

敬拜尊崇

耶和華啊！你的慈愛上及諸天，你的信實高達雲霄。 你的公義好像大山，你的公正如同深淵；耶和華啊！人和牲畜，你都庇佑。 神啊！你的慈愛多麼寶貴；世人都投靠在你的翅膀蔭下。 因為生命的泉源在你那裡；在你的光中，我們才能看見光。 (Psalm 36:5-7, 9)

我要用詩歌讚美 神的名，以感謝尊他為大。 (Psalm 69:30)

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

遵守耶和華的約和法度的人，耶和華都以慈愛和信實待他們。 耶和華啊！因你名的緣故，求你赦免我的罪孽，因為我的罪孽重大。 (Psalm 25:10-11)

祈求圣灵鉴察看你内心，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

因為我們的爭戰，對抗的不是有血有肉的人，而是執政的、掌權的、管轄這黑暗世界的和天上的邪靈。 所以要穿起 神所賜的全副軍裝，使你們在這邪惡的時代裡可以抵擋得住，並且在作完了一切之後，還能站立得穩。 (Ephesians 6:12-13)

所以，你們既然與基督一同復活，就應當尋求天上的事，那裡有基督坐在 神的右邊。 你們要思念的，是天上的事，不是地上的事。 因為你們已經死了，你們的生命與基督一同隱藏在 神裡面。 基督就是你們的生命，他顯現的時候，你們也要和他一同在榮耀裡顯現。 (Colossians 3:1-4)

停下来，加上你自己个人更新的祷告。

个人祈求

瑪拿西在急難的時候，就懇求耶和華他的 神，並且在他列祖的 神面前非常謙卑。 他向耶和華禱告，耶和華應允他的懇求，垂聽他的祈求，使他歸回耶路撒冷，恢復他的王位。瑪拿西這才知道只有耶和華是 神。 (2 Chronicles 33:12-13)

家庭和事奉

家庭

事奉

同他人分享基督

帮助他人 在基督里成长

事业

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

彼此代求

耶穌又對他們說：“願你們平安。父怎樣差遣了我，我也怎樣差遣你們。” (John 20:21)

差传

当地差传

国家差传

世界差传

大使命的完成

特别的关心

信靠顺服

人心計劃自己的道路，他的腳步卻由耶和華指引。 (Proverbs 16:9)

人心裡的謀算很多，唯有耶和華的計劃能實現。 (Proverbs 19:21)

任何智慧、聰明、謀略都不能敵擋耶和華。 (Proverbs 21:30)

從我的口所出的話也必這樣，必不徒然返回我這裡，卻要作成我所喜悅的，使它在我差遣它去作的事上必然亨通。 (Isaiah 55:11)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

感恩

那在基督裡堅定我們和你們，又膏抹我們的，就是 神。 他在我們身上蓋了印，就是賜聖靈在我們心裡作憑據。 (2 Corinthians 1:21-22)

感謝 神，他常常在基督裡，使我們這些作俘虜的，列在凱旋的隊伍當中，又藉著我們在各地散播香氣，就是使人認識基督。 (2 Corinthians 2:14)

停下来，献上你自己的感恩之意

结束祷告

我藉著律法已經向律法死了，使我可以向 神活著。 我已經與基督同釘十字架；現在活著的，不再是我，而是基督活在我裡面；如今在肉身中活著的我，是因信神的兒子而活的；他愛我，為我捨己。 (Galatians 2:19-20)

因為我活著就是基督，我死了就有益處。 (Philippians 1:21)