

你可以這樣開始……

禱告

以祈禱開始你每日的靈修。
「求你開我的眼睛，使我看出你律法中的奇妙。」
(詩篇119:18)

讀經

留意經文的上下文，細心閱讀，
期待上帝向你說話。

思想

思想及回答下列問題：

- 經文的主要內容是甚麼？
- 經文有何關於天父、主耶穌、聖靈的啟示？
- 經文對你個人或你的處境有何指示？

釋義

參閱讀經材料中對經文的解釋，
再與你的讀經心得相比較，深入思想。

禱告

以你讀經的亮光為基礎，向上帝讚美、
認罪及祈求。

筆記

將靈修心得寫下，有助你常常重溫上帝
在你生命中的帶領，追求作耶穌的門徒。

行動

祈求上帝指教你應如何實踐經文的教導：

- 有具體行動可在生活中實踐上帝的話嗎？
- 有沒有一些得着或領受可與別人分享？

This is how you begin...

Pray

Start with a prayer. Saying "Open my eyes,
that I may behold wondrous things out of your law."
(Psalm 119:18)

Read

Read the passage slowly and anticipate
God will speak to you.

Meditate

Meditate on the words you have read by asking:

- What is the main point of the given passage?
- How is God revealing Himself
(as the Father, the Son, the Holy Spirit)?
- How does it relate to my current situation?

Interpret

If needed refer to other reference materials
for deeper reflection.

Pray

Based on your insight: thank God for His
grace, repent, and renew your commitment
to God.

Make Notes

Write down your application in a notebook.
This will help you to grow as a disciple
of Jesus.

Take Action

Share with others both in words and in
practical action.

1月
JANUARY

1 撒 上 1Sa 1:1~18
2 撒 上 1Sa 1:19~28
3 撒 上 1Sa 2:1~11a
4 撒 上 1Sa 2:11b~26
5 撒 上 1Sa 2:27~36
6 撒 上 1Sa 3:1~14
7 撒 上 1Sa 3:15~4:1a
8 撒 上 1Sa 4:1b~11
9 撒 上 1Sa 4:12~22
10 撒 上 1Sa 5:1~12
11 撒 上 1Sa 6:1~16
12 撒 上 1Sa 6:17~7:1
13 撒 上 1Sa 7:2~17
14 撒 上 1Sa 8:1~22
15 撒 上 1Sa 9:1~14
16 撒 上 1Sa 9:15~27
17 撒 上 1Sa 10:1~16
18 撒 上 1Sa 10:17~27
19 撒 上 1Sa 11:1~15
20 撒 上 1Sa 12:1~25
21 撒 上 1Sa 13:1~23
22 撒 上 1Sa 14:1~15
23 撒 上 1Sa 14:16~35
24 撒 上 1Sa 14:36~52
25 撒 上 1Sa 15:1~23
26 撒 上 1Sa 15:24~35
27 撒 上 1Sa 16:1~13
28 撒 上 1Sa 16:14~23
29 撒 上 1Sa 17:1~11
30 撒 上 1Sa 17:12~40
31 撒 上 1Sa 17:41~54

2月
FEBRUARY

1 撒 上 1Sa 17:55~18:16
2 撒 上 1Sa 18:17~30
3 撒 上 1Sa 19:1~7
4 撒 上 1Sa 19:8~24
5 撒 上 1Sa 20:1~17
6 撒 上 1Sa 20:18~34
7 撒 上 1Sa 20:35~42
8 撒 上 1Sa 21:1~15
9 撒 上 1Sa 22:1~10
10 撒 上 1Sa 22:11~23
11 撒 上 1Sa 23:1~14
12 撒 上 1Sa 23:15~29
13 撒 上 1Sa 24:1~22
14 撒 上 1Sa 25:1~22
15 撒 上 1Sa 25:23~44
16 撒 上 1Sa 26:1~25
17 撒 上 1Sa 27:1~28:2
18 撒 上 1Sa 28:3~25
19 撒 上 1Sa 29:1~11
20 撒 上 1Sa 30:1~20
21 撒 上 1Sa 30:21~31
22 撒 上 1Sa 31:1~13
23 摩 阿 1:1~2:3
24 摩 阿 2:4~16
25 摩 阿 3:1~15
26 摩 阿 4:1~13
27 摩 阿 5:1~27
28 摩 阿 6:1~14

3月
MARCH

1 摩 阿 7:1~17
2 摩 阿 8:1~14
3 摩 阿 9:1~15
4 彌 彌 1:1~16
5 彌 彌 2:1~13
6 彌 彌 3:1~12
7 彌 彌 4:1~13
8 彌 彌 5:1~15
9 彌 彌 6:1~16
10 彌 彌 7:1~20
11 林後 2Co 1:1~11
12 林後 2Co 1:12~24
13 林後 2Co 2:1~17
14 林後 2Co 3:1~11
15 林後 2Co 3:12~18
16 林後 2Co 4:1~18
17 林後 2Co 5:1~10
18 林後 2Co 5:11~21
19 林後 2Co 6:1~10
20 林後 2Co 6:11~7:1
21 林後 2Co 7:2~7
22 林後 2Co 7:8~16
23 林後 2Co 8:1~15
24 林後 2Co 8:16~24
25 林後 2Co 9:1~15
26 林後 2Co 10:1~18
27 林後 2Co 11:1~15
28 林後 2Co 11:16~33
29 林後 2Co 12:1~10
30 林後 2Co 12:11~21
31 林後 2Co 13:1~13

4月
APRIL

1 撒 下 2Sa 1:1~16
2 撒 下 2Sa 1:17~27
3 撒 下 2Sa 2:1~32
4 撒 下 2Sa 3:1~21
5 撒 下 2Sa 3:22~39
6 撒 下 2Sa 4:1~12
7 撒 下 2Sa 5:1~16
8 撒 下 2Sa 5:17~25
9 撒 下 2Sa 6:1~11
10 撒 下 2Sa 6:12~23
11 撒 下 2Sa 7:1~17
12 撒 下 2Sa 7:18~29
13 撒 下 2Sa 8:1~18
14 撒 下 2Sa 9:1~13
15 撒 下 2Sa 10:1~19
16 撒 下 2Sa 11:1~13
17 撒 下 2Sa 11:14~27
18 撒 下 2Sa 12:1~14
19 撒 下 2Sa 12:15~23
20 撒 下 2Sa 12:24~31
21 撒 下 2Sa 13:1~22
22 撒 下 2Sa 13:23~39
23 撒 下 2Sa 14:1~24
24 撒 下 2Sa 14:25~33
25 撒 下 2Sa 15:1~12
26 撒 下 2Sa 15:13~37
27 撒 下 2Sa 16:1~14
28 撒 下 2Sa 16:15~23
29 撒 下 2Sa 17:1~14
30 撒 下 2Sa 17:15~29
31 撒 下 2Sa 17:15~29

5月
MAY

1 撒 下 2Sa 18:1~18
2 撒 下 2Sa 18:19~33
3 撒 下 2Sa 19:1~23
4 撒 下 2Sa 19:24~43
5 撒 下 2Sa 20:1~26
6 撒 下 2Sa 21:1~14
7 撒 下 2Sa 21:15~22
8 撒 下 2Sa 22:1~31
9 撒 下 2Sa 22:32~51
10 撒 下 2Sa 23:1~39
11 撒 下 2Sa 24:1~9
12 撒 下 2Sa 24:10~25
13 西 西 1:1~8
14 西 西 1:9~23
15 西 西 1:24~29
16 西 西 2:1~5
17 西 西 2:6~15
18 西 西 2:16~23
19 西 西 3:1~11
20 西 西 3:12~17
21 西 西 3:18~25
22 西 西 4:1~6
23 西 西 4:7~18
24 拉 拉 1:1~11
25 拉 拉 2:1~70
26 拉 拉 3:1~13
27 拉 拉 4:1~24
28 拉 拉 5:1~17
29 拉 拉 6:1~12
30 拉 拉 6:13~22
31 拉 拉 7:1~28

6月
JUNE

1 拉 拉 8:1~20
2 拉 拉 8:21~36
3 拉 拉 9:1~15
4 拉 拉 10:1~44
5 尼 尼 1:1~11
6 尼 尼 2:1~20
7 尼 尼 3:1~32
8 尼 尼 4:1~23
9 尼 尼 5:1~19
10 尼 尼 6:1~19
11 尼 尼 7:1~73
12 尼 尼 8:1~18
13 尼 尼 9:1~25
14 尼 尼 9:26~38
15 尼 尼 10:1~39
16 尼 尼 11:1~36
17 尼 尼 12:1~26
18 尼 尼 12:27~47
19 尼 尼 13:1~14
20 尼 尼 13:15~31
21 斯 斯 1:1~22
22 斯 斯 2:1~23
23 斯 斯 3:1~15
24 斯 斯 4:1~17
25 斯 斯 5:1~14
26 斯 斯 6:1~14
27 斯 斯 7:1~10
28 斯 斯 8:1~17
29 斯 斯 9:1~15
30 斯 斯 9:16~10:3

本讀經表的經文編排乃根據《每日讀經釋義》2022年的讀經進度，按此進度可於5年讀完整本聖經一遍。

"2022 Daily Bible Readings" is scheduled according to the Bible reading plan of "Chinese Daily Bread",
which helps readers read through the whole Bible once in 5 years.