

敬拜尊崇

因為耶和華至高者是可敬畏的，他是統治全地的大君王。 因為 神是全地的王，你們要用詩歌歌頌他。 神作王統治列國， 神坐在他的聖寶座上。 (Psalm 47:2, 7-8)

於是摩西對亞倫說：“這就是耶和華曾經告訴我們的，他說：‘在親近我的人中，我要顯為聖，在眾人面前，我要得榮耀。’”亞倫就默然無語。 (Leviticus 10:3)

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

耶和華啊！我聽見你的聲音，懼怕你的作為；求你在這些年間復興，在這些年間彰顯，發怒的時候以憐憫為懷。 (Habakkuk 3:2)

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

撒母耳對人民說：“不要懼怕！雖然你們行了這一切惡事，只是不可偏離不跟隨耶和華，總要一心事奉他。 不可偏離耶和華，去追隨那些空虛的偶像，因為它們本是空虛的，對人沒有甚麼益處，也不能救人。 (1 Samuel 12:20-21)

肉體所行的都是顯而易見的，就如淫亂、污穢、邪蕩、 拜偶像、行邪術、仇恨、爭競、忌恨、忿怒、自私、分黨、結派、 嫉妒、醉酒、荒宴，和類似的事。我從前早就告訴過你們，現在又事先告訴你們：行這些事的人，必定不能承受 神的國。 但聖靈的果子是仁愛、喜樂、平安、忍耐、恩慈、良善、信實、 溫柔、節制；這樣的事，是沒有律法禁止的。 (Galatians 5:19-23)

停下来，加上你自己个人更新的祷告。

祈求仰望

“你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。 因為凡祈求的就得著，尋找的就尋見，叩門的就給他開門。 我又告訴你們，你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。 因為所有祈求的就得著，尋找的就尋見，叩門的就給他開門。 (Matthew 7:7-8; Luke 11:9-10)

属灵的悟性

在神的话语上深
认识到我在主的身分
我是谁
我是从哪里来
我要往哪里去
了解神在生命中的目的
我今天的各类活动
特别关注的人和事

彼此代求

我在傳揚他兒子福音的事上，用心靈事奉的 神，可以作證我是怎樣不斷地記念你們， (Romans 1:9)

信徒

主內好友
服事同工
受迫害和有需要的肢体
特别的关注点

信靠顺服

不可跪拜它們，也不可事奉它們，因為我耶和華你們的 神是忌邪的 神；恨惡我的，我必追討他們的罪，從父親到兒子，直到三四代。 愛我和遵守我誡命的，我必向他們施慈愛，直到千代。 不可跪拜它們，也不可事奉它們，因為我耶和華你們的 神是忌邪的 神；恨惡我的，我必追討他們的罪，從父親到兒子，直到三四代。 愛我和遵守我誡命的，我必向他們施慈愛，直到千代。 (Exodus 20:5-6; Deuteronomy 5:9-10)

神不是人，必不致說謊，也不是人子，必不致後悔。他說話，怎能不作？他發言，怎能不作成？ (Numbers 23:19)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

献上感恩

我要述說耶和華的作為，我要記念你古時所行的奇事。我要默想你一切所行的，思想你的作為。 神啊！你的道路是聖潔的，有哪一位神好像我們的 神這樣偉大呢？你是行奇事的 神，你在萬民中顯明你的能力。你曾用你的膀臂救贖你的子民，就是雅各和約瑟的子孫。（細拉） (Psalm 77:11-15)

停下来，献上你自己的感恩。

结束祷告

來吧，我們來向耶和華歌唱，向拯救我們的磐石歡呼。我們要來到他面前稱謝他，用詩歌向他歡呼。 (Psalm 95:1-2)

你們要向耶和華唱新歌，全地都要向耶和華歌唱。要向耶和華歌唱，稱頌他的名，天天傳揚他的救恩。要在列國中述說他的榮耀。在萬民中述說他奇妙的作為。 (Psalm 96:1-3)