



扎根在
神的話語

一年讀遍聖經



为什么要读遍圣经？

更深認識上帝

读遍圣经帮助我们更全面的认识圣经中所启示的上帝。选择性的阅读使我们只能以狭隘角度看神，无法全面地认识。

堅固我們的信心

阅读神的话语加强我们对神的信心。但以理书 11:32b提到“惟独认识神的子民、必刚強行事。”当我们认识上帝全备的话语时，信心就被建立。

讓我們更有效的禱告

读遍圣经将帮助我们明白上帝的旨意，使我们的祷告更能够贴近上帝的心意。藉着阅读圣经，我们可以根据其实质的内容来向神祷告。此外，阅读神的话帮助我们能持久及深入的祷告。

建立我們的靈命

神的话语是属灵的粮食。耶稣说，“人活着、不是单靠食物、乃是靠神口里所出的一切话。”（马太福音 4：4）在祷告前(属灵的操练)先以神的话(灵粮)来喂养我们，将使我们的灵命更加坚强，尤其当我们的生命面对挑战和风暴时。

读经计划

我们所采用的这项计划，是按着时间发展顺序的读经计划。这也是「以经解经」的读经方式，帮助我们以整本圣经当时的处境，来了解这些经节的内容。例如整本诗篇共有150篇，其中有76篇是大卫王在经历生命不同阶段而写的。应用此读经表能让我们看见事件与事件之间的关连。例如，保罗在新约里写信（保罗书信）给众教会，就是在使徒行传中保罗所开拓的教会。

若你计划在一年内读过圣经3遍，你可以在一天内完成三日的阅读计划。

如何激励自己持续阅读神的话

可以考虑以小组的方式来互相提醒和彼此激励（如：在WhatsApp里开祷告组群）。求圣灵开我们心灵的眼睛，使我们能明白圣经的真理。

- 第1日 创世记 1-3
- 第2日 创世记 4-7
- 第3日 创世记 8-11
- 第4日 约伯记 1-5
- 第5日 约伯记 6-9
- 第6日 约伯记 10-13
- 第7日 约伯记 14-16
- 第8日 约伯记 17-20
- 第9日 约伯记 21-23
- 第10日 约伯记 24-28
- 第11日 约伯记 29-31
- 第12日 约伯记 32-34
- 第13日 约伯记 35-37
- 第14日 约伯记 38-39
- 第15日 约伯记 40-42
- 第16日 创世记 12-15
- 第17日 创世记 16-18
- 第18日 创世记 19-21
- 第19日 创世记 22-24
- 第20日 创世记 25-26
- 第21日 创世记 27-29
- 第22日 创世记 30-31
- 第23日 创世记 32-34
- 第24日 创世记 35-37
- 第25日 创世记 38-40
- 第26日 创世记 41-42
- 第27日 创世记 43-45
- 第28日 创世记 46-47
- 第29日 创世记 48-50
- 第30日 出埃及记 1-3
- 第31日 出埃及记 4-6

- 第32日 出埃及记 7-9
- 第33日 出埃及记 10-12
- 第34日 出埃及记 13-15
- 第35日 出埃及记 16-18
- 第36日 出埃及记 19-21
- 第37日 出埃及记 22-24
- 第38日 出埃及记 25-27
- 第39日 出埃及记 28-29
- 第40日 出埃及记 30-32
- 第41日 出埃及记 33-35
- 第42日 出埃及记 36-38
- 第43日 出埃及记 39-40
- 第44日 利未记 1-4
- 第45日 利未记 5-7
- 第46日 利未记 8-10
- 第47日 利未记 11-13
- 第48日 利未记 14-15
- 第49日 利未记 16-18
- 第50日 利未记 19-21
- 第51日 利未记 22-23
- 第52日 利未记 24-25
- 第53日 利未记 26-27
- 第54日 民数记 1-2
- 第55日 民数记 3-4
- 第56日 民数记 5-6
- 第57日 民数记 7
- 第58日 民数记 8-10
- 第59日 民数记 11-13
- 第60日 民数记 14-15; 诗篇 90
- 第61日 民数记 16-17
- 第62日 民数记 18-20

- 第63日 民数记 21-22
- 第64日 民数记 23-25
- 第65日 民数记 26-27
- 第66日 民数记 28-30
- 第67日 民数记 31-32
- 第68日 民数记 33-34
- 第69日 民数记 35-36
- 第70日 申命记 1-2
- 第71日 申命记 3-4
- 第72日 申命记 5-7
- 第73日 申命记 8-10
- 第74日 申命记 11-13
- 第75日 申命记 14-16
- 第76日 申命记 17-20
- 第77日 申命记 21-23
- 第78日 申命记 24-27
- 第79日 申命记 28-29
- 第80日 申命记 30-31
- 第81日 申命记 32-34; 诗篇 91
- 第82日 约书亚记 1-4
- 第83日 约书亚记 5-8
- 第84日 约书亚记 9-11
- 第85日 约书亚记 12-15
- 第86日 约书亚记 16-18
- 第87日 约书亚记 19-21
- 第88日 约书亚记 22-24
- 第89日 士师记 1-2
- 第90日 士师记 3-5
- 第91日 士师记 6-7
- 第92日 士师记 8-9
- 第93日 士师记 10-12

- 第94日 士师记 13-15
- 第95日 士师记 16-18
- 第96日 士师记 19-21
- 第97日 路得记 1-4
- 第98日 撒母耳记上 1-3
- 第99日 撒母耳记上 4-8
- 第100日 撒母耳记上 9-12
- 第101日 撒母耳记上 13-14
- 第102日 撒母耳记上 15-17
- 第103日 撒母耳记上 18-20; 诗篇 11, 59
- 第104日 撒母耳记上 21-24
- 第105日 诗篇 7, 27, 31, 34, 52
- 第106日 诗篇 56, 120, 140-142
- 第107日 撒母耳记上 25-27
- 第108日 诗篇 17, 35, 54, 63
- 第109日 撒母耳记上 28-31; 诗篇 18
- 第110日 诗篇 121, 123-125, 128-130
- 第111日 撒母耳记下 1-4
- 第112日 诗篇 6, 8-10, 14, 16, 19, 21
- 第113日 历代志上 1-2
- 第114日 诗篇 43-45, 49, 84-85, 87
- 第115日 历代志上 3-5
- 第116日 诗篇 73, 77-78
- 第117日 历代志上 6
- 第118日 诗篇 81, 88, 92-93
- 第119日 历代志上 7-10
- 第120日 诗篇 102-104
- 第121日 撒母耳记下 5; 历代志上 11-12
- 第122日 诗篇 133
- 第123日 诗篇 106-107
- 第124日 历代志上 13-16

- 第125日 诗篇 1-2, 15, 22-24, 47, 68
 第126日 诗篇 89, 96, 100-101, 105, 132
 第127日 撒母耳记下 6-7; 历代志上 17
 第128日 诗篇 25, 29, 33, 36, 39
 第129日 撒母耳记下 8-9; 历代志上 18
 第130日 诗篇 50, 53, 60, 75
 第131日 撒母耳记下 10; 历代志上 19;
 诗篇 20
 第132日 诗篇 65-67, 69-70
 第133日 撒母耳记下 11-12; 历代志上 20
 第134日 诗篇 32, 51, 86, 122
 第135日 撒母耳记下 13-15
 第136日 诗篇 3-4, 12-13, 28, 55
 第137日 撒母耳记下 16-18
 第138日 诗篇 26, 40, 58, 61-62, 64
 第139日 撒母耳记下 19-21
 第140日 诗篇 5, 38, 41-42
 第141日 撒母耳记下 22-23; 诗篇 57
 第142日 诗篇 95, 97-99
 第143日 撒母耳记下 24; 历代志上 21-22;
 诗篇 30
 第144日 诗篇 108-110
 第145日 历代志上 23-25
 第146日 诗篇 131, 138-139, 143-145
 第147日 历代志上 26-29; 诗篇 127
 第148日 诗篇 111-118
 第149日 列王纪上 1-2; 诗篇 37, 71, 94
 第150日 诗篇 119
 第151日 列王纪上 3-4
 第152日 历代志下 1; 诗篇 72
 第153日 雅歌 1-8
 第154日 箴言 1-3
 第155日 箴言 4-6

- 第156日 箴言 7-9
 第157日 箴言 10-12
 第158日 箴言 13-15
 第159日 箴言 16-18
 第160日 箴言 19-21
 第161日 箴言 22-24
 第162日 列王纪上 5-6; 历代志下 2-3
 第163日 列王纪上 7; 历代志下 4
 第164日 列王纪上 8; 历代志下 5
 第165日 历代志下 6-7; 诗篇 136
 第166日 诗篇 134, 146-150
 第167日 列王纪上 9; 历代志下 8
 第168日 箴言 25-26
 第169日 箴言 27-29
 第170日 传道书 1-6
 第171日 传道书 7-12
 第172日 列王纪上 10-11; 历代志下 9
 第173日 箴言 30-31
 第174日 列王纪上 12-14
 第175日 历代志下 10-12
 第176日 列王纪上 15; 历代志下 13-16
 第177日 列王纪上 16; 历代志下 17
 第178日 列王纪上 17-19
 第179日 列王纪上 20-21
 第180日 列王纪上 22; 历代志下 18
 第181日 历代志下 19-23
 第182日 俄巴底亚书 1; 诗篇 82-83
 第183日 列王纪下 1-4
 第184日 列王纪下 5-8
 第185日 列王纪下 9-11
 第186日 列王纪下 12-13; 历代志下 24

- 第187日 列王纪下 14; 历代志下 25
- 第188日 约拿书 1-4
- 第189日 列王纪下 15; 历代志下 26
- 第190日 以赛亚书 1-4
- 第191日 以赛亚书 5-8
- 第192日 阿摩司书 1-5
- 第193日 阿摩司书 6-9
- 第194日 历代志下 27; 以赛亚书 9-12
- 第195日 弥迦书 1-7
- 第196日 历代志下 28; 列王纪下 16-17
- 第197日 以赛亚书 13-17
- 第198日 以赛亚书 18-22
- 第199日 以赛亚书 23-27
- 第200日 列王纪下 18; 历代志下 29-31;
诗篇 48
- 第201日 何西阿书 1-7
- 第202日 何西阿书 8-14
- 第203日 以赛亚书 28-30
- 第204日 以赛亚书 31-34
- 第205日 以赛亚书 35-36
- 第206日 以赛亚书 37-39; 诗篇 76
- 第207日 以赛亚书 40-43
- 第208日 以赛亚书 44-48
- 第209日 列王纪下 19; 诗篇 46, 80, 135
- 第210日 以赛亚书 49-53
- 第211日 以赛亚书 54-58
- 第212日 以赛亚书 59-63
- 第213日 以赛亚书 64-66
- 第214日 列王纪下 20-21
- 第215日 历代志下 32-33
- 第216日 那鸿书 1-3
- 第217日 列王纪下 22-23; 历代志下 34-35

- 第218日 西番雅书 1-3
- 第219日 耶利米书 1-3
- 第220日 耶利米书 4-6
- 第221日 耶利米书 7-9
- 第222日 耶利米书 10-13
- 第223日 耶利米书 14-17
- 第224日 耶利米书 18-22
- 第225日 耶利米书 23-25
- 第226日 耶利米书 26-29
- 第227日 耶利米书 30-31
- 第228日 耶利米书 32-34
- 第229日 耶利米书 35-37
- 第230日 耶利米书 38-40; 诗篇 74, 79
- 第231日 列王纪下 24-25; 历代志下 36
- 第232日 哈巴谷书 1-3
- 第233日 耶利米书 41-45
- 第234日 耶利米书 46-48
- 第235日 耶利米书 49-50
- 第236日 耶利米书 51-52
- 第237日 耶利米哀歌 1-2
- 第238日 耶利米哀歌 3-5
- 第239日 以西结书 1-4
- 第240日 以西结书 5-8
- 第241日 以西结书 9-12
- 第242日 以西结书 13-15
- 第243日 以西结书 16-17
- 第244日 以西结书 18-20
- 第245日 以西结书 21-22
- 第246日 以西结书 23-24
- 第247日 以西结书 25-27
- 第248日 以西结书 28-30

- 第249日 以西结书 31-33
 第250日 以西结书 34-36
 第251日 以西结书 37-39
 第252日 以西结书 40-42
 第253日 以西结书 43-45
 第254日 以西结书 46-48
 第255日 约珥书 1-3
 第256日 但以理书 1-3
 第257日 但以理书 4-6
 第258日 但以理书 7-9
 第259日 但以理书 10-12
 第260日 以斯拉书 1-3
 第261日 以斯拉书 4-6; 诗篇 137
 第262日 哈该书 1-2
 第263日 撒迦利亚书 1-4
 第264日 撒迦利亚书 5-9
 第265日 撒迦利亚书 10-14
 第266日 以斯帖记 1-5
 第267日 以斯帖记 6-10
 第268日 以斯拉书 7-10
 第269日 尼希米记 1-5
 第270日 尼希米记 6-7
 第271日 尼希米记 8-10
 第272日 尼希米记 11-13; 诗篇 126
 第273日 玛拉基书 1-4
 第274日 路加福音 1; 约翰福音 1
 第275日 马太福音 1; 路加福音 2
 第276日 马太福音 2
 第277日 马太福音 3; 马可福音 1;
路加福音 3
 第278日 马太福音 4; 路加福音 4-5
 第279日 约翰福音 2-4

- 第280日 马太福音 8; 马可福音 2
 第281日 约翰福音 5
 第282日 马太福音 12; 马可福音 3;
路加福音 6
 第283日 马太福音 5-7
 第284日 马太福音 9; 路加福音 7
 第285日 马太福音 11
 第286日 路加福音 11
 第287日 马太福音 13; 路加福音 8
 第288日 马可福音 4-5
 第289日 马太福音 10
 第290日 马太福音 14; 马可福音 6;
路加福音 9
 第291日 约翰福音 6
 第292日 马太福音 15; 马可福音 7
 第293日 马太福音 16; 马可福音 8
 第294日 马太福音 17; 马可福音 9
 第295日 马太福音 18
 第296日 约翰福音 7-8
 第297日 约翰福音 9-10
 第298日 路加福音 10
 第299日 路加福音 12-13
 第300日 路加福音 14-15
 第301日 路加福音 16-17
 第302日 约翰福音 11
 第303日 路加福音 18
 第304日 马太福音 19; 马可福音 10
 第305日 马太福音 20-21
 第306日 路加福音 19
 第307日 马可福音 11; 约翰福音 12
 第308日 马太福音 22; 马可福音 12
 第309日 马太福音 23; 路加福音 20-21
 第310日 马可福音 13

- 第311日 马太福音 24
- 第312日 马太福音 25
- 第313日 马太福音 26; 马可福音 14
- 第314日 路加福音 22; 约翰福音 13
- 第315日 约翰福音 14-17
- 第316日 马太福音 27; 马可福音 15
- 第317日 路加福音 23; 约翰福音 18-19
- 第318日 马太福音 28; 马可福音 16
- 第319日 路加福音 24; 约翰福音 20-21
- 第320日 使徒行传 1-3
- 第321日 使徒行传 4-6
- 第322日 使徒行传 7-8
- 第323日 使徒行传 9-10
- 第324日 使徒行传 11-12
- 第325日 使徒行传 13-14
- 第326日 雅各书 1-5
- 第327日 使徒行传 15-16
- 第328日 加拉太书 1-3
- 第329日 加拉太书 4-6
- 第330日 使徒行传 17
- 第331日 帖撒罗尼迦前后书
- 第332日 使徒行传 18-19
- 第333日 哥林多前书 1-4
- 第334日 哥林多前书 5-8
- 第335日 哥林多前书 9-11
- 第336日 哥林多前书 12-14
- 第337日 哥林多前书 15-16
- 第338日 哥林多后书 1-4
- 第339日 哥林多后书 5-9
- 第340日 哥林多后书 10-13
- 第341日 罗马书 1-3

- 第342日 罗马书 4-7
- 第343日 罗马书 8-10
- 第344日 罗马书 11-13
- 第345日 罗马书 14-16
- 第346日 使徒行传 20-23
- 第347日 使徒行传 24-26
- 第348日 使徒行传 27-28
- 第349日 歌罗西书 1-4; 腓利门书 1
- 第350日 以弗所书 1-6
- 第351日 腓立比书 1-4
- 第352日 提摩太前书 1-6
- 第353日 提多书 1-3
- 第354日 彼得前书 1-5
- 第355日 希伯来书 1-6
- 第356日 希伯来书 7-10
- 第357日 希伯来书 11-13
- 第358日 提摩太后书 1-4
- 第359日 彼得后书 1-3; 犹大书 1
- 第360日 约翰一书 1-5
- 第361日 约翰二书 1; 约翰三书 1
- 第362日 启示录 1-5
- 第363日 启示录 6-11
- 第364日 启示录 12-18
- 第365日 启示录 19-22