

禁食禱告日

1月5日，安息日

2019年第一季

改變世界的禱告勇士

資源手冊

目 錄

關於禱告和禁食的一般資料

- 為何有禱告禁食日 2
- 發出禁食禱告的邀請（請提早在一周前打印並與教友們分享） 3

活動流程的建議

- 規劃指南 5
- 午後禱告 6

講道主題：「改變世界的禱告」 8

禱告與應許

- 「獻上改變世界的禱告」大綱 11

* 這些材料是為教會小組及個人預備的

** 除非特別注明，本文所引用的经文都来自于香港圣经公会《和合本》版本。

為何有禱告禁食日？

想像一下，你要和兒女分開，直至將來在天家才與他們重聚，什麼是你對他們說最重要的話？

當耶穌被釘十字架後升天之前，也是處於同樣的局面。從祂對門徒說的最後一句話中，可以看到祂心中的負擔是什麼？當我們閱讀祂在約翰福音 15-17 章中的最後禱告和勸勉時，我們會發現祂在重複著主題：合一，愛和藉著禱告尋求上帝。耶穌渴望祂的早期教會能夠在目的、合一和使命上團結一致。現今世上，無論是國家或是教會，都出現分化的情況，我們更需要聽從耶穌的勸勉，尋求聖靈，並為使命一起作工。對人來說，這似乎是不可能且令人卻步的任務，但亦是這個原因，我們需要用前所未有的方式來禱告，因為只有上帝才能帶來叫人同心合意的神蹟。

我們邀請你「進你的內屋」禱告，我們邀請你與當地教會的家庭一起禱告，我們更邀請你參加全球復興與改革倡議的禱告和禁食。也許你不會選擇完全禁食，也許你只在甜點上禁食或在使用社交媒體上節制，或者暫時吃一些以植物為主的食物。

「從今以後直到末時結束之日，上帝的子民應當更迫切及有更大的醒悟，不再依靠自己的聰明，而是依靠他們大元帥的智慧。他們應當劃出時日來禁食禱告。」（懷愛倫，評閱宣報，1904 年 2 月 11 日）。

當你更加專注於禱告時，上帝會在未來充滿挑戰的日子裡祝福你並賜你更大的信心。

發出禁食禱告的邀請

「從今以後直到末時結束之日，上帝的子民應當更迫切及有更大的醒悟，不再依靠自己的聰明，而是依靠他們大元帥的智慧。他們應當劃出時日來禁食禱告。完全禁戒那不必要的食物，而只吃少量最簡單的食物。」（論飲食原文 188,189 頁）

「在聖經中，禁食不是一種選擇，而是必要的。馬太福音 6:17 中沒有說：『如果你禁食』，而是說『當你禁食時』。禁食一直是信徒生活的一部分，就像禱告和研讀聖經一樣。事實上，聖經中每個主要人物都有禁食... 如果你研究聖經中所有禁食的例子，你會發現每當上帝的子民禱告和禁食時，上帝就為他們施行偉大的工作。從戰爭時由敵人手中獲救，以至由監獄中神蹟地獲釋，及至五旬節聖靈的沛降... 等等，我們看到了一樣的模式，而這模式更於基督教歷史中不斷重演。」

我們要邀請教友參加禱告禁食日，特別為教會和那些我們渴望能認識基督並與祂建立真正關係，從而獲得救恩並將生命交給主的人禱告。讓我們一起為我們的孩子、朋友、家庭、鄰舍、合作夥伴及社區禱告。

禁食是什麼？

禁食不單只是不吃東西，事實上，禁食的真正意義不在於減少用餐而是增加禱告。禁食是選擇不做某事，以便更能專注及用心禱告。許多人只會選擇不用餐，但不是每個人都可以完全不倚靠食物，並且不是人人都選擇這種禁食方法。你可以選擇吃得簡單一點，或吃輕便食物。或者你只選擇不吃某一兩種食物，例如甜點或加工食品等。禁食更包括擺脫社交媒體，電視或其他耗時的習慣。

如果你決定選擇完全不吃任何食物的禁食方式（但要確保飲用足夠的水和/或果汁），請使用你平時用於烹調和飲食的時間來禱告。如果你只選擇不吃某一兩種食物，每當你想要吃這種食物時，請以禱告取代。每當你想要查看社交媒體時，亦請以禱告取代。

請記住，禁食的行為不能換取禱告按你的意思成就的結果。禁食並不意味著上帝會更垂聽我們或獎勵我們更多。禁食是關乎我們自己的內心和思想。它使我們更加意識到自己的軟弱，繼而更信靠上帝。禁食加深了禱告的迫切性，並提醒我們提出內心最深處的事情禱告。

我們邀請你先禱告並求問上帝應該怎樣禁食 - 祂要你放棄什麼，好讓你能花更多時間向祂禱告？

現在我們邀請你加入我們教會的禁食禱告日。即使你選擇不禁食，也請加入我們的禱告。在安息日崇拜聚會之前一起禱告，邀請上帝準備你的心靈和思想，求祂饒恕你和祂之間的任何罪惡。現在就認罪，並求潔淨，醫治和寬恕。邀請祂指示你要為誰禱告。把這些名字帶到我們安息日下午的祈禱時刻，我們將和你一起為他們禱告。

有些人對大聲禱告會感到不自然，以至會避免在公開場合禱告。無論如何，我們邀請你加入，你可以安靜地禱告，和應其他人的禱告要求，並為那些上帝啟示你的人和事祈求。對於那些擔心自己的祈禱不「足夠好」的人，他們要知道上帝不僅聽我們口所說出來的禱告，也聽我們從內心發出的禱告，祂不是要求「足夠好」的禱告者，而是要求真誠的崇拜者。祂甚至樂意垂聽笨口笨拙的禱告，縱使我們辭不達意，不能「說得對」，甚至我們不知道該說什麼，祂也知道，亦已聽到，祂更邀請我們一起祈禱。

「我又告訴你們，若是你們中間有兩個人在地上同心合意的求什麼事，我在天上的父必為他們成全。」馬太福音 18:19。

我們期待與你一起禱告。

規劃指南

當日安排：

- 靈修/證道——「改變世界的禱告」已包含在資料中，可作為早上敬拜之用或作禱告前的靈修。
- 如在早上敬拜時使用，請參考下方建議閱讀的經文和兒童故事。
- 如已安排在午後禱告，我們建議用 1-2 個小時進行禱告，讓聖靈指引。
- 邀請教友參與禱告和禁食。在至少一周前通知教友，便於大家理解禁食禱告並選擇適合自己的禁食方式。

閱讀經文：雅各書 5:13-16

推薦的兒童故事：

講述撒母耳記上第三章中上帝呼召撒母耳的故事。重點強調：

- 當時撒母耳還是個小孩。上帝邀請孩子們去認識祂及事奉祂。
- 撒母耳不知道如何傾聽或與上帝交談，所以他去詢問以利。我們可以詢問父母，安息日學老師，祖父母和其他可以幫助我們更好地認識上帝的人。
- 上帝任用撒母耳來幫助其他人更好地認識祂。即使作為小孩，我們也可以透過我們的言語行為去幫助別人瞭解上帝的愛。

午後禱告

地點：聚集在教堂，如果人不多，也可以找一個不受干擾的房間。

開場：音樂可以引領人進入敬拜的心境，開始前唱幾首大家喜愛的敬拜詩歌可以幫助大家心生敬意，亦可鼓勵大家尋求上帝。

歡迎：帶禱人應歡迎大家並做簡短引導：

- 這是禱告和尋求上帝的時間。
- 任何在此分享的內容應保密，切勿傳開。
- 禱告不僅限於我們的措辭。可以在禱告中引述經文並尋求上帝的應許，也可唱一兩句詩歌，邀請參與禱告的人一同加入。
- 找一個舒適的禱告姿勢，並可隨意改變，或坐或跪，或其他姿勢。
- 不要在禱告前談論禱告請求。向大家說明這是禱告的時間，而不是交談的時間，不要在禱告前談論過多，應在禱告中把這些請求交託。
- 當有人為某事或某人禱告的時候，如果其他人也有相關的請求，可以講出所求事項或代禱之人的名字作為回應。請記住，當他人為我們掛念之事或之人禱告時，上帝的大能也在其中。
- 午後禱告的主題是「改變世界的禱告」。我們將遵循哈拿的榜樣，虔誠地為我們內心深處的需要迫切祈求。今日我們要專注為那些我們希望可以將自己交托給上帝並與祂同行的人獻上禱告。

帶禱人須知：

- 請記住，禱告過程中的沉默是正常的。不需要刻意打破每次沉默，或過早結束禱告。因為有些人可以迅速地表達，但也有人需要更多時間適應才能把禱告大聲講出。當出現沉默時，只需默數 30 秒（如果你不喜歡長時間沉默的話），給聖靈一個引導大家的機會。
- 如果教友們還不習慣大家一起禱告，或在禱告中加入經文或讚美詩歌，你可以為大家先做個示範。也可以在禱告前安排一些人做好準備領先在禱告中加入經文或讚美詩歌。當大家都願意合一禱告的時候，便可以利用這個機會教導大家如何作為一個合一整體更好地禱告。

禱告時間：禱告大綱「獻上改變世界的禱告」可供參考。帶禱者可以依據大綱，通過禱告來引導參與者。

結束：禱告大綱以讚美和感恩作結。挑選一兩首讚美上帝的詩歌來結束午後禱告時光。

一些教會可能要在禱告結束後聚餐並恢復正常進食。請盡可能選擇簡單食物，但可以稍微佈置餐桌，營造出特殊的氛圍。

改變世界的禱告

她的名字在《聖經》裡只出現了 11 遍，她的故事亦只有一章半的篇幅，過後則歸回平淡，少有提及。不過，聖經告訴我們，她的禱告改變了整個民族。

她不太有可能是改變世界的禱告勇士，原因是在當時社會中，女性的角色只能默默地在幕後工作，她也不例外：

打理日常家務、了解家人的需要
生兒育女、照顧家庭、燒飯
每天早上圍著井旁聊天、打水

在那些井旁打水的日子，道出了為何人們不認為她的禱告可以改變整個民族的原因。

人們把她視為罪人，對她投下厭棄的目光，這不是因為她作了令人厭惡的事，而是因為她沒有作、或應該說是無能為力去作某些事。

〈撒母耳記上〉 1:2 輕輕帶出：哈拿卻沒有孩子。

當時女性的價值在於為丈夫生下多少兒女。哈拿膝下無兒，她的不育被視為上帝對她的懲罰。當她經過市場、或在井旁打水、或在安息日前往會堂的時候，都會看到途人對自己的目光。也聽到他們竊竊私語，轉臉不望她；她以前的好友也不再看她一眼、或跟她聊天，這使她非常心痛，寂寞就像被子一樣籠罩著她。

真的要這樣活下去嗎？是上帝要懲罰她嗎？她做了什麼？她嘗試很努力地過正常生活。她有禱告，可是未見上帝回應。她在想上帝也離她而去，不想為她做什麼了。她的內心充滿了羞愧。

那個晚上——她的心再沒有比這更痛了——因為丈夫帶著新的妻子毗尼拿回來。當晚上哈拿第一次獨自睡時，內心滿是內疚和極度傷心，因為丈夫和那女人在原本屬於她和她丈夫的那張床上歡愉。

毗尼拿懷著期待已久的孩子，加深了哈拿的羞恥感。為何不是她？她究竟做了什麼，叫她膝下無兒？為何上帝不讓她有自己的孩子？上帝卻依舊沉默，朋友繼續與她疏遠，丈夫繼續跟另一個妻子一起。

毗尼拿生養眾多，可是在她心中有一個心結，雖然上帝賜她生兒育女的福份，但是她最渴望的只有一樣：丈夫的愛。

〈撒母耳記上〉的作者簡單地提及這兩個女子悲慘的鬥爭：「每逢獻祭的日子，以利加拿把祭肉分給他的妻子毗尼拿和毗尼拿所生的兒女。他給哈拿的卻是雙分，因為他愛哈拿。耶和華卻不使哈拿生育。」（〈撒母耳記上〉 1:4,5）

哈拿渴望要孩子已久，毗尼拿則有兒有女。

毗尼拿渴望丈夫的愛已久，丈夫卻愛哈拿。

二人同住一屋，並共侍一夫，彼此的鬥爭也隨之加劇。

「她的對頭毗尼拿因耶和華不使哈拿生育，就常常惹她發怒，要使她生氣。」(1:6)《聖經》提到毗尼拿故意傷害哈拿，深深刺中哈拿的要害——無兒無女。

可悲的是，在她們前往示羅的聖殿去敬拜上帝的途中，發生了可怕的事。「年年都是如此。每當她上到耶和華殿的時候，毗尼拿就這樣惹她發怒」(1:7)。原本是一年中用作敬拜和慶祝的日子，卻變成最不幸的時刻，還要年復一年地發生。哈拿的哭泣，取代了應有的敬拜。

我們從故事中段發現一個跟此事無關的資料。「在那裡有以利的兩個兒子何弗尼和非尼哈當耶和華的祭司。」(1:3)這則故事本來是提到兩女之爭，為何會插進這句話呢？

這則小小的描述背後帶來更重要的故事。

何弗尼和非尼哈在聖殿擔任祭司。他們負責帶領以色列人去敬拜、認識和聯繫上帝。他們出現了一個問題：「以利的兩個兒子是無賴，不認識耶和華。」(〈撒母耳記上〉2:12)作為祭司卻不認識上帝，也不在乎去認識或侍奉上帝。他們既不遵從上帝有關獻祭的誡命，更強迫民眾不去順從。多個女人來到聖殿後，便跟他們共枕。以利知道兒子們的行為，並對他們聲明：「我兒啊，不可這樣！我聽到耶和華的百姓傳出你們不好的名聲。」(2:24)然而，何弗尼和非尼哈置若罔聞，以利也不願面對這事情。

他們的罪孽衝擊了國家和教會：「在那些日子，耶和華的言語稀少，不常有異象。」(〈撒母耳記上〉3:1)上帝再沒有對祂的子民說話。民眾也不學習，沒有長進。設在殿中喻表聖靈的上帝的燈，已漸漸暗淡(3:3)，提醒著聖靈會慢慢遠離不聽上帝話語的人。

哈拿受傷了。教會枯竭了。上帝卻察看著。

她的心傷透得連飯也吃不下(〈撒母耳記上〉1:7)，最終把傷痛帶到上帝面前。她遠離家人，來到聖殿。她痛苦得只能啜泣和在心中禱告，完全在上帝面前傾心吐意。「哈拿心裡愁苦，就痛痛哭泣，向耶和華祈禱。」(1:10)她向上帝許願：如果上帝垂聽她的禱告，賜她一個孩子，她會把孩子完全歸給上帝，把希望和夢想都奉獻給上帝。

哈拿禱告時，以利經過聖殿。他長久以來都沒有看見人真心敬拜上帝，便以為哈拿喝醉了，因為大多數人都是這樣。以利斥責哈拿，但這並未有動搖哈拿的心。「我主啊，不是這樣。我是心裡愁苦的婦人，清酒烈酒都沒有喝，只在耶和華面前傾心吐意。不要將你的使女看作不正經的女子。我因極其難過和生氣，所以一直禱告到如今。」(1:15-16)雖然她心碎和沮喪，但是也把自己的一切真誠地、徹底地交託於主，期待祂的應允。

以利回答說：「平平安安地回去吧。願以色列的上帝允准你向他所求的！」(1:17)

哈拿相信以利的話。她起來歸家，也相信上帝會應允。「於是婦人上路，去吃飯，臉上不再帶愁容了。」(1:18)她相信從此不再有難過的理由，因為上帝會應允她。

我們不知道這事經歷了多久。《聖經》僅僅說「時候到了」(1:20)哈拿懷孕，並生下了兒子撒母耳。「撒母耳」在希伯來文是「上帝垂聽禱告」的意思，他的名字正好顯明這個孩子是一位垂聽禱告的全能者所賜給哈拿的禮物。

哈拿經過多年的等待、盼望和渴求，終於喜獲麟兒。在這情況下，很多人都會緊緊抓住孩子不易放手，更不讓他離開自己的視線。不過，哈拿遵守諾言，承諾自己的孩子終身侍奉上帝。因此，孩子斷奶後，哈拿便帶著他來到示羅，再把他交給以利。最重要的是，哈拿把自己長久渴望而得到的兒子獻給上帝，她相信上帝會使用她的孩子來侍奉祂，榮耀祂。

而上帝真的這樣成就了。

祂呼召這小男孩，並與這位將會改變以色列國命運的小男孩建立友誼。「撒母耳長大了，耶和華與他同在，使他所說的話一句都不落空。從但到別是巴，所有的以色列人都知道耶和華立撒母耳為先知。耶和華又在示羅顯現，因為耶和華在示羅藉他的話向撒母耳啟示他自己。」（〈撒母耳記上〉3:19-21）

上帝再次跟祂的子民說話，祂再次顯現，祂再次指引自己的子民。

這個結果都是歸功於那位被視為不可能改變世界的禱告勇士。

我們從哈拿的故事如何學習禱告和改變世界？

- 1. 禁食及禱告：**當我們非常在乎一些事情時，便會主動地為這些事情禁食和禱告。對哈拿來說，無兒無女帶來痛苦。我們一生中遇到哪種痛苦的事，驅使我們禁食和禱告呢？我們的孩子？不認識上帝的家人和朋友？渴望脫離罪孽和辟好？阻撓我們，使我們的生命遠離上帝呼召的障礙？作為教會合一的家庭，有哪些事情促使我們進行禁食和禱告？我們的家人、失蹤的教友、和那些尚未認識主，未領受到祂所賜的平安和喜樂的鄰居？我們是否為上帝兒女得蒙救贖和靈程增長的問題禁食和禱告？我們是否要提出教會面臨的挑戰，為此而祈求？
- 2. 實在一點：**我們每週都在教會一同禱告，為人的需要禱告(健康、工作、經濟)，為教會的崇拜節日和講者禱告。這事情固然重要，但是否我們心底由衷的渴望呢？哈拿懷著傷痛、苦澀、希望和夢想來祈求，她的禱告，不像一般的祈求。她表示我們需要深入地了解自己的內心，祈求自己真心所求的。
 - 我們是否要為教會內部的傷害和不合一禱告？
 - 我們是否要祈求寬恕？治愈？勇氣？
 - 教會的目標、異象和理想是什麼？我們是否要切實地為這些禱告？
 - 我們當中有誰內心有傷痛，作為教會可以一起為他禱告嗎？
 - 安息日的早上有誰沒有出現？我們如何為他們禱告？
- 3. 完全奉獻給上帝：**哈拿從心底懇切祈求，並承諾把一切歸回給上帝，信靠他，完成祂的計劃。上帝賜她一個孩子，她本可緊緊抓著他，然而她卻誠心向主禱告，縱使要放下她自己的夢想，也以上帝最好的方法來使用孩子。同樣地，我們為人、為教會、為佈道工作禱告時，也當將我們的期望完全奉獻給上帝，懇求祂的旨意成就一切。
- 4. 期待上帝的應允：**以利說話的時候，哈拿則細心地聽，她相信上帝會回應。我們祈求的時候是否真正期待上帝認真地垂聽和應允？還是只希望祂有聽到和回應？我們需要承認自己的不信，懇求上帝加添我們的信心，並領受祂的應許。即使你仍未看見上帝的作為，也可先為祂將作的事獻上感恩。

5. **不再哭泣：**我們可能真的不會像哈拿這樣哭泣，可是我們經常在禱告後仍然感到不安；就算我們已將人、需要和境況交託給上帝，心中仍然未能放低。我們要一直憂心，還是相信上帝早已開始作工呢？哈拿走了，「臉上不再帶愁容了。」她相信上帝聽她的禱告並應允她，於是她便放手，完全信靠上帝。我們每當為所交託的事感到焦慮不安的時候，我們就需要再次交託給祂，並感謝祂，因為祂已經在作工了。
6. **等候和作工：**「時候到了」——這是上帝對哈拿的回覆。她既耐心等候上帝的回覆，也沒有閒著。她做一些事情來增加蒙上帝應允的機會。我們怎樣造就祂的應允呢？我們能夠向禱告的對象顯明上帝的愛嗎？倘若我們懇求祂幫自己對抗罪惡，我們也有做好自己應做的事嗎？我們有否選擇靠著祂的力量，遠離罪，向罪說「不」，重塑自己的言行呢？我們等候祂的時候，有否問祂要我們做什麼？
7. **讚美與感恩：**哈拿把撒母耳帶到上帝的聖殿後，便讚美祂：「我的心因耶和華快樂，我的角因耶和華高舉。我的口向仇敵張開；我因你的救恩歡欣。沒有一位聖者像耶和華，除你以外沒有別的了，也沒有磐石像我們的上帝。」（〈撒母耳記上〉2:1,2）我們要讚美上帝，感謝祂所做的一切；不是祂要我們這樣頌讚祂，而是藉此來造就我們的心思意念。感恩可提醒我們上帝是誰，叫我們記念祂的供應，還給我們勇氣去面對下一場爭戰。

我們同樣可以透過禱告去改變世界。我們的禱告未必能夠改變整個世界，卻可以改變我們身邊的一切，甚或只為一個人帶來永生，一個人可以改變另一個人的生命，另一個人又可以改變第三個人的生命，像漣漪效應一樣繼續擴散開去。我們未能完全理解禱告如何成就救恩，但是總有一天耶穌會帶我們回天家，到時我們就能在永恆的國度裡，聽到上帝如何使用普通人的禱告來改變世界，像祂使用哈拿、你和我一樣。

「獻上改變世界的禱告」大綱

以承諾交託開始：開始時，帶禱告者將時間交託，邀請擁有一切權柄的上帝引領我們的心，通過禱告來勸導，鼓勵，挑戰和肯定大家。也邀請其他人獻上交託的禱告，把這個時間全然交給上帝，讓祂帶領。請祂指引我們應當為誰代禱，讓我們以上帝的眼光看他人，加深對他人的愛並為他人歸主的心而獻上我們的心。

懇切地禱告。我們花時間在一起懇切地禱告，為內心真正的需求，為他人，為教會獻上請求。也許此刻會有些許沉默。帶禱人可以用問題的方式引導大家。記住受哈拿禱告啟發而產生的問題：

- 我們是否要為教會內部的傷害和不合一禱告？
- 我們是否要祈求寬恕？治愈？勇氣？
- 教會的目標、異象和理想是什麼？我們是否要切實地為這些禱告？
- 我們當中有誰內心有傷痛，作為教會可以一起為他禱告嗎？
- 安息日的早上有誰沒有出現？我們如何為他們禱告？

開始時先為他人代禱會較容易。引導每個人為那些他們希望能歸向上帝的人獻上禱告。鼓勵他們僅提及代禱對象的姓氏，不要涉及太多生活細節。專心為他們的得救禱告並引述上帝的應許。當大家禱告的時候，代禱人也可以邀請其他人為所提到的名字禱告；比如問：*有誰要加入愛麗絲繼續為這個人禱告嗎？*

順其自然地禱告，但也要有所引導。在某一時刻，可以問，*安息日早上誰沒有出現？我們需要為哪位教友禱告？*同樣鼓勵大家不要過多提及生活中的細節，而是要為他們祈求上帝的大能。我們不鼓勵「神聖的」八卦行為，希望大家可以在禱告中不要出現論斷性或批判性的措辭。

下一步，你們可能想為教會祈禱。可以嘗試這樣開始：天父，我們希望教會能成為一個安全的地方，讓人們前來探尋你。請保守我們的教會，讓剛剛開始與你同行的人安全地成長，即使跌倒也能再次起身。作為教會，我們有沒有需要坦白並祈求寬恕的事情？

交託給上帝。哈拿為撒母耳禱告，然後全心全意地把他交還給上帝。大家應花時間呈上你要代禱的人和境況，全然交託給上帝。我們不應焦慮，不應堅持某些事情必須按己意發展的「權利」，交給上帝按照祂的意願去行。因此，我們也應為質疑上帝或質疑祂是否回應禱告的想法悔改。此時帶禱人可以做一下示範禱告。然後邀請其他人也獻上禱告，把他們的需求呈獻給上帝，並全然交托一切擔憂，疑慮和畏懼。

期待上帝的回應。花時間建立對上帝的信任和祂回應禱告的信心。邀請大家銘記應許並感謝祂所做的一切（即使我們還沒有看到）。感謝祂愛我們所呈上代禱的人們，因為祂比我們還要愛他們。讚美祂對這些人的寄望，因為祂比我們更希望他們做的更好。請記著上帝曾應許我們，祂對祂的兒女都有美好的計劃，祂也定會成全這善工。

成為回應的一部分。求上帝引領我們成為祂回應禱告的一部分，求祂教導我們做出或說出彰顯祂愛的事情或話語。也祈求上帝讓我們摒棄那些會使人誤解祂的言行。這部分的禱告其實是提醒我們，上帝在回應禱告的時候，也許也為我們安排了當做的事。

在結束之前，詢問是否還有未提及的人要代禱。因為在禱告的過程中，有一些人才想起某些人或境況，也可能有些內向的人當時還沒有勇氣講出來。請依舊按照之前的步驟為這些新的名字禱告，但可以稍微加快進度。

讚美和感恩。用讚美和感恩結束午後禱告。讓大家只專注於上帝，讚美祂是我們的上帝，感謝祂正在和即將為我們做的善工。

唱一兩首讚美感恩詩歌結束。