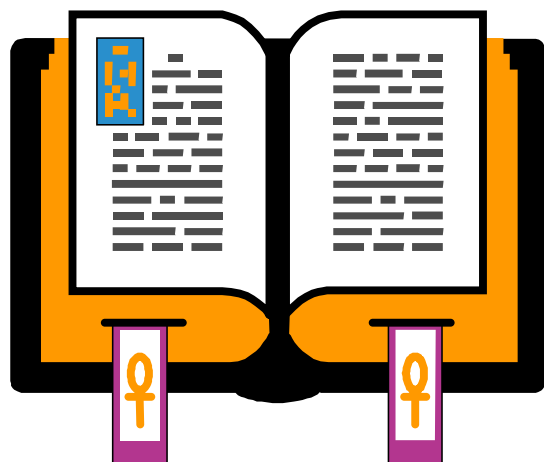


# 聖公會聖保羅堂



**每日經課表**  
**2022年10月至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，不過災難。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。

# October 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
( 六 ) 1/10	詩篇 42 列王紀上 12 : 1-24 使徒行傳 18 : 22-19 : 7	詩篇 46 撒迦利亞書 14 : 12-末 馬可福音 12 : 18-27
( 一 ) 3/10	詩篇 44 列王紀上 12 : 25-13 : 10 使徒行傳 19 : 8-20	詩篇 47 以西結書 1 : 1-14 馬可福音 12 : 28-34
( 二 ) 4/10 亞西西的聖方濟日	詩篇 48 列王紀上 13 : 11-末 使徒行傳 19 : 21-末	詩篇 50 以西結書 1 : 15-2 : 2 馬可福音 12 : 35-末
( 三 ) 5/10	詩篇 119 : 57-80 列王紀上 17 使徒行傳 20 : 1-16	詩篇 59 以西結書 2 : 3-3 : 11 馬可福音 13 : 1-13
( 四 ) 6/10	詩篇 57 列王紀上 18 : 1-20 使徒行傳 20 : 17-末	詩篇 62 以西結書 3 : 12-末 馬可福音 13 : 14-23
( 五 ) 7/10	詩篇 51 列王紀上 18 : 21-末 使徒行傳 21 : 1-16	詩篇 38 以西結書 8 馬可福音 13 : 24-31
( 六 ) 8/10	詩篇 68 列王紀上 19 使徒行傳 21 : 17-36	詩篇 66 以西結書 9 馬可福音 13 : 32-末

# October 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 10/10	詩篇 71 列王紀上 21 使徒行傳 21:37-22:21	詩篇 72 以西結書 10:1-19 馬可福音 14:1-11
(二) 11/10	詩篇 73 列王紀上 22:1-28 使徒行傳 22:22-23:11	詩篇 74 以西結書 11:14-末 馬可福音 14:12-25
(三) 12/10	詩篇 77 列王紀上 22:29-45 使徒行傳 23:12-末	詩篇 119:81-104 以西結書 12:1-16 馬可福音 14:26-42
(四) 13/10	詩篇 78:1-39 列王紀下 1:2-17 使徒行傳 24:1-23	詩篇 78:40-末 以西結書 12:17-末 馬可福音 14:43-52
(五) 14/10	詩篇 55 列王紀下 2:1-18 使徒行傳 24:24-25:12	詩篇 69 以西結書 13:1-16 馬可福音 14:53-65
(六) 15/10	詩篇 76 列王紀下 4:1-37 使徒行傳 25:13-末	詩篇 84 以西結書 14:1-11 馬可福音 14:66-末

# October 2022

	早禱經課		晚禱經課	
(一) 17/10	詩篇 列王紀下 使徒行傳	80 5 26 : 1-23	詩篇 以西結書 馬可福音	85 14 : 12-末 15 : 1-15
(二) 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
(三) 19/10	詩篇 列王紀下 使徒行傳	119 : 105-128 9 : 1-16 27 : 1-26	詩篇 以西結書 馬可福音	91 18 : 21-32 15 : 33-41
(四) 20/10	詩篇 列王紀下 使徒行傳	92 9 : 17-末 27 : 27-末	詩篇 以西結書 馬可福音	94 20 : 1-20 15 : 42-末
(五) 21/10	詩篇 列王紀下 使徒行傳	88 12 : 1-19 28 : 1-16	詩篇 以西結書 馬可福音	102 20 : 21-38 16 : 1-8
(六) 22/10	詩篇 列王紀下 使徒行傳	97 17 : 1-23 28 : 17-末	詩篇 以西結書 馬可福音	104 24 : 15-末 16 : 9-末

# October 2022

	早禱經課		晚禱經課	
(一) 24/10	詩篇 列王紀下 腓立比書	98 17:24-末 1:1-11	詩篇 以西結書 約翰福音	105 28:1-19 13:1-11
(二) 25/10	詩篇 列王紀下 腓立比書	106 18:1-12 1:12-末	詩篇 以西結書 約翰福音	107 33:1-20 13:12-20
(三) 26/10	詩篇 列王紀下 腓立比書	111 18:13-末 2:1-13	詩篇 以西結書 約翰福音	119:129-152 33:21-末 13:21-30
(四) 27/10	詩篇 列王紀下 腓立比書	115 19:1-19 2:14-末	詩篇 以西結書 約翰福音	116 34:1-16 13:31-末
(五) 28/10 <small>聖西門與聖猶大日</small>	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
(六) 29/10	詩篇 列王紀下 腓立比書	121 20 4:2-末	詩篇 以西結書 約翰福音	118 36:16-36 14:15-末

# October-November 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 31/10	詩篇 2 但以理書 1 啟示錄 1	詩篇 5 以賽亞書 40：27-末 啟示錄 19：6-10
(二) 1/11 諸聖日	詩篇 15 以賽亞書 35 路加福音 9：18-27	詩篇 148 以賽亞書 65：17-末 希伯來書 11：32-12：2
(三) 2/11 諸靈日	詩篇 9 但以理書 2：25-末 啟示錄 2：12-末	詩篇 112 以賽亞書 2：1-11 馬太福音 2：16-末
(四) 3/11	詩篇 15 但以理書 3：1-18 啟示錄 3：1-13	詩篇 138 以賽亞書 2：12-末 馬太福音 3
(五) 4/11	詩篇 16 但以理書 3：19-末 啟示錄 3：14-末	詩篇 143 以賽亞書 3：1-15 馬太福音 4：1-11
(六) 5/11	詩篇 18：31-末 但以理書 4：1-18 啟示錄 4	詩篇 148 以賽亞書 4：2-5：7 馬太福音 4：12-22

# November 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 7/11	詩篇 20 但以理書 4:19-末 啟示錄 5	詩篇 4 以賽亞書 5:8-24 馬太福音 4:23-5:12
(二) 8/11	詩篇 21 但以理書 5:1-12 啟示錄 6	詩篇 40 以賽亞書 5:25-末 馬太福音 5:13-20
(三) 9/11	詩篇 23 但以理書 5:13-末 啟示錄 7:1-4, 9-末	詩篇 11 以賽亞書 6 馬太福音 5:21-37
(四) 10/11	詩篇 26 但以理書 6 啟示錄 8	詩篇 43 以賽亞書 7:1-17 馬太福音 5:38-末
(五) 11/11	詩篇 32 但以理書 7:1-14 啟示錄 9:1-12	詩篇 31 以賽亞書 8:1-15 馬太福音 6:1-18
(六) 12/11	詩篇 33 但以理書 7:15-末 啟示錄 9:13-末	詩篇 86 以賽亞書 8:16-9:7 馬太福音 6:19-末



# November 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 14/11	詩篇 47 但以理書 8：1-14 啟示錄 10	詩篇 71 以賽亞書 9：8-10：4 馬太福音 7：1-12
(二) 15/11	詩篇 52 但以理書 8：15-末 啟示錄 11：1-14	詩篇 67 以賽亞書 10：5-19 馬太福音 7：13-末
(三) 16/11	詩篇 56 但以理書 9：1-19 啟示錄 11：15-末	詩篇 73 以賽亞書 10：20-32 馬太福音 8：1-13
(四) 17/11	詩篇 62 但以理書 9：20-末 啟示錄 12	詩篇 76 以賽亞書 10：33-11：9 馬太福音 8：14-22
(五) 18/11	詩篇 63 但以理書 10：1-11：1 啟示錄 13：1-10	詩篇 77 以賽亞書 11：10-12：末 馬太福音 8：23-末
(六) 19/11	詩篇 42 但以理書 12 啟示錄 13：11-末	詩篇 46 以賽亞書 13：1-13 馬太福音 9：1-17

# November 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 21/11	詩篇 96 以賽亞書 40：1-11 啟示錄 14：1-13	詩篇 80 以賽亞書 14：3-20 馬太福音 9：18-34
(二) 22/11 聖西西利亞日	詩篇 97 以賽亞書 40：12-26 啟示錄 14：14-15：末	詩篇 101 以賽亞書 17 馬太福音 9：35-10：15
(三) 23/11	詩篇 112 以賽亞書 40：27-41：7 啟示錄 16：1-11	詩篇 122 以賽亞書 19 馬太福音 10：16-33
(四) 24/11	詩篇 125 以賽亞書 41：8-20 啟示錄 16：12-末	詩篇 133 以賽亞書 21：1-12 馬太福音 10：34-11：1
(五) 25/11 聖傑靈日	詩篇 51 以賽亞書 41：21-42：9 啟示錄 17	詩篇 146 以賽亞書 22：1-14 馬太福音 11：2-19
(六) 26/11	詩篇 145 以賽亞書 42：10-17 啟示錄 18	詩篇 150 以賽亞書 24 馬太福音 11：20-末

# November-December 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 28/11	詩篇 50 以賽亞書 42:18:末 啟示錄 19	詩篇 71 以賽亞書 25:1-9 馬太福音 12:1-21
(二) 29/11	詩篇 80 以賽亞書 43:1-13 啟示錄 20	詩篇 74 以賽亞書 26:1-13 馬太福音 12:22-37
(三) 30/11 聖安德烈日	詩篇 47 以西結書 47:1-12 約翰福音 12:20-32	詩篇 87 撒迦利亞書 8:20-末 約翰福音 1:35-42
(四) 1/12	詩篇 42 以賽亞書 44:1-8 啟示錄 21:9-21	詩篇 40 以賽亞書 28:14-末 馬太福音 13:1-23
(五) 2/12	詩篇 25 以賽亞書 44:9-23 啟示錄 21:22-22:5	詩篇 17 以賽亞書 29:1-14 馬太福音 13:24-43
(六) 3/12 聖方濟·沙勿略日	詩篇 9 以賽亞書 44:24-45:13 啟示錄 22:6-末	詩篇 27 以賽亞書 29:15-末 馬太福音 13:44-末

# December 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 5/12 亞歷山大的聖紀文日	詩篇 30 以賽亞書 45:14-末 帖撒羅尼迦前書 1	詩篇 28 以賽亞書 30:1-18 馬太福音 14:1-12
(二) 6/12 聖尼哥拉日	詩篇 56 以賽亞書 46 帖撒羅尼迦前書 2:1-12	詩篇 11 以賽亞書 30:19-末 馬太福音 14:13-末
(三) 7/12 聖安博日	詩篇 62 以賽亞書 47 帖撒羅尼迦前書 2:13-末	詩篇 10 以賽亞書 31 馬太福音 15:1-20
(四) 8/12	詩篇 54 以賽亞書 48:1-11 帖撒羅尼迦前書 3	詩篇 40 以賽亞書 32 馬太福音 15:21-28
(五) 9/12	詩篇 86 以賽亞書 48:12-末 帖撒羅尼迦前書 4:1-12	詩篇 90 以賽亞書 33:1-22 馬太福音 15:29-末
(六) 10/12	詩篇 42 以賽亞書 49:1-13 帖撒羅尼迦前書 4:13-末	詩篇 94 以賽亞書 35 馬太福音 16:1-12

# December 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 12/12	詩篇 40 以賽亞書 49：14-25 帖撒羅尼迦前書 5：1-11	詩篇 26 以賽亞書 38：1-8, 21-22 馬太福音 16：13-末
(二) 13/12	詩篇 70 以賽亞書 50 帖撒羅尼迦前書 5：12-末	詩篇 50 以賽亞書 38：9-20 馬太福音 17：1-13
(三) 14/12	詩篇 75 以賽亞書 51：1-8 帖撒羅尼迦後書 1	詩篇 82 以賽亞書 39 馬太福音 17：14-21
(四) 15/12	詩篇 76 以賽亞書 51：9-16 帖撒羅尼迦後書 2	詩篇 62 西番雅書 1：1-2：3 馬太福音 17：22-末
(五) 16/12	詩篇 98 以賽亞書 51：17-末 帖撒羅尼迦後書 3	詩篇 38 西番雅書 3：1-13 馬太福音 18：1-20
(六) 17/12	詩篇 71 以賽亞書 52：1-12 猶大書	詩篇 43 西番雅書 3：14-末 馬太福音 18：21-末

# December 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 19/12	詩篇 146 以賽亞書 52 : 13-53 : 末 彼得後書 1 : 1-15	詩篇 57 瑪拉基書 1 : 1, 6-末 馬太福音 19 : 1-12
(二) 20/12	詩篇 46 以賽亞書 54 彼得後書 1 : 16-2 : 3	詩篇 4 瑪拉基書 2 : 1-16 馬太福音 19 : 13-15
(三) 21/12	詩篇 121 以賽亞書 55 彼得後書 2 : 4-末	詩篇 84 瑪拉基書 2 : 17-3 : 12 馬太福音 19 : 16-末
(四) 22/12	詩篇 124 以賽亞書 56 : 1-8 彼得後書 3	詩篇 48 瑪拉基書 3 : 13-4 : 末 馬太福音 23 : 1-12
(五) 23/12	詩篇 130 以賽亞書 63 : 1-6 約翰二書	詩篇 89 : 1-37 那鴻書 1 馬太福音 23 : 13-28
(六) 24/12 聖誕前夕	詩篇 45 以賽亞書 58 約翰三書	詩篇 85 撒迦利亞書 2 啟示錄 1 : 1-8

# December 2022

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 26/12 聖士提反日	詩篇 13 耶利米書 26 : 12-15 使徒行傳 6	詩篇 86 創世記 4 : 1-10 馬太福音 23 : 34-末
(二) 27/12 使徒聖約翰日	詩篇 21 出埃及記 33 : 12-末 約翰一書 2 : 1-11	詩篇 97 以賽亞書 6 : 1-8 約翰一書 5 : 1-12
(三) 28/12 嬰孩被殺日	詩篇 36 創世記 37 : 13-20 馬太福音 18 : 1-10	詩篇 128 以賽亞書 49 : 14-25 馬可福音 10 : 13-16
(四) 29/12 聖多馬·貝克日	詩篇 19 以賽亞書 57 : 15-末 約翰福音 1 : 1-18	詩篇 132 約拿書 1 歌羅西書 1 : 1-14
(五) 30/12	詩篇 113 以賽亞書 59 : 1-15上 約翰福音 1 : 19-28	詩篇 65 約拿書 2 歌羅西書 1 : 15-23
(六) 31/12	詩篇 102 以賽亞書 59 : 15下-末 約翰福音 1 : 29-34	詩篇 90 約拿書 3及4 歌羅西書 1 : 24-2 : 7

## **為讀經生活禱告**

賜福的主，你為我們的學習而寫成《聖經》：幫助我們去聽、讀、記、學習和在心裡消化它們，以致藉忍耐和你聖言的安慰，我們可以抱緊和永遠握緊永生的盼望，就是你在我們救主耶穌基督裡賜給我們的。阿們。 — 美國聖公會公禱書基督再來專集

## **為我們日常的生活禱告**

天父，藉你創造的工作和你兒子在木匠枱上的勞力，你賜福給我們每周日的工作：求你給予國家的領袖有智慧去解決失業的問題。使我們有工作的人，不僅在工作中得著滿足，也同時享受在服事社區中與你同工，藉我主耶穌基督的名求。阿們。

## **為事奉上帝禱告**

永恆的上帝，你是認識你的人思想中的亮光，是愛你的人心中的喜樂，和服事你的人意志裡的力量；使我們認識你以致我們真的愛你，而這樣愛你時我們可以完全事奉你，因事奉你是無上的特權，奉我主耶穌基督的名。阿們。

— 改編自奧古斯丁(Augustine Hippo)作品，卒於公元430年