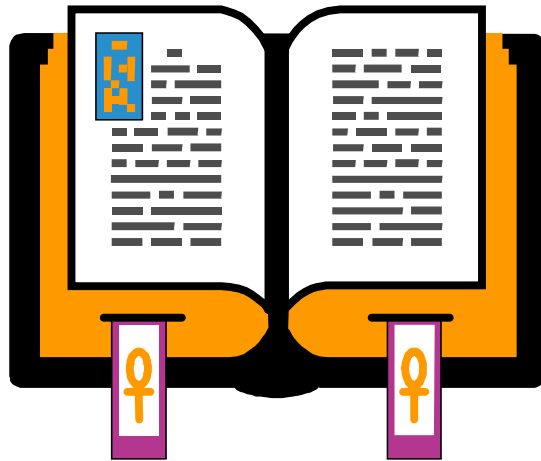


聖公會聖保羅堂



每日經課表

2025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 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(三) 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
(四) 2/1 大聖巴西流及納齊安 的聖額我略日	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
(五) 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
(六) 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

January 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 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
(二) 7/1	詩篇 99 以賽亞書 63：7-末 約翰一書 3	詩篇 118 耶利米書 23：1-8 馬太福音 20：1-16
(三) 8/1	詩篇 46 以賽亞書 64 約翰一書 4：7-末	詩篇 145 耶利米書 30：1-17 馬太福音 20：17-28
(四) 9/1	詩篇 148 以賽亞書 65：1-16 約翰一書 5：1-12	詩篇 67 耶利米書 30：18-31：9 馬太福音 20：29-末
(五) 10/1	詩篇 149 以賽亞書 65：17-末 約翰一書 5：13-末	詩篇 29 耶利米書 31：10-17 馬太福音 23：1-12
(六) 11/1	詩篇 150 以賽亞書 66：1-11 約翰二書	詩篇 36 以賽亞書 61 提多書 2：11-14, 3：4-7

January 2025

	早禱經課	晚禱經課
(一) 13/1	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) 14/1	詩篇 9 阿摩司書 2 哥林多前書 1 : 18-2 : 末	詩篇 45 創世記 1 : 20-2 : 3 馬太福音 21 : 18-32
(三) 15/1	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) 16/1	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) 17/1	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) 18/1	詩篇 33 阿摩司書 5 : 18-末 哥林多前書 5	詩篇 85 創世記 22 : 34-末 馬太福音 22 : 34-末

January 2025

	早禱經課	晚禱經課
(一) 20/1	詩篇 146 阿摩司書 6 哥林多前書 6：1-11	詩篇 105 創世記 6：11-7：10 馬太福音 24：1-14
(二) 21/1	詩篇 132 阿摩司書 7 哥林多前書 6：12-末	詩篇 89：1-37 創世記 7：11-末 馬太福音 24：15-28
(三) 22/1	詩篇 81 阿摩司書 8 哥林多前書 7：1-24	詩篇 97 創世記 8：1-14 馬太福音 24：29-末
(四) 23/1	詩篇 76 阿摩司書 9 哥林多前書 7：25-末	詩篇 111 創世記 8：15-9：7 馬太福音 25：1-13
(五) 24/1	詩篇 27 何西阿書 1：1-2：1 哥林多前書 8	詩篇 130 創世記 9：8-19 馬太福音 25：14-30
(六) 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

January-February 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 27/1	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) 28/1	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) 29/1	詩篇 46 何西阿書 5：1-7 哥林多前書 10：14-11：1	詩篇 29 創世記 14 馬太福音 26：36-46
(四) 30/1	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) 31/1	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) 1/2	詩篇 68 何西阿書 8 哥林多前書 12：1-11	詩篇 118 撒母耳記上 1：19下-末 希伯來書 4：11-末

February 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 3/2	詩篇 1 瑪拉基書 1 : 1, 6-末 約翰福音 13 : 1-11	詩篇 4 利未記 22 : 21-27, 23 : 1-17 腓立比書 1 : 1-11
(二) 4/2	詩篇 5 瑪拉基書 2 : 17-3 : 12 約翰福音 13 : 12-20	詩篇 9 出埃及記 29 : 38-30 : 16 腓立比書 1 : 12-末
(三) 5/2	詩篇 119 : 1-32 瑪拉基書 2 : 17-3 : 12 約翰福音 13 : 21-30	詩篇 11 利未記 8 腓立比書 2 : 1-13
(四) 6/2	詩篇 15 瑪拉基書 3 : 13-4 : 末 約翰福音 13 : 31-末	詩篇 18 利未記 9 腓立比書 2 : 14-末
(五) 7/2	詩篇 19 那鴻書 1 約翰福音 14 : 1-14	詩篇 22 利未記 16 : 2-24 腓立比書 3 : 1-4 : 1
(六) 8/2	詩篇 23 俄巴底亞書 4 : 1-18 約翰福音 14 : 15-末	詩篇 24 利未記 17 腓立比書 4 : 2-末

February 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 10/2	詩篇 30 約珥書 1：1-14 約翰福音 15：1-11	詩篇 28 利未記 19：1-18, 30-末 提摩太前書 1：1-17
(二) 11/2	詩篇 36 約珥書 1：15-末 約翰福音 15：12-17	詩篇 33 利未記 23：1-22 提摩太前書 1：18-2：末
(三) 12/2	詩篇 34 約珥書 2：1-17 約翰福音 15：18-末	詩篇 119：33-56 利未記 23：23-末 提摩太前書 3
(四) 13/2	詩篇 37 約珥書 2：18-27 約翰福音 16：1-15	詩篇 40 利未記 24：1-9 提摩太前書 4
(五) 14/2	詩篇 31 約珥書 2：28-末 約翰福音 16：16-22	詩篇 35 利未記 25：1-24 提摩太前書 5：1-16
(六) 15/2	詩篇 42 約珥書 3：1-3, 9-末 約翰福音 16：23-末	詩篇 46 民數記 6：1-5, 21-末 提摩太前書 5：17-末

February 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 17/2	詩篇 44 傳道書 1 約翰福音 17：1-5	詩篇 47 創世記 24：1-28 提摩太前書 6：1-10
(二) 18/2	詩篇 48 傳道書 2 約翰福音 17：6-19	詩篇 50 創世記 24：29-末 提摩太前書 6：11-末
(三) 19/2	詩篇 119：57-80 傳道書 3：1-15 約翰福音 17：20-末	詩篇 59 創世記 25：7-11, 19-末 提摩太後書 1：1-14
(四) 20/2	詩篇 57 傳道書 3：16-4：末 約翰福音 18：1-11	詩篇 62 創世記 26：34-27：40 提摩太後書 1：15-2：13
(五) 21/2	詩篇 51 傳道書 5 約翰福音 18：12-27	詩篇 38 創世記 27：41-28：末 提摩太後書 2：14-末
(六) 22/2	詩篇 68 傳道書 6 約翰福音 18：28-末	詩篇 66 創世記 29：1-30 提摩太後書 3

February-March 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 24/2 聖馬提亞日	詩篇 71 傳道書 7：1-14 約翰福音 19：1-16	詩篇 72 創世記 29：31-30：24 提摩太後書 4：1-8
(二) 25/2	詩篇 73 傳道書 7：15-末 約翰福音 19：17-30	詩篇 74 創世記 31：1-24 提摩太後書 4：9-末
(三) 26/2	詩篇 77 傳道書 8 約翰福音 19：31-末	詩篇 119：81-104 創世記 31：25-32：2 提多書 1
(四) 27/2	詩篇 78：1-39 傳道書 9 約翰福音 20：1-10	詩篇 78：40-末 創世記 32：3-30 提多書 2
(五) 28/2	詩篇 55 傳道書 11：1-8 約翰福音 20：11-18	詩篇 69 創世記 33：1-17 提多書 3
(六) 1/3	詩篇 76 傳道書 11：9-12：末 約翰福音 20：19-末	詩篇 84 創世記 35 腓利門書

March 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 3/3	詩篇 80 耶利米書 1 約翰福音 3：1-21	詩篇 85 創世記 37：1-11 加拉太書 1
(二) 4/3	詩篇 89：1-18 耶利米書 2：1-13 約翰福音 3：22-末	詩篇 89：19-末 創世記 37：12-末 加拉太書 2：1-10
(三) 5/3 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) 6/3	詩篇 92 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) 7/3	詩篇 3 耶利米書 3：6-22 約翰福音 4：27-42	詩篇 31 創世記 40 加拉太書 3：1-14
(六) 8/3	詩篇 97 耶利米書 4：1-18 約翰福音 4：43-末	詩篇 73 創世記 41：1-24 加拉太書 3：15-22

March 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 10/3	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) 11/3	詩篇 106 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) 12/3	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) 13/3	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) 14/3	詩篇 22 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) 15/3	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 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 17/3 聖博德日	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) 18/3	詩篇 132 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) 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 1 創世記 50：22-末 馬太福音 2：13-末
(四) 20/3	詩篇 143 耶利米書 9：12-24 約翰福音 7：1-13	詩篇 138 創世記 45：1-15 希伯來書 3：1-6
(五) 21/3	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) 22/3	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 2025

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 24/3	詩篇 5 耶利米書 11:1-17 約翰福音 7:37-52	詩篇 17 創世記 47:1-27 希伯來書 4:14-5:10
(二) 25/3 <small>童貞女馬利亞聞報日</small>	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
(三) 26/3	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) 27/3	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) 28/3	詩篇 19 耶利米書 15:10-末 約翰福音 8:48-末	詩篇 69 出埃及記 1:1-14 希伯來書 7:11-末
(六) 29/3	詩篇 23 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
(一) 31/3	詩篇 77 耶利米書 17:5-18 約翰福音 9:18-末	詩篇 25 出埃及記 2:11-22 希伯來書 9:1-14

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