

活力二四七操練表

學校 _____ 操練人 _____ 活力伴 _____ 月 日 ~ 月 日

神人生活		週一	週二	週三	週四	週五	週六	主日	計分
晨興享受 (每格 3 分)									
個人禱告 (每格 2 分)									
按進度讀經 (每格 3 分)									
福音牧養操練		人位 (須記錄名字、身分。 G:福音朋友、N:新人、S:聖徒。)			計分	聚會生活			計分
3×15 禱告 (1 次 2 分, 最多 6 分)						主日聚會+邀約人 5分+5分			
						讀經小組或小排 5分			
福音傳講 (1 人 1 分, 最多 5 分)						禱告聚會和禱研背講 5分			
						集中晚禱或專題交通 5分			
家聚會 (RSG、陪讀、 陪晨興...等。)	(1 人 2 分)					各式成全造就聚會 5分			
						總分 (起床、就寢、讀書 操練, 少填一格扣 2 分)			

每日起床、就寢、讀書時間, 弟兄姊妹之家整潔記錄

操練項目	週一	週二	週三	週四	週五	週六	主日	本週讀書 總時數
起床時間 (06:00 - 06:20)								
就寢時間 (23:00 以前)								
讀書時數 (每日最少 2 小時)								
打掃整潔 (打勾, 每週至少三次)								

跟上召會水流, 週週出外牧養

受訪者	B/S/M/F	配搭	牧養內容	情況備註 (聖靈軌跡)

操練財物奉獻 打電話關心家人 ※傳講人生的奧秘, 本週 _____ 次, 累積 _____ 次 [本學期目標 50 次]

生活交通專欄

操練人的交通	<input type="checkbox"/> 我需要約時間與服事者交通, 我方便的時間是: _____ 月 _____ 日 _____ 點 _____ 分。
服事者的交通	
負責弟兄的交通	

本週申言稿

『你們要追求愛，更要切慕屬靈的恩賜，尤其要切慕申言。』

『但那申言的，是對人講說建造、勉勵和安慰。』

主題：

經節：

啟示與負擔：

生活經歷：

『你們也是如此，既渴慕靈，就要為着召會的建造，尋求得以超越。』

『每逢你們聚在一起的時候，各人或着詩歌，或有教訓，或有啟示，或有方言，或有翻出來的話，凡事都當為建造。』

申言稿書寫提要

1. 時間長度為三分鐘，字數為 600 ~ 650 字即可。
2. 需要有確定的引經（聖經的話），切勿憑空想像。
3. 重在陳述真理啟示，切勿完全論述個人經歷。
4. 字跡工整，操練沒有錯別字。