

聖公會聖馬太堂  
讀經靈修冊



每日經課表  
2024年10-12月

### 讀經靈修小指引

1. 以禱告開始，開放自己的心靈接受上帝的話語。
2. 細心閱讀經文，聆聽上帝的教導。
3. 思想經文的內容，加深對聖父，聖子，聖靈的認識。
4. 反省經文對今日的你有何提示，如何在生活中實行和與別人分享。
5. 以禱告或頌讚感謝上帝給予的領受及提醒。

### 常用禱文

#### 獻身立志禱文

感謝天父大發慈悲，又賜我一日的生命，現在我將身體靈魂敬獻於主，立志以虔誠，公義，節制度日。伏求慈悲的主，堅固我的志向，盼望我的年歲加增，主的恩典也隨時加增，更深切認識我救主耶穌基督。阿們。

#### 求恩輔助禱文

主知道我的性情懦弱庸碌，並且時常遭遇試探，求主憐恤我。賜聖靈輔助我，使我勉力盡職，不至犯罪。求主使我記念主的刑罰，常以得罪主為可怕的事。感謝主所賜的恩典，常以違背主為可羞的事。又求主使我記念在末日我的意念言語行為，都必受審判。上帝所立審判活人死人的主，就是聖子我主耶穌基督。阿們。

#### 求助行善禱文

求主賜恩於我，今日能搏節飲食，勤作分內的事。遇困難時，能夠忍受；不論何事，心常知足；與人共事，常憑公義；安靜和平，常存憐愛；量己之力，乘機行善。又求主凡事開導我，使我所作所為，都能順利。更保護我和我所愛的眾人，不遭危險，不遇災難。大發慈悲，憐恤我，如同父親憐恤兒子。凡我所求的，倘是合乎主的意旨，願主為聖子我主耶穌基督的功勞賞賜與我。阿們。

## 2024 年 9-10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 30/9	詩篇 但以理書 使徒行傳	150 12:1-4 12:1-11	詩篇 但以理書 啟示錄	138 10:4-末 5
(二) 1/10	詩篇 列王記下 使徒行傳	87:1-18 6:1-23 26:24-末	詩篇 歷代志下 馬可福音	89:19-末 18:1-27 15:16-32
(三) 2/10	詩篇 列王記下 使徒行傳	119:105-128 9:1-16 27:1-26	詩篇 歷代志下 馬可福音	91 18:28-19:末 15:33-41
(四) 3/10	詩篇 列王記下 使徒行傳	92 9:17-末 27:27-末	詩篇 歷代志下 馬可福音	94 20:1-23 15:42-末
(五) 4/10	詩篇 列王記下 使徒行傳	88 12:1-19 28:1-16	詩篇 歷代志下 馬可福音	102 22:10-23:末 16:1-8
(六) 5/10	詩篇 列王記下 使徒行傳	97 17:1-23 28:17-末	詩篇 歷代志下 馬可福音	104 24:1-22 16:9-末

## 2024 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	98	詩篇	105
7/10	列王紀下	17：24-末	歷代志下	26：1-21
	腓立比書	1：1-11	約翰福音	13：1-11
(二)	詩篇	106	詩篇	107
8/10	列王紀下	18：1-12	歷代志下	28
	腓立比書	1：12-末	約翰福音	13：12-20
(三)	詩篇	111	詩篇	119：129-152
9/10	列王紀下	18：13-末	歷代志下	29：1-19
	腓立比書	2：1-13	約翰福音	13：21-30
(四)	詩篇	115	詩篇	116
10/10	列王紀下	19：1-19	歷代志下	29：20-末
	腓立比書	2：14-末	約翰福音	13：31-末
(五)	詩篇	139	詩篇	130
11/10	列王紀下	19：20-36	歷代志下	30
	腓立比書	3：1-4：1	約翰福音	14：1-14
(六)	詩篇	121	詩篇	118
12/10	列王紀下	20	歷代志下	32：1-22
	腓立比書	4：2-末	約翰福音	14：15-末

## 2024 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 14/10	詩篇 列王紀下 提摩太前書 1 : 1-17	126 21 : 1-18	詩篇 歷代志下 約翰福音	127 33 : 1-13 15 : 1-11
(二) 15/10	詩篇 列王紀下 提摩太前書 1 : 18-2 : 末	132 22 : 1-23 : 3	詩篇 歷代志下 約翰福音	135 34 : 1-18 15 : 12-17
(三) 16/10	詩篇 列王紀下 提摩太前書 3	119 : 153-末 23 : 4-25	詩篇 歷代志下 約翰福音	136 34 : 19-末 15 : 18-末
(四) 17/10	詩篇 列王紀下 提摩太前書 4	143 23:36-24:17	詩篇 歷代志下 約翰福音	138 35 : 1-19 16 : 1-15
(五) 18/10 聖路加日	詩篇 以賽亞書 路加福音	145 55 1 : 1-4	詩篇 以賽亞書 歌羅西書	103 61 : 1-6 4 : 7-末
(六) 19/10	詩篇 列王紀下 提摩太前書 5 : 17-末	147 25 : 22-末	詩篇 歷代志下 約翰福音	148 36 : 11-末 16 : 23-末

## 2024 年 10 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 21/10	詩篇 1 出埃及記 22:21-27 提摩太前書 6:1-10	詩篇 4 彌迦書 1:1-9 約翰福音 17:1-5
(二) 22/10	詩篇 5 出埃及記 29:38-30:16 提摩太前書 6:11-末	詩篇 9 彌迦書 2 約翰福音 17:6-19
(三) 23/10	詩篇 119:1-32 利未記 8 提摩太後書 1:1-14	詩篇 11 彌迦書 3 約翰福音 17:20-末
(四) 24/10	詩篇 15 利未記 9 提摩太後書 1:15-2:13	詩篇 18 彌迦書 4:1-5:1 約翰福音 18:1-11
(五) 25/10	詩篇 19 利未記 16:2-24 提摩太後書 2:14-末	詩篇 22 彌迦書 5:2-末 約翰福音 18:12-27
(六) 26/10	詩篇 23 利未記 17 提摩太後書 3	詩篇 24 彌迦書 6 約翰福音 18:28-末

## 2024 年 10-11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 28/10 聖西門與 聖猶大日	詩篇 以賽亞書 路加福音	116 45 : 18-末 6 : 12-16	詩篇 耶利米書 猶大書	119 : 1-16 3 : 11-18 1-4 , 17-末
(二) 29/10	詩篇 利未記 提摩太後書	36 23 : 1-22 4 : 9-末	詩篇 彌迦書 約翰福音	33 7 : 8-末 19 : 17-30
(三) 30/10	詩篇 利未記 提多書	34 23 : 23-末 1	詩篇 哈巴谷書 約翰福音	119 : 33-56 1 : 1-11 19 : 31-末
(四) 31/10	詩篇 利未記 提多書	37 24 : 1-9 2	詩篇 以賽亞書 啟示錄	5 40 : 27-末 19 : 6-10
(五) 1/11 諸聖日	詩篇 以賽亞書 路加福音	15 35 9 : 18-27	詩篇 以賽亞書 希伯來書	148 65 : 17-末 11 : 32-12 : 2
(六) 2/11 諸靈日	詩篇 民數記 腓利門書	42 6 : 1-5, 21-末	詩篇 哈巴谷書 約翰福音	46 3 : 2-19 上 20 : 19-末

## 2024 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	2	詩篇	92
4/11	但以理書	1	以賽亞書	1 : 1-20
	啟示錄	1	馬太福音	1 : 18-末
(二)	詩篇	48	詩篇	100
5/11	但以理書	2 : 1-24	以賽亞書	1 : 21-末
	啟示錄	2 : 1-11	馬太福音	2 : 1-15
(三)	詩篇	9	詩篇	112
6/11	但以理書	2 : 25-末	以賽亞書	2 : 1-11
	啟示錄	2 : 12-末	馬太福音	2 : 16-末
(四)	詩篇	15	詩篇	62
7/11	但以理書	3 : 1-18	以賽亞書	2 : 12-末
	啟示錄	3 : 1-13	馬太福音	3
(五)	詩篇	16	詩篇	143
8/11	但以理書	3 : 19-末	以賽亞書	3 : 1-15
	啟示錄	3 : 14-末	馬太福音	4 : 1-11
(六)	詩篇	18 : 31-末	詩篇	66
9/11	但以理書	4 : 1-18	以賽亞書	4 : 2-5 : 7
	啟示錄	4	馬太福音	4 : 12-22



## 2024 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	20	詩篇	72
11/11	但以理書	4：19-末	以賽亞書	5：8-24
	啟示錄	5	馬太福音	4：23-5：12
(二)	詩篇	21	詩篇	40
12/11	但以理書	5：1-12	以賽亞書	5：25-末
	啟示錄	6	馬太福音	5：13-20
(三)	詩篇	23	詩篇	37
13/11	但以理書	5：13-末	以賽亞書	6
	啟示錄	7：1-4, 9-末	馬太福音	5：21-37
(四)	詩篇	26	詩篇	43
14/11	但以理書	6	以賽亞書	7：1-17
	啟示錄	8	馬太福音	5：38-末
(五)	詩篇	32	詩篇	31
15/11	但以理書	7：1-14	以賽亞書	8：1-15
	啟示錄	9：1-12	馬太福音	6：1-18
(六)	詩篇	76	詩篇	86
16/11	但以理書	7：15-末	以賽亞書	8：16-9：7
	啟示錄	9：13-末	馬太福音	6：19-末

## 2024 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 18/11	詩篇 但以理書 啟示錄	47 8 : 1-14 10	詩篇 以賽亞書 馬太福音	71 9 : 8-10 : 4 7 : 1-12
(二) 19/11	詩篇 但以理書 啟示錄	52 8 : 15-末 11 : 1-14	詩篇 以賽亞書 馬太福音	67 10 : 5-19 7 : 13-末
(三) 20/11	詩篇 但以理書 啟示錄	56 9 : 1-19 11 : 15-末	詩篇 以賽亞書 馬太福音	91 10 : 20-32 8 : 1-13
(四) 21/11	詩篇 但以理書 啟示錄	62 9 : 20-末 12	詩篇 以賽亞書 馬太福音	76 10 : 33-11 : 9 8 : 14-22
(五) 22/11 聖西利 亞日	詩篇 但以理書 啟示錄	63 10 : 1-11 : 1 13 : 1-10	詩篇 以賽亞書 馬太福音	77 11 : 10-12 : 末 8 : 23-末
(六) 23/11	詩篇 但以理書 啟示錄	97 12 13 : 11-末	詩篇 以賽亞書 馬太福音	104 13 : 1-13 9 : 1-17

## 2024 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 25/11	詩篇 以賽亞書 啟示錄	96 40 : 1-11 14 : 1-13	詩篇 以賽亞書 馬太福音	80 14 : 3-20 9 : 18-34
<small>亞歷山大的聖傑靈日</small>				
(二) 26/11	詩篇 以賽亞書 啟示錄	97 40 : 12-26 14:14-15:末	詩篇 以賽亞書 馬太福音	101 17 9 : 35-10 : 15
(三) 27/11	詩篇 以賽亞書 啟示錄	112 40 : 27-41 : 7 16 : 1-11	詩篇 以賽亞書 馬太福音	122 19 10 : 16-33
(四) 28/11	詩篇 以賽亞書 啟示錄	125 41 : 8-20 16 : 12-末	詩篇 以賽亞書 馬太福音	133 21 : 1-12 10 : 34-11 : 1
(五) 29/11	詩篇 以賽亞書 啟示錄	139 41 : 21-42 : 9 17	詩篇 以賽亞書 馬太福音	146 22 : 1-14 11 : 2-19
(六) 30/11	詩篇 以西結書 約翰福音	47 47 : 1-12 12 : 20-32	詩篇 撒迦利亞書 約翰福音	87 8 : 20-末 1 : 35-42
<small>聖安德烈日</small>				

## 2024 年 12 月

日期	早禱經課		日期	晚禱經課	
(一) 2/12	詩篇 以賽亞書 啟示錄	50 42:18-末 19	詩篇 以賽亞書 馬太福音	71 25:1-9 12:1-21	
(二) 3/12 <small>聖方濟·沙勿略日</small>	詩篇 以賽亞書 啟示錄	80 43:1-13 20	詩篇 以賽亞書 馬太福音	74 26:1-13 12:22-37	
(三) 4/12	詩篇 以賽亞書 啟示錄	7 43:14-末 21:1-8	詩篇 以賽亞書 馬太福音	77 28:1-13 12:38-末	
(四) 5/12 <small>亞歷山大的聖紀文日</small>	詩篇 以賽亞書 啟示錄	42 44:1-8 21:9-21	詩篇 以賽亞書 馬太福音	40 28:14-末 13:1-23	
(五) 6/12 <small>聖尼哥拉日</small>	詩篇 以賽亞書 啟示錄	25 44:9-23 21:22-22:5	詩篇 以賽亞書 馬太福音	17 29:1-14 13:24-43	
(六) 7/12 <small>聖安博日</small>	詩篇 以賽亞書 啟示錄	9 44:24-45:13 22:6-末	詩篇 以賽亞書 馬太福音	27 29:15-末 13:44-末	

## 2024 年 12 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 9/12	詩篇 30 以賽亞書 45:14-末 帖撒羅尼迦 1 前書	詩篇 144 以賽亞書 30:1-18 馬太福音 14:1-12
(二) 10/12	詩篇 56 以賽亞書 46 帖撒羅尼迦 2:1-12 前書	詩篇 11 以賽亞書 30:19-末 馬太福音 14:13-末
(三) 11/12	詩篇 62 以賽亞書 47 帖撒羅尼迦 2:13-末 前書	詩篇 10 以賽亞書 31 馬太福音 15:1-20
(四) 12/12	詩篇 54 以賽亞書 48:1-11 帖撒羅尼迦 3 前書	詩篇 40 以賽亞書 32 馬太福音 15:21-28
(五) 13/12	詩篇 86 以賽亞書 48:12-末 帖撒羅尼迦 4:1-12 前書	詩篇 90 以賽亞書 33:1-22 馬太福音 15:29-末
(六) 14/12	詩篇 42 以賽亞書 49:1-13 帖撒羅尼迦 4:13-末 前書	詩篇 94 以賽亞書 35 馬太福音 16:1-12

## 2024 年 12 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 16/12	詩篇 40 以賽亞書 49 : 14-25 帖撒羅尼迦 5 : 1-11 前書	詩篇 26 以賽亞書 38 : 1-8, 21-22 馬太福音 16 : 13-末
(二) 17/12	詩篇 70 以賽亞書 50 帖撒羅尼迦 5 : 12-末 前書	詩篇 50 以賽亞書 38 : 9-20 馬太福音 17 : 1-13
(三) 18/12	詩篇 75 以賽亞書 51 : 1-8 帖撒羅尼迦 1 後書	詩篇 82 以賽亞書 39 馬太福音 17 : 14-21
(四) 19/12	詩篇 146 以賽亞書 51 : 9-16 帖撒羅尼迦 2 後書	詩篇 57 西番雅書 1 : 1-2 : 3 馬太福音 17 : 22-末
(五) 20/12	詩篇 46 以賽亞書 51 : 17-末 帖撒羅尼迦 3 後書	詩篇 4 西番雅書 3 : 1-13 馬太福音 18 : 1-20
(六) 21/12	詩篇 121 以賽亞書 52 : 1-12 猶大書	詩篇 84 西番雅書 3 : 14-末 馬太福音 18 : 21-末

## 2024 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	130	詩篇	89 : 1-37
23/12	以賽亞書	52:13-53:末	瑪拉基書	1 : 1,6-末
	彼得後書	1 : 1-15	馬太福音	19 : 1-12
(二)	詩篇	45	詩篇	85
24/12	以賽亞書	54	撒迦利亞書	2
聖誕前夕	彼得後書	1 : 16-2 : 3	啟示錄	1 : 1-8
(三)	詩篇	110	詩篇	8
25/12	以賽亞書	62 : 1-5	以賽亞書	65 : 17-25
救主聖誕日	馬太福音	1 : 18-末	腓立比書	2 : 5-11
(四)	詩篇	13	詩篇	86
26/12	耶利米書	26 : 12-15	創世記	4 : 1-10
聖士提反日	使徒行傳	6	馬太福音	23 : 34-末
(五)	詩篇	21	詩篇	97
27/12	出埃及記	33 : 12-末	以賽亞書	6 : 1-8
使徒聖約翰日	約翰一書	2 : 1-11	約翰一書	5 : 1-12
(六)	詩篇	36	詩篇	128
28/12	創世記	37 : 13-20	以賽亞書	49 : 14-25
嬰孩被殺日	馬太福音	18 : 1-10	馬可福音	10 : 13-16

2024 年 12 月 2025 年 1 月 8

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 30/12	詩篇 以賽亞書 約翰福音	113 59:1-15 上 1:19-28	詩篇 約拿書 歌羅西書	65 2 1:15-23
(二) 31/12	詩篇 以賽亞書 約翰福音	102 59:15 下-末 1:29-34	詩篇 約拿書 歌羅西書	90 3 及 4 1:24-2:7
(三) 01/01	詩篇 創世記 羅馬書	103 17:1-13 2:17-末	詩篇 民數記 使徒行傳	115 30:11-末 3:1-16
(四) 02/01	詩篇 以賽亞書 約翰福音	18:1-30 60:1-12 1:35-42	詩篇 路得記 歌羅西書	46 1 2:8-末
(五) 03/01	詩篇 以賽亞書 約翰福音	127 60:13-末 1:43-末	詩篇 路得記 歌羅西書	2 2 3:1-11
(六) 04/01	詩篇 以賽亞書 約翰福音	89:1-37 61 2:1-12	詩篇 路得記 歌羅西書	87 3 3:12-4:1