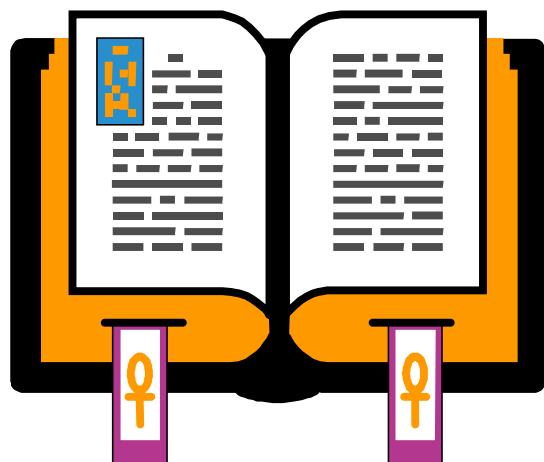


聖公會聖保羅堂



每日經課表
2026年7月至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。

July 2026

日期	早禱經課		晚禱經課	
(三) 1/7	詩篇	119 : 105-128	詩篇	91
	士師記	15 : 1-16 : 3	尼希米記	6 : 1-7 : 4
	路加福音	18 : 15-30	羅馬書	15 : 14-21
(四) 2/7	詩篇	92	詩篇	94
	士師記	16 : 4-末	尼希米記	7 : 73下-8 : 末
	路加福音	18 : 31-末	羅馬書	15 : 22-末
(五) 3/7 聖多馬	詩篇	92	詩篇	139
	撒母耳記下	15 : 17-21	約伯記	42 : 1-6
	約翰福音	11 : 1-16	彼得前書	1 : 3-12
(六) 4/7	詩篇	97	詩篇	104
	士師記	18 : 1-20, 27-末	尼希米記	9 : 24-末
	路加福音	19 : 11-27	羅馬書	16 : 17-末

July 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 6/7	詩篇 98 撒母耳記上 1：1-20 路加福音 19：28-40	詩篇 105 尼希米記 12：27-47 哥林多後書 1：1-14
(二) 7/7	詩篇 106 撒母耳記上 1：21-2：11 路加福音 19：41-末	詩篇 107 尼希米記 13：1-14 哥林多後書 1：15-2：4
(三) 8/7	詩篇 111 撒母耳記上 2：12-26 路加福音 20：1-8	詩篇 119：129-152 尼希米記 13：15-末 哥林多後書 2：5-末
(四) 9/7	詩篇 115 撒母耳記上 2：27-末 路加福音 20：9-19	詩篇 116 以斯帖記 1 哥林多後書 3
(五) 10/7	詩篇 139 撒母耳記上 3：1-4：1上 路加福音 20：20-26	詩篇 130 以斯帖記 2 哥林多後書 4
(六) 11/7 聖本德	詩篇 121 撒母耳記上 4：1下-末 路加福音 20：27-40	詩篇 118 以斯帖記 3 哥林多後書 5

July 2026

	早禱經課	晚禱經課
(一) 13/7	詩篇 126 撒母耳記上 5 路加福音 20：41-21：4	詩篇 127 以斯帖記 4 哥林多後書 6：1-7：1
(二) 14/7	詩篇 132 撒母耳記上 6：1-16 路加福音 21：5-19	詩篇 135 以斯帖記 5 哥林多後書 7：2-末
(三) 15/7	詩篇 119：153-末 撒母耳記上 7 路加福音 21：20-28	詩篇 136 以斯帖記 6：1-13 哥林多後書 8：1-15
(四) 16/7	詩篇 143 撒母耳記上 8 路加福音 21：29-末	詩篇 138 以斯帖記 6：14-7：末 哥林多後書 8：16-9：5
(五) 17/7	詩篇 144 撒母耳記上 9：1-14 路加福音 22：1-13	詩篇 145 以斯帖記 8 哥林多後書 9：6-末
(六) 18/7	詩篇 147 撒母耳記上 9：15-10：1 路加福音 22：14-23	詩篇 148 以斯帖記 9：20-28 哥林多後書 10

July 2026

	早禱經課		晚禱經課	
(一) 20/7	詩篇 撒母耳記上 路加福音	1 10 : 1-16 22 : 24-30	詩篇 耶利米書 哥林多後書	4 26 11 : 1-15
(二) 21/7	詩篇 撒母耳記上 路加福音	5 10 : 17-末 22 : 31-38	詩篇 耶利米書 哥林多後書	9 28 11 : 16-末
(三) 22/7 聖抹大拉馬利亞	詩篇 撒母耳記上 路加福音	30 16 : 14-末 8 : 1-3	詩篇 西番雅書 馬可福音	63 3 : 14-末 15 : 40-16 : 7
(四) 23/7 聖佐治	詩篇 撒母耳記上 路加福音	15 12 22 : 47-62	詩篇 耶利米書 哥林多後書	18 30 : 1-11 13
(五) 24/7	詩篇 撒母耳記上 路加福音	19 13 : 5-18 22 : 63-末	詩篇 耶利米書 雅各書	22 30 : 12-22 1 : 1-11
(六) 25/7 使徒聖雅各	詩篇 列王紀下 路加福音	7 1 : 9-15 9 : 46-56	詩篇 耶利米書 馬可福音	94 26 : 1-15 1 : 14-20

July-August 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 27/7	詩篇 30 撒母耳記上 14：24-46 路加福音 23：13-25	詩篇 28 耶利米書 31：23-25, 27-37 雅各書 2：1-13
(二) 28/7	詩篇 36 撒母耳記上 15：1-23 路加福音 23：26-43	詩篇 33 耶利米書 32：1-15 雅各書 2：14-末
(三) 29/7 聖馬利亞、聖馬大與	詩篇 34 撒母耳記上 16 路加福音 23：44-56上	詩篇 119：33-56 耶利米書 33：1-13 雅各書 3
(四) 30/7	詩篇 37 撒母耳記上 17：1-30 路加福音 23：56下-24：12	詩篇 40 耶利米書 33：14-末 雅各書 4：1-12
(五) 31/7	詩篇 31 撒母耳記上 17：31-54 路加福音 24：13-35	詩篇 35 耶利米書 35 雅各書 4：13-5：6
(六) 1/8	詩篇 42 撒母耳記上 17：55-18：16 路加福音 24：36-末	詩篇 46 耶利米書 36：1-18 雅各書 5：7-末

August 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 3/8	詩篇 44 撒母耳記上 19：1-18 使徒行傳 1：1-14	詩篇 47 耶利米書 36：19-末 馬可福音 1：1-13
(二) 4/8	詩篇 48 撒母耳記上 20：1-17 使徒行傳 1：15-末	詩篇 50 耶利米書 37 馬可福音 1：14-20
(三) 5/8	詩篇 119：57-80 撒母耳記上 20：18-末 使徒行傳 2：1-21	詩篇 59 耶利米書 38：1-13 馬可福音 1：21-28
(四) 6/8 基督易容顯光日	詩篇 27 列王紀上 19：1-16 約翰福音 3：1-3	詩篇 72 出埃及記 34：29-末 哥林多後書 3
(五) 7/8	詩篇 51 撒母耳記上 22：6-末 使徒行傳 2：37-末	詩篇 38 耶利米書 39 馬可福音 2：1-12
(六) 8/8 聖道明	詩篇 68 撒母耳記上 23 使徒行傳 3：1-10	詩篇 66 耶利米書 40 馬可福音 2：13-22

August 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 10/8 聖羅倫斯	詩篇 71 撒母耳記上 24 使徒行傳 3：11-末	詩篇 72 耶利米書 41 馬可福音 2：23-3：6
(二) 11/8 聖西西的聖嘉勒	詩篇 73 撒母耳記上 26 使徒行傳 4：1-12	詩篇 74 耶利米書 42 馬可福音 3：7-19上
(三) 12/8	詩篇 77 撒母耳記上 28：3-末 使徒行傳 4：13-31	詩篇 119：81-104 耶利米書 43 馬可福音 3：19下-末
(四) 13/8	詩篇 78：1-39 撒母耳記上 31 使徒行傳 4：32-5：11	詩篇 78：40-末 耶利米書 44：1-14 馬可福音 4：1-20
(五) 14/8	詩篇 55 撒母耳記下 1 使徒行傳 5：12-26	詩篇 69 耶利米書 44：15-末 馬可福音 4：21-34
(六) 15/8 童貞女聖馬利亞	詩篇 98 以賽亞書 7：10-15 路加福音 11：27-28	詩篇 132 雅歌 2：1-7 使徒行傳 1：6-14

August 2026

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 17/8	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	80 3：12-末 6	詩篇 彌迦書 馬可福音	85 1：1-9 5：1-20
(二) 18/8 景教來華	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	89：1-18 5：1-12 7：1-16	詩篇 彌迦書 馬可福音	89：19-末 2 5：21-34
(三) 19/8	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	119：05-128 6：1-19 7：17-43	詩篇 彌迦書 馬可福音	91 3 5：35-末
(四) 20/8	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	92 7：1-17 7：44-53	詩篇 彌迦書 馬可福音	94 4：1-5：1 6：1-13
(五) 21/8	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	88 7：18-末 7：54-8：3	詩篇 彌迦書 馬可福音	102 5：2-末 6：14-29
(六) 22/8	詩篇 撒母耳記下 使徒行傳	97 9 8：4-25	詩篇 彌迦書 馬可福音	104 6 6：30-44

August 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 24/8 聖巴多羅買	詩篇 86 創世記 28：10-17 約翰福音 1：43-末	詩篇 91 申命記 18：15-19 馬太福音 10：1-22
(二) 25/8	詩篇 106 撒母耳記下 12：1-25 使徒行傳 9：1-19上	詩篇 107 彌迦書 7：8-末 馬可福音 7：1-13
(三) 26/8	詩篇 111 撒母耳記下 15：1-12 使徒行傳 9：19下-31	詩篇 119：129-152 哈巴谷書 1：1-11 馬可福音 7：14-23
(四) 27/8 聖莫尼加	詩篇 115 撒母耳記下 15：13-末 使徒行傳 9：32-末	詩篇 116 哈巴谷書 1：12-2：5 馬可福音 7：24-30
(五) 28/8 希波的聖奧古斯丁	詩篇 139 撒母耳記下 16：1-14 使徒行傳 10：1-16	詩篇 130 哈巴谷書 2：6-末 馬可福音 7：31-末
(六) 29/8 施洗聖約翰殉道日	詩篇 121 撒母耳記下 17：1-23 使徒行傳 10：17-33	詩篇 118 哈巴谷書 3：2-19上 馬可福音 8：1-10

September 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 31/8	詩篇 126 撒母耳記下 18：1-18 使徒行傳 10：34-末	詩篇 127 哈該書 1：1-11 馬可福音 8：11-21
(二) 1/9	詩篇 132 撒母耳記下 18：19-19：8上 使徒行傳 11：1-18	詩篇 135 哈該書 1：12-2：9 馬可福音 8：22-26
(三) 2/9	詩篇 119：153-末 撒母耳記下 19：8下-23 使徒行傳 11：19-末	詩篇 136 哈該書 2：10-末 馬可福音 8：27-9：1
(四) 3/9 大聖額我略	詩篇 143 撒母耳記下 19：24-末 使徒行傳 12：1-17	詩篇 138 撒迦利亞書 1：1-17 馬可福音 9：2-13
(五) 4/9	詩篇 144 撒母耳記下 23：1-7 使徒行傳 12：18-末	詩篇 145 撒迦利亞書 1：18-2：末 馬可福音 9：14-29
(六) 5/9	詩篇 147 撒母耳記下 24 使徒行傳 13：1-12	詩篇 148 撒迦利亞書 3 馬可福音 9：30-37

September 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 7/9	詩篇 1 列王紀上 1 : 5-31 使徒行傳 13 : 13-43	詩篇 4 撒迦利亞書 4 馬可福音 9 : 38-末
(二) 8/9 童貞女聖馬利亞	詩篇 5 列王紀上 1 : 32-2 : 4 使徒行傳 13 : 44-14 : 7	詩篇 9 撒迦利亞書 6 : 9-末 馬可福音 10 : 1-16
(三) 9/9	詩篇 119 : 1-32 列王紀上 3 使徒行傳 14 : 8-末	詩篇 11 撒迦利亞書 7 馬可福音 10 : 17-31
(四) 10/9	詩篇 15 列王紀上 4 : 29-5 : 12 使徒行傳 15 : 1-21	詩篇 18 撒迦利亞書 8 : 1-8 馬可福音 10 : 32-34
(五) 11/9	詩篇 19 列王紀上 6 : 1, 11-28 使徒行傳 15 : 22-35	詩篇 22 撒迦利亞書 8 : 9-末 馬可福音 10 : 35-45
(六) 12/9	詩篇 23 列王紀上 8 : 1-30 使徒行傳 15 : 36-16 : 5	詩篇 24 撒迦利亞書 9 : 1-12 馬可福音 10 : 46-末

September 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 14/9 聖十架日	詩篇 2 創世紀 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
(二) 15/9	詩篇 36 列王紀上 8：63-9：9 使徒行傳 16：25-末	詩篇 33 撒迦利亞書 11：4-末 馬可福音 11：12-26
(三) 16/9 聖西彼廉	詩篇 34 列王紀上 10：1-25 使徒行傳 17：1-15	詩篇 119：33-56 撒迦利亞書 12：1-10 馬可福音 11：27-末
(四) 17/9	詩篇 37 列王紀上 11：1-13 使徒行傳 17：16-末	詩篇 40 撒迦利亞書 13 馬可福音 12：1-12
(五) 18/9	詩篇 31 列王紀上 11：26-末 使徒行傳 18：1-21	詩篇 35 撒迦利亞書 14：1-11 馬可福音 12：13-17
(六) 19/9	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

September 2026

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 21/9 聖馬太	詩篇 49 列王紀上 19:15-末 提摩太後書 3:14-末	詩篇 119:33-40 傳道書 5:4-12 馬太福音 19:16-末
(二) 22/9	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) 23/9	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) 24/9	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) 25/9	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) 26/9	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

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 28/9	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) 29/9 聖米迦勒與諸天使	詩篇 34 但以理書 12：1-4 使徒行傳 12：1-11	詩篇 138 但以理書 10：4-末 啟示錄 5
(三) 30/9	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

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