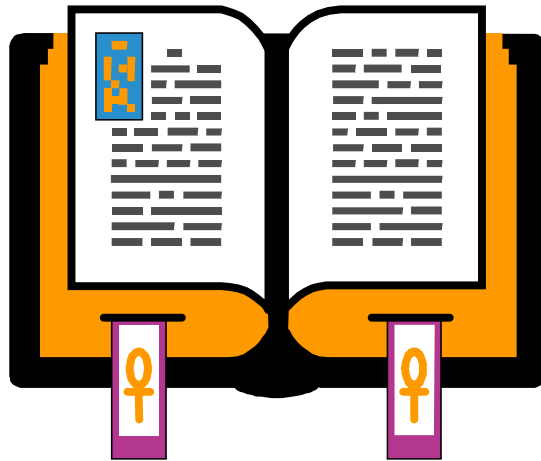


# 聖公會聖保羅堂



## 每日經課表

2024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 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 1/1 基督聖名日	詩篇 103 創世記 17：1-13 羅馬書 2：17-末	詩篇 115 申命記 30：11-末 使徒行傳 3：1-16
(二) 2/1 大聖巴西流及納齊安 的聖額我略日	詩篇 18：1-30 路得記 以賽亞書 歌羅西書 2：8-末	詩篇 46 以賽亞書 60：1-12 約翰福音 1：35-42
(三) 3/1	詩篇 127 路得記 2 歌羅西書 3：1-11	詩篇 2 以賽亞書 60：13-末 約翰福音 1：43-末
(四) 4/1	詩篇 89：1-37 路得記 3 歌羅西書 3：12-4：1	詩篇 76 以賽亞書 61 約翰福音 2：1-12
(五) 5/1	詩篇 48 路得記 4：1-7 歌羅西書 4：2-末	詩篇 97 以賽亞書 49：1-13 約翰福音 4：7-26
(六) 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

# January 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 8/1	詩篇 2 創世記 1:1-19 馬太福音 21:1-17	詩篇 34 阿摩司書 1 哥林多前書 1:1-17
(二) 9/1	詩篇 9 創世記 1:20-2:3 馬太福音 21:18-32	詩篇 45 阿摩司書 2 哥林多前書 1:18-末
(三) 10/1	詩篇 20 創世記 2:4-末 馬太福音 21:33-末	詩篇 47 阿摩司書 3 哥林多前書 2
(四) 11/1	詩篇 21 創世記 3 馬太福音 22:1-14	詩篇 61 阿摩司書 4 哥林多前書 3
(五) 12/1	詩篇 67 創世記 4:1-16, 25-26 馬太福音 22:15-33	詩篇 68 阿摩司書 5:1-17 哥林多前書 4
(六) 13/1	詩篇 33 創世記 6:1-10 馬太福音 22:34-末	詩篇 85 阿摩司書 5:18-末 哥林多前書 5

# January 2024

	早禱經課	晚禱經課
(一) 15/1	詩篇 146 創世記 6：11-7：10 馬太福音 24：1-14	詩篇 85 阿摩司書 6 哥林多前書 6：1-11
(二) 16/1	詩篇 132 創世記 7：11-末 馬太福音 24：15-28	詩篇 89：1-37 阿摩司書 7 哥林多前書 6：12-末
(三) 17/1	詩篇 81 創世記 8：1-14 馬太福音 24：29-末	詩篇 97 阿摩司書 8 哥林多前書 7：1-24
(四) 18/1	詩篇 76 創世記 8：15-9：7 馬太福音 25：1-13	詩篇 111 阿摩司書 9 哥林多前書 7：25-末
(五) 19/1	詩篇 27 創世記 9：8-19 馬太福音 25：14-30	詩篇 73 何西阿書 1：1-2：1 哥林多前書 8
(六) 20/1	詩篇 122 創世記 11：1-9 馬太福音 25：31-末	詩篇 61 何西阿書 2：2-17 哥林多前書 9：1-14

# January 2024

	早禱經課	晚禱經課
(一) 22/1	詩篇 108 創世記 11：27-12：9 馬太福音 26：1-16	詩篇 138 何西阿書 2：18-3：末 哥林多前書 9：15-末
(二) 23/1	詩篇 36 創世記 13：2-末 馬太福音 26：17-35	詩篇 145 何西阿書 4：1-16 哥林多前書 10：1-13
(三) 24/1	詩篇 46 創世記 14 馬太福音 26：36-46	詩篇 29 何西阿書 5：1-7 哥林多前書 10：14-11：1
(四) 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
(五) 26/1 聖提摩太與聖提摩多日	詩篇 65 創世記 16 馬太福音 26：57-末	詩篇 67 何西阿書 6：7-7：2 哥林多前書 11：17-末
(六) 27/1	詩篇 121 創世記 17：1-22 馬太福音 27：1-10	詩篇 72 何西阿書 8 哥林多前書 12：1-11

# January-February 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 29/1	詩篇 57 創世記 18：1-15 馬太福音 27：11-26	詩篇 20 何西阿書 9 哥林多前書 12：12-末
(二) 30/1	詩篇 93 創世記 18：16-末 馬太福音 27：27-44	詩篇 19 何西阿書 10 哥林多前書 13
(三) 31/1	詩篇 95 創世記 19：1-3, 12-29 馬太福音 27：45-56	詩篇 81 何西阿書 11：1-11 哥林多前書 14：1-19
(四) 1/2	詩篇 110 創世記 21：1-21 馬太福音 27：57-末	詩篇 118 撒母耳記上 1：19下-末 希伯來書 4：11-末
(五) 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
(六) 3/2	詩篇 147 創世記 23 馬太福音 28：16-末	詩篇 148 何西阿書 14 哥林多前書 16：10-末

# February 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 5/2	詩篇 1 創世記 29：31-30：24 提摩太後書 4：1-8	詩篇 4 傳道書 7：1-14 約翰福音 19：1-16
(二) 6/2	詩篇 5 創世記 31：1-24 提摩太後書 4：9-末	詩篇 9 傳道書 7：15-末 約翰福音 19：17-30
(三) 7/2	詩篇 119：1-32 創世記 31：25-32：2 提多書 1	詩篇 11 傳道書 8 約翰福音 19：31-末
(四) 8/2	詩篇 15 創世記 32：3-30 提多書 2	詩篇 18 傳道書 9 約翰福音 20：1-10
(五) 9/2	詩篇 19 創世記 33：1-17 提多書 3	詩篇 22 傳道書 11：1-8 約翰福音 20：11-18
(六) 10/2	詩篇 23 創世記 35 腓利門書 -	詩篇 24 傳道書 11：9-12：末 約翰福音 20：19-末



# February 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 12/2	詩篇 30 創世記 37：1-11 加拉太書 1	詩篇 28 耶利米書 1 約翰福音 3：1-21
(二) 13/2	詩篇 36 創世記 37：12-末 加拉太書 2：1-10	詩篇 33 耶利米書 2：1-13 約翰福音 3：22-末
(三) 14/2 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) 15/2	詩篇 77 創世記 39 加拉太書 2：11-末	詩篇 40 耶利米書 2：14-32 約翰福音 4：1-26
(五) 16/2	詩篇 3 創世記 40 加拉太書 3：1-14	詩篇 31 耶利米書 3：6-22 約翰福音 4：27-42
(六) 17/2	詩篇 42 創世記 41：1-24 加拉太書 3：15-22	詩篇 46 耶利米書 4：1-18 約翰福音 4：43-末

# February 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 19/2	詩篇 11 創世記 41：25-45 加拉太書 3：23-4：7	詩篇 13 耶利米書 4：19-末 約翰福音 5：1-18
(二) 20/2	詩篇 48 創世記 41：46-42：5 加拉太書 4：8-20	詩篇 49 耶利米書 5：1-19 約翰福音 5：19-29
(三) 21/2	詩篇 6 創世記 42：6-17 加拉太書 4：21-5：1	詩篇 28 耶利米書 5：20-末 約翰福音 5：30-末
(四) 22/2	詩篇 42 創世記 42：18-28 加拉太書 5：2-15	詩篇 142 耶利米書 6：9-21 約翰福音 6：1-15
(五) 23/2 聖玻里加日	詩篇 51 創世記 42：29-末 加拉太書 5：16-末	詩篇 55 耶利米書 6：22-末 約翰福音 6：16：27
(六) 24/2 聖馬提亞日	詩篇 63 創世記 43：1-15 加拉太書 6	詩篇 4 耶利米書 7：1-20 約翰福音 6：27-40

# February-March 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 26/2	詩篇 32 創世記 43：16-末 希伯來書 1	詩篇 74 耶利米書 7：21-末 約翰福音 6：41-51
(二) 27/2	詩篇 50 創世記 44：1-17 希伯來書 2：1-9	詩篇 52 耶利米書 8：1-15 約翰福音 6：52-59
(三) 28/2	詩篇 35 創世記 44：18-末 希伯來書 2：10-末	詩篇 3 耶利米書 8：18-9：11 約翰福音 6：60-末
(四) 29/2	詩篇 34 創世記 45：1-15 希伯來書 3：1-6	詩篇 71 耶利米書 9：12-24 約翰福音 7：1-13
(五) 1/3	詩篇 41 創世記 45：16-末 希伯來書 3：7-末	詩篇 6 耶利米書 10：1-16 約翰福音 7：14-24
(六) 2/3	詩篇 25 創世記 46：1-7, 28-末 希伯來書 4：1-13	詩篇 23 耶利米書 10：17-24 約翰福音 7：25-36

# March 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 4/3	詩篇 5 創世記 47:1-27 希伯來書 4:14-5:10	詩篇 17 耶利米書 11:1-17 約翰福音 7:37-52
(二) 5/3	詩篇 9 創世記 47:28-48:末 希伯來書 5:11-6:12	詩篇 64 耶利米書 11:18-12:6 約翰福音 7:53-8:11
(三) 6/3	詩篇 38 創世記 49:1-32 希伯來書 6:13-末	詩篇 39 耶利米書 13:1-11 約翰福音 8:12-30
(四) 7/3	詩篇 56 創世記 49:33-50:末 希伯來書 7:1-10	詩篇 59 耶利米書 14 約翰福音 8:31-47
(五) 8/3	詩篇 88 出埃及記 1:1-14 希伯來書 7:11-末	詩篇 69 耶利米書 15:10-末 約翰福音 8:48-末
(六) 9/3	詩篇 97 出埃及記 1:22-2:10 希伯來書 8	詩篇 116 耶利米書 16:10-17:4 約翰福音 9:1-17

# March 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 11/3	詩篇 77 出埃及記 2：11-22 希伯來書 9：1-14	詩篇 25 耶利米書 17：5-18 約翰福音 9：18-末
(二) 12/3	詩篇 79 出埃及記 2：23-3：20 希伯來書 9：15-末	詩篇 80 耶利米書 18：1-12 約翰福音 10：1-10
(三) 13/3	詩篇 63 出埃及記 4：1-23 希伯來書 10：1-18	詩篇 91 耶利米書 18：13-末 約翰福音 10：11-21
(四) 14/3	詩篇 86 出埃及記 4：27-6：1 希伯來書 10：19-25	詩篇 116 耶利米書 19：1-13 約翰福音 10：22-末
(五) 15/3	詩篇 102 出埃及記 6：2-13 希伯來書 10：26-末	詩篇 16 耶利米書 19：14-20：6 約翰福音 11：1-16
(六) 16/3	詩篇 121 出埃及記 7：8-末 希伯來書 11：1-16	詩篇 140 耶利米書 10：7-末 約翰福音 11：17-27

# March 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 18/3	詩篇 73 出埃及記 8：1-19 希伯來書 11：17-31	詩篇 26 耶利米書 21：1-10 約翰福音 11：28-44
(二) 19/3 聖約瑟日	詩篇 25 以賽亞書 11：1-10 馬太福音 13：54-末	詩篇 112 創世記 50：22-末 馬太福音 2：13-末
(三) 20/3	詩篇 55 出埃及記 9：1-12 希伯來書 12：3-13	詩篇 62 耶利米書 22：20-23：8 約翰福音 12：1-11
(四) 21/3	詩篇 40 出埃及記 9：13-末 希伯來書 12：14-末	詩篇 43 耶利米書 23：9-32 約翰福音 12：12-19
(五) 22/3	詩篇 22 出埃及記 10 希伯來書 13：1-16	詩篇 31 耶利米書 24 約翰福音 12：20-36上
(六) 23/3	詩篇 23 出埃及記 11 希伯來書 13：17-末	詩篇 130 耶利米書 25：1-14 約翰福音 12：36下-末

# March 2024

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 25/3	詩篇 41 耶利米哀歌 1：1-12上 路加福音 22：1-23	詩篇 25 耶利米哀歌 2：8-19 歌羅西書 1：18-23
(二) 26/3	詩篇 27 耶利米哀歌 3：1-18 路加福音 22：39-53	詩篇 55：13-24 耶利米哀歌 3：40-51 加拉太書 6：11-末
(三) 27/3	詩篇 102 耶利米書 11：18-20 路加福音 22：54-末	詩篇 88 以賽亞書 63：1-9 啟示錄 14：18-15：4
(四) 28/3 設立聖餐日	詩篇 42 利未記 16：2-24 路加福音 23：1-25	詩篇 39 出埃及記 11 以弗所書 2：11-18
(五) 29/3 救主受難日	詩篇 69 創世記 22：1-18 希伯來書 10：1-10	詩篇 130 耶利米哀歌 5：15-末 歌羅西書 1：18-23
(六) 30/3	詩篇 142 何西阿書 6：1-6 約翰福音 2：18-22	詩篇 116 約伯記 19：21-27 約翰一書 5：5-12

## **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