

## 《聖經禱讀：醫治篇》

「因祢的慈愛比生命更好，我的嘴唇要頌讚祢。我還活的時候要  
這樣稱頌祢；我要奉祢的名舉手。」（詩篇 63:3-4）

根據醫學研究報告指出唱歌是增強免疫系統的好方法之一，可以沖開橫隔膜；是一種有節奏的體內按摩。美國加州大學的研究人員發現，唱詩班的成員在每次排練後，他們體內一種名為 IgA 的免疫球蛋白 A 含量增加了 150%，而在正式獻唱時，這種免疫球蛋白 A 更是增加了 240%，它保護身體免受感染，特別是在黏膜表面，對維護呼吸道、腸道等黏膜組織的免疫健康至關重要。唱歌能釋放荷爾蒙，增進感情，人們在唱歌時，大腦中會釋放出一種名為催產素的荷爾蒙，這種荷爾蒙能增進人們之間的感情。大聲唱詩讚美可以改變一個人的心境和精神面貌，因歌唱讚美使你我身心愉悅；使人煥發青春。不妨把唱詩讚美當成情緒的調節劑吧！

親愛的阿爸天父，全能的醫治者；大能的醫生啊。因祢的慈愛比生命更好，我的嘴唇要來頌讚祢的美名。我還活的時候要這樣稱頌祢，因祢比慈愛更好，我要奉祢的聖名高舉雙手。全能的醫治主啊，我要揚起我的聲音來讚美祢，與圍繞在祢寶座前的眾天使一同讚美主。求神來醫治我隱藏及受傷害的記憶，除去憂傷憤恨、苦毒的心。求父神寬恕我的罪並寬恕一切得罪我的人，讓您所賜的平安充滿我的心。

我的主耶穌啊，懇求您醫治的大能臨到我，澆灌祢醫治的膏油；提升我體內的免疫系統，使我有愉悅的心情。我要奉祢得勝的名斥責呼吸道的敏感源要離開、影響我腸道吸收及消化的病源也要離開。願屬天喜樂的膏油澆灌我，好讓我大聲讚美及歌頌祢。聖靈啊增強我的免疫力和恢復我的造血功能，並保護我免受病毒和細菌的感染。

平安的醫治主，願祢賜下平安，懇求祢把我心裏的害怕和憂慮挪走，當我讚美頌揚祢的時候，聖靈求祢來轉化我的心思意念、轉化腦內的激素，使它產生內啡肽和腦啡肽的腦激素來醫治我身體內的疼痛；除去一切不知名的疼痛。願喜樂成為我的良藥，它保護身體免受感染。當我有困難和痛苦時，我特別要來信靠祢、仰望祢的榮光，祢就賜給我平安與喜樂，叫一切憂鬱和沮喪離我而去。孩子禱告乃奉主耶穌的聖名，阿們。

《聖經禱讀——醫治篇》 吳淑玲 Deborah 牧師 分享