

รายงาน (15–25 นาที)	รากฐานของฉัน (20 นาที)	เรียนรู้ (45 นาที)	ไตร่ตรอง (5 นาที)	ให้คำมั่นสัญญา (5–10 นาที)
สมาชิกกลุ่มรายงานความก้าวหน้าของตนเองในเรื่องคำมั่นสัญญาที่พวกเขาทำในการประชุมครั้งก่อน	สมาชิกกลุ่มมีการสนทนาด้านพระกิตติคุณเกี่ยวกับหลักคำสอนพื้นฐานเรื่องการพึ่งพาตนเอง	สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ทักษะที่นำไปใช้ได้ซึ่งเกี่ยวข้องกับหลักสูตร	นี่เป็นช่วงเวลาเงียบสงบสำหรับการครุ่นคิดส่วนตัวขณะที่สมาชิกกลุ่มแสวงหาความช่วยเหลือจากพระวิญญาณบริสุทธิ์ ไม่ใช่เวลาสำหรับการสนทนากลุ่มและไม่ควรข้ามไป	สมาชิกกลุ่มทำคำมั่นสัญญาเฉพาะอย่างซึ่งเกี่ยวข้องกับสิ่งที่พวกเขาเรียนรู้และจากนั้นแบ่งปัน พวกเขาเลือกคู่ปฏิบัติสำหรับการสนับสนุนและความรับผิดชอบในระหว่างสัปดาห์