

## 敬拜尊崇

因為耶和華你們的神，他是萬神之神、萬主之主、偉大有力和可畏的神；他不徇情面，也不受賄賂。他為孤兒寡婦伸張正義，又把衣食給寄居的人。  
(Deuteronomy 10:17-18)

馬利亞說：“我心尊主為大，我靈以神我的救主為樂，全能者為我行了大事，他的名為聖；他的憐憫世世代代歸與敬畏他的人。” (Luke 1:46-47, 49-50)

*停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意*

## 认罪悔改

神的眼看顧人的道路，察看他每一步，沒有黑暗，又沒有死蔭的地方，可以給作孽的在那裡藏身。神不必進一步鑒察人，使人到他面前去受審判。 (Job 34:21-23)

*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

你們要逃避淫亂的事。人所犯的，無論是甚麼罪，都是在身體以外，唯有行淫亂的，是觸犯自己的身體。 (1 Corinthians 6:18)

這些事都是我們的鑒戒，叫我們不要貪戀惡事，像他們那樣。你們也不可拜偶像，像他們有些人那樣；正如經上所記：“人民坐下吃喝，起來玩樂。”我們也不可淫亂，像他們有些人那樣，一天就死了二萬三千人。 (1 Corinthians 10:6-8)

*停下来，加上你自己个人更新的祷告。*

## 个人祈求

求你使我清晨得聞你的慈愛，因為我倚靠你。求你指示我當走的路，因為我的心仰望你。 (Psalm 143:8)

忠心的管家  
时间  
才能  
金钱  
真理  
关系

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

### 彼此代求

要尊重眾人，愛護弟兄，敬畏 神，尊敬君王。 (1 Peter 2:17)

政府  
灵命复兴  
当地政府  
州政府  
国家政府  
目前的事务和关心

### 信靠顺服

全部聖經都是 神所默示的，在教訓、責備、矯正和公義的訓練各方面，都是有  
益的， 為要使屬 神的人裝備好，可以完成各樣的善工。 (2 Timothy 3:16-17)  
我們還有先知的話，是更確實的。你們要特別注意它，好像注意照在暗處的明燈  
，直到天將破曉，晨星在你們心裡出現的時候。 (2 Peter 1:19)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

### 感恩

所以你要知道耶和華你的 神，他是 神，是信實可靠的 神；他向愛他和守他誠  
命的人，守約並且施慈愛，直到千代。 (Deuteronomy 7:9)

我照著耶和華為我們所作的一切，提說耶和華的慈愛，耶和華可稱頌的事，和他  
賜給以色列家的大福，就是照著他的憐憫和豐盛的慈愛為他們作成的。 (Isaiah  
63:7)

停下来，献上你自己的感恩之意

## 结束祷告

我知道我的救贖主活著，最後他必在地上興起。 我的皮肉遭受毀壞以後，這事就要發生，我必在肉體以外得見 神。 我必見他在我身邊，我要親眼見他，並非外人，我的心腸在我裡面渴想極了。 (Job 19:25-27)

神為至大，我們不能了解，他的年數，無法測度。 (Job 36:26)