





在竞技场中

选择一些似乎不可能完成的事情去做,把你的恐惧抛在一边。请求主耶稣帮助你去完成它。然后开始想办法进行。(对你来说,只要开始就是一种成功,即使你像彼得一样的沉下去。你的任务就是选择一些不可能完成的事情,并且尝试去做)。

在竞技场中

本周让自己犯一次错误。 (仿佛错误是自然而然发 生的一样。)你的任务就 是不去补救。

在竞技场中

请求上帝赐予一个在你不擅长的领域为其服务的机会。在你的教堂注册来为该区域服务。如果你内向,那么本周就多说话。如果你外向,本周就更安静一点。

II I		通过至東的原子無得得至,但此樣也是	,
将你所拥有的东西与其他人共享,甚至这意味着你	在竞技场中	问问上帝,在将关注点转向仁爱的时候,你是否应该停止灵修。本周,采取变停止灵修。本周,采取更多的行动来展现仁爱:不吹嘘,为别人,而不是为自己做一些最好的事情,不要让人们对自己的过错负责任。	在竞技场中
感谢你的父母(或其他人)每天所给予你的一些 人)每天所给予你的一些 东西。选择去做一些事 情,不再等待,提醒自 己,有些东西我们可能无 法永远拥有的。	在竞技场中	停下来,然后帮助本周需要帮助的人,忽略你可以要帮助的人,忽略你可以找到的,不那样做的任何借口。为与你不在同一个社会地位上的某人做点特殊的事情。	在竞技场中
到一个无家可归者庇护所 或救济穷人的教会去帮 忙。另外,看望医院中的 病人。祈祷和请求上帝让 你的眼睛可以看到大局, 而不是只看到自己。	在竞技场中	为你不喜欢的人做些好事。当你看到别人作弊或即将搞得一团糟,管住自己的嘴。不要告诉他们或让他们陷入困境。	在竞技场中
将你自己所拥有的钱拿出一部分,在教堂中奉献给上帝,但你并不知道这些钱最终的去向。用你的一钱最终的去向。用你的一些钱去供养其他人。如果你一点钱都没有,就拿出自己的一些财产来送人。	在竞技场中	对别人说"干得好",并对你看到的某些好事予以赞扬。整天把一面小镜子带在身边。当你忍不住要批判一个人的时候,拿出小镜子,照照自己。提醒自己,你并不需要帮助别人去改正其缺点。	在竞技场中
感谢上帝赐予你的属灵的恩赐、外貌、财富、家庭。求上帝为你所拥有的一切赐予喜乐和满足。选择一些你过去曾经妒忌过的人,并送给他们一个小礼物。 (不要告诉他们	在竞技场中	玩一款你的朋友们所推荐的游戏,在他们希望你玩(如果你得到允许)的时间来玩,并且他们希望你玩间来玩,并且他们希望你玩多久你就玩多久。不要向他们提起,你自己渴望时什么游戏。这次,你的渴望无关紧要,因为你正在展示出真正的仁爱,毫不考虑自己。	在竞技场中