

敬拜尊崇

我到哪裡去躲避你的靈？我往哪裡去逃避你的面呢？如果我升到天上，你在那裡；如果我在陰間下榻，你也在那裡。如果我展開清晨的翅膀，飛到海的極處居住，就是在那裡，你的手仍必引導我，你的右手也必扶持我。如果我說：“願黑暗遮蓋我，願我周圍的亮光變成黑夜。”但對你來說，黑暗也不算是黑暗，黑夜必如同白晝一樣發亮，黑暗和光明，在你看來都是一樣的。（Psalm 139:7-12）

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

凡是我所愛的，我就責備管教；所以你要熱心，也要悔改。（Revelation 3:19）

祈求圣灵监察看你内心，显明任何还没有认的罪。向主承认这些过犯，感谢他赦免你的罪。

恢复更新

約沙法吩咐他們說：“你們要以敬畏耶和華的心，忠心和盡心辦事。（2 Chronicles 19:9）

耶和華啊！求你把你的道路指教我，使我行在你的真理中，專心敬畏你的名。（Psalm 86:11）

耶穌回答：“第一重要的是：‘以色列啊，你要聽！主我們的神是獨一的主。你要全心、全性、全意、全力，愛主你的神。’其次是：‘要愛人如己。’再沒有別的誡命比這兩條更重要的了。”我們要用全心、全意、全力去愛他，並且要愛人如己，這就比一切燔祭和各樣祭物好得多了。”（Mark 12:29-31, 33）

停下来，加上你自己个人更新的祷告。

个人祈求

大衛又對他的兒子所羅門說：“你要堅強勇敢地去作，不要懼怕，也不要驚惶，因為耶和華神，就是我的神，與你同在；他必不撇下你，也不丟棄你，直到耶和華殿的一切工作都完成。（1 Chronicles 28:20）

个人关注
属灵争战

世界

肉体

邪恶

品格的成长

个人的操守

身体健康和力量

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

彼此代求

我知道耶和華必為困苦人伸冤，必替窮乏人辨屈。 (Psalm 140:12)

世界的事务

贫穷和饥饿

压迫和迫害

掌权者

国家间的和平

目前的事件和关心

信靠顺服

因為 神預先知道的人，他就預先命定他們和他兒子的形象一模一樣，使他的兒子在許多弟兄中作長子， 他預先命定的人，又呼召他們；所召來的人，又稱他們為義；所稱為義的人，又使他們得榮耀。 (Romans 8:29-30)

你若口裡認耶穌為主，心裡信 神使他從死人中復活，就必得救； 因為心裡相信就必稱義，用口承認就必得救。 經上說：“所有信靠他的人，必不致失望。” (Romans 10:9-11)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

感恩

當我們還軟弱的時候，基督就照所定的日期，為不敬虔的人死了。 為義人死，是少有的；為好人死，或有敢作的； 唯有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神對我們的愛就在此顯明了。 (Romans 5:6-8)

所以，我們現在既然因他的血稱義，就更藉著他免受 神的忿怒。 我們作仇敵的時候，尚且藉著 神兒子的死與他復和，既然復和了，就更因他的生得救了！ 不但這樣，我們現在已經藉著我們的主耶穌基督與 神復和，也藉著他以 神為榮。 (Romans 5:9-11)

停下来，献上你自己的感恩之意

结束祷告

他又對我說：“成了！我是阿拉法，是俄梅格；我是創始的，也是成終的。我要把生命的泉水，白白賜給口渴的人喝。 得勝的，必要承受這些福分。我要作他的神，他要作我的兒子。 (Revelation 21:6-7)

“看哪，我必快來！賞賜在我，我要照著各人所行的報應他。 我是阿拉法，是俄梅格；我是首先的，也是末後的；我是創始的，也是成終的。” 證明這些事的那一位說：“是的，我必快來！”阿們！主耶穌啊，請你來吧！ (Revelation 22:12-13, 20)