

聖公會聖馬太堂
讀經靈修冊



每日經課表
2026 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。

2026 年 9-10 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 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

2026 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	80	詩篇	85
5/10	列王紀下	5	以西結書	14：12-末
	使徒行傳	26：1-23	馬可福音	15：1-15
(二)	詩篇	89：1-18	詩篇	89：19-末
6/10	列王紀下	6：1-23	以西結書	18：1-20
	使徒行傳	26：24-末	馬可福音	15：16-32
(三)	詩篇	119：105-128	詩篇	91
7/10	列王紀下	9：1-16	以西結書	18：21-32
	使徒行傳	27：1-26	馬可福音	15：33-41
(四)	詩篇	92	詩篇	94
8/10	列王紀下	9：17-末	以西結書	20：1-20
	使徒行傳	27：27-末	馬可福音	15：42-末
(五)	詩篇	88	詩篇	102
9/10	列王紀下	12：1-19	以西結書	20：21-38
	使徒行傳	28：1-16	馬可福音	16：1-8
(六)	詩篇	97	詩篇	104
10/10	列王紀下	17：1-23	以西結書	24：15-末
	使徒行傳	28：17-末	馬可福音	16：9-末

2026 年 10 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	98	詩篇	105
12/10	列王紀下	17：24-末	以西結書	28：1-19
	腓立比書	1：1-11	約翰福音	13：1-11
(二)	詩篇	106	詩篇	107
13/10	列王紀下	18：1-12	以西結書	33：1-20
	腓立比書	1：12-末	約翰福音	13：12-20
(三)	詩篇	111	詩篇	119：129-152
14/10	列王紀下	18：13-末	以西結書	33：21-末
	腓立比書	2：1-13	約翰福音	13：21-30
(四)	詩篇	115	詩篇	116
15/10	列王紀下	19：1-19	以西結書	34：1-16
亞維拉的聖 德蘭	腓立比書	2：14-末	約翰福音	13：31-末
(五)	詩篇	139	詩篇	130
16/10	列王紀下	19：20-36	以西結書	34：17-末
	腓立比書	3：1-4：1	約翰福音	14：1-14
(六)	詩篇	121	詩篇	118
17/10	列王紀下	20	以西結書	36：16-36
安提阿的聖 伊納爵	腓立比書	4：2-末	約翰福音	14：15-末

2026 年 10 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一)	詩篇 145	詩篇 103
19/10	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
(二)	詩篇 132	詩篇 135
20/10	列王紀下 22：1-22：3	以西結書 37：15-末
	提摩太前書 1：18-2：末	約翰福音 15：12-17
(三)	詩篇 119：153-末	詩篇 136
21/10	列王紀下 23：4-25	以西結書 39：21-末
	提摩太前書 3	約翰福音 15：18-末
(四)	詩篇 143	詩篇 138
22/10	列王紀下 23：36-24：17	以西結書 43：1-12
	提摩太前書 4	約翰福音 16：1-15
(五)	詩篇 144	詩篇 145
23/10	列王紀下 24：18-25：12	以西結書 44：4-16
	提摩太前書 5：1-16	約翰福音 16：16-22
(六)	詩篇 147	詩篇 148
24/10	列王紀下 25：22-末	以西結書 47：1-12
	提摩太前書 5：17-末	約翰福音 16：23-末

2026 年 10 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 26/10	詩篇 1 出埃及記 22：21-27 提摩太前書 6：1-10	詩篇 4 傳道書 1 約翰福音 17：1-5
(二) 27/10	詩篇 5 出埃及記 29:38-30:16 提摩太前書 6：11-末	詩篇 9 傳道書 2 約翰福音 17：6-19
(三) 28/10 聖西門與 聖猶大日	詩篇 116 以賽亞書 45：18-末 路加福音 6：12-16	詩篇 119：1-16 耶利米書 3：11-18 猶大書 1-4, 17-末
(四) 29/10	詩篇 15 利未記 9 提摩太後書 1：15-2：13	詩篇 18 傳道書 3：16-4：末 約翰福音 18：1-11
(五) 30/10	詩篇 19 利未記 16：2-24 提摩太後書 2：14-末	詩篇 22 傳道書 5 約翰福音 18：12-27
(六) 31/10	詩篇 23 利未記 17 提摩太後書 3	詩篇 5 以賽亞書 40：27-末 啟示錄 19：6-10

2026 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	30	詩篇	92
2/11	但以理書	1/1/1900	以賽亞書	1：1-20
諸靈日	啟示錄	1	馬太福音	1：18-末
(二)	詩篇	5	詩篇	100
3/11	但以理書	2：1-24	以賽亞書	1：21-末
	啟示錄	2：1-11	馬太福音	2：1-15
(三)	詩篇	9	詩篇	112
4/11	但以理書	2：25-末	以賽亞書	2：1-11
	啟示錄	2：12-末	馬太福音	2：16-末
(四)	詩篇	15	詩篇	40
5/11	但以理書	3：1-18	以賽亞書	2：12-末
	啟示錄	3：1-13	馬太福音	3
(五)	詩篇	16	詩篇	143
6/11	但以理書	3：19-末	以賽亞書	3：1-15
	啟示錄	3：14-末	馬太福音	4：1-11
(六)	詩篇	18：31-末	詩篇	46
7/11	但以理書	4：1-18	以賽亞書	4：2-5：7
	啟示錄	4	馬太福音	4：12-22

2026 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	20	詩篇	47
9/11	但以理書	4：19-末	以賽亞書	5：8-24
	啟示錄	5	馬太福音	4：23-5：12
(二)	詩篇	21	詩篇	40
10/11	但以理書	5：1-12	以賽亞書	5：25-末
聖良一世	啟示錄	6	馬太福音	5：13-20
(三)	詩篇	23	詩篇	59
11/11	但以理書	5：13-末	以賽亞書	6
	啟示錄	7：1-4, 9-末	馬太福音	5：21-37
(四)	詩篇	26	詩篇	43
12/11	但以理書	6	以賽亞書	7：1-17
	啟示錄	8	馬太福音	5：38-末
(五)	詩篇	32	詩篇	31
13/11	但以理書	7：1-14	以賽亞書	8：1-15
	啟示錄	9：1-12	馬太福音	6：1-18
(六)	詩篇	33	詩篇	86
14/11	但以理書	7：15-末	以賽亞書	8：16-9：7
	啟示錄	9：13-末	馬太福音	6：18-末

2026 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	47	詩篇	71
16/11	但以理書	8 : 1-14	以賽亞書	9 : 8-10 : 4
	啟示錄	10	馬太福音	7 : 1-12
(二)	詩篇	52	詩篇	67
17/11	但以理書	8 : 15-末	以賽亞書	10 : 5-19
	啟示錄	11 : 1-14	馬太福音	7 : 13-末
(三)	詩篇	56	詩篇	73
18/11	但以理書	9 : 1-19	以賽亞書	10 : 20-32
	啟示錄	11 : 15-末	馬太福音	8 : 1-13
(四)	詩篇	62	詩篇	76
19/11	但以理書	9 : 20-末	以賽亞書	10 : 33-11 : 9
	啟示錄	12	馬太福音	8 : 14-22
(五)	詩篇	63	詩篇	77
20/11	但以理書	10 : 1-11 : 1	以賽亞書	11 : 10-12 : 末
	啟示錄	13 : 1-10	馬太福音	8 : 23-末
(六)	詩篇	76	詩篇	84
21/11	但以理書	12	以賽亞書	13 : 1-13
	啟示錄	13 : 11-末	馬太福音	9 : 1-17

2026 年 11 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	96	詩篇	80
23/11	以賽亞書	40 : 1-11	以賽亞書	14 : 3-20
羅馬的聖紀文	啟示錄	14 : 1-13	馬太福音	9 : 18-34
(二)	詩篇	97	詩篇	101
24/11	以賽亞書	40 : 12-26	以賽亞書	17
	啟示錄	14:14-15:末	馬太福音	9 : 35-10 : 15
(三)	詩篇	112	詩篇	122
25/11	以賽亞書	40 : 27-41 : 7	以賽亞書	19
	啟示錄	16 : 1-11	馬太福音	10 : 16-33
(四)	詩篇	125	詩篇	133
26/11	以賽亞書	41 : 8-20	以賽亞書	21 : 1-12
	啟示錄	16 : 12-末	馬太福音	10 : 34-11 : 1
(五)	詩篇	88	詩篇	146
27/11	以賽亞書	41 : 21-42 : 9	以賽亞書	22 : 1-14
	啟示錄	17	馬太福音	11 : 2-19
(六)	詩篇	97	詩篇	150
28/11	以賽亞書	42 : 10-17	以賽亞書	24
	啟示錄	18	馬太福音	11 : 20-末

2026 年 11-12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	47	詩篇	87
30/11	以西結書	47 : 1-12	撒迦利亞書	8 : 20-末
聖安德烈	約翰福音	12 : 20-32	約翰福音	1 : 35-42
(二)	詩篇	80	詩篇	74
1/12	以賽亞書	43 : 1-13	以賽亞書	26 : 1-13
	啟示錄	20	馬太福音	12 : 22-37
(三)	詩篇	7	詩篇	77
2/12	以賽亞書	43 : 14-末	以賽亞書	28 : 1-13
	啟示錄	21 : 1-8	馬太福音	12 : 38-末
(四)	詩篇	42	詩篇	40
3/12	以賽亞書	44 : 1-8	以賽亞書	28 : 14-末
	啟示錄	21 : 9-21	馬太福音	13 : 1-23
(五)	詩篇	25	詩篇	17
4/12	以賽亞書	44 : 9-23	以賽亞書	29 : 1-14
	啟示錄	21 : 22-22 : 5	馬太福音	13 : 24-43
(六)	詩篇	9	詩篇	27
5/12	以賽亞書	44:24-45:13	以賽亞書	29 : 15-末
亞歷山大的 聖紀文	啟示錄	22 : 6-末	馬太福音	13 : 44-末

2026 年 12 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 7/12 聖安博	詩篇 30 以賽亞書 45：14-末 帖撒羅尼迦 1 前書	詩篇 144 以賽亞書 30：1-18 馬太福音 14：1-12
(二) 8/12 榮福童貞馬利亞始胎	詩篇 56 以賽亞書 46 帖撒羅尼迦 2：1-12 前書	詩篇 11 以賽亞書 30：19-末 馬太福音 14：13-末
(三) 9/12	詩篇 62 以賽亞書 47 帖撒羅尼迦 2：13-末 前書	詩篇 10 以賽亞書 31 馬太福音 15：1-20
(四) 10/12	詩篇 54 以賽亞書 48：1-11 帖撒羅尼迦 3 前書	詩篇 40 以賽亞書 32 馬太福音 15：21-28
(五) 11/12	詩篇 86 以賽亞書 48：12-末 帖撒羅尼迦 4：1-12 前書	詩篇 90 以賽亞書 33：1-22 馬太福音 15：29-末
(六) 12/12	詩篇 42 以賽亞書 49：1-13 帖撒羅尼迦 4：13-末 前書	詩篇 94 以賽亞書 35 馬太福音 16：1-12

2026 年 12 月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 14/12 聖十字 約翰	詩篇 40 以賽亞書 49 : 14-25 帖撒羅尼迦 5 : 1-11 前書	詩篇 26 以賽亞書 38 : 1-8, 21-22 馬太福音 16 : 13-末
(二) 15/12	詩篇 70 以賽亞書 50 帖撒羅尼迦 5 : 12-末 前書	詩篇 50 以賽亞書 38 : 9-20 馬太福音 17 : 1-13
(三) 16/12	詩篇 75 以賽亞書 51 : 1-8 帖撒羅尼迦 1 後書	詩篇 82 以賽亞書 39 馬太福音 17 : 14-21
(四) 17/12	詩篇 76 以賽亞書 51 : 9-16 帖撒羅尼迦 2 後書	詩篇 62 西番雅書 1 : 1-2 : 3 馬太福音 17 : 22-末
(五) 18/12	詩篇 98 以賽亞書 51 : 17-末 帖撒羅尼迦 3 後書	詩篇 49 西番雅書 3 : 1-13 馬太福音 18 : 1-20
(六) 19/12	詩篇 146 以賽亞書 52 : 1-12 猶大書	詩篇 57 西番雅書 3 : 14-末 馬太福音 18 : 21-末

2026 年 12 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	121	詩篇	84
21/12	以賽亞書	52:13-53:末	瑪拉基書	1 : 1, 6-末
	彼得後書	1 : 1-15	馬太福音	19 : 1-12
(二)	詩篇	124	詩篇	48
22/12	以賽亞書	54	瑪拉基書	2 : 1-16
	彼得後書	1 : 16-2 : 3	馬太福音	19 : 13-15
(三)	詩篇	130	詩篇	89 : 1-37
23/12	以賽亞書	55	瑪拉基書	2 : 17-3 : 12
	彼得後書	2 : 4-末	馬太福音	19 : 16-末
(四)	詩篇	45	詩篇	85
24/12	以賽亞書	56 : 1-8	撒迦利亞書	2
聖誕前夕	彼得後書	3	啟示錄	1 : 1-8
(五)	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
(六)	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	使徒行傳	6	馬太福音	23 : 34-末

2026 年 12 月 2027 年 1 月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	36	詩篇	128
28/12	創世記	37 : 13-20	以賽亞書	49 : 14-25
嬰孩被殺日	馬太福音	18 : 1-10	馬可福音	10 : 13-16
(二)	詩篇	19	詩篇	132
29/12	以賽亞書	57 : 15-末	約拿書	1
使徒聖約翰	約翰福音	1 : 1-18	歌羅西書	1 : 1-14
(三)	詩篇	113	詩篇	65
30/12	以賽亞書	59 : 1-15 上	約拿書	2
	約翰福音	1 : 19-28	歌羅西書	1 : 15-23
(四)	詩篇	102	詩篇	90
31/12	以賽亞書	59 : 15 下-末	約拿書	3, 4
	約翰福音	1 : 29-34	歌羅西書	1 : 24-2 : 7
(五)	詩篇	103	詩篇	115
01/01	創世記	17 : 1-13	申命記	30:11-末
	羅馬書	2:17-末	使徒行傳	3 : 1-16
(六)	詩篇	18:1-30	詩篇	46
02/01	以賽亞書	60 : 1-12	路得記	1
	約翰福音	1:35-42	歌羅西書	2 : 8-末