2026年一月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	1/1	創世記 1-2	詩篇 1-2
☐	1/2	創世記 3-4	詩篇 3
☐	1/3	創世記 5-6	詩篇 4
☐	1/4	創世記 7-8	詩篇 5
☐	1/5	創世記 9-10	詩篇 6
☐	1/6	創世記 11-12	詩篇 7
☐	1/7	創世記 13-14	詩篇 8
☐	1/8	創世記 15-17	詩篇 9
☐	1/9	創世記 18-19	詩篇 10
☐	1/10	創世記 20-21	詩篇 11
☐	1/11	創世記 22:1-24:9	詩篇 12
☐	1/12	創世記 24:10-67	詩篇 13-14
☐	1/13	創世記 25-26	詩篇 15
☐	1/14	創世記 27	詩篇 16
☐	1/15	創世記 28-29	詩篇 17
☐	1/16	創世記 30	詩篇 18
☐	1/17	創世記 31	詩篇 19
☐	1/18	創世記 32-33	詩篇 20
☐	1/19	創世記 34-35	詩篇 21
☐	1/20	創世記 36:1-37:11	詩篇 22
☐	1/21	創世記 37:12-38:30	詩篇 23-24
☐	1/22	創世記 39-40	詩篇 25
☐	1/23	創世記 41	詩篇 26
☐	1/24	創世記 42:1-43:14	詩篇 27
☐	1/25	創世記 43:15-44:34	詩篇 28
☐	1/26	創世記 45-46	詩篇 29
☐	1/27	創世記 47-48	詩篇 30
☐	1/28	創世記 49-50	詩篇 31
☐	1/29	出埃及記 1-2	詩篇 32
☐	1/30	出埃及記 3-4	詩篇 33
☐	1/31	出埃及記 5-6	詩篇 34

2026年二月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	2/1	出埃及記 7-8	詩篇 35
☐	2/2	出埃及記 9-10	詩篇 36
☐	2/3	出埃及記 11-12	詩篇 37:1-19
☐	2/4	出埃及記 13-14	詩篇 37:20-40
☐	2/5	出埃及記 15-16	詩篇 38
☐	2/6	出埃及記 17:1-19:9	詩篇 39
☐	2/7	出埃及記 19:10-21:11	詩篇 40
☐	2/8	出埃及記 21:12-22:31	詩篇 41
☐	2/9	出埃及記 23-24	詩篇 42-43
☐	2/10	出埃及記 25-26	詩篇 44
☐	2/11	出埃及記 27-28	詩篇 45
☐	2/12	出埃及記 29:1-30:21	詩篇 46
☐	2/13	出埃及記 30:22-32:35	詩篇 47
☐	2/14	出埃及記 33-34	詩篇 48
☐	2/15	出埃及記 35-36	詩篇 49
☐	2/16	出埃及記 37-38	詩篇 50
☐	2/17	出埃及記 39-40	詩篇 51
☐	2/18	利未記 1-3	詩篇 52
☐	2/19	利未記 4-5	詩篇 53-54
☐	2/20	利未記 6-7	詩篇 55
☐	2/21	利未記 8-9	詩篇 56
☐	2/22	利未記 10-11	詩篇 57
☐	2/23	利未記 12-13	詩篇 58
☐	2/24	利未記 14	詩篇 59
☐	2/25	利未記 15-16	詩篇 60
☐	2/26	利未記 17-18	詩篇 61
☐	2/27	利未記 19-20	詩篇 62
☐	2/28	利未記 21-22	詩篇 63

2026年三月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	3/1	利未記 23-24	詩篇 64
☐	3/2	利未記 25:1-26:13	詩篇 65
☐	3/3	利未記 26:14-27:34	詩篇 66-67
☐	3/4	民數記 1:1-2:17	詩篇 68
☐	3/5	民數記 2:18-3:39	詩篇 69
☐	3/6	民數記 3:40-4:49	詩篇 70-71
☐	3/7	民數記 5-6	詩篇 72
☐	3/8	民數記 7	詩篇 73
☐	3/9	民數記 8-9	詩篇 74
☐	3/10	民數記 10-11	詩篇 75
☐	3/11	民數記 12-13	詩篇 76
☐	3/12	民數記 14:1-15:16	詩篇 77
☐	3/13	民數記 15:17-16:50	詩篇 78:1-20
☐	3/14	民數記 17-18	詩篇 78:21-55
☐	3/15	民數記 19-20	詩篇 78:56-72
☐	3/16	民數記 21-22	詩篇 79
☐	3/17	民數記 23-24	詩篇 80
☐	3/18	民數記 25:1-26:51	詩篇 81
☐	3/19	民數記 26:52-28:31	詩篇 82
☐	3/20	民數記 29-30	詩篇 83
☐	3/21	民數記 31	詩篇 84
☐	3/22	民數記 32:1-33:37	詩篇 85
☐	3/23	民數記 33:38-34:29	詩篇 86
☐	3/24	民數記 35-36	詩篇 87
☐	3/25	申命記 1-2	詩篇 88
☐	3/26	申命記 3-4	詩篇 89:1-29
☐	3/27	申命記 5-6	詩篇 89:30-52
☐	3/28	申命記 7-8	詩篇 90
☐	3/29	申命記 9-10	詩篇 91
☐	3/30	申命記 11-12	詩篇 92-93
☐	3/31	申命記 13-14	詩篇 94

2026年四月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	4/1	申命記 15-16	詩篇 95
☐	4/2	申命記 17-18	詩篇 96
☐	4/3	申命記 19-20	詩篇 97
☐	4/4	申命記 21-22	詩篇 98
☐	4/5	申命記 23-24	詩篇 99
☐	4/6	申命記 25-27	詩篇 100-101
☐	4/7	申命記 28	詩篇 102
☐	4/8	申命記 29-30	詩篇 103
☐	4/9	申命記 31	詩篇 104
☐	4/10	申命記 32	詩篇 105:1-22
☐	4/11	申命記 33-34	詩篇 105:23-45
☐	4/12	約書亞記 1-2	詩篇 106:1-23
☐	4/13	約書亞記 3-4	詩篇 106:24-48
☐	4/14	約書亞記 5-6	詩篇 107:1-22
☐	4/15	約書亞記 7-8	詩篇 107:23-43
☐	4/16	約書亞記 9-10	詩篇 108
☐	4/17	約書亞記 11-12	詩篇 109
☐	4/18	約書亞記 13-14	詩篇 110-111
☐	4/19	約書亞記 15	詩篇 112
☐	4/20	約書亞記 16-18	詩篇 113
☐	4/21	約書亞記 19-20	詩篇 114
☐	4/22	約書亞記 21-22	詩篇 115
☐	4/23	約書亞記 23-24	詩篇 116-117
☐	4/24	士師記 1-2	詩篇 118
☐	4/25	士師記 3-4	詩篇 119:1-16
☐	4/26	士師記 5-6	詩篇 119:17-32
☐	4/27	士師記 7-8	詩篇 119:33-48
☐	4/28	士師記 9	詩篇 119:49-64
☐	4/29	士師記 10-11	詩篇 119:65-80
☐	4/30	士師記 12-13	詩篇 119:81-96

2026年五月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	5/1	士師記 14-15	詩篇 119:97-112
☐	5/2	士師記 16-17	詩篇 119:113-128
☐	5/3	士師記 18-19	詩篇 119:129-144
☐	5/4	士師記 20-21	詩篇 119:145-160
☐	5/5	路得記 1-2	詩篇 119:161-176
☐	5/6	路得記 3-4	詩篇 120
☐	5/7	撒母耳記上 1-2	詩篇 121
☐	5/8	撒母耳記上 3-4	詩篇 122
☐	5/9	撒母耳記上 5-7	詩篇 123-124
☐	5/10	撒母耳記上 8-9	詩篇 125-126
☐	5/11	撒母耳記上 10-11	詩篇 127-128
☐	5/12	撒母耳記上 12-13	詩篇 129
☐	5/13	撒母耳記上 14	詩篇 130-131
☐	5/14	撒母耳記上 15-16	詩篇 132
☐	5/15	撒母耳記上 17	詩篇 133-134
☐	5/16	撒母耳記上 18-19	詩篇 135
☐	5/17	撒母耳記上 20-21	詩篇 136
☐	5/18	撒母耳記上 22-23	詩篇 137
☐	5/19	撒母耳記上 24-25	詩篇 138
☐	5/20	撒母耳記上 26-27	詩篇 139
☐	5/21	撒母耳記上 28-29	詩篇 140
☐	5/22	撒母耳記上 30-31	詩篇 141
☐	5/23	撒母耳記下 1-2	詩篇 142
☐	5/24	撒母耳記下 3-4	詩篇 143
☐	5/25	撒母耳記下 5-6	詩篇 144
☐	5/26	撒母耳記下 7-9	詩篇 145
☐	5/27	撒母耳記下 10-11	詩篇 146
☐	5/28	撒母耳記下 12-13	詩篇 147
☐	5/29	撒母耳記下 14-15	詩篇 148
☐	5/30	撒母耳記下 16-17	詩篇 149
☐	5/31	撒母耳記下 18-19	詩篇 150

2026年六月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	6/1	撒母耳記下 20-21	箴言 1
☐	6/2	撒母耳記下 22	箴言 2
☐	6/3	撒母耳記下 23-24	箴言 3
☐	6/4	列王紀上 1	箴言 4
☐	6/5	列王紀上 2	箴言 5
☐	6/6	列王紀上 3-4	箴言 6
☐	6/7	列王紀上 5-6	箴言 7
☐	6/8	列王紀上 7	箴言 8
☐	6/9	列王紀上 8	箴言 9
☐	6/10	列王紀上 9-10	箴言 10
☐	6/11	列王紀上 11:1-12:11	箴言 11
☐	6/12	列王紀上 12:12-13:34	箴言 12
☐	6/13	列王紀上 14-15	箴言 13
☐	6/14	列王紀上 16-17	箴言 14
☐	6/15	列王紀上 18-19	箴言 15
☐	6/16	列王紀上 20:1-21:16	箴言 16
☐	6/17	列王紀上 21:17-22:53	箴言 17
☐	6/18	列王紀下 1:1-3:20	箴言 18
☐	6/19	列王紀下 3:21-4:44	箴言 19
☐	6/20	列王紀下 5-6	箴言 20
☐	6/21	列王紀下 7-8	箴言 21
☐	6/22	列王紀下 9-10	箴言 22
☐	6/23	列王紀下 11-12	箴言 23
☐	6/24	列王紀下 13-14	箴言 24
☐	6/25	列王紀下 15-16	箴言 25
☐	6/26	列王紀下 17:1-18:12	箴言 26
☐	6/27	列王紀下 18:13-19:37	箴言 27
☐	6/28	列王紀下 20-21	箴言 28
☐	6/29	列王紀下 22-23	箴言 29
☐	6/30	列王紀下 24-25	箴言 30

2026年七月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	7/1	歷代志上 1	箴言 31
☐	7/2	歷代志上 2	詩篇 1-2
☐	7/3	歷代志上 3-4	詩篇 3
☐	7/4	歷代志上 5:1-6:30	詩篇 4
☐	7/5	歷代志上 6:61-81	詩篇 5
☐	7/6	歷代志上 7:1-8:27	詩篇 6
☐	7/7	歷代志上 8:28-9:44	詩篇 7
☐	7/8	歷代志上 10-11	詩篇 8
☐	7/9	歷代志上 12-13	詩篇 9
☐	7/10	歷代志上 14-15	詩篇 10
☐	7/11	歷代志上 16-17	詩篇 11
☐	7/12	歷代志上 18-19	詩篇 12
☐	7/13	歷代志上 20-21	詩篇 13-14
☐	7/14	歷代志上 22-23	詩篇 15
☐	7/15	歷代志上 24-25	詩篇 16
☐	7/16	歷代志上 26-27	詩篇 17
☐	7/17	歷代志上 28-29	詩篇 18
☐	7/18	歷代志下 1-3	詩篇 19
☐	7/19	歷代志下 4:1-6:6	詩篇 20
☐	7/20	歷代志下 6:7-7:22	詩篇 21
☐	7/21	歷代志下 8-9	詩篇 22
☐	7/22	歷代志下 10-11	詩篇 23-24
☐	7/23	歷代志下 12-13	詩篇 25
☐	7/24	歷代志下 14-15	詩篇 26
☐	7/25	歷代志下 16-17	詩篇 27
☐	7/26	歷代志下 18-19	詩篇 28
☐	7/27	歷代志下 20-21	詩篇 29
☐	7/28	歷代志下 22-24	詩篇 30
☐	7/29	歷代志下 25-26	詩篇 31
☐	7/30	歷代志下 27:1-29:17	詩篇 32
☐	7/31	歷代志下 29:18-30:27	詩篇 33

2026年八月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	8/1	歷代志下 31-32	詩篇 34
☐	8/2	歷代志下 33-34	詩篇 35
☐	8/3	歷代志下 35-36	詩篇 36
☐	8/4	以斯拉記 1:1-2:39	詩篇 37:1-19
☐	8/5	以斯拉記 2:40-70	詩篇 37:20-40
☐	8/6	以斯拉記 3-4	詩篇 38
☐	8/7	以斯拉記 5-6	詩篇 39
☐	8/8	以斯拉記 7-8	詩篇 40
☐	8/9	以斯拉記 9-10	詩篇 41
☐	8/10	尼希米記 1-2	詩篇 42-43
☐	8/11	尼希米記 3-4	詩篇 44
☐	8/12	尼希米記 5-6	詩篇 45
☐	8/13	尼希米記 7	詩篇 46
☐	8/14	尼希米記 8-9	詩篇 47
☐	8/15	尼希米記 10-11	詩篇 48
☐	8/16	尼希米記 12-13	詩篇 49
☐	8/17	以斯帖記 1-2	詩篇 50
☐	8/18	以斯帖記 3-4	詩篇 51
☐	8/19	以斯帖記 5-7	詩篇 52
☐	8/20	以斯帖記 8-10	詩篇 53-54
☐	8/21	約伯記 1-3	詩篇 55
☐	8/22	約伯記 4-6	詩篇 56
☐	8/23	約伯記 7-9	詩篇 57
☐	8/24	約伯記 10-12	詩篇 58
☐	8/25	約伯記 13-14	詩篇 59
☐	8/26	約伯記 15-16	詩篇 60
☐	8/27	約伯記 17-19	詩篇 61
☐	8/28	約伯記 20-21	詩篇 62
☐	8/29	約伯記 22-23	詩篇 63
☐	8/30	約伯記 24-27	詩篇 64
☐	8/31	約伯記 28-29	詩篇 65

2026年九月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	9/1	約伯記 30:1-31:12	詩篇 66
☐	9/2	約伯記 31:13-32:22	詩篇 67
☐	9/3	約伯記 33-34	詩篇 68
☐	9/4	約伯記 35-37	詩篇 69
☐	9/5	約伯記 38-39	詩篇 70-71
☐	9/6	約伯記 40-42	詩篇 72
☐	9/7	傳道書 1-3	詩篇 73
☐	9/8	傳道書 4-6	詩篇 74
☐	9/9	傳道書 7-9	詩篇 75
☐	9/10	傳道書 10-12	詩篇 76
☐	9/11	雅歌 1-2	詩篇 77
☐	9/12	雅歌 3-5	詩篇 78:1-20
☐	9/13	雅歌 4-8	詩篇 78:21-55
☐	9/14	以賽亞書 1-2	詩篇 78:56-72
☐	9/15	以賽亞書 3-5	詩篇 79
☐	9/16	以賽亞書 6-8	詩篇 80
☐	9/17	以賽亞書 9-10	詩篇 81
☐	9/18	以賽亞書 11-13	詩篇 82
☐	9/19	以賽亞書 14-16	詩篇 83
☐	9/20	以賽亞書 17-19	詩篇 84
☐	9/21	以賽亞書 20-22	詩篇 85
☐	9/22	以賽亞書 23-24	詩篇 86
☐	9/23	以賽亞書 25-26	詩篇 87
☐	9/24	以賽亞書 27-28	詩篇 88
☐	9/25	以賽亞書 29-30	詩篇 89:1-29
☐	9/26	以賽亞書 31-33	詩篇 89:30-52
☐	9/27	以賽亞書 34-36	詩篇 90
☐	9/28	以賽亞書 37-38	詩篇 91
☐	9/29	以賽亞書 39-40	詩篇 92-93
☐	9/30	以賽亞書 41-42	詩篇 94

2026年十月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	10/1	以賽亞書 43-44	詩篇 95
☐	10/2	以賽亞書 45-47	詩篇 96
☐	10/3	以賽亞書 48-49	詩篇 97
☐	10/4	以賽亞書 50-52	詩篇 98
☐	10/5	以賽亞書 53-55	詩篇 99
☐	10/6	以賽亞書 56-58	詩篇 100-101
☐	10/7	以賽亞書 59-60	詩篇 102
☐	10/8	以賽亞書 61-63	詩篇 103
☐	10/9	以賽亞書 64-66	詩篇 104
☐	10/10	耶利米書 1-2	詩篇 105:1-22
☐	10/11	耶利米書 3-4	詩篇 105:23-45
☐	10/12	耶利米書 5-6	詩篇 106:1-23
☐	10/13	耶利米書 7-8	詩篇 106:24-48
☐	10/14	耶利米書 9-10	詩篇 107:1-22
☐	10/15	耶利米書 11-12	詩篇 107:23-43
☐	10/16	耶利米書 13-14	詩篇 108
☐	10/17	耶利米書 15-16	詩篇 109
☐	10/18	耶利米書 17-18	詩篇 110-111
☐	10/19	耶利米書 19-21	詩篇 112
☐	10/20	耶利米書 22:1-23:15	詩篇 113
☐	10/21	耶利米書 23:16-25:14	詩篇 114
☐	10/22	耶利米書 25:15-26:24	詩篇 115
☐	10/23	耶利米書 27-28	詩篇 116-117
☐	10/24	耶利米書 29-30	詩篇 118
☐	10/25	耶利米書 31	詩篇 119:1-16
☐	10/26	耶利米書 32	詩篇 119:17-32
☐	10/27	耶利米書 33-34	詩篇 119:33-48
☐	10/28	耶利米書 35-36	詩篇 119:49-64
☐	10/29	耶利米書 37-38	詩篇 119:65-80
☐	10/30	耶利米書 39-41	詩篇 119:81-96
☐	10/31	耶利米書 42-43	詩篇 119:97-112

2026年十一月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	11/1	耶利米書 44-46	詩篇 119:113-128
☐	11/2	耶利米書 47-48	詩篇 119:129-144
☐	11/3	耶利米書 49:1-50:20	詩篇 119:145-160
☐	11/4	耶利米書 50:21-51:23	詩篇 119:161-176
☐	11/5	耶利米書 51:24-46	詩篇 120
☐	11/6	耶利米書 51:47-52:34	詩篇 121
☐	11/7	耶利米哀歌 1-2	詩篇 122
☐	11/8	耶利米哀歌 3	詩篇 123-124
☐	11/9	耶利米哀歌 4-5	詩篇 125-126
☐	11/10	以西結書 1-3	詩篇 127-128
☐	11/11	以西結書 4-6	詩篇 129
☐	11/12	以西結書 7-9	詩篇 130-131
☐	11/13	以西結書 10-11	詩篇 132
☐	11/14	以西結書 12-13	詩篇 133-134
☐	11/15	以西結書 14:1-16:14	詩篇 135
☐	11/16	以西結書 16:15-63	詩篇 136
☐	11/17	以西結書 17-18	詩篇 137
☐	11/18	以西結書 19-20	詩篇 138
☐	11/19	以西結書 21-22	詩篇 139
☐	11/20	以西結書 23	詩篇 140
☐	11/21	以西結書 24-25	詩篇 141
☐	11/22	以西結書 26-27	詩篇 142
☐	11/23	以西結書 28-29	詩篇 143
☐	11/24	以西結書 30-31	詩篇 144
☐	11/25	以西結書 32-33	詩篇 145
☐	11/26	以西結書 34-35	詩篇 146
☐	11/27	以西結書 36-37	詩篇 147
☐	11/28	以西結書 38-39	詩篇 148
☐	11/29	以西結書 40	詩篇 149
☐	11/30	以西結書 41-42	詩篇 150

2026年十二月份靈修進度表

	日期	本日經文	
☐	12/1	以西結書 43-44	箴言 1
☐	12/2	以西結書 45-46	箴言 2
☐	12/3	以西結書 47-48	箴言 3
☐	12/4	但以理書 1-2	箴言 4
☐	12/5	但以理書 3-4	箴言 5
☐	12/6	但以理書 5-6	箴言 6
☐	12/7	但以理書 7-8	箴言 7
☐	12/8	但以理書 9-10	箴言 8
☐	12/9	但以理書 11-12	箴言 9
☐	12/10	何西阿書 1-4	箴言 10
☐	12/11	何西阿書 5-7	箴言 11
☐	12/12	何西阿書 8-10	箴言 12
☐	12/13	何西阿書 11-14	箴言 13
☐	12/14	約珥書 1:1-2:16	箴言 14
☐	12/15	約珥書 2:17-3:21	箴言 15
☐	12/16	阿摩司書 1-3	箴言 16
☐	12/17	阿摩司書 4-6	箴言 17
☐	12/18	阿摩司書 7-9	箴言 18
☐	12/19	俄巴底亞書 1	箴言 19
☐	12/20	約拿書 1-4	箴言 20
☐	12/21	彌迦書 1-4	箴言 21
☐	12/22	彌迦書 5-7	箴言 22
☐	12/23	那鴻書 1-3	箴言 23
☐	12/24	哈巴谷書 1-3	箴言 24
☐	12/25	西番雅書 1-3	箴言 25
☐	12/26	哈該書 1-撒迦利亞書 1	箴言 26
☐	12/27	撒迦利亞書 2-5	箴言 27
☐	12/28	撒迦利亞書 6-8	箴言 28
☐	12/29	撒迦利亞書 9-11	箴言 29
☐	12/30	撒迦利亞書 12-14	箴言 30
☐	12/31	瑪拉基書 1-4	箴言 31