

聖公會聖馬太堂  
讀經靈修冊



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，今日能撙節飲食，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。

## 2026 年 6-7 月

| 日期          | 早禱經課  |                | 晚禱經課 |            |
|-------------|-------|----------------|------|------------|
| (一)         | 詩篇    | 113            | 詩篇   | 124        |
| 29/6        | 以賽亞書  | 49：1-6         | 以西結書 | 34：11-16   |
| 聖彼得與<br>聖保羅 | 使徒行傳  | 11：1-18        | 約翰福音 | 21：15-22   |
| (二)         | 詩篇    | 89：1-18        | 詩篇   | 89：19-末    |
| 30/6        | 士師記   | 14             | 尼希米記 | 5          |
|             | 路加福音  | 18：1-14        | 羅馬書  | 15：1-13    |
| (三)         | 詩篇    | 119:105-128    | 詩篇   | 91         |
| 1/7         | 士師記   | 15:1-16:3      | 尼希米記 | 6:1-7:4    |
|             | 路加福音  | 18:18-30       | 羅馬書  | 15:14-21   |
| (四)         | 詩篇    | 90             | 詩篇   | 27         |
| 2/7         | 士師記   | 16:4-末         | 以賽亞書 | 35         |
|             | 路加福音  | 18:31-末        | 希伯來書 | 10:35-11:1 |
| (五)         | 詩篇    | 92             | 詩篇   | 139        |
| 3/7         | 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)         | 詩篇    | 97             | 詩篇   | 104        |
| 4/7         | 士師記   | 18:1-20, 27-31 | 尼希米記 | 9:24-末     |
|             | 路加福音  | 11:27          | 羅馬書  | 16:17-末    |

## 2026 年 7 月

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

# 2026 年 7 月

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

# 2026 年 7 月

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

# 2026 年 7-8 月

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

# 2026 年 8 月

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

# 2026 年 8 月

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

# 2026 年 8 月

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

# 2026 年 8 月

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

## 2026 年 8-9 月

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

# 2026 年 9 月

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

# 2026 年 9 月

| 日期       | 早禱經課 |            | 晚禱經課  |           |
|----------|------|------------|-------|-----------|
| (一)      | 詩篇   | 2          | 詩篇    | 110       |
| 14/9     | 創世記  | 3：1-15     | 以賽亞書  | 63：1-16   |
| 聖十架<br>日 | 約翰福音 | 12：27-36 上 | 哥林多前書 | 1：18-25   |
| (二)      | 詩篇   | 36         | 詩篇    | 33        |
| 15/9     | 列王紀上 | 8：63-9：9   | 撒迦利亞書 | 11：4-末    |
|          | 使徒行傳 | 16：25-末    | 馬可福音  | 11：12-26  |
| (三)      | 詩篇   | 34         | 詩篇    | 119：33-56 |
| 16/9     | 列王紀上 | 10：1-25    | 撒迦利亞書 | 12：1-10   |
| 聖西彼<br>廉 | 使徒行傳 | 17：1-15    | 馬可福音  | 11：27-末   |
| (四)      | 詩篇   | 37         | 詩篇    | 40        |
| 17/9     | 列王紀上 | 11：1-13    | 撒迦利亞書 | 13        |
|          | 使徒行傳 | 17：16-末    | 馬可福音  | 12：1-12   |
| (五)      | 詩篇   | 31         | 詩篇    | 35        |
| 18/9     | 列王紀上 | 11：26-末    | 撒迦利亞書 | 14：1-11   |
|          | 使徒行傳 | 18：1-21    | 馬可福音  | 12：13-17  |
| (六)      | 詩篇   | 42         | 詩篇    | 46        |
| 19/9     | 列王紀上 | 12：1-24    | 撒迦利亞書 | 14：12-末   |
|          | 使徒行傳 | 18：22-19：7 | 馬可福音  | 12：18-27  |

# 2026 年 9 月

| 日期   | 早禱經課  |           | 晚禱經課 |           |
|------|-------|-----------|------|-----------|
| (一)  | 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  | 提摩太後書 | 3：14-末    | 馬太福音 | 19：16-末   |
| (二)  | 詩篇    | 48        | 詩篇   | 50        |
| 22/9 | 列王紀上  | 13：11-末   | 以西結書 | 1：15-2：2  |
|      | 使徒行傳  | 19：21-末   | 馬可福音 | 12：35-末   |
| (三)  | 詩篇    | 119：57-80 | 詩篇   | 59        |
| 23/9 | 列王紀上  | 17        | 以西結書 | 2：3-3：11  |
|      | 使徒行傳  | 20：1-16   | 馬可福音 | 13：1-13   |
| (四)  | 詩篇    | 57        | 詩篇   | 62        |
| 24/9 | 列王紀上  | 18：1-20   | 以西結書 | 3：12-末    |
|      | 使徒行傳  | 20：17-末   | 馬可福音 | 13：14-23  |
| (五)  | 詩篇    | 51        | 詩篇   | 38        |
| 25/9 | 列王紀上  | 18：21-末   | 以西結書 | 8         |
|      | 使徒行傳  | 21：1-16   | 馬可福音 | 13：24-31  |
| (六)  | 詩篇    | 68        | 詩篇   | 66        |
| 26/9 | 列王紀上  | 19        | 以西結書 | 9         |
|      | 使徒行傳  | 21：17-36  | 馬可福音 | 13：32-末   |

# 2026 年 9 月-10 月

| 日期           | 早禱經課 |             | 晚禱經課 |            |
|--------------|------|-------------|------|------------|
| (一)          | 詩篇   | 71          | 詩篇   | 72         |
| 28/9         | 列王紀上 | 21          | 以西結書 | 10：1-19    |
|              | 使徒行傳 | 21:37-22:21 | 馬可福音 | 14：1-11    |
| (二)          | 詩篇   | 34          | 詩篇   | 138        |
| 29/9         | 但以理書 | 12：1-4      | 但以理書 | 10：4-末     |
| 聖米迦勒<br>與諸天使 | 使徒行傳 | 12：1-11     | 啟示錄  | 5          |
| (三)          | 詩篇   | 77          | 詩篇   | 119：81-104 |
| 30/9         | 列王紀上 | 22：29-45    | 以西結書 | 12：1-16    |
|              | 使徒行傳 | 23：12-末     | 馬可福音 | 14：26-42   |
| (四)          | 詩篇   | 78:1-39     | 詩篇   | 78:40-末    |
| 1/10         | 列王記下 | 1:2-17      | 以西結書 | 12:17-末    |
|              | 使徒行傳 | 24:1-23     | 馬可福音 | 14:43-52   |
| (五)          | 詩篇   | 55          | 詩篇   | 69         |
| 2/10         | 列王記下 | 2:1-18      | 以西結書 | 13:1-16    |
|              | 使徒行傳 | 24:24-25:12 | 馬可福音 | 14:53-65   |
| (六)          | 詩篇   | 76          | 詩篇   | 84         |
| 3/10         | 列王記下 | 4:1-37      | 以西結書 | 14:1-11    |
|              | 使徒行傳 | 25:13-末     | 馬可福音 | 14:66-末    |