WEEK 3 操练

核心经文

马太福音 6:5-15 — 主祷文

至少五天阅读这段经文。

- 至少进行三次灵修式祷读（Lectio Divina）。
- 至少写一篇 HEAR 日志。
- 背诵：马太福音 6:9
- 挑战：每天早晚祷告主祷文，每一句停顿，思考如何应用在当天生活。