(2) 寫一個月的禱告日記。記錄你在禱告中的挫折，禱告中的勝利，以及神對禱告的回應。用這本日記激勵自己在禱告生活中成長。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **聖經中的禱告** | **經節** | **在禱告中的元素** |
| 尼希米的禱告 | 尼1： 5 -11 | * 關係： 「守約」
* 尊敬：「偉大且令人敬畏的神」
* 委身：「僕人的禱告」
* 供應/預備： 「使你僕人現今亨通」
* 認罪：「承認我們以色列人向你所犯的罪。」
 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |