

敬拜尊崇

凡有智慧的，願他留意這些事；願他思想耶和華的慈愛。 (Psalm 107:43)

你的話的總綱就是真理，你一切公義的典章要存到永遠。 (Psalm 119:160)

又說：“我是你父親的神、亞伯拉罕的神、以撒的神、雅各的神。”摩西因為怕見神，就把自己的臉蒙住了。 (Exodus 3:6)

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

我塗抹了你的過犯，像密雲消散；我塗抹了你的罪惡，如薄雲滅沒，你當歸向我，因為我救贖了你。 (Isaiah 44:22)

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

你們不要倚靠世人，他的鼻孔裡只有一口氣息，他實在算得甚麼呢？ (Isaiah 2:22)

耶和華對摩西和亞倫說：“因為你們不信我，不在以色列人眼前尊我為聖，所以你們必不得領這會眾進入我賜給他們的地。” (Numbers 20:12)

停下来，加上你自己个人更新的祷告。

个人祈求

求你使虛假和謊言遠離我；不要使我貧窮，也不要使我富裕，只要給我需用的食物。免得我吃飽了，就不認你，說：‘耶和華是誰？’又恐怕我貧窮，就偷竊，污瀆了我神的名。 (Proverbs 30:8-9)

增长智慧

发展一个永恒的视野

用真理更新我的胸懷

生活各方面更有技巧

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

彼此代求

我所禱告的，是要你們的愛心，在充足的知識和各樣的見識上，多而又多，使你們可以辨別是非，成為真誠無可指摘的人，直到基督的日子，靠著耶穌基督結滿了公義的果子，使神得著榮耀和讚美。(Philippians 1:9-11)

家庭

我的家庭
我的亲人
灵魂的关怀
情感和身体的关心
别的关心

信靠顺服

約翰被捕以後，耶穌來到加利利，宣講神的福音，說：“時候到了，神的國近了，你們應當悔改，相信福音。”(Mark 1:14-15)

耶穌說：“讓死人去埋葬他們的死人，你應該去傳揚神的國。”(Luke 9:60)

耶穌就對他們說：“來跟從我，我要使你們作得人的漁夫。”耶穌就對他們說：“來跟從我，我要使你們成為得人的漁夫。”(Matthew 4:19; Mark 1:17)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

感恩

因為你忘記了那拯救你的神，又不記念那作你避難所的磐石，所以你雖然栽下佳美的樹秧子，種下異種的幼苗，(Isaiah 17:10)

耶和華啊！你是我的神，我要尊崇你，稱謝你的名，因為你以信實真誠作成了奇妙的事，就是你遠古以前所計劃的事。(Isaiah 25:1)

停下来，献上你自己的感恩之意

结束祷告

我們的主偉大，大有能力；他的智慧無法測度。(Psalm 147:5)

敬畏耶和華是智慧的開端；凡是這樣行的都是明智的。耶和華該受讚美，直到永遠。(Psalm 111:10)

