

神做工，也安息

创世记 1:1-31

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这六日里神做了什么？第七日他做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

哪一样对你更难——把工做好，还是停下来？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要在什么时候停下来？停多久？说出是哪一天。

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁停不下来？你会对他说什么？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

★ 祷告

神啊，你做了六日的工，然后你停下来，你称这两样都是好的。求你教我们像你那样做工，也像你那样停下来。



神做工，也安息

创世记 2:1-3

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这六日里神做了什么？第七日他做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

哪一样对你更难——把工做好，还是停下来？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要在什么时候停下来？停多久？说出是哪一天。

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁停不下来？你会对他说什么？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

★ 祷告

神啊，你做了六日的工，然后你停下来，你称这两样都是好的。求你教我们像你那样做工，也像你那样停下来。

