

敬拜尊崇

以下是耶和華的默示，這是耶和華論到以色列的話（是耶和華的宣告，他鋪張諸天，奠定大地的根基，造成人裡面的靈）：（Zechariah 12:1）

“願耶和華萬人之靈的 神，立一個人治理會眾，（Numbers 27:16）

耶和華豈有難成的事嗎？到明年這個時候，我要回到你這裡來，那時，撒拉必生一個兒子。”（Genesis 18:14）

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

陰間和滅亡展露在耶和華面前，何況世人的心呢？（Proverbs 15:11）

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

你們要謹守遵行我的一切律例和一切典章；我是耶和華。”（Leviticus 19:37）

審判的時候，不可偏袒人；無論貴賤尊卑，都要一樣地聽訟；不可怕人的情面，因為審判是屬於 神的；如果你們遇見難斷的案件，可以呈到我這裡來，讓我審斷。’（Deuteronomy 1:17）

停下来，加上你自己个人更新的祷告。

个人祈求

等候你的必不羞愧，但那些無故以詭詐待人的必要羞愧。耶和華啊！求你把你的道路指示我，求你把你的路徑教導我，求你以你的真理引導我，教訓我，因為你是拯救我的 神；我整天等候的就是你。（Psalm 25:3-5）

灵命的洞察

对神的话的理解和洞察

理解我在基督里的身份

我是谁

我从哪里来

我要去哪里
理解我生命中神的目的

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

彼此代求

反而在各樣的事上，表明自己是 神的僕人，就如持久的忍耐、患難、貧乏、困苦、鞭打、監禁、擾亂、勞苦、不睡覺、禁食、純潔、知識、容忍、恩慈、聖靈、無偽的愛心、真理的道、神的大能等事上；並且是藉著左右兩手中公義的武器，藉著榮耀和羞辱、壞名聲和好名譽。我們好像是騙人的，卻是真誠的，好像是人所不知的，卻是人所共知的；好像是必死的，你看，我們卻是活著的；好像是受懲罰的，卻沒有處死；好像憂愁，卻是常常喜樂的；好像貧窮，卻使很多人富足；好像是甚麼都沒有，卻是樣樣都有。 (2 Corinthians 6:4-10)

信徒

个人朋友
事工中的信徒
那些受到压迫和有需要的
特别关心的

信靠顺服

耶和華啊！人算甚麼，你竟關懷他，世人算甚麼，你竟眷念他。人不過像一口氣，他的年日仿佛影子消逝。 (Psalm 144:3-4)

凡是想保全生命的，必喪掉生命；凡是犧牲生命的，卻必保全生命。 (Luke 17:33)

因為在這裡我們沒有長存的城，我們卻是尋求那將要來的城。 (Hebrews 13:14)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

感恩

我要向我的兄弟宣揚你的名，我要在聚會中讚美你。敬畏耶和華的人哪！你們要讚美他；雅各所有的後裔啊！你們都要尊敬他；以色列所有的後裔啊！你們都要懼怕他。因為他不輕看，不厭惡受苦的人的痛苦，也沒有掩面不顧他；受苦的人呼求的時候，他就垂聽。 (Psalm 22:22-24)

停下来，献上你自己的感恩之意

結束禱告

耶和華說：“我要使我的一切美善都在你面前經過，並且要把我的名字耶和華在你面前宣告出來；我要恩待誰，就恩待誰；我要憐憫誰，就憐憫誰。” (Exodus 33:19)

耶和華在摩西面前經過，並且宣告說：“耶和華，耶和華，是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並且有豐盛的慈愛和誠實，為千千萬萬人留下慈愛，赦免罪孽、過犯和罪惡。一定要清除罪，追討罪孽自父及子至孫，直到三四代。” (Exodus 34:6-7)