**敬拜尊崇**

(Psalm 139:7-12)

*停下来，向神表述你个人的赞美和敬拜之意*

**认罪悔改**

(Revelation 3:19)

*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**

(2 Chronicles 19:9)

(Psalm 86:11)

(Mark 12:29-31, 33)

*停下来，加上你自己个人更新的祷告。*

**个人祈求**

(1 Chronicles 28:20)

**个人关注**

**属灵争战**

**世界**

**肉体**

**邪恶**

**品格的成长**

**个人的操守**

**身体健康和力量**

我今天的各类活动, 特别关注的人和事

**彼此代求**

(Psalm 140:12)

**世界的事务**

**贫穷和饥饿**

**压迫和迫害**

**掌权者**

**国家间的和平**

**目前的事件和关心**

**信靠顺服**

(Romans 8:29-30)

(Romans 10:9-11)

*停下来，反思这些圣经给我们的确据。*

**感恩**

(Romans 5:6-8)

(Romans 5:9-11)

*停下来，献上你自己的感恩之意*

**结束祷告**

(Revelation 21:6-7)

(Revelation 22:12-13, 20)