

敬拜尊崇

禱告說：“耶和華以色列的 神啊，天上地下沒有別的神像你；你對一心在你面前行事為人的僕人守約施慈愛。 說：“耶和華以色列的 神啊，天上地下沒有神可以和你相比的，你向那些一心行在你面前的僕人，常是守約施慈愛的； (1 Kings 8:23; 2 Chronicles 6:14)

使他們知道只有你的名是耶和華，唯有你是掌管全地的至高者。 (Psalm 83:18)

停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意

认罪悔改

你自己的罪惡要懲罰你，你背道的事必責備你。你當知道，也要明白，離棄耶和華你的 神，沒有畏懼我的心，是邪惡的，是痛苦的。”這是主萬軍之耶和華的宣告。 (Jeremiah 2:19)

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

應當毫無憂慮，只要凡事藉著禱告祈求，帶著感恩的心，把你們所要的告訴 神。 這樣， 神所賜超過人能了解的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心思意念。 (Philippians 4:6-7)

所以要準備好你們的心，警醒謹慎，專心盼望耶穌基督顯現的時候所要帶給你們的恩典。 (1 Peter 1:13)

停下来，加上你自己个人更新的禱告。

个人祈求

所以，不要以給我們的主作見證當作羞恥，也不要以我這為主被囚的當作羞恥，卻要為了福音的緣故，靠著 神的大能，與我同受磨難。 (2 Timothy 1:8)

同他人的关系

对他人更大的爱和同情
所爱的人
那些不认识神的
那些有需要的
我今天的各类活动, 特别关注的人和事

彼此代求

這些不信的人被這世代的神弄瞎了他們的心眼，使他們看不見基督榮耀的福音的光；基督就是 神的形象。 (2 Corinthians 4:4)

传福音
朋友
亲戚
邻居
同事
特别的机会

信靠顺服

現在基督已經從死人中復活，成為睡了的人初熟的果子。死既藉著一人而來，死人復活也藉著一人而來。在亞當裡眾人都死了，照樣，在基督裡眾人也都要復活；只是各人要按著自己的次序：初熟的果子是基督，以後，在他來的時候，是那些屬基督的人。再後，末期到了的時候，基督把所有的統治者、掌權者和有能者都毀滅了，就把國度交給父 神。因為基督必要作王，直到 神把所有的仇敵都放在他的腳下。最後要毀滅的仇敵就是死， (1 Corinthians 15:20-26)

第一個人是出於地，是屬土的；第二個人是出於天。那屬土的怎樣，所有屬土的也都怎樣；屬天的怎樣，所有屬天的也都怎樣。我們既然有了屬土的形象，將來也必有屬天的形象。 (1 Corinthians 15:47-49)

停下来，反思这些圣经给我们的确据。

感恩

正如人子來，不是要受人的服事，而是要服事人，並且要捨命，作許多人的贖價。” (Matthew 20:28)

他們吃的時候，耶穌拿起餅來，祝謝了就擘開，遞給門徒，說：“你們拿去吃吧，這是我的身體。”耶穌又拿起杯來，祝謝了就遞給他們，說：“你們都喝吧，這是我的血，是為立約的，為許多人流出來，使罪得赦。” (Matthew 26:26-28)

停下来，献上你自己的感恩之意

结束祷告

利未人耶書亞、甲篾、巴尼、哈沙尼、示利比、荷第雅、示巴尼和毗他希雅說：“你們要起立，稱頌耶和華你們的神，直到永永遠遠。”“耶和華啊，你榮耀的名是應當稱頌的；願你的名被尊崇，超過一切稱頌和讚美。” (Nehemiah 9:5)

至於我，我必在義中得見你的面；我醒來的時候，得見你的形象就心滿意足。
(Psalm 17:15)