**敬拜尊崇**

(Psalm 8:1)

(Revelation 15:3-4)

*停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意。*

**认罪悔改**

(Psalm 11:4)

*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**

(Deuteronomy 10:12)

(Philippians 3:12-14)

*停下来，加上你自己个人更新的祷告。*

**祈求仰望**

(1 Corinthians 6:19-20)

*停下来，加上你自己个人的祈求，特别是有关你在基督里的成长：*

更大的渴望认识主和讨他喜悦

更加爱主和委身于他

更多操练体验他的同在的恩典

更多在我的人生里荣耀他的恩典

我今天的各类事项

特别关心的人和事

**彼此代求**

(Acts 20:28)

**为教会和服事代求：**

我自己的教会

其他教会

传福音和带门徒的事工

基督教教育事工

特别的关注人和事

**信靠顺服**

(2 Corinthians 5:14-15)

(Galatians 3:13)

*停下来，反思这些圣经给我们的确据。*

**献上感恩**

(Exodus 15:13, 17)

(Leviticus 26:13)

*停下来，献上你自己的感恩。*

**结束祷告**

(Psalm 73:25-28)