

聖公會聖馬太堂
讀經靈修冊



每日經課表
2023年7-9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，今日能擯節飲食，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。

2023 年 6-7 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 26/6	詩篇 以斯拉記 羅馬書	71 7 11:25-末	詩篇 士師記 路加福音	72 8:22-末 15:1-10
(二) 27/6	詩篇 以斯拉記 羅馬書	73 8:15-末 12:1-8	詩篇 士師記 路加福音	74 9:1-21 15:11-末
(三) 28/6 聖依勒內日	詩篇 以斯拉記 羅馬書	77 9 12:9-末	詩篇 士師記 路加福音	119:81-104 9:22-末 16:1-18
(四) 29/6 聖彼得及聖保羅日	詩篇 以賽亞書 使徒行傳	113 49:1-6 11:1-18	詩篇 以西結書 約翰福音	124 34:11-16 21:15-22
(五) 30/6	詩篇 尼希米記 羅馬書	55 1 13:8-末	詩篇 士師記 路加福音	69 11:29-末 17:1-10
(六) 01/07	詩篇 尼希米記 羅馬書	76 2 14:1-12	詩篇 士師記 路加福音	84 12:1-7 17:11-19

2023 年 7 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	92	詩篇	139
3/7	撒母耳記下	15 : 17-21	約伯記	42 : 1-6
聖多馬日	約翰福音	11 : 1-16	彼得前書	1 : 3-12
(二)	詩篇	89 : 1-18	詩篇	89 : 19-末
4/7	尼希米記	5	士師記	14
	羅馬書	15 : 1-13	路加福音	18 : 1-14
(三)	詩篇	119 : 105-128	詩篇	91
5/7	尼希米記	6 : 1-7 : 4	士師記	15 : 1-16 : 3
	羅馬書	15 : 14-21	路加福音	18 : 15-30
(四)	詩篇	92	詩篇	94
6/7	尼希米記	7 : 73 下-8 : 末	士師記	16 : 4-末
	羅馬書	15 : 22-末	路加福音	18 : 31-末
(五)	詩篇	88	詩篇	102
7/7	尼希米記	9 : 1-23	士師記	17
	羅馬書	16 : 1-16	路加福音	19 : 1-10
(六)	詩篇	97	詩篇	104
8/7	尼希米記	9 : 24-末	士師記	18 : 1-20, 27-末
	羅馬書	16 : 17-末	路加福音	19 : 11-27

2023 年 7 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 10/7	詩篇 98 尼希米記 12:27-47 哥林多後書 1:1-14	詩篇 105 撒母耳記上 1:1-20 路加福音 19:28-40
(二) 11/7 聖本德日	詩篇 106 尼希米記 13:1-14 哥林多後書 1:15-2:4	詩篇 107 撒母耳記上 1:21-2:11 路加福音 19:41-末
(三) 12/7	詩篇 111 尼希米記 13:15-末 哥林多後書 2:5-末	詩篇 119:129-152 撒母耳記上 2:12-26 路加福音 20:1-8
(四) 13/7	詩篇 115 以斯帖記 1 哥林多後書 3	詩篇 116 撒母耳記上 2:27-末 路加福音 20:9-19
(五) 14/7	詩篇 139 以斯帖記 2 哥林多後書 4	詩篇 130 撒母耳記上 3:1-4:1 上 路加福音 20:20-26
(六) 15/7	詩篇 121 以斯帖記 3 哥林多後書 5	詩篇 118 撒母耳記上 4:1 下-末 路加福音 20:27-40

2023 年 7 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 17/7	詩篇 126 以斯帖記 4 哥林多後書 6：1-7：1	詩篇 127 撒母耳記上 5 路加福音 20：41-21：4
(二) 18/7	詩篇 132 以斯帖記 5 哥林多後書 7：2-末	詩篇 135 撒母耳記上 6：1-16 路加福音 21：5-19
(三) 19/7	詩篇 119：153-末 以斯帖記 6：1-13 哥林多後書 8：1-15	詩篇 136 撒母耳記上 7 路加福音 21：20-28
(四) 20/7	詩篇 143 以斯帖記 6：14-7：末 哥林多後書 8：16-9：5	詩篇 138 撒母耳記上 8 路加福音 21：29-末
(五) 21/7	詩篇 144 以斯帖記 8 哥林多後書 9：6-末	詩篇 145 撒母耳記上 9：1-14 路加福音 22：1-13
(六) 22/7	詩篇 30 撒母耳記上 16：14-末 路加福音 8：1-3	詩篇 63 西番雅書 3：14-末 馬可福音 15：40-16：7
聖抹大拉 馬利亞日		

2023 年 7 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 24/7	詩篇 1 耶利米書 26 哥林多後書 11:1-15	詩篇 4 撒母耳記上 10:1-16 路加福音 22:24-30
(二) 25/7 使徒聖雅各日	詩篇 7 列王紀下 1:9-15 路加福音 9:46-56	詩篇 94 耶利米書 26:1-15 馬可福音 1:14-20
(三) 26/7 聖安及聖約雅敬日	詩篇 119:1-32 耶利米書 29:1-14 哥林多後書 12	詩篇 11 撒母耳記上 11 路加福音 22:39-46
(四) 27/7	詩篇 15 耶利米書 30:1-11 哥林多後書 13	詩篇 18 撒母耳記上 12 路加福音 22:47-62
(五) 28/7	詩篇 19 耶利米書 30:12-22 雅各書 1:1-11	詩篇 22 撒母耳記上 13:5-18 路加福音 22:63-末
(六) 29/7 聖馬利亞、聖馬大及聖拉撒路日	詩篇 23 耶利米書 31:1-22 雅各書 1:12-末	詩篇 24 撒母耳記上 13:19-14:15 路加福音 23:1-12

2023 年 7-8 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 31/7 羅耀拉的聖 依納爵日	詩篇	30	詩篇	28
	耶利米書	31 : 23-25 : 27-37	撒母耳記上	14 : 24-46
	雅各書	2 : 1-13	路加福音	23 : 13-25
(二) 1/8	詩篇	36	詩篇	33
	耶利米書	32 : 1-15	撒母耳記上	15 : 1-23
	雅各書	2 : 14-末	路加福音	23 : 26-43
(三) 2/8	詩篇	34	詩篇	119 : 33-56
	耶利米書	33 : 1-13	撒母耳記上	16
	雅各書	3	路加福音	23 : 44-56 上
(四) 3/8	詩篇	37	詩篇	40
	耶利米書	33 : 14-末	撒母耳記上	17 : 1-30
	雅各書	4 : 1-12	路加福音	23 : 56 下-24 : 12
(五) 4/8	詩篇	31	詩篇	35
	耶利米書	35	撒母耳記上	17 : 31-54
	雅各書	4 : 13-5 : 6	路加福音	24 : 13-35
(六) 5/8	詩篇	42	詩篇	46
	耶利米書	36 : 1-18	撒母耳記上	17 : 55-18 : 16
	雅各書	5 : 7-末	路加福音	24 : 36-末

2023 年 8 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	44	詩篇	47
7/8	耶利米書	36 : 19-末	撒母耳記上	19 : 1-18
	馬可福音	1 : 1-13	使徒行傳	1 : 1-14
(二)	詩篇	48	詩篇	50
8/8	耶利米書	37	撒母耳記上	20 : 1-17
聖道明日	馬可福音	1 : 14-20	使徒行傳	1 : 15-末
(三)	詩篇	119 : 57-80	詩篇	59
9/8	耶利米書	38 : 1-13	撒母耳記上	20 : 18-末
	馬可福音	1 : 21-28	使徒行傳	2 : 1-21
(四)	詩篇	57	詩篇	62
10/8	耶利米書	38 : 14-末	撒母耳記上	21 : 1-22 : 5
聖羅倫斯日	馬可福音	1 : 29-末	使徒行傳	2 : 22-36
(五)	詩篇	51	詩篇	38
11/8	耶利米書	39	撒母耳記上	22 : 6-末
亞西西的聖嘉勒日	馬可福音	2 : 1-12	使徒行傳	2 : 37-末
(六)	詩篇	68	詩篇	66
12/8	耶利米書	40	撒母耳記上	23
	馬可福音	2 : 13-22	使徒行傳	3 : 1-10

2023 年 8 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 14/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	71 41 2 : 23-3 : 6	詩篇 撒母耳記上 使徒行傳	72 24 3 : 11-末
(二) 15/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	73 42 3 : 7-19 上	詩篇 撒母耳記上 使徒行傳	74 26 4 : 1-12
(三) 16/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	77 43 3 : 19 下-末	詩篇 撒母耳記上 使徒行傳	119 : 81-104 28 : 3-末 4 : 13-31
(四) 17/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	78 : 1-39 44 : 1-14 4 : 1-20	詩篇 撒母耳記上 使徒行傳	78 : 40-末 31 4 : 32-5 : 11
(五) 18/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	55 44 : 15-末 4 : 21-34	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	69 1 5 : 12-26
(六) 19/8	詩篇 耶利米書 馬可福音	76 45 4 : 35-末	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	84 2 : 1-11 5 : 27-末

2023年8月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 21/8	詩篇 彌迦書 馬可福音	80 1 : 1-9 5 : 1-20	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	85 3 : 12-末 6
(二) 22/8	詩篇 彌迦書 馬可福音	89 : 1-18 2 5 : 21-34	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	89 : 19-末 5 : 1-12 7 : 1-16
(三) 23/8	詩篇 彌迦書 馬可福音	119 : 105-128 3 5 : 35-末	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	91 6 : 1-19 7 : 17-43
(四) 24/8 聖巴多羅買日	詩篇 創世記 約翰福音	86 28 : 10-17 1 : 43-末	詩篇 申命記 馬太福音	91 18 : 15-19 10 : 1-22
(五) 25/8	詩篇 彌迦書 馬可福音	88 5 : 2-末 6 : 14-29	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	102 7 : 18-末 7 : 54-8 : 3
(六) 26/8	詩篇 彌迦書 馬可福音	97 6 6 : 30-44	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	104 9 8 : 4-25

2023 年 8-9 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 28/8 希波的聖奧古斯丁日	詩篇 彌迦書 馬可福音	98 7 : 1-7 6 : 45-末	詩篇 撒母耳記下 11 使徒行傳	105 8 : 26-末
(二) 29/8 施洗聖約翰殉道	詩篇 彌迦書 馬可福音	106 7 : 8-末 7 : 1-13	詩篇 撒母耳記下 12 : 1-25 使徒行傳	107 9 : 1-19 上
(三) 30/8	詩篇 哈巴谷書 馬可福音	111 1 : 1-11 7 : 14-23	詩篇 撒母耳記下 15 : 1-12 使徒行傳	119 : 129-152 9 : 19 下-31
(四) 31/8	詩篇 哈巴谷書 馬可福音	115 1 : 12-2 : 5 7 : 24-30	詩篇 撒母耳記下 15 : 13-末 使徒行傳	116 9 : 32-末
(五) 1/9	詩篇 哈巴谷書 馬可福音	139 2 : 6-末 7 : 31-末	詩篇 撒母耳記下 16 : 1-14 使徒行傳	130 10 : 1-16
(六) 2/9	詩篇 哈巴谷書 馬可福音	121 3 : 2-19 上 8 : 1-10	詩篇 撒母耳記下 17 : 1-23 使徒行傳	118 10 : 17-33

2023 年 9 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 4/9	詩篇 126 哈該書 1 : 1-11 馬可福音 8 : 11-21	詩篇 127 撒母耳記下 18 : 1-18 使徒行傳 10 : 34-末
(二) 5/9	詩篇 132 哈該書 1 : 12-2 : 9 馬可福音 8 : 22-26	詩篇 135 撒母耳記下 18 : 19-19 : 8 上 使徒行傳 11 : 1-18
(三) 6/9	詩篇 119 : 153-末 哈該書 2 : 10-末 馬可福音 8 : 27-9 : 1	詩篇 136 撒母耳記下 19 : 8 下-23 使徒行傳 11 : 19-末
(四) 7/9	詩篇 143 撒迦利亞書 1 : 1-17 馬可福音 9 : 2-13	詩篇 138 撒母耳記下 19 : 24-末 使徒行傳 12 : 1-17
(五) 8/9 童貞女聖 馬利亞日	詩篇 144 撒迦利亞書 3 馬可福音 9 : 14-29	詩篇 145 撒母耳記下 24 使徒行傳 12 : 18-末
(六) 9/9	詩篇 147 撒迦利亞書 3 馬可福音 9 : 30-37	詩篇 148 撒母耳記下 24 使徒行傳 13 : 1-12

2023 年 9 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 11/9	詩篇 1 撒迦利亞書 4 馬可福音 9 : 38-末	詩篇 4 列王紀上 1 : 5-31 使徒行傳 13 : 13-43
(二) 12/9	詩篇 5 撒迦利亞書 6 : 9-末 馬可福音 10 : 1-16	詩篇 9 列王紀上 1 : 32-2 : 4 使徒行傳 13 : 44-14 : 7
(三) 13/9 金口聖約 翰日	詩篇 119 : 1-32 撒迦利亞書 7 馬可福音 10 : 17-31	詩篇 11 列王紀上 3 使徒行傳 14 : 8-末
(四) 14/9 聖十架日	詩篇 146 創世記 3 : 1-15 約翰福音 12 : 27-36 上	詩篇 110 以賽亞書 63 : 1-16 哥林多前書 1 : 18-25
(五) 15/9	詩篇 19 撒迦利亞書 8 : 9-末 馬可福音 10 : 35-45	詩篇 22 列王紀上 6 : 11-28 使徒行傳 15 : 22-35
(六) 16/9	詩篇 23 撒迦利亞書 9 : 1-12 馬可福音 10 : 46-末	詩篇 24 列王紀上 8 : 1-30 使徒行傳 15 : 36-16 : 5

2023年9月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	30	詩篇	28
18/9	撒迦利亞書	10	列王紀上	8：31-62
	馬可福音	11：1-11	使徒行傳	16：6-24
(二)	詩篇	36	詩篇	33
19/9	撒迦利亞書	11：4-末	列王紀上	8：63-9：9
	馬可福音	11：12-26	使徒行傳	16：25-末
(三)	詩篇	34	詩篇	119：33-56
20/9	撒迦利亞書	12：1-10	列王紀上	10：1-25
	馬可福音	11：27-末	使徒行傳	17：1-15
(四)	詩篇	49	詩篇	119：33-40
21/9	列王紀上	19：15-末	傳道書	5：4-12
聖馬太日	提摩太後書	3：14-末	馬太福音	19：16-末
(五)	詩篇	31	詩篇	35
22/9	撒迦利亞書	14：1-11	列王紀上	11：26-末
	馬可福音	12：13-17	使徒行傳	18：1-21
(六)	詩篇	42	詩篇	46
23/9	撒迦利亞書	14：12-末	列王紀上	12：1-24
	馬可福音	12：18-27	使徒行傳	18：22-19：7

2023年9月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 25/9	詩篇 以西結書 馬可福音	44 1 : 1-14 12 : 28-34	詩篇 列王紀上 使徒行傳	47 12 : 25-13 : 10 19 : 8-20
(二) 26/9	詩篇 以西結書 馬可福音	48 1 : 15-2 : 2 12 : 35-末	詩篇 列王紀上 使徒行傳	50 13 : 11-末 19 : 21-末
(三) 27/9	詩篇 以西結書 馬可福音	119 : 57-80 2 : 3-3 : 11 13 : 1-13	詩篇 列王紀上 使徒行傳	59 17 20 : 1-16
(四) 28/9	詩篇 以西結書 馬可福音	57 3 : 12-末 13 : 14-23	詩篇 列王紀上 使徒行傳	62 18 : 1-20 20 : 17-末
(五) 29/9 聖米迦勒 與諸天使 日	詩篇 但以理書 使徒行傳	34 12 : 1-4 12 : 1-11	詩篇 但以理書 啟示錄	138 10 : 4-末 5
(六) 30/9 聖耶柔米 日	詩篇 以西結書 馬可福音	68 9 13 : 32-末	詩篇 列王紀上 使徒行傳	66 19 21 : 17-36

