

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:
a. What is the main point of the given passage?
b. How is God revealing Himself
(as the Father, the Son, the Holy Spirit)?
c. 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 出 Exo 1:1~14
2 出 Exo 1:15~22
3 出 Exo 2:1~10
4 出 Exo 2:11~25
5 出 Exo 3:1~12
6 出 Exo 3:13~22
7 出 Exo 4:1~17
8 出 Exo 4:18~31
9 出 Exo 5:1~23
10 出 Exo 6:1~13
11 出 Exo 6:14~30
12 出 Exo 7:1~13
13 出 Exo 7:14~25
14 出 Exo 8:1~15
15 出 Exo 8:16~32
16 出 Exo 9:1~12
17 出 Exo 9:13~35
18 出 Exo 10:1~20
19 出 Exo 10:21~29
20 出 Exo 11:1~10
21 出 Exo 12:1~13
22 出 Exo 12:14~28
23 出 Exo 12:29~36
24 出 Exo 12:37~51
25 出 Exo 13:1~22
26 出 Exo 14:1~18
27 出 Exo 14:19~31
28 出 Exo 15:1~21
29 出 Exo 15:22~16:12
30 出 Exo 16:13~35
31 出 Exo 17:1~7

2月 FEBRUARY

1 出 Exo 17:8~16
2 出 Exo 18:1~27
3 出 Exo 19:1~25
4 出 Exo 20:1~26
5 出 Exo 21:1~11
6 出 Exo 21:12~36
7 出 Exo 22:1~15
8 出 Exo 21:16~23:9
9 出 Exo 23:10~19
10 出 Exo 23:20~33
11 出 Exo 24:1~18
12 出 Exo 25:1~40
13 出 Exo 26:1~37
14 出 Exo 27:1~21
15 出 Exo 28:1~43
16 出 Exo 29:1~46
17 出 Exo 30:1~38
18 出 Exo 31:1~18
19 出 Exo 32:1~14
20 出 Exo 32:15~35
21 出 Exo 33:1~23
22 出 Exo 34:1~28
23 出 Exo 34:29~35
24 出 Exo 35:1~29
25 出 Exo 35:30~36:7
26 出 Exo 36:8~38
27 出 Exo 37:1~29
28 出 Exo 38:1~31

3月 MARCH

1 出 Exo 39:1~31
2 出 Exo 39:32~43
3 出 Exo 40:1~16
4 出 Exo 40:17~38
5 太 Mat 1:1~17
6 太 Mat 1:18~25
7 太 Mat 2:1~12
8 太 Mat 2:13~23
9 太 Mat 3:1~17
10 太 Mat 4:1~11
11 太 Mat 4:12~25
12 太 Mat 5:1~12
13 太 Mat 5:13~20
14 太 Mat 5:21~30
15 太 Mat 5:31~48
16 太 Mat 6:1~15
17 太 Mat 6:16~24
18 太 Mat 6:25~34
19 太 Mat 7:1~12
20 太 Mat 7:13~29
21 太 Mat 8:1~13
22 太 Mat 8:14~22
23 太 Mat 8:23~34
24 太 Mat 9:1~8
25 太 Mat 9:9~17
26 太 Mat 9:18~26
27 太 Mat 9:27~38
28 太 Mat 10:1~15
29 太 Mat 10:16~23
30 太 Mat 10:24~31
31 太 Mat 10:32~42

4月 APRIL

1 太 Mat 11:1~19
2 太 Mat 11:20~30
3 太 Mat 12:1~14
4 太 Mat 12:15~21
5 太 Mat 12:22~37
6 太 Mat 12:38~50
7 太 Mat 13:1~23
8 太 Mat 13:24~43
9 太 Mat 13:44~52
10 太 Mat 13:53~14:12
11 太 Mat 14:13~21
12 太 Mat 14:22~36
13 太 Mat 15:1~20
14 太 Mat 15:21~28
15 太 Mat 15:29~39
16 太 Mat 16:1~12
17 太 Mat 16:13~20
18 太 Mat 16:21~28
19 太 Mat 17:1~13
20 太 Mat 17:14~27
21 太 Mat 18:1~9
22 太 Mat 18:10~20
23 太 Mat 18:21~35
24 太 Mat 19:1~12
25 太 Mat 19:13~30
26 太 Mat 20:1~16
27 太 Mat 20:17~28
28 太 Mat 20:29~34
29 太 Mat 21:1~11
30 太 Mat 21:12~22

5月 MAY

1 太 Mat 21:23~32
2 太 Mat 21:33~46
3 太 Mat 22:1~14
4 太 Mat 22:15~33
5 太 Mat 22:34~46
6 太 Mat 23:1~12
7 太 Mat 23:13~39
8 太 Mat 24:1~14
9 太 Mat 24:15~31
10 太 Mat 24:32~44
11 太 Mat 24:45~25:13
12 太 Mat 25:14~30
13 太 Mat 25:31~46
14 太 Mat 26:1~13
15 太 Mat 26:14~25
16 太 Mat 26:26~35
17 太 Mat 26:36~46
18 太 Mat 26:47~56
19 太 Mat 26:57~68
20 太 Mat 26:69~75
21 太 Mat 27:1~10
22 太 Mat 27:11~26
23 太 Mat 27:27~44
24 太 Mat 27:45~56
25 太 Mat 27:57~66
26 太 Mat 28:1~10
27 太 Mat 28:11~20
28 太 Mat 28:11~20
29 太 Mat 28:11~20
30 太 Mat 28:11~20
31 太 Mat 28:11~20

6月 JUNE

1 詩 Psa 46:1~11
2 詩 Psa 47:1~9
3 詩 Psa 48:1~14
4 詩 Psa 49:1~20
5 詩 Psa 50:1~23
6 詩 Psa 51:1~19
7 詩 Psa 52:1~9
8 詩 Psa 53:1~6
9 詩 Psa 54:1~7
10 詩 Psa 55:1~23
11 詩 Psa 56:1~13
12 詩 Psa 57:1~11
13 詩 Psa 58:1~11
14 詩 Psa 59:1~17
15 詩 Psa 60:1~12
16 詩 Psa 61:1~8
17 詩 Psa 62:1~12
18 詩 Psa 63:1~11
19 詩 Psa 64:1~10
20 詩 Psa 65:1~13
21 詩 Psa 66:1~20
22 詩 Psa 67:1~7
23 詩 Psa 68:1~35
24 詩 Psa 69:1~36
25 詩 Psa 70:1~5
26 詩 Psa 71:1~24
27 詩 Psa 72:1~20
28 鴻 Nam 1:1~15
29 鴻 Nam 2:1~13
30 鴻 Nam 3:1~19

本讀經表的經文編排乃根據《每日讀經釋義》2026年的讀經進度，按此進度可於5年讀完整本聖經一遍。

"2026 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.

7月
JULY8月
AUGUST9月
SEPTEMBER10月
OCTOBER11月
NOVEMBER12月
DECEMBER

1 拿 Jon 1:1~16	1 耶 Jer 8:1~22	1 耶 Jer 33:1~26	1 申 Deu 1:1~18	1 申 Deu 21:10~23	1 林前 1Co 3:1~9
2 拿 Jon 1:17~2:10	2 耶 Jer 9:1~26	2 耶 Jer 34:1~22	2 申 Deu 1:19~33	2 申 Deu 22:1~12	2 林前 1Co 3:10~23
3 拿 Jon 3:1~10	3 耶 Jer 10:1~25	3 耶 Jer 35:1~19	3 申 Deu 1:34~46	3 申 Deu 22:13~30	3 林前 1Co 4:1~21
4 拿 Jon 4:1~11	4 耶 Jer 11:1~23	4 耶 Jer 36:1~32	4 申 Deu 2:1~25	4 申 Deu 23:1~14	4 林前 1Co 5:1~13
5 哈 Hab 1:1~17	5 耶 Jer 12:1~17	5 耶 Jer 37:1~21	5 申 Deu 2:26~37	5 申 Deu 23:15~25	5 林前 1Co 6:1~11
6 哈 Hab 2:1~20	6 耶 Jer 13:1~27	6 耶 Jer 38:1~28	6 申 Deu 3:1~11	6 申 Deu 24:1~9	6 林前 1Co 6:12~20
7 哈 Hab 3:1~19	7 耶 Jer 14:1~22	7 耶 Jer 39:1~18	7 申 Deu 3:12~29	7 申 Deu 24:10~25:4	7 林前 1Co 7:1~9
8 提前 1Ti 1:1~17	8 耶 Jer 15:1~21	8 耶 Jer 40:1~16	8 申 Deu 4:1~8	8 申 Deu 25:5~12	8 林前 1Co 7:10~24
9 提前 1Ti 1:18~2:7	9 耶 Jer 16:1~21	9 耶 Jer 41:1~18	9 申 Deu 4:9~31	9 申 Deu 25:13~19	9 林前 1Co 7:25~40
10 提前 1Ti 2:8~3:7	10 耶 Jer 17:1~27	10 耶 Jer 42:1~22	10 申 Deu 4:32~49	10 申 Deu 26:1~19	10 林前 1Co 8:1~13
11 提前 1Ti 3:8~16	11 耶 Jer 18:1~23	11 耶 Jer 43:1~13	11 申 Deu 5:1~21	11 申 Deu 27:1~10	11 林前 1Co 9:1~14
12 提前 1Ti 4:1~10	12 耶 Jer 19:1~15	12 耶 Jer 44:1~30	12 申 Deu 5:22~33	12 申 Deu 27:11~26	12 林前 1Co 9:15~27
13 提前 1Ti 4:11~5:16	13 耶 Jer 20:1~18	13 耶 Jer 45:1~5	13 申 Deu 6:1~25	13 申 Deu 28:1~14	13 林前 1Co 10:1~13
14 提前 1Ti 5:17~6:2	14 耶 Jer 21:1~14	14 耶 Jer 46:1~28	14 申 Deu 7:1~26	14 申 Deu 28:15~35	14 林前 1Co 10:14~22
15 提前 1Ti 6:3~10	15 耶 Jer 22:1~30	15 耶 Jer 47:1~7	15 申 Deu 8:1~20	15 申 Deu 28:36~57	15 林前 1Co 10:23~11:1
16 提前 1Ti 6:11~21	16 耶 Jer 23:1~8	16 耶 Jer 48:1~47	16 申 Deu 9:1~21	16 申 Deu 28:58~68	16 林前 1Co 11:2~16
17 提後 2Ti 1:1~7	17 耶 Jer 23:9~32	17 耶 Jer 49:1~22	17 申 Deu 9:22~10:11	17 申 Deu 29:1~15	17 林前 1Co 11:17~34
18 提後 2Ti 1:8~18	18 耶 Jer 23:33~40	18 耶 Jer 49:23~39	18 申 Deu 10:12~11:17	18 申 Deu 29:16~29	18 林前 1Co 12:1~11
19 提後 2Ti 2:1~26	19 耶 Jer 24:1~10	19 耶 Jer 50:1~16	19 申 Deu 11:18~32	19 申 Deu 30:1~14	19 林前 1Co 12:12~31
20 提後 2Ti 3:1~17	20 耶 Jer 25:1~14	20 耶 Jer 50:17~46	20 申 Deu 12:1~14	20 申 Deu 30:15~20	20 林前 1Co 13:1~13
21 提後 2Ti 4:1~8	21 耶 Jer 25:15~38	21 耶 Jer 51:1~14	21 申 Deu 12:15~28	21 申 Deu 31:1~13	21 林前 1Co 14:1~11
22 提後 2Ti 4:9~22	22 耶 Jer 26:1~24	22 耶 Jer 51:15~40	22 申 Deu 12:29~13:18	22 申 Deu 31:14~23	22 林前 1Co 14:12~25
23 耶 Jer 1:1~10	23 耶 Jer 27:1~22	23 耶 Jer 51:41~64	23 申 Deu 14:1~21	23 申 Deu 31:24~29	23 林前 1Co 14:26~40
24 耶 Jer 1:11~19	24 耶 Jer 28:1~17	24 耶 Jer 52:1~34	24 申 Deu 14:22~15:23	24 申 Deu 31:30~32:22	24 林前 1Co 15:1~19
25 耶 Jer 2:1~19	25 耶 Jer 29:1~23	25 哀 Lam 1:1~22	25 申 Deu 16:1~17	25 申 Deu 32:23~52	25 林前 1Co 15:20~34
26 耶 Jer 2:20~3:5	26 耶 Jer 29:24~32	26 哀 Lam 2:1~22	26 申 Deu 16:18~17:20	26 申 Deu 33:1~29	26 林前 1Co 15:35~49
27 耶 Jer 3:6~25	27 耶 Jer 30:1~24	27 哀 Lam 3:1~39	27 申 Deu 18:1~8	27 申 Deu 34:1~12	27 林前 1Co 15:50~58
28 耶 Jer 4:1~31	28 耶 Jer 31:1~14	28 哀 Lam 3:40~66	28 申 Deu 18:9~22	28 林前 1Co 1:1~17	28 林前 1Co 16:1~24
29 耶 Jer 5:1~31	29 耶 Jer 31:15~40	29 哀 Lam 4:1~22	29 申 Deu 19:1~21	29 林前 1Co 1:18~31	29 俄 Oba 1~21
30 耶 Jer 6:1~30	30 耶 Jer 32:1~25	30 哀 Lam 5:1~22	30 申 Deu 20:1~20	30 林前 1Co 2:1~16	30 門 Phm 1~13
31 耶 Jer 7:1~34	31 耶 Jer 32:26~44		31 申 Deu 21:1~9	31 門 Phm 14~25	



宗旨

讓每一個人能以可負擔的價錢，獲得一本讀得明白的聖經，近年致力出版及推廣《和合本2010（和合本修訂版）》，延續《和合本》對華人的祝福。作為聯合聖經公會（UBS）在香港唯一成員，專責港澳區聖經事工。

Mission

It is our goal to make the Scripture available to everyone in a language that he can understand and at a price he can afford. In recent years, our focus is to publish and promote the Chinese Union Version 2010 (RCU) Bible. As the sole member of the United Bible Societies in Hong Kong, our scope of service covers both Hong Kong and Macau.

地址 Address:

香港九龍尖沙咀漆咸道南67號安年大廈902室
Rm 902, Oriental Centre, 67 Chatham Road South, Tsimshatsui, Kowloon, Hong Kong
電話 Tel : (852) 2368 5147
傳真 Fax : (852) 2311 0167
電郵 Email : info@hkbs.org.hk
網址 Website : http://www.hkbs.org.hk



目標

- 1 承擔兒童福音工作，以聖經幫助他們認識基督，生命成長。
- 2 推動不同年齡的信徒讀經，為他們預備合適的材料。

Scripture Union aims

- 1 to make God's Good News known to children.
- 2 to encourage people of all ages to meet God daily.

地址 Address:

香港九龍荔枝角青山道485號九龍廣場1801-02室
Room 1801-02, Kowloon Plaza, 485 Castle Peak Road, Lai Chi Kok, Kowloon, Hong Kong
電話 Tel : (852) 2369 3384
傳真 Fax : (852) 2369 1837
電郵 Email : su@hkbsu.org.hk
網址 Website : https://www.hkbsu.org.hk

2026 讀經表 Daily Bible Readings

耶和華是我的牧者，
我必不致缺乏。
他使我躺臥在青草地上，
領我在可安歇的水邊。

詩篇23篇1-2節（和合本2010（和合本修訂版））

本讀經表的經文編排乃根據《每日讀經釋義》2026年的讀經進度，按此進度可於5年讀完整本聖經一遍。

"2026 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.