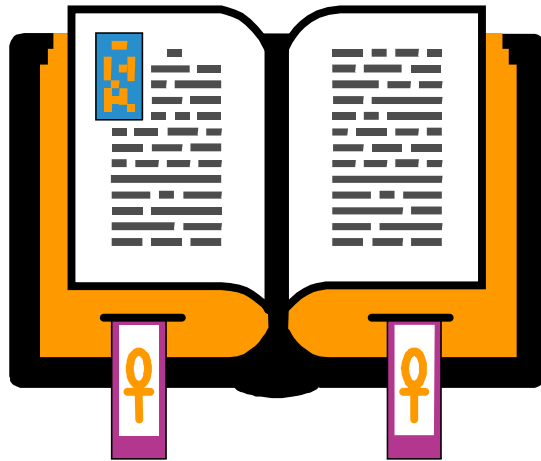


聖公會聖保羅堂



每日經課表
2026年4月至6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。

April 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(三) 1/4	詩篇 102 耶利米書 11：18-20 路加福音 22：54-末	詩篇 88 以賽亞書 63：1-9 啟示錄 14：18-15：4
(四) 2/4 設立聖餐日	詩篇 42 利未記 16：2-24 路加福音 23：1-25	詩篇 39 出埃及記 11 以弗所書 2：11-18
(五) 3/4 救主受難日	詩篇 69 創世記 22：1-18 希伯來書 10：1-10	詩篇 130 耶利米哀歌 5：15-末 歌羅西書 1：18-23
(六) 4/4 復活前夕	詩篇 142 何西阿書 6：1-6 約翰福音 2：18-22	詩篇 116 約伯記 19：21-27 約翰一書 5：5-12

April 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 6/4	詩篇 111 出埃及記 12:1-14 哥林多前書 15:1-11	詩篇 135 雅歌 1:9-2:7 馬可福音 16:1-8
(二) 7/4	詩篇 112 出埃及記 12:14-36 哥林多前書 15:12-19	詩篇 136 雅歌 2:8-末 路加福音 24:1-12
(三) 8/4	詩篇 113 出埃及記 12:37-末 哥林多前書 15:20-28	詩篇 105 雅歌 3 馬太福音 28:16-末
(四) 9/4	詩篇 114 出埃及記 13:1-16 哥林多前書 15:29-34	詩篇 106 雅歌 5:2-6:3 路加福音 7:11-17
(五) 10/4	詩篇 115 出埃及記 13:17-14:14 哥林多前書 15:35-50	詩篇 107 雅歌 7:10-8:4 路加福音 8:41-末
(六) 11/4	詩篇 116 出埃及記 14:15-末 哥林多前書 15:51-末	詩篇 145 雅歌 8:5-7 約翰福音 11:17-44

April 2026

	早禱經課	晚禱經課
(一) 13/4	詩篇 19 出埃及記 15：1-21 歌羅西書 1：1-14	詩篇 4 申命記 1：3-18 約翰福音 20：1-10
(二) 14/4	詩篇 8 出埃及記 15：22-16：10 歌羅西書 1：15-末	詩篇 10 申命記 1：19-40 約翰福音 20：11-18
(三) 15/4	詩篇 30 出埃及記 16：11-末 歌羅西書 2：1-15	詩篇 11 申命記 3：18-末 約翰福音 20：19-末
(四) 16/4	詩篇 28 出埃及記 17 歌羅西書 2：16-3：11	詩篇 34 申命記 4：1-14 約翰福音 21：1-14
(五) 17/4	詩篇 61 出埃及記 18：1-12 歌羅西書 3：12-4：1	詩篇 118 申命記 4：15-31 約翰福音 21：15-19
(六) 18/4	詩篇 84 出埃及記 18：13-末 歌羅西書 4：2-末	詩篇 24 申命記 4：32-40 約翰福音 21：20-末

April 2026

	早禱經課	晚禱經課
(一) 20/4	詩篇 96 出埃及記 19 路加福音 1 : 1-25	詩篇 61 申命記 5 : 1-22 以弗所書 1 : 1-14
(二) 21/4 聖安瑟莫	詩篇 98 出埃及記 20 : 1-21 路加福音 1 : 26-38	詩篇 71 申命記 5 : 22-末 以弗所書 1 : 15-末
(三) 22/4	詩篇 105 出埃及記 24 路加福音 1 : 39-56	詩篇 72 申命記 6 以弗所書 2 : 1-10
(四) 23/4 聖佐治	詩篇 5 約書亞記 1 : 1-9 以弗所書 6 : 10-20	詩篇 3 以賽亞書 43 : 1-7 約翰福音 15 : 1-8
(五) 24/4	詩篇 107 出埃及記 28 : 1-4上, 29-38 路加福音 2 : 1-20	詩篇 77 申命記 7 : 12-末 以弗所書 3 : 1-13
(六) 25/4 聖馬可	詩篇 148 以賽亞書 62 : 6-10 使徒行傳 12 : 25-13 : 13	詩篇 45 以西結書 1 : 4-14 提摩太後書 4 : 1-11

April-May 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 27/4 中華宗主信徒日	詩篇 103 出埃及記 32：1-14 路加福音 2：41-末	詩篇 114 申命記 9：1-21 以弗所書 4：1-16
(二) 28/4	詩篇 48 出埃及記 32：15-34 路加福音 3：1-14	詩篇 116 申命記 9：23-10：5 以弗所書 4：17-末
(三) 29/4 錫耶納的聖傑靈	詩篇 135 出埃及記 33 路加福音 3：15-22	詩篇 47 申命記 10：12-末 以弗所書 5：1-14
(四) 30/4	詩篇 57 出埃及記 34：1-10, 27-末 路加福音 4：1-13	詩篇 85 申命記 11：8-末 以弗所書 5：15-末
(五) 1/5 聖腓力與聖雅各	詩篇 139 箴言 4：10-18 雅各書 1：1-12	詩篇 149 約伯記 23：1-12 約翰福音 1：43-末
(六) 2/5 聖亞塔拿修	詩篇 34 出埃及記 40：17-末 路加福音 4：31-37	詩篇 84 申命記 15：1-18 以弗所書 6：10-末

May 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 4/5	詩篇 145 民數記 9：15-末, 10：33-末 路加福音 4：38-末	詩篇 72 申命記 16：1-20 彼得前書 1：1-12
(二) 5/5	詩篇 19 民數記 11：1-33 路加福音 5：1-11	詩篇 97 申命記 17：8-末 彼得前書 1：13-末
(三) 6/5	詩篇 30 民數記 12 路加福音 5：12-26	詩篇 99 申命記 18：9-末 彼得前書 2：1-10
(四) 7/5	詩篇 57 民數記 13：1-3, 17-末 路加福音 5：27-末	詩篇 104 申命記 19 彼得前書 2：11-末
(五) 8/5	詩篇 138 民數記 14：1-25 路加福音 6：1-11	詩篇 66 申命記 21：22-22：8 彼得前書 3：1-12
(六) 9/5 聖基道	詩篇 146 民數記 14：26-末 路加福音 6：12-26	詩篇 84 申命記 24：5-末 彼得前書 3：13-末

May 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 11/5	詩篇 65 民數記 16：1-35 路加福音 6：27-38	詩篇 121 申命記 26 彼得前書 4：1-11
(二) 12/5	詩篇 126 民數記 16：36-末 路加福音 6：39-末	詩篇 128 申命記 28：1-14 彼得前書 4：12-末
(三) 13/5	詩篇 132 民數記 17：1-11 路加福音 7：1-10	詩篇 15 撒母耳記下 23：1-5 歌羅西書 2：20-3：4
(四) 14/5 升天日	詩篇 110 以賽亞書 52：7-末 希伯來書 7：11-25	詩篇 8 列王紀下 2：1-15 啟示錄 5
(五) 15/5	詩篇 81 民數記 20：1-13 路加福音 7：11-17	詩篇 145 申命記 29：2-15 約翰一書 1：1-2：6
(六) 16/5	詩篇 47 民數記 21：4-9 路加福音 7：18-35	詩篇 85 申命記 30 約翰一書 2：7-17

May 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 18/5	詩篇 93 民數記 22：1-35 路加福音 7：36-末	詩篇 105 申命記 31：1-13 約翰一書 2：18-末
(二) 19/5	詩篇 99 民數記 22：36-23：12 路加福音 8：1-15	詩篇 68 申命記 31：14-29 約翰一書 3：1-10
(三) 20/5	詩篇 29 民數記 23：13-末 路加福音 8：16-25	詩篇 46 申命記 31：30-32：14 約翰一書 3：11-末
(四) 21/5	詩篇 24 民數記 24 路加福音 8：26-39	詩篇 116 申命記 32：15-47 約翰一書 4：1-6
(五) 22/5	詩篇 28 民數記 27：12-末 路加福音 8：40-末	詩篇 130 申命記 33 約翰一書 4：7-末
(六) 23/5	詩篇 43 民數記 32：1-27 路加福音 9：1-17	詩篇 48 申命記 16：9-15 約翰福音 15：26-16：15

May 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 25/5	詩篇 126 約書亞記 1 路加福音 9：18-27	詩篇 127 歷代志下 17：1-12 羅馬書 1：1-17
(二) 26/5 <small>坎特伯里的聖奧古斯丁</small>	詩篇 132 約書亞記 2 路加福音 9：28-36	詩篇 135 歷代志下 18：1-27 羅馬書 1：18-末
(三) 27/5	詩篇 119：153-末 約書亞記 3 路加福音 9：37-50	詩篇 136 歷代志下 18：28-19：末 羅馬書 2：1-16
(四) 28/5	詩篇 143 約書亞記 4：1-5：1 路加福音 9：51-末	詩篇 138 歷代志下 20：1-23 羅馬書 2：17-末
(五) 29/5	詩篇 142 約書亞記 5：2-末 路加福音 10：1-16	詩篇 145 歷代志下 22：10-23：末 羅馬書 3：1-20
(六) 30/5	詩篇 147 約書亞記 6：1-20 路加福音 10：17-24	詩篇 97 出埃及記 34：1-10 馬可福音 1：1-13

June 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 1/6 聖母訪親日	詩篇 85 撒母耳記上 2：1-10 馬可福音 3：31-末	詩篇 122 撒迦利亞書 2：10-末 約翰福音 3：25-30
(二) 2/6	詩篇 5 約書亞記 7：16-末 路加福音 10：38-末	詩篇 9 歷代志下 28 羅馬書 4：13-末
(三) 3/6	詩篇 119：1-32 約書亞記 8：1-29 路加福音 11：1-13	詩篇 11 歷代志下 29：1-19 羅馬書 5：1-11
(四) 4/6 基督聖體寶血日	詩篇 147 申命記 8：2-16 哥林多前書 10：1-17	詩篇 23 箴言 9：1-5 路加福音 9：11-17
(五) 5/6	詩篇 19 約書亞記 9：3-26 路加福音 11：29-36	詩篇 22 歷代志下 30 羅馬書 6：1-14
(六) 6/6	詩篇 23 約書亞記 10：1-15 路加福音 11：37-末	詩篇 24 歷代志下 32：1-22 羅馬書 6：15-末

June 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 8/6	詩篇 30 約書亞記 14 路加福音 12：1-12	詩篇 28 歷代志下 33：1-13 羅馬書 7：1-6
(二) 9/6	詩篇 36 約書亞記 21：43-22：8 路加福音 12：13-21	詩篇 33 歷代志下 34：1-18 羅馬書 7：7-末
(三) 10/6	詩篇 34 約書亞記 22：9-末 路加福音 12：22-31	詩篇 119：33-56 歷代志下 34：19-末 羅馬書 8：1-11
(四) 11/6 聖巴拿巴	詩篇 100 耶利米書 9：23-24 使徒行傳 4：32-末	詩篇 147 傳道書 12：9-末 使徒行傳 9：26-31
(五) 12/6	詩篇 31 約書亞記 24：1-28 路加福音 12：41-48	詩篇 35 歷代志下 35：20-36：10 羅馬書 8：18-30
(六) 13/6	詩篇 42 約書亞記 24：29-末 路加福音 12：49-末	詩篇 46 歷代志下 36：11-末 羅馬書 8：31-末

June 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 15/6	詩篇 44 士師記 2 路加福音 13：1-9	詩篇 47 以斯拉記 1 羅馬書 9：1-18
(二) 16/6	詩篇 48 士師記 4：1-23 路加福音 13：10-21	詩篇 50 以斯拉記 3 羅馬書 9：19-末
(三) 17/6	詩篇 119：57-80 士師記 5 路加福音 13：22-末	詩篇 59 以斯拉記 4：1-5 羅馬書 10：1-10
(四) 18/6	詩篇 57 士師記 6：1-24 路加福音 14：1-11	詩篇 62 以斯拉記 4：7-末 羅馬書 10：11-末
(五) 19/6	詩篇 51 士師記 6：25-末 路加福音 14：12-24	詩篇 38 以斯拉記 5 羅馬書 11：1-12
(六) 20/6	詩篇 68 士師記 7 路加福音 14：25-末	詩篇 66 以斯拉記 6 羅馬書 11：13-24

June 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 22/6	詩篇 71 士師記 8:22-末 路加福音 15:1-10	詩篇 72 以斯拉記 7 羅馬書 11:25-末
(二) 23/6	詩篇 73 士師記 9:1-21 路加福音 15:11-末	詩篇 74 以斯拉記 8:15-末 羅馬書 12:1-8
(三) 24/6 施洗聖約翰誕辰	詩篇 50 瑪拉基書 3:1-6 路加福音 3:1-17	詩篇 80 瑪拉基書 4 馬太福音 11:2-19
(四) 25/6	詩篇 78:1-39 士師記 11:1-11 路加福音 16:19-末	詩篇 78:40-末 以斯拉記 10:1-17 羅馬書 13:1-7
(五) 26/6	詩篇 55 士師記 11:29-末 路加福音 17:1-10	詩篇 69 尼希米記 1 羅馬書 13:8-末
(六) 27/6	詩篇 76 士師記 12:1-7 路加福音 17:11-19	詩篇 84 尼希米記 2 羅馬書 14:1-12
(一) 29/6 聖彼得與聖保羅	詩篇 113 以賽亞書 49:1-6 使徒行傳 11:1-18	詩篇 124 以西結書 34:11-16 約翰福音 21:15-22
(二) 30/6	詩篇 89:1-18 士師記 14 路加福音 18:1-14	詩篇 89:19-末 尼希米記 5 羅馬書 15:1-13

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