

聖公會聖馬太堂
讀經靈修冊



每日經課表
2025 年 10-12 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。

2025 年 9-10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	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 與諸天使 日	使徒行傳	12：1-11	啟示錄	5
(二)	詩篇	36	詩篇	33
30/9	歷代志上	28：11-末	列王紀上	8：63-9：9
聖耶柔米 日	馬可福音	11：12-26	使徒行傳	16：25-末
(三)	詩篇	34	詩篇	119:33-56
1/10	歷代志上	29:1-9	列王紀上	10:1-25
	馬可福音	11:27-末	使徒行傳	17:1-15
(四)	詩篇	37	詩篇	40
2/10	歷代志上	29:10-20	列王紀上	11:1-13
	馬可福音	12:1-12	使徒行傳	17:16-末
(五)	詩篇	31	詩篇	35
3/10	歷代志上	29:21-末	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
4/10	歷代志下	1:1-13	列王紀上	12:1-24
	馬可福音	12:18-27	使徒行傳	18:22-19:7

2025 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	44	詩篇	47
6/10	歷代志下	2 : 1-16	列王紀上	12 : 25-13 : 10
	馬可福音	12 : 28-34	使徒行傳	19 : 8-20
(二)	詩篇	48	詩篇	50
7/10	歷代志下	3	列王紀上	13 : 11-末
	馬可福音	12 : 35-末	使徒行傳	19 : 21-末
(三)	詩篇	119 : 57-80	詩篇	59
8/10	歷代志下	5	列王紀上	17
	馬可福音	13 : 1-13	使徒行傳	20 : 1-16
(四)	詩篇	57	詩篇	62
9/10	歷代志下	6 : 1-21	列王紀上	18 : 1-20
	馬可福音	13 : 14-23	使徒行傳	20 : 17-末
(五)	詩篇	51	詩篇	38
10/10	歷代志下	6 : 22-末	列王紀上	18 : 21-末
	馬可福音	13 : 24-31	使徒行傳	21 : 1-16
(六)	詩篇	68	詩篇	66
11/10	歷代志下	7	列王紀上	19
	馬可福音	13 : 32-末	使徒行傳	21 : 17-36

2025 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	71	詩篇	72
13/10	歷代志下	9 : 1-12	列王紀上	21
	馬可福音	14 : 1-11	使徒行傳	21 : 37-22 : 21
(二)	詩篇	73	詩篇	74
14/10	歷代志下	10 : 1-11 : 4	列王紀上	22 : 1-28
	馬可福音	14 : 12-25	使徒行傳	22 : 22-23 : 11
(三)	詩篇	77	詩篇	119 : 81-104
15/10	歷代志下	12	列王紀上	22 : 29-45
	馬可福音	14 : 26-42	使徒行傳	23 : 12-末
(四)	詩篇	78 : 1-39	詩篇	78 : 40-末
16/10	歷代志下	13 : 1-14 : 1	列王紀下	1 : 2-17
	馬可福音	14 : 43-52	使徒行傳	24 : 1-23
(五)	詩篇	55	詩篇	69
17/10	歷代志下	14 : 2-末	列王紀下	2 : 1-18
	馬可福音	14 : 53-65	使徒行傳	24 : 24-25 : 12
(六)	詩篇	145	詩篇	103
18/10	以賽亞書	55	以賽亞書	61 : 1-6
聖路加日	路加福音	1 : 1-4	歌羅西書	4 : 7-末

2025 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 20/10	詩篇	80	詩篇	85
	歷代志下	17 : 1-12	列王紀下	5
	馬可福音	15 : 1-15	使徒行傳	26 : 1-23
(二) 21/10	詩篇	89 : 1-18	詩篇	89 : 19-末
	歷代志下	18 : 1-27	列王紀下	6 : 1-23
	馬可福音	15 : 16-32	使徒行傳	26 : 24-末
(三) 22/10	詩篇	119 : 105-128	詩篇	91
	歷代志下	18:28-19:末	列王紀下	9 : 1-16
	馬可福音	15 : 33-41	使徒行傳	27 : 1-26
(四) 23/10	詩篇	92	詩篇	94
	歷代志下	20 : 1-23	列王紀下	9 : 17-末
	馬可福音	15 : 42-末	使徒行傳	27 : 27-末
(五) 24/10	詩篇	88	詩篇	102
	歷代志下	22:10-23:末	列王紀下	12 : 1-19
	馬可福音	16 : 1-8	使徒行傳	28 : 1-16
(六) 25/10	詩篇	97	詩篇	104
	歷代志下	24 : 1-22	列王紀下	17 : 1-23
	馬可福音	16 : 9-末	使徒行傳	28 : 17-末

2025 年 10-11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	98	詩篇	105
27/10	歷代志下	26 : 1-21	列王紀下	17 : 24-末
	約翰福音	13 : 1-11	腓立比書	1 : 1-11
(二)	詩篇	116	詩篇	119 : 1-16
28/10	以賽亞書	45 : 18-末	耶利米書	3 : 11-18
聖西門與 聖猶大日	路加福音	6 : 12-16	猶大書	1-4, 17-末
(三)	詩篇	111	詩篇	119 : 129-152
29/10	歷代志下	29 : 1-19	列王紀下	18 : 13-末
	約翰福音	13 : 21-30	腓立比書	2 : 1-13
(四)	詩篇	115	詩篇	116
30/10	歷代志下	29 : 20-末	列王紀下	19 : 1-19
	約翰福音	13 : 31-末	腓立比書	2 : 14-末
(五)	詩篇	139	詩篇	130
31/10	歷代志下	30	列王紀下	19 : 20-36
	約翰福音	14 : 1-14	腓立比書	3 : 1-4 : 1
(六)	詩篇	15	詩篇	148
1/11	以賽亞書	35	以賽亞書	65 : 17-末
諸聖日	路加福音	9 : 18-27	希伯來書	11 : 32-12 : 2

2025 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	2	詩篇	92
3/11	以賽亞書	1 : 1-20	但以理書	1
	馬太福音	1 : 18-末	啟示錄	1
(二)	詩篇	5	詩篇	100
4/11	以賽亞書	1 : 21-末	但以理書	2 : 1-24
	馬太福音	2 : 1-15	啟示錄	2 : 1-11
(三)	詩篇	9	詩篇	112
5/11	以賽亞書	2 : 1-11	但以理書	2 : 25-末
	馬太福音	2 : 16-末	啟示錄	2 : 12-末
(四)	詩篇	15	詩篇	138
6/11	以賽亞書	2 : 12-末	但以理書	3 : 1-18
	馬太福音	3	啟示錄	3 : 1-13
(五)	詩篇	16	詩篇	143
7/11	以賽亞書	3 : 1-15	但以理書	3 : 19-末
	馬太福音	4 : 1-11	啟示錄	3 : 14-末
(六)	詩篇	18 : 31-末	詩篇	148
8/11	以賽亞書	4 : 2-5 : 7	但以理書	4 : 1-18
	馬太福音	4 : 12-22	啟示錄	4

2025 年 11 月

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

2025 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	47	詩篇	71
17/11	以賽亞書	9 : 8-10 : 4	但以理書	8 : 1-14
	馬太福音	7 : 1-12	啟示錄	10
(二)	詩篇	52	詩篇	67
18/11	以賽亞書	10 : 5-19	但以理書	8 : 15-末
	馬太福音	7 : 13-末	啟示錄	11 : 1-14
(三)	詩篇	56	詩篇	73
19/11	以賽亞書	10 : 20-32	但以理書	9 : 1-19
	馬太福音	8 : 1-13	啟示錄	11 : 15-末
(四)	詩篇	62	詩篇	76
20/11	以賽亞書	10 : 33-11 : 9	但以理書	9 : 20-末
	馬太福音	8 : 14-22	啟示錄	12
(五)	詩篇	63	詩篇	77
21/11	以賽亞書	11:10-12:末	但以理書	10 : 1-11
	馬太福音	8 : 23-末	啟示錄	13 : 1-10
(六)	詩篇	42	詩篇	46
22/11	以賽亞書	13 : 1-13	但以理書	12
聖西西利亞日	馬太福音	9 : 1-17	啟示錄	13 : 11-末

2025 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	96	詩篇	80
24/11	以賽亞書	14 : 3-20	以賽亞書	40 : 1-11
	馬太福音	9 : 18-34	啟示錄	14 : 1-13
(二)	詩篇	97	詩篇	101
25/11	以賽亞書	17	以賽亞書	40 : 12-26
亞歷山大的聖傑靈日	馬太福音	9 : 35-10 : 15	啟示錄	14 : 14-15 : 末
(三)	詩篇	112	詩篇	122
26/11	以賽亞書	19	以賽亞書	40 : 27-41 : 7
	馬太福音	10 : 16-33	啟示錄	16 : 1-11
(四)	詩篇	125	詩篇	133
27/11	以賽亞書	21 : 1-12	以賽亞書	41 : 8-20
	馬太福音	10 : 34-11 : 1	啟示錄	16 : 12-末
(五)	詩篇	51	詩篇	146
28/11	以賽亞書	22 : 1-14	以賽亞書	41 : 21-42 : 9
	馬太福音	11 : 2-19	啟示錄	17
(六)	詩篇	145	詩篇	150
29/11	以賽亞書	24	以賽亞書	42 : 10-17
	馬太福音	11 : 20-末	啟示錄	18

2025 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	47	詩篇	87
1/12	以西結書	47：1-12	撒迦利亞書	8：20-末
聖安德烈日	約翰福音	12：20-32	約翰福音	1：35-42
(二)	詩篇	80	詩篇	74
2/12	以賽亞書	26：1-13	以賽亞書	43：1-13
	馬太福音	12：22-37	啟示錄	20
(三)	詩篇	7	詩篇	77
3/12	以賽亞書	28：1-13	以賽亞書	43：14-末
聖方濟·沙勿略日	馬太福音	12：38-末	啟示錄	21：1-8
(四)	詩篇	42	詩篇	40
4/12	以賽亞書	28：14-末	以賽亞書	44：1-8
	馬太福音	13：1-23	啟示錄	21：9-21
(五)	詩篇	25	詩篇	17
5/12	以賽亞書	29：1-14	以賽亞書	44：9-23
亞歷山大的聖紀文日	馬太福音	13：24-43	啟示錄	21：22-22：5
(六)	詩篇	9	詩篇	27
6/12	以賽亞書	29：15-末	以賽亞書	44：24-45：13
聖尼哥拉日	馬太福音	13：44-末	啟示錄	22：6-末

2025 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 8/12	詩篇	30	詩篇	144
	以賽亞書	30 : 1-18	以賽亞書	45 : 14-末
	馬太福音	14 : 1-12	帖撒羅尼	1
			迦前書	
(二) 9/12	詩篇	56	詩篇	11
	以賽亞書	30 : 19-末	以賽亞書	46
	馬太福音	14 : 13-末	帖撒羅尼	2 : 1-12
			迦前書	
(三) 10/12	詩篇	62	詩篇	10
	以賽亞書	31	以賽亞書	47
	馬太福音	15 : 1-20	帖撒羅尼	2 : 13-末
			迦前書	
(四) 11/12	詩篇	54	詩篇	40
	以賽亞書	32	以賽亞書	48 : 1-11
	馬太福音	15 : 21-28	帖撒羅尼	3
			迦前書	
(五) 12/12	詩篇	86	詩篇	90
	以賽亞書	33 : 1-22	以賽亞書	48 : 12-末
	馬太福音	15 : 29-末	帖撒羅尼	4 : 1-12
			迦前書	
(六) 13/12	詩篇	42	詩篇	94
	以賽亞書	35	以賽亞書	49 : 1-13
	馬太福音	16 : 1-12	帖撒羅尼	4 : 13-末
			迦前書	

2025 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一) 15/12	詩篇	40	詩篇	26
	以賽亞書	38 : 1-8, 21-22	以賽亞書	49 : 14-25
	馬太福音	16 : 13-末	帖撒羅尼迦 5 : 1-11 前書	
(二) 16/12	詩篇	70	詩篇	50
	以賽亞書	38 : 9-20	以賽亞書	50
	馬太福音	17 : 1-13	帖撒羅尼迦 5 : 12-末 前書	
(三) 17/12	詩篇	75	詩篇	82
	以賽亞書	39	以賽亞書	51 : 1-8
	馬太福音	17 : 14-21	帖撒羅尼迦 1 後書	
(四) 18/12	詩篇	76	詩篇	62
	西番雅書	1 : 1-2 : 3	以賽亞書	51 : 9-16
	馬太福音	17 : 22-末	帖撒羅尼迦 2 後書	
(五) 19/12	詩篇	146	詩篇	57
	西番雅書	3 : 1-13	以賽亞書	51 : 17-末
	馬太福音	18 : 1-20	帖撒羅尼迦 3 後書	
(六) 20/12	詩篇	46	詩篇	4
	西番雅書	3 : 14-末	以賽亞書	52 : 1-12
	馬太福音	18 : 21-末	猶大書	

2025 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	124	詩篇	48
22/12	瑪拉基書	1 : 1, 6-末	以賽亞書	52:13-53:末
	馬太福音	19 : 1-12	彼得前書	1 : 1-15
(二)	詩篇	130	詩篇	89 : 1-37
23/12	瑪拉基書	2 : 1-16	以賽亞書	54
	馬太福音	19 : 13-15	彼得後書	1 : 16-2 : 3
(三)	詩篇	45	詩篇	85
24/12	瑪拉基書	2 : 17-3 : 12	撒迦利亞書	2
聖誕前夕	馬太福音	19 : 16-末	啟示錄	1 : 1-8
(四)	詩篇	110	詩篇	8
25/12	以賽亞書	62 : 1-5	以賽亞書	65 : 17-25
救主聖誕日	馬太福音	1 : 18-末	腓立比書	2 : 5-11
(五)	詩篇	13	詩篇	86
26/12	耶利米書	26 : 12-15	創世記	4 : 1-10
聖士提反日	使徒行傳	6	馬太福音	23 : 34-末
(六)	詩篇	21	詩篇	97
27/12	出埃及記	33 : 12-末	以賽亞書	6 : 1-8
使徒聖約翰日	約翰一書	2 : 1-11	約翰一書	5 : 1-12

2025 年 12 月 2026 年 1 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	19	詩篇	132
29/12	約拿書	1	以賽亞書	57:15-末
嬰孩被殺日	歌羅西書	1:1-14	約翰福音	1:1-18
(二)	詩篇	113	詩篇	65
30/12	約拿書	2	以賽亞書	59:1-15 上
	歌羅西書	1:15-23	約翰福音	1:19-28
(三)	詩篇	102	詩篇	90
31/12	約拿書	3 及 4	以賽亞書	59:15 下-末
	歌羅西書	1:24-2:7	約翰福音	1:29-34
(四)	詩篇	103	詩篇	115
01/01	創世記	17:1-13	申命記	30:11-末
	羅馬音	2:17-末	使徒行傳	3:1-16
(五)	詩篇	18:1-30	詩篇	46
02/01	路得記	1	以賽亞書	60:1-12
	歌羅西書	2:8-末	約翰福音	1:35-42
(六)	詩篇	127	詩篇	2
03/01	路得記	2	以賽亞書	60:13-末
	歌羅西書	3:1-11	約翰福音	1:43-末