑而非傳染病。

e. 求主醫治被傳染者及受影響者：求主幫助執政者制定法令及策略有效攔阻病毒擴散，並求神醫治被感染者和受影響的人(如被隔離者等)。

**【醫治禱告】**

## 針對新冠病毒，擁有健康和保護的宣告

“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。”（詩篇 103:2-3）

我的心哪，我要稱頌上帝，我不會忘記祢的任何恩惠—祢赦免我一切罪孽，醫治我一切疾病。感謝祢，祢會醫治我的家人和我身體裡面的新冠病毒。

“看哪，我要使這城得以痊癒安舒，使城中的人得醫治，又將豐盛的平安和誠實顯明與他們。”（耶利米書 33:6）

“上帝會賜給我健康和醫治；祂會醫治我並讓我享受豐盛的平安和保障。

“耶和華啊，求祢醫治我，我便痊癒，拯救我，我便得救；因祢是我所讚美的”（耶利米書 17:14）

醫治我，主，我便痊癒；拯救我，我便得救，因祢是我所讚美的。

“祂發命醫治他們，救他們脫離死亡。”（詩篇 107:20）

感謝祢，主，因為祢的話語醫治我。

“我必不致死，仍要存活。”（詩篇 118:17）

新冠病毒必不致讓我死亡，我仍要存活。

“我必使你痊癒，醫好你的傷痕。”（耶利米書 30:17）

耶穌使我痊癒，醫好我的傷痕。

“我造就嘴唇的果子；願平安康泰歸與遠處的人，也歸與近處的人；並且我要醫治他。這是耶和華說的。”（以賽亞書 57:19）

祢賜給我來慶祝的理由。平安康泰歸與我，祢也會醫治我。

**f. 更加與主連結：禱告日聚集的時我們要將自己、家人、國家完全獻給神，求神為我們抹上逾越節羔羊的血。**

## ☉每日重點禱告文

### **PUSH 第一天 (2020.03.23) 【週一】**

#### 1. 宣告主的名

父神啊！我們讚美祢，祢的名何其可畏，我們要稱讚祢的名，就連天使它們都彼此呼喊說：聖哉！聖哉！聖哉！萬軍之耶和華，祂的榮光充滿全地。願父神祢的榮光都充滿在台灣，我們都要來呼喊祢的聖名。（賽 6:3）

#### 2. 為個人生命：求主赦免我們口舌的罪

☐可 1:5 猶太全地和耶路撒冷的人都出去到約翰那裡，承認他們的罪，在約旦河裡受他的洗。

主耶穌我們都是蒙恩的罪人，我們來到祢面前承認我們常常犯口舌的罪，總是用批評論斷來看任何事情，求祢幫助我可以用禱告代替批評論斷，使我的生命可以在祢的裡面常常清潔。

3. 為台灣禱告：平靜等候看神作為

賽 25:9.....這是耶和華，我們素來等候他，我們必因他的救恩歡喜快樂。

天父，祢統管萬有，在台灣掌權，懇求祢除去台灣人因害怕新型肺炎而出現的惶恐反應，求祢止住媒體放大負面消息。幫助台灣人先連於基督，燥動的心歸回平靜，不能震動的國就在祢那裏，看祢為我們勝過疫症。我們就要歡喜快樂。

### **PUSH 第二天 (2020.03.24) 【週二】**

1. 宣告主的名

主神，全能者啊，祢的作為大哉！奇哉！萬世之王啊，祢的道途義哉！誠哉！永活的神，誰敢不敬畏祢，不將榮耀、頌讚、能力、權柄歸與祢的名呢？因為獨有祢是聖的。台灣都要來在祢面前敬拜，因祢公義的作為已經顯出來了。(參啟示錄 15:3b-4)

2. 為個人生命：求主赦免我們自以為是、批評論斷

詩 32:5 我向你陳明我的罪，不隱瞞我的惡。我說：我要向耶和華承認我的過犯，你就赦免我的罪惡。

主耶穌，我向祢承認，我常常會自以為是，覺得自己的見解才是對的，對別人諸多批評…（求神光照進入默想自己的行為…再開口認罪。）

當我來到祢面前向祢認罪，祢就赦免我，使我可以重新在祢面前站立，禱告蒙祢應允。

3. 為台灣禱告：處理危機的智慧和能力

伯 28:23 神明白智慧的道路，曉得智慧的所在。

天父爸爸，我們知道祢愛台灣、憐憫台灣，必要施恩給政府團隊及醫療專家們。求祢感動他們謙卑向祢尋求智慧，求祢賜他們信心和力量，來處理危機，化解人心的恐慌，及時研製出克服新型冠狀病毒的藥物和疫苗，醫治病患，遏止疫情擴散。

### **PUSH 第三天 (2020.03.25) 【週三】**

1. 宣告主的名

萬世的君王，耶和華我們的父啊！沒有能比祢的！誰能與祢相比呢？祢本為大，有大能大力的名。萬國的王啊！誰不敬畏祢？有誰能不俯伏敬拜祢？敬畏祢本是合宜的；因為在台灣的智慧人中，雖有政權的尊榮，也不能比祢。因天下萬國都是祢的，且是屬祢的。(參耶利米書 10:6-7)

2. 為個人生命：求主赦免我看重對錯多於看重關係

☞ 箴 28:13 遮掩自己罪過的，必不亨通；承認離棄罪過的，必蒙憐恤。

🙏 主啊！我來到祢面前，求祢幫助我不遮掩自己的罪，赦免我常常堅持己見，不接納別人的意見，甚至為了證明自己是對，別人是錯，不惜破壞關係，與人爭拗，帶來紛爭不爭，甚至關係破裂，難以挽回，求主赦免！

3. 為台灣禱告：社會合一面對逆境

☞ 傳 4:12 有人攻勝孤身一人，若有二人便能敵擋他；三股合成的繩子不容易折斷。

🙏 親愛的天父，在艱難的日子，懇求祢幫助台灣修補關係，無論是父母與子女、長者與年輕人、中央與地方政府、政府與市民，或是從不同地區來台灣定居的居民，都能彼此包容，和睦相處。求祢拆毀在不同族群之間隔斷的牆，使台灣合一有愛，同心面對逆境。

## **PUSH 第四天 (2020.03.26) 【週四】**

1. 宣告主的名

🙏 萬軍之耶和華，以色列的神是應當稱頌的，台灣要讚美祂的聖名，直到永遠。耶和華啊！尊大、能力、榮耀、強勝、威嚴、都是祢的；凡天上地下的都是祢的，國度也是祢的，並且祢為至高，為萬有之首。祢是台灣的神！我們要用讚美為祭來獻給祢。(參代上 29:10b-11)

2. 為個人生命：求主赦免我常依靠自己

☞ 耶 3:13 只要承認你的罪孽，就是你違背耶和華—你的神，在各青翠樹下向別神東奔西跑，沒有聽從我的話。這是耶和華說的。

🙏 主啊！我向祢承認，我總是倚靠自己努力多於倚靠祢，並且看重工作、業績、名利、事工、孩子、丈夫多於祢。主啊，求祢赦免我沒有真正把主權交給祢，不相信祢和禱告的能力，求祢幫助我相信在祢沒有難成的事，把家庭、事奉和職場都交祢掌管。

3. 為台灣禱告：求主保守醫護人員的心

☞ (約 16:33) 我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。

🙏 父啊！台灣許多醫護人員冒著染病的風險，日以繼夜醫治病人，身心靈俱疲。求祢保守他們的心勝過一切，除去沮喪、擔憂、恐懼。求祢安慰鼓勵、堅固他們立志行醫的初心，聖靈火牆圍繞他們免受感染。父啊！祢是醫護人員的堅固台，他們要看到祢是真正大能的拯救者。

🙏 求主保守醫務人員罷工期間，所有的緊急醫療都不受影響，有足夠的人手應付，緊急病人仍得合適的醫療照顧，且蒙平安。

 我們特別呼求祢賜下智慧給醫學專家、生物學專家，讓他們能快速找出病毒的源頭，以致可以盡快研發出適合的疫苗來醫治受感染的人。讓疫情快快止住！

## **PUSH 第五天 (2020.03.27) 【週五】**

### 1. 宣告主的名

 耶和華我們的力量啊，我們愛祢！在我們的軟弱上，祢的恩典顯得完全。祢是我們的巖石、我們的山寨、我們的救主。我們的神，我們所投靠的，是我們的盾牌，是拯救我們的角，是我們的高臺。我們要求告當讚美的耶和華，祂必從仇敵手中把我們拯救出來。(參詩 18:1-3)

### 2. 為個人生命：赦免我恐懼害怕的罪

 耶 14:20 耶和華啊，我們承認自己的罪惡，和我們列祖的罪孽，因我們得罪了你。

 主啊！我向祢承認，面對新型肺炎我非常害怕恐懼，特別當周遭的家人朋友瘋狂搶購口罩、消毒水和生活物資時，以及看到各國的新聞報導。主啊！求祢赦免我的不信，沒有用禱告代替害怕恐懼的罪。求祢賜給我更多的平安，幫助我安隱藏在祢翅膀的蔭下。

### 3. 為台灣禱告：求主挪去恐懼賜下真平安

 約 14:27 我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜的不像世人所賜的，你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。

 親愛的天父，求祢憐憫我們台灣人，在面對新型冠狀病毒威脅下心中的恐懼。主啊！求祢賜下出人意外的平安充滿每一個台灣人的心靈，代替一切的憂愁、膽怯和恐懼。更求祢感動屬祢的兒女起來傳講平安的信息，讓人知道祢才是保護台灣的那一位。

 我們特別呼求祢賜下智慧給醫學專家、生物學專家，讓他們能快速找出病毒的源頭，以致可以盡快研發出適合的疫苗來醫治受感染的人。讓疫情快快止住！

## **PUSH 第六天 (2020.03.28) 【週六】**

### 1. 宣告主的名

 統管台灣的大君王啊！豐富尊榮都從祢而來，祢也治理萬物，沒有一物不在祢手中，我們敬畏祢！在祢手裏有大能大力，使人尊大強盛、使人降卑，都出於祢。台灣的神啊，現在我們來稱謝祢，並讚美祢榮耀的名。(參代上 29:12-13)

### 2. 個人能專心倚靠耶和華禱告

 詩 9:10 耶和華啊，認識你名的人要倚靠你，因你沒有離棄尋求你的人。

主啊！求祢幫助我能專心倚靠祢，面對最近的新聞報導和朋友之間的談話，我心裡面常感到不安和無措。但求祢堅固我的信心，我要選擇專心倚靠祢，來勝過心裡的害怕和不安，選擇相信祢，用禱告來經歷祢。

3. 台灣禱告：求主憐憫，除去一切死亡的籠罩。繼續為關口的防疫安全尋求神的智慧引導

太 6:10 願你的國降臨；願你的旨意行在地上，如同行在天上。

天父啊，新型冠狀病毒已在各國不同城市出現，台灣有超過 100 例確診，求祢使台灣執政掌權團隊，有智慧施行妥善的海關防疫措施，防止疫病傳入。求祢向台灣政府顯明祢的旨意。願祢旨意成就在台灣，如同在天上。

父啊，目前許多國家都爆發不同疫症，台灣每天有極多海外旅台灣人士，祝福台灣政府有聰明敏捷和辨識力去把關，不容許海外疫病乘機進入。求祢差派大能天使在台灣上空、地土、水域四面圍繞守護，耶穌寶血遮蓋。我們宣告，眾山怎樣圍繞耶路撒冷，祢也要怎樣圍繞台灣。

父啊！我們特別呼求祢賜下智慧給醫學專家、生物學專家，讓他們能快速找出病毒的源頭，以致可以盡快研發出適合的疫苗來醫治受感染的人。讓疫情快快止住！

## **PUSH 第七天 (2020.03.29) 【週日】**

### 1. 宣告主的名

耶和華是應當稱頌的！台灣要大聲來呼喊說：從亙古直到永遠，台灣要稱頌耶和華！因為智慧能力都屬乎祢。祢改變時候、日期、廢王、立王，將智慧賜與智慧人，將知識賜與聰明人。台灣的境界由祢而定，並無人能改動。我們要讚美耶和華。(參但 2:20b-21)

### 2. 為個人禱告：耶和華是我的力量

詩 28:7 耶和華是我的力量，是我的盾牌；我心裏倚靠他就得幫助。所以我心中歡樂，我必用詩歌頌讚他。

神啊！唯有祢是我的力量、我的幫助、我的盾牌，我要把心裡的憂悶、焦慮、恐懼都交給祢。(求神光照：無論大環境或個人的，把我們內心的重擔一一卸給神…) 不管外面的環境如何，我都要因祢大能的名歡樂，天天用詩歌來頌讚祢。

### 3. 為台灣禱告：求神穩定民心並將疫苗藥物的研發交託主

太 7:7 你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。因為凡祈求的，就得著；尋找的，就尋見；叩門的，就給他開門。

 慈愛的天父，在新型冠狀病毒疫症的關鍵時間裡，懇求祢更多憐憫台灣的百姓。求父繼續安穩我們的心，當我們謙卑向祢叩門時，祢就開門，以愛的衣襟遮蔽保護和幫助我們。

 求祢保守我們有信心和智慧，樂觀與正面，踏上祢指示的出路，好讓我們勝過防疫用品不足的憂慮，勝過擔心社區感染的恐懼。更求祢興起台灣人能夠守望相助，合一有愛，戰勝疫症。

 大能的父啊，祢統管萬有，調度萬有，求祢天天加力給生產口罩和消毒用品的廠商，能及時補給醫護人員及台灣市民，並感動廠商及零售店在這段關鍵時刻，能夠放下商業利益考量，單純以合理價錢出售，物流暢通，同心抗疫，保障全台灣人的平安。

 耶和華拉法，祢是醫治我們的神！目前各地，分別有初步消息指出有新藥或新治療方案，只待更進一步的臨床試驗。我們向祢獻上感恩！求祢繼續賜下恩膏與智慧，給相關醫療團隊、傳染病學專家、病理學家、病毒研究專家、藥物專家等，合作研發藥物與疫苗，根治疫病，防止疫情擴散。

 奉耶穌的名祝福在 21 天禁食禱告裡面，我們每一個人的生命都要大大提升  一切威脅我們的病毒  都要完全離開台灣！