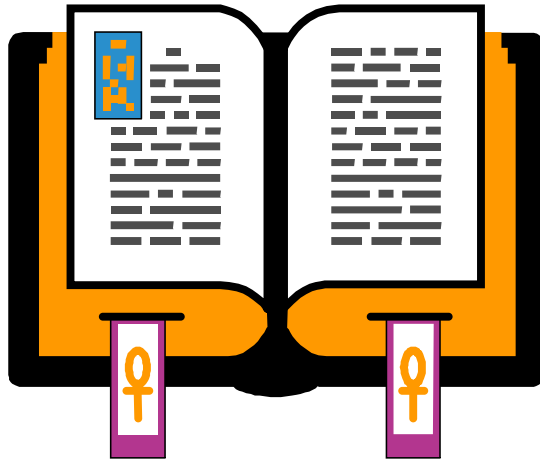


聖公會聖保羅堂



每日經課表

2023年1月至3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。

January 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 2/1 <small>大聖巴西流及 納齊安的聖額我略日</small>	詩篇 18：1-30 以賽亞書 60：1-12 約翰福音 1：35-42	詩篇 46 路得記 1 歌羅西書 2：8-末
(二) 3/1	詩篇 127 以賽亞書 60：13-末 約翰福音 1：43-末	詩篇 2 路得記 2 歌羅西書 3：1-11
(三) 4/1	詩篇 89：1-37 以賽亞書 61 約翰福音 2：1-12	詩篇 87 路得記 3 歌羅西書 3：12-4：1
(四) 5/1	詩篇 48 以賽亞書 62 約翰福音 2：13-末	詩篇 97 以賽亞書 49：1-13 約翰福音 4：7-26
(五) 6/1 顯現日	詩篇 132 耶利米書 31：7-14 約翰福音 1：29-34	詩篇 98 以賽亞書 60：1-9 約翰福音 2：1-11
(六) 7/1	詩篇 99 以賽亞書 63：7-末 約翰一書 3	詩篇 36 以賽亞書 61 提多書 2：11-14, 3：4-7

January 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 9/1	詩篇 2 阿摩司書 1 哥林多前書 1:1-17	詩篇 34 創世記 1:1-19 馬太福音 21:1-17
(二) 10/1	詩篇 9 阿摩司書 2 哥林多前書 1:18-末	詩篇 45 創世記 1:20-2:3 馬太福音 21:18-32
(三) 11/1	詩篇 20 阿摩司書 3 哥林多前書 2	詩篇 47 創世記 2:4-末 馬太福音 21:33-末
(四) 12/1	詩篇 21 阿摩司書 4 哥林多前書 3	詩篇 61 創世記 3 馬太福音 22:1-14
(五) 13/1	詩篇 67 阿摩司書 5:1-17 哥林多前書 4	詩篇 68 創世記 4:1-16, 25-26 馬太福音 22:15-33
(六) 14/1	詩篇 33 阿摩司書 5:18-末 哥林多前書 5	詩篇 85 創世記 6:1-10 馬太福音 22:34-末

January 2023

	早禱經課		晚禱經課	
(一) 16/1	詩篇 阿摩司書 哥林多前書	146 6 6 : 1-11	詩篇 創世記 馬太福音	71 6 : 11-7 : 10 24 : 1-14
(二) 17/1	詩篇 阿摩司書 哥林多前書	132 7 6 : 12-末	詩篇 創世記 馬太福音	89 : 1-37 7 : 11-末 24 : 15-28
(三) 18/1	詩篇 阿摩司書 哥林多前書	81 8 7 : 1-24	詩篇 創世記 馬太福音	97 8 : 1-14 24 : 29-末
(四) 19/1	詩篇 阿摩司書 哥林多前書	76 9 7 : 25-末	詩篇 創世記 馬太福音	111 8 : 15-9 : 7 25 : 1-13
(五) 20/1	詩篇 何西阿書 哥林多前書	27 1 : 1-2 : 1 8	詩篇 創世記 馬太福音	130 9 : 8-19 25 : 14-30
(六) 21/1	詩篇 何西阿書 哥林多前書	122 2 : 2-17 9 : 1-14	詩篇 創世記 馬太福音	61 11 : 1-9 25 : 31-末

January 2023

	早禱經課	晚禱經課
(一) 23/1	詩篇 108 何西阿書 2：18-3：末 哥林多前書 9：15-末	詩篇 138 創世記 11：27-12：9 馬太福音 26：1-16
(二) 24/1	詩篇 36 何西阿書 4：1-16 哥林多前書 10：1-13	詩篇 135 創世記 13：2-末 馬太福音 26：17-35
(三) 25/1 聖保羅受感化日	詩篇 66 以西結書 3：22-末 腓立比書 3：1-14	詩篇 119：41-56 以賽亞書 56：1-8 歌羅西書 1：24-2：7
(四) 26/1 聖提摩太與聖提摩多日	詩篇 47 何西阿書 5：8-6：6 哥林多前書 11：2-16	詩篇 24 創世記 15 馬太福音 26：47-56
(五) 27/1	詩篇 65 何西阿書 6：7-7：2 哥林多前書 11：17-末	詩篇 67 創世記 16 馬太福音 26：57-末
(六) 28/1 聖多馬·阿奎那日	詩篇 68 何西阿書 8 哥林多前書 12：1-11	詩篇 72 創世記 17：1-22 馬太福音 27：1-10

January-February 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 30/1	詩篇 57 何西阿書 9 哥林多前書 12：12-末	詩篇 20 創世記 18：1-15 馬太福音 27：11-26
(二) 31/1	詩篇 93 何西阿書 10 哥林多前書 13	詩篇 19 創世記 18：16-末 馬太福音 27：27-44
(三) 1/2	詩篇 95 何西阿書 11：1-11 哥林多前書 14：1-19	詩篇 118 撒母耳記上 1：19下-末 希伯來書 4：11-末
(四) 2/2 奉獻基督於聖殿日	詩篇 48 出埃及記 13：1-16 羅馬書 12：1-5	詩篇 132 哈該書 2：1-9 約翰福音 2：18-22
(五) 3/2	詩篇 19 何西阿書 13：1-14 哥林多前書 16：1-9	詩篇 22 創世記 22：1-19 馬太福音 28：1-15
(六) 4/2	詩篇 23 何西阿書 14 哥林多前書 16：10-末	詩篇 24 創世記 23 馬太福音 28：16-末

February 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 6/2	詩篇 30 歷代志下 2：1-16 約翰福音 17：1-5	詩篇 28 創世記 24：1-28 提摩太前書 6：1-10
(二) 7/2	詩篇 36 歷代志下 3 約翰福音 17：6-19	詩篇 33 創世記 24：29-末 提摩太前書 6：11-末
(三) 8/2	詩篇 34 歷代志下 5 約翰福音 17：20-末	詩篇 119：33-56 創世記 25：7-11,19-末 提摩太後書 1：1-14
(四) 9/2	詩篇 37 歷代志下 6：1-21 約翰福音 18：1-11	詩篇 40 創世記 26：34-27：40 提摩太後書 1：15-2：13
(五) 10/2	詩篇 31 歷代志下 6：22-末 約翰福音 18：12-27	詩篇 35 創世記 27：41-28：末 提摩太後書 2：14-末
(六) 11/2	詩篇 42 歷代志下 7 約翰福音 18：28-末	詩篇 46 創世記 29：1-30 提摩太後書 3

February 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 13/2	詩篇 44 歷代志下 9：1-12 約翰福音 19：1-16	詩篇 47 創世記 29：31-30：24 提摩太後書 4：1-8
(二) 14/2	詩篇 48 歷代志下 10：1-11：41 約翰福音 19：17-30	詩篇 50 創世記 31：1-24 提摩太後書 4：9-末
(三) 15/2	詩篇 119：57-80 歷代志下 12 約翰福音 19：31-末	詩篇 59 創世記 31：25-32：2 提多書 1
(四) 16/2	詩篇 57 歷代志下 13：1-14：1 約翰福音 20：1-10	詩篇 62 創世記 32：3-30 提多書 2
(五) 17/2	詩篇 51 歷代志下 14：2-末 約翰福音 20：11-18	詩篇 38 創世記 33：1-17 提多書 3
(六) 18/2	詩篇 68 歷代志下 15：1-15 約翰福音 20：19-末	詩篇 66 創世記 35 腓行門書

February 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 20/2	詩篇 71 耶利米書 1 約翰福音 3 : 1-21	詩篇 72 創世記 37 : 1-11 加拉太書 1
(二) 21/2	詩篇 73 耶利米書 2 : 1-13 約翰福音 3 : 22-末	詩篇 74 創世記 37 : 12-末 加拉太書 2 : 1-10
(三) 22/2 大齋首日	詩篇 38 但以理書 9 : 3-6, 17-19 提摩太前書 6 : 6-19	詩篇 51 以賽亞書 1 : 10-18 路加福音 15 : 11-末
(四) 23/2 聖玻里加日	詩篇 77 耶利米書 2 : 14-32 約翰福音 4 : 1-26	詩篇 74 創世記 39 加拉太書 2 : 11-末
(五) 24/2 聖馬提亞日	詩篇 15 約拿書 1 : 1-9 使徒行傳 2 : 37-末	詩篇 80 撒母耳記上 16 : 1-13上 馬太福音 7 : 15-27
(六) 25/2	詩篇 76 耶利米書 4 : 1-18 約翰福音 4 : 43-末	詩篇 84 創世記 41 : 1-24 加拉太書 3 : 15-22

February-March 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 27/2	詩篇 11 耶利米書 4：19-末 約翰福音 5：1-18	詩篇 13 創世記 41：25-45 加拉太書 3：23-4：7
(二) 28/2	詩篇 89：1-18 耶利米書 5：1-19 約翰福音 5：19-29	詩篇 49 創世記 41：46-42：5 加拉太書 4：8-20
(三) 1/3	詩篇 6 耶利米書 5：20-末 約翰福音 5：30-末	詩篇 28 創世記 42：6-17 加拉太書 4：21-5：1
(四) 2/3	詩篇 42 耶利米書 6：9-21 約翰福音 6：1-15	詩篇 142 創世記 42：18-28 加拉太書 5：2-15
(五) 3/3	詩篇 88 耶利米書 6：22-末 約翰福音 6：16-27	詩篇 55 創世記 42：29-末 加拉太書 5：16-末
(六) 4/3	詩篇 63 耶利米書 7：1-20 約翰福音 6：27-40	詩篇 4 創世記 43：1-15 加拉太書 6

March 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 6/3	詩篇 32 耶利米書 7：21-末 約翰福音 6：41-51	詩篇 74 創世記 43：16-末 希伯來書 1
(二) 7/3	詩篇 106 耶利米書 8：1-15 約翰福音 6：52-59	詩篇 52 創世記 44：1-17 希伯來書 2：1-9
(三) 8/3	詩篇 111 耶利米書 8：18-9：11 約翰福音 6：60-末	詩篇 3 創世記 44：18-末 希伯來書 2：10-末
(四) 9/3	詩篇 115 耶利米書 9：12-24 約翰福音 7：1-13	詩篇 116 創世記 45：1-15 希伯來書 3：1-6
(五) 10/3	詩篇 41 耶利米書 10：1-16 約翰福音 7：14-24	詩篇 6 創世記 45：16-末 希伯來書 3：7-末
(六) 11/3	詩篇 25 耶利米書 10：17-24 約翰福音 7：25-36	詩篇 23 創世記 46：1-7, 28-末 希伯來書 4：1-13

March 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 13/3	詩篇 126 耶利米書 11：1-17 約翰福音 7：37-52	詩篇 127 創世記 47：1-27 希伯來書 4：14-5：10
(二) 14/3	詩篇 9 耶利米書 11：18-12：6 約翰福音 7：53-8：11	詩篇 64 創世記 47：28-48：末 希伯來書 5：11-6：12
(三) 15/3	詩篇 38 耶利米書 13：1-11 約翰福音 8：12-30	詩篇 39 創世記 49：1-32 希伯來書 6：13-末
(四) 16/3	詩篇 56 耶利米書 14 約翰福音 8：31-47	詩篇 59 創世記 49：33-50：末 希伯來書 7：1-10
(五) 17/3 聖博德日	詩篇 144 耶利米書 15：10-末 約翰福音 8：48-末	詩篇 145 出埃及記 1：1-14 希伯來書 7：11-末
(六) 18/3	詩篇 31 耶利米書 16：10-17：4 約翰福音 9：1-17	詩篇 116 出埃及記 1：22-2：10 希伯來書 8

March 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 20/3 聖約瑟日	詩篇 25 以賽亞書 11:1-10 馬太福音 13:54-末	詩篇 1 創世記 50:22-末 馬太福音 2:13-末
(二) 21/3	詩篇 79 耶利米書 18:1-12 約翰福音 10:1-10	詩篇 80 出埃及記 2:23-3:20 希伯來書 9:15-末
(三) 22/3	詩篇 63 耶利米書 18:13-末 約翰福音 10:11-21	詩篇 91 出埃及記 4:1-23 希伯來書 10:1-18
(四) 23/3	詩篇 86 耶利米書 19:1-13 約翰福音 10:22-末	詩篇 94 出埃及記 4:27-6:1 希伯來書 10:19-25
(五) 24/3	詩篇 19 耶利米書 19:14-20:6 約翰福音 11:1-16	詩篇 85 創世記 3:8-15 加拉太書 4:1-5
(六) 25/3 童貞女馬利亞聞報日	詩篇 111 撒母耳記上 2:1-10 羅馬書 5:12-末	詩篇 131 以賽亞書 52:1-12 希伯來書 2:5-末

March 2023

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 27/3	詩篇 73 耶利米書 21：1-10 約翰福音 11：28-44	詩篇 26 出埃及記 8：1-19 希伯來書 11：17-31
(二) 28/3	詩篇 35 耶利米書 22：1-5, 13-19 約翰福音 11：45-末	詩篇 61 出埃及記 8：20-末 希伯來書 11：32-12：2
(三) 29/3	詩篇 55 耶利米書 22：20-23：8 約翰福音 12：1-11	詩篇 62 出埃及記 9：1-12 希伯來書 12：3-13
(四) 30/3	詩篇 40 耶利米書 23：9-32 約翰福音 12：12-19	詩篇 43 出埃及記 9：13-末 希伯來書 12：14-末
(五) 31/3	詩篇 22 耶利米書 24 約翰福音 12：20-36上	詩篇 31 出埃及記 10 希伯來書 13：1-16

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