



# 敬拜讚美

3月1日預苦期第一主日

讓我們在主日以感恩讚美的心誦讀詩篇 150 篇，  
感謝讚美這位賜我們生命氣息、至高、大能的神。

## 誦讀：詩 150

- 1 你們要讚美耶和華！在神的聖所讚美他！在他顯能力的穹蒼讚美他！
- 2 要因他大能的作為讚美他，按著他極美的大德讚美他！
- 3 要用角聲讚美他，鼓瑟彈琴讚美他！
- 4 擊鼓跳舞讚美他！用絲弦的樂器和簫的聲音讚美他！
- 5 用大響的鈸讚美他！用高聲的鈸讚美他！
- 6 凡有氣息的都要讚美耶和華！你們要讚美耶和華！

## 讚美與代禱

(如果你不知如何禱告，你可以參考以下禱文)

創造的主，感謝讚美祢賜我生命氣息！祢的拯救，使我全然更新，祢賜我新的生命，使我喜樂滿足。感謝祢赦免我的過犯，使我放下重擔，得著釋放。感謝祢醫治我痛悔的心靈，使我不再害怕親近祢，享受祢的深恩厚愛。

我懇切祈禱，求祢憐憫和醫治世界各地在新冠肺炎疫情下的患者。求祢保護哪些為人群服務的醫護群體。求祢寬恕我們的過犯，醫治祢的土地，使人在疫症下，想到自己的有限，願意謙卑尋求祢、呼求祢、信靠祢。奉耶穌基督的名祈禱。阿們。

記下我的感謝

---

---

記下我的禱告

---

---

記下今天神感動我要去做的事情，然後計劃行動

---

---