




第一天

 生死在舌頭的權下，喜愛它的，必吃它所結的果子。(箴言 18:21)


回答柔和，使怒消退；言語暴戾，觸動怒氣。(箴言 15:1)

 親愛的天父，多謝祢讓我知道話語的重要，赦免我誤用權柄，以口傷人，甚至激動別人，惹動人的怒氣，求祢赦免我的罪。我將我的舌頭奉獻給祢，求祢幫助我善用話語的權柄，說出溫柔的話和祝福別人的話。


奉主耶穌基督的名宣告：

 我是基督的信徒，神會永遠幫助我，堅固我，成為蒙福的兒女。阿們。


第五天

 不要惹兒女的氣(另譯：太過嚴厲，使他們煩擾)，恐怕他們失了志氣(另譯：不要壓傷他們的靈)。(歌羅西書 3:21)


主耶和華賜我受教者的舌頭，使我知道怎樣用言語扶助疲乏的人。(以賽亞書 50:4)

 親愛的天父，求你赦免我曾經不懂得怎樣用權柄教養我的兒女和下屬，求你改變我的心，讓我可以改變，多用言語扶助建立別人


奉主耶穌基督的名宣告：

 耶穌的寶血使我稱義，我是你所深愛的，我是祢眼中的瞳人，阿們。

第二天


 我又告訴你們，凡人所說的閒話，當審判的日子必要句句供出來，(馬太福音 12:36)

因為要憑你的話定你為義，也要憑你的話定你有罪。(馬太福音 12:37)


 求主光照你過去生命中，所說過的惡言、粗口或負面的話，求主赦免並棄絕。

親愛的天父，多謝祢藉聖經提醒我，我向祢承認我也有說別人的閒話，在人背後說長道短。求祢赦免我的罪。奉主的名棄絕這些惡言。求祢幫助我，讓我的口常常說出感恩的話、多謝的話、讚美的話。


奉主耶穌基督的名宣告：

 我在基督裡擁有天上所有的福分，因為我與基督同作後嗣，要承受神的萬有，阿們。


第六天

 我們用舌頭頌讚那為主、為父的，又用舌頭咒詛那照著神形象被造的人。頌讚和咒詛從一個口裏出來，我的弟兄們，這是不應當的！(雅各書 3:9-10)


污穢的言語一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處。(以弗所書 4:29)

 親愛的天父，求祢提升我的口，不但污穢的言語一句都不可出口，並且隨時隨地都能說出建立人、祝福人、造就人的話。也求祢在我的生命中，賜下良朋益友，使我的生命也得著幫助和造就。


奉主耶穌基督的名宣告：

 耶和華是我的牧者，我必不缺乏神的恩寵，必有良善和約的恩寵追隨我，從今時直到永遠，阿們。


第三天

 不要自欺，神是輕慢不得的；人種的是甚麼，收的也是甚麼。(加拉太書 6:7)


弟兄們，你們不要彼此埋怨，免得受審判，看哪，審判的主站在門前了！(雅各書 5:9)

 親愛的天父，求祢幫助我檢視自己的口，在我和人相處時，是否有「發怨言，起爭論，彼此埋怨」？求聖靈光照我，赦免我以上的罪。我願意更多讀聖經，改變我的負面思想，好叫我頭腦裡面能充滿感恩的心、積極的思想、並對人的愛心。


奉主耶穌基督的名宣告：

 神的恩寵在我身上完全彰顯，無論我在何地、何時都是蒙祝福的，阿們。


第七天

 原來我們在許多事上都有過失，若有人在話語上沒有過失，他就是完全人，也能勒住自己的全身。(雅各書 3:2)


這樣，舌頭在百體裏也是最小的，卻能說大話。看哪，最小的火能點著最大的樹林。(雅各書 3:5)

 親愛的天父，多謝祢藉聖經再次教導我舌頭的功課，我向祢承認，我沒有管好自己的舌頭，或說了不該說的，如對家人的批評、埋怨；或該說的卻沒有說，如沒有去欣賞、肯定自己的家人。我再次把舌頭奉獻給祢，求祢賜力量給我，使我可以勒住舌頭，止息家中一切的火藥味，使我的家充滿和諧和愛。


奉主耶穌基督的名宣告：

 我是蒙神恩寵的兒女。我是你所愛的，神未嘗留下任何好處不給我，阿們。


第四天

 溫良的舌是生命樹；乖謬的嘴使人心碎。(箴言 15：4)

良言如同蜂房，使心覺甘甜，使骨得醫治。(箴言 16:24)

 親愛的天父，求祢指教我，使我得著智慧的心；聖靈求祢幫助我，使我增長學問。祝福我的口，說出良言，使聽到的人心中甘甜；透過我的口說出安慰的話，使心靈憂傷者得著醫治。

奉主耶穌基督的名宣告：

 我所有被魔鬼偷去的，都要歸還給我，任何攻擊我的器械都不得興盛，阿們。

苗圃八福

每天禱文

第一課：口出恩言

1. 請先把整句經文慢慢的朗讀三次，讓神的話語進到你心中。
2. 再請把禱文慢慢的朗讀三次，思想禱文與你的關係。
3. 寫下自己的感動和回應。

