

2019.03.21 晨禱直播

主題：醫治禱告手冊 第八天

「我是完美主義者嗎？(一)」

<https://youtu.be/uY83swt8G1w>

二、 讀經-頌讚宣揚主的所是(5 分鐘)

詩 93:1 耶和華作王！他以威嚴為衣穿上；耶和華以能力為衣，以能力束腰，世界就堅定，不得動搖。

詩 93:2 你的寶座從太初立定；你從亙古就有。

詩 93:3 耶和華啊，大水揚起，大水發聲，波浪澎湃。

詩 93:4 耶和華在高處大有能力，勝過諸水的響聲，洋海的大浪。

詩 93:5 耶和華啊，你的法度最的確；你的殿永稱為聖，是合宜的

1. 讚美神是起初、是末後，天地都會改變，唯有神的名亙古存留，祂的威嚴與尊榮存到萬代！

2. 讚美神滿有權柄與能力，祂發命創造天地、按恆定的法則治理萬物，神是全能的主宰！

三、 解釋、引言(15 分鐘)

詩歌：一顆謙卑的心

https://www.youtube.com/watch?v=oR3mPACD_Qo

求祢給我一顆謙卑的心 給我一顆受教的靈
好讓我能走在祢的旨意裡 如同耶穌的生命

*幫助我更多的禱告 幫助我更深的倚靠 單單相信祢
深深敬畏祢 一生要跟隨祢

四、 祭司悔改、自潔 (15 分鐘)

1. 求主赦免我，受「完美主義」的驅使，常落入自我控告、自我貶低、自我定罪的光景，沒有得著釋放。

約翰一書 4:18~19

愛裡沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裡含著刑罰，懼怕的人在愛裡未得完全。19 我們愛，因為 神先愛我們。

希伯來書 10:14

因為他一次獻祭，便叫那得以成聖的人永遠完全。

2. 求主赦免我，因為事情結果不如預期，而進入沮喪和不理性的情緒，使自己和別人身心靈備受壓力，造成關係破壞悔改。

哥林多前書 12:23-24

身上肢體，我們看為不體面的，越發給他加上體面；不俊美的，越發得著俊美。我們俊美的肢體，自然用不著裝飾；但神配搭這身子，把加倍的體面給那有缺欠的肢體。

路加福音 15:25 -32

那時，大兒子正在田裡。他回來，離家不遠，聽見作樂跳舞的聲音，便叫過一個僕人來，問是甚麼事。僕人說：你兄弟來了；你父親因為得他無災無病的回來，把肥牛犢宰了。大兒子卻生氣，不肯進去；他父親就出來勸他。他對父親說：我服事你這多年，從來沒有違背過你的命，你並沒有給我一隻山羊羔，叫我和朋友一同快樂。但你這個兒子和娼妓吞盡了你的產業，他一來了，你倒為他宰了肥牛犢。父親對他說：兒阿！你常和我同在，我一切所有的都是你的；只是你這個兄弟是死而復活、失而又得的，所以我們理當歡喜快樂。

3. 求主赦免我倚靠自己的聰明沒有倚靠神，把時間精力投資在自以為的完美裡，沒有喜樂。

箴言 3:5

你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，6 在你一切所行的事上都要認定

他，他必指引你的路。

馬太福音 19:16 -17

有一個人來見耶穌，說：夫子（有古卷：良善的夫子），我該做甚麼善事才能得永生？耶穌對他說：你為甚麼以善事問我呢？只有一位是善的（有古卷：你為什麼稱我是良善的？除了神以外，沒有一個良善的）。你若要進入永生，就當遵守誡命。

詩歌：醫治恩典

<https://www.youtube.com/watch?v=BhV878tJQ90>

慈悲憐憫的父神 無人像祢愛我們 求垂聽我們的禱告 我們親近祢
我們認我們的過犯 也承認我們的罪
懇求祢憐憫施恩典 醫治恩典再來觸摸我們

*釋放我得自由 當我尋求祢 洗淨我眾罪
領受祢大愛 領受祢醫治恩典 領受祢大愛 領受祢醫治恩典

五、 宣告得醫治(15 分鐘)

1. 奉主名斷開推開在我們身上完美主義的掌控，而不能與神與人建立好的關係；破除完美主義帶來的隔閡，宣告我要得自由，我可以重新出發。

哥林多後書 12:9

他對我說：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。所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。

哥林多後書 5:17-18

若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。一切都是出於神；他藉著基督使我們與他和好，又將勸人與他和好的職分賜給我們。

2. 奉主名釋放醫治大能，使我們從完美主義現象中所造成的身心靈的傷痕和捆鎖中出來；宣告我要從完美主義的傷害得著完全的醫治和釋放。

路加福音 4:18-19

主的靈在我身上，因為他用膏膏我，叫我傳福音給貧窮的人；差遣我報告：被擄的得釋放，瞎眼的得看見，叫那受壓制的得自由，報告神悅納人的禧年。

以賽亞書 30:15

主耶和華—以色列的聖者曾如此說：你們得救在乎歸回安息；你們得力在乎平靜安穩；你們竟自不肯。

3. 奉主的名祝福各城市眾教會，在基督裡得著真正的醫治、自由、釋放，能夠真正合一，並帶領國家繼續轉化旅程，進入命定。

以賽亞書 35:10

並且耶和華救贖的民必歸回，歌唱來到錫安；永樂必歸到他們的頭上；他們必得著歡喜快樂，憂愁歎息盡都逃避。

以弗所書 3:19-20

並知道這愛是過於人所能測度的，便叫神一切所充滿的，充滿了你們。神能照著運行在我們心裡的大力充充足足的成就一切，超過我們所求所想的。

詩歌：如鷹展翅上騰

<https://www.youtube.com/watch?v=mFbmgTIIYG8>

神已聽見我的呼求 祂也明白我的渴望
放下重擔 脫去一切纏累 恢復神造我的榮美形象

**永在的神 創造萬物的主 祂的智慧無法測度
疲乏的 祂賜能力 軟弱的 祂加力量 等候耶和華必從新得力

*如鷹展翅上騰 翱翔在神的國度裡

飛越所有艱難和風暴 單單注視祢榮耀寶座
如鷹展翅上騰 翱翔在神的國度裡
領受聖靈恩膏和大能 活出美好自由的風采

六、 為耶路撒冷求平安(5 分鐘)

請播放詩歌：頌讚歸於主我神

<https://www.youtube.com/watch?v=YM4BD2vkL34>

1. 為以色列與列邦的關係代求，能走在合神心意的關係中。

<https://udn.com/news/story/11314/3678278>

以弗所書 2:14~15

因他使我們和睦（原文是因他是我們的和睦），將兩下合而為一，拆毀了中間隔斷的牆；15 而且以自己的身體廢掉冤仇，就是那記在律法上的規條，為要將兩下藉著自己造成一個新人，如此便成就了和睦。

七、 主禱文！

我們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探；救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是祢的，直到永遠。阿們！