

聖公會聖馬太堂



每日經課表

2016年10月至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，今日能撙節飲食，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。

2016年9-10月

日期	早禱經課		晚禱經課	
日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	80	詩篇	85
26/9	列王紀下	5	歷代志下	17：1-12
	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
27/9	列王紀下	6：1-23	歷代志下	18：1-27
	使徒行傳	26：24-末	馬可福音	15：16-32
(三)	詩篇	119：105-128	詩篇	91
28/9	列王紀下	9：1-16	歷代志下	18：28-19：末
	使徒行傳	27：1-26	馬可福音	15：33-41
(四)	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
(五)	詩篇	88	詩篇	102
30/9	列王紀下	12：1-19	歷代志下	22：10-23：末
	使徒行傳	28：1-16	馬可福音	16：1-8
(六)	詩篇	97	詩篇	104
1/10	列王紀下	17：1-23	歷代志下	24：1-22

2016年10月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	98	詩篇	105
3/10	列王紀下	17：24-末	歷代志下	26：1-21
	腓立比書	1：1-11	約翰福音	13：1-11
(二)	詩篇	106	詩篇	107
4/10	列王紀下	18：1-12	歷代志下	28
聖法蘭西斯日	腓立比書	1：12-末	約翰福音	13：12-20
(三)	詩篇	111	詩篇	119：129-152
5/10	列王紀下	18：13-末	歷代志下	29：1-19
	腓立比書	2：1-13	約翰福音	13：21-30
(四)	詩篇	115	詩篇	116
6/10	列王紀下	19：1-19	歷代志下	29：20-末
	腓立比書	2：14-末	約翰福音	13：31-末
(五)	詩篇	139	詩篇	130
7/10	列王紀下	19：20-36	歷代志下	30
	腓立比書	3：1-4：1	約翰福音	14：1-14
(六)	詩篇	121	詩篇	118
8/10	列王紀下	20	歷代志下	32：1-22
	腓立比書	4：2-末	約翰福音	14：15-末

2016年10月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一)	詩篇 126	詩篇 127
10/10	列王紀下 21：1-18	歷代志下 33：1-13
	提摩太前書 1：1-17	約翰福音 15：1-11
(二)	詩篇 132	詩篇 135
11/10	列王紀下 22：1-23：3	歷代志下 34：1-18
	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
12/10	列王紀下 23：4-25	歷代志下 34：19-末
	提摩太前書 3	約翰福音 15：18-末
(四)	詩篇 143	詩篇 138
13/10	列王紀下 23：36-24：17	歷代志下 35：1-19
	提摩太前書 4	約翰福音 16：1-15
(五)	詩篇 144	詩篇 145
14/10	列王紀下 24：18-25：12	歷代志下 35：20-36：10
	提摩太前書 5：1-16	約翰福音 16：16-22
(六)	詩篇 147	詩篇 148
15/10	列王紀下 25：22-末	歷代志下 36：11-末
	提摩太前書 5：17-末	約翰福音 16：23-末

2016年10月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一)	詩篇 1	詩篇 4
17/10	出埃及記 22 : 21-27, 23 : 1-17	彌迦書 1 : 1-9
	提摩太前書 6 : 1-10	約翰福音 17 : 1-5
(二)	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
(三)	詩篇 119 : 1-32	詩篇 11
19/10	利未記 8	彌迦書 3
	提摩太後書 1 : 1-14	約翰福音 17 : 20-末
(四)	詩篇 14	詩篇 18
20/10	利未記 9	彌迦書 4 : 1-5 : 1
	提摩太後書 1 : 15-2 : 13	約翰福音 18 : 1-11
(五)	詩篇 19	詩篇 22
21/10	利未記 16 : 2-24	彌迦書 5 : 2-末
	提摩太後書 2 : 14-末	約翰福音 18 : 12-27
(六)	詩篇 23	詩篇 24
22/10	利未記 17	彌迦書 6
	提摩太後書 3	約翰福音 18 : 28-末

2016年10月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一)	詩篇 30	詩篇 28
24/10	利未記 19：1-18, 30-末	彌迦書 7：1-7
	提摩太後書 4：1-8	約翰福音 19：1-16
(二)	詩篇 36	詩篇 33
25/10	利未記 23：1-22	彌迦書 7：8-末
	提摩太後書 4：9-末	約翰福音 19：17-30
(三)	詩篇 34	詩篇 119：33-56
26/10	利未記 23：23-末	哈巴谷書 1：1-11
	提多書 1	約翰福音 19：31-末
(四)	詩篇 37	詩篇 40
27/10	利未記 24：1-9	哈巴谷書 1：12-2：5
	提多書 2	約翰福音 20：1-10
(五)	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
(六)	詩篇 42	詩篇 46
29/10	民數記 6：1-5, 21-末	哈巴谷書 3：2-19上
	腓利門書 -	約翰福音 20：19-末

2016年10月-11月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	2	詩篇	5
31/10	但以理書	1	以賽亞書	40：27-末
	啟示錄	1	啟示錄	19：6-10
(二)	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	哈巴谷書	11：32-12：2
(三)	詩篇	9	詩篇	112
2/11	但以理書	2：25-末	以賽亞書	2：1-11
諸靈日	啟示錄	2：12-末	馬太福音	2：16-末
(四)	詩篇	11	詩篇	62
3/11	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
4/11	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	66
5/11	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

2016年11月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	20	詩篇	72
7/11	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
8/11	但以理書	5：1-12	以賽亞書	5：25-末
	啟示錄	6	馬太福音	5：13-20
(三)	詩篇	23	詩篇	37
9/11	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
10/11	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
11/11	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	76	詩篇	86
12/11	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	6：19-末

2016年11月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	47	詩篇	71
14/11	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
15/11	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	91
16/11	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
17/11	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
18/11	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	97	詩篇	78：40-末
19/11	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

2016年11月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	96	詩篇	80
21/11	以賽亞書	40：1-11	以賽亞書	14：3-20
	啟示錄	14：1-13	馬太福音	9：18-34
(二)	詩篇	97	詩篇	101
22/11	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
23/11	以賽亞書	40：27-41：7	以賽亞書	19
聖紀文日	啟示錄	16：1-11	馬太福音	10：16-33
(四)	詩篇	125	詩篇	133
24/11	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	139	詩篇	146
25/11	以賽亞書	41：21-42：9	以賽亞書	22：1-14
聖傑靈日	啟示錄	17	馬太福音	11：2-19
(六)	詩篇	145	詩篇	150
26/11	以賽亞書	42：10-17	以賽亞書	24
	啟示錄	18	馬太福音	11：20-末

2016年11-12月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	50	詩篇	71
28/11	以賽亞書	42：18-末	以賽亞書	25：1-9
	啟示錄	19	馬太福音	12：1-21
(二)	詩篇	80	詩篇	74
29/11	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	47	詩篇	87
30/11	以西結書	47：1-12	撒迦利亞書	8：20-末
聖安德烈日	約翰福音	12：20-32	約翰福音	1：35-42
(四)	詩篇	42	詩篇	40
1/12	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
2/12	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
3/12	以賽亞書	44：24-45：13	以賽亞書	29：15-末
	啟示錄	22：6-末	馬太福音	13：44-末

2016年12月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 5/12	詩篇 44 以賽亞書 45：14-末 帖撒羅尼迦前書 1	詩篇 144 以賽亞書 30：1-18 馬太福音 14：1-12
(二) 6/12 聖尼哥拉日	詩篇 56 以賽亞書 46 帖撒羅尼迦前書 2：1-12	詩篇 11 以賽亞書 30：19-末 馬太福音 14：13-末
(三) 7/12	詩篇 62 以賽亞書 47 帖撒羅尼迦前書 2：13-末	詩篇 10 以賽亞書 31 馬太福音 15：1-20
(四) 8/12	詩篇 54 以賽亞書 48：1-11 帖撒羅尼迦前書 3	詩篇 40 以賽亞書 32 馬太福音 15：21-28
(五) 9/12	詩篇 86 以賽亞書 48：12-末 帖撒羅尼迦前書 4：1-12	詩篇 90 以賽亞書 33：1-22 馬太福音 15：29-末
(六) 10/12	詩篇 42 以賽亞書 49：1-13 帖撒羅尼迦前書 4：13-末	詩篇 46 以賽亞書 35 馬太福音 16：1-12

2016年12月

日期	早禱經課	晚禱經課
(一) 12/12	詩篇 40 以賽亞書 49：14-25 帖撒羅尼迦前書 5：1-11	詩篇 26 38：1-8, 21-22 馬太福音 16：13-末
(二) 13/12	詩篇 70 以賽亞書 50 帖撒羅尼迦前書 5：12-末	詩篇 50 以賽亞書 38：9-20 馬太福音 17：1-13
(三) 14/12	詩篇 75 以賽亞書 51：1-8 帖撒羅尼迦後書 1	詩篇 82 以賽亞書 39 馬太福音 17：14-21
(四) 15/12	詩篇 76 以賽亞書 51：9-16 帖撒羅尼迦後書 2	詩篇 62 西番雅書 1：1-2：3 馬太福音 17：22-末
(五) 16/12	詩篇 98 以賽亞書 51：17-末 帖撒羅尼迦後書 3	詩篇 49 西番雅書 3：1-13 馬太福音 18：1-20
(六) 17/12	詩篇 71 以賽亞書 52：1-12 猶大書 -	詩篇 43 西番雅書 3：14-末 馬太福音 18：21-末

2016年12月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	詩篇	146	詩篇	57
19/12	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	46	詩篇	4
20/12	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	121	詩篇	84
21/12	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	124	詩篇	48
22/12	以賽亞書	56 : 1-8	瑪拉基書	3 : 13-4 : 末
	彼得後書	3	馬太福音	23 : 1-12
(五)	詩篇	130	詩篇	89 : 1-37
23/12	以賽亞書	63 : 1-6	那鴻書	1
	約翰二書	-	馬太福音	23 : 13-28
(六)	詩篇	45	詩篇	85
24/12	以賽亞書	58	撒迦利亞書	2
聖誕前夕	約翰三書	-	啟示錄	1 : 1-8

2016年12月

日期	早禱經課		晚禱經課	
(一)	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
(二)	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
(三)	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
(四)	詩篇	19	詩篇	132
29/12	以賽亞書	57 : 15-末	約拿書	1
	約翰福音	1 : 1-18	歌羅西書	1 : 1-14
(五)	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
(六)	詩篇	102	詩篇	90
31/12	以賽亞書	59 : 15下-末	約拿書	3及4
	約翰福音	1 : 29-34	歌羅西書	1 : 24-2 : 7