

MY
我的

DISCIPLESHIP
門徒

NOTEBOOK
筆記本

Name/姓名: _____

Phone/電話: _____

For more information, please contact:

歡迎您跟我們聯絡:

TEL

PO Box 73759

Kowloon Central P.O.

HONG KONG

info-hk@tel-intl.org

Contents / 目錄

<i>How to...</i> 怎麼樣...	<i>Page</i> 頁
Memorize and Review Scripture 背誦復習經文	2
Scriptures to Memorize 要背的經文	8
Use Prayer Pages 用禱文表	10
Prayer Pages 禱文表	12
Have a Quiet Time 過個靈修時間	20
Personal Reading Records 讀經紀錄表	24
Bible Reading Highlight Records 讀經重點紀錄	30
Personal Notes Pages 個人筆記頁	46
Personal Time Schedule 個人時間表	60

Scripture Memory

Memorizing God's Word is a vital key in helping us overcome sin in our lives. Examine the temptation of our Lord Jesus Christ. Even our Saviour did not meet Satan with His own understanding. He quoted from the Old Testament to come out victorious over Satan (*Matthew 4:4,7 and 10*). The Lord used a different verse of Scripture to meet each particular temptation of Satan.

Ephesians 6:16 says, "Take the shield of faith that you may be able to quench all the fiery darts of the wicked." Satan attacks in many ways, and to be victorious, the Christian must be equipped with much Scripture.

When Satan tempts us, the chances are that we will not have our Bibles in our hands. The only thing we will have from God's Word with which to fight Satan is what we can remember from the Bible. To be forewarned is to be forearmed, and how important it is to store up God's Word ahead of time so as to meet the temptations when they come. The greatest commandment in all the Scripture is to love the Lord your God with all your heart, soul and strength (*Deuteronomy 6:5*). Deuteronomy 6:6 commands us to lay up these words in our hearts. To know Christ is to love Him. As we come to know and possess the Word of God in our very lives and hearts, we will then come into that intimate relationship with Christ. This will enable us to love Him with all our soul, heart and strength.

Thus, memorizing God's Word helps us overcome sin and to know Him more intimately. Here are 6 more benefits:

1. It is a help in Bible study.
2. It is a help in soul winning. Example: It is a dark night and you are riding with someone in a car and talking about the Lord. You could not do this unless you have memorized Scripture.
3. It helps us to make daily decisions in life.
4. Those we seek to help will have confidence in us.
5. It is a benefit in preaching.
6. It develops your memory.

TIME/時間	FRI/星期五	SAT/星期六	SUN/星期天
06:00			
06:30			
07:00			
07:30			
08:00			
08:30			
09:00			
09:30			
10:00			
10:30			
11:00			
11:30			
12:00			
12:30			
13:00			
13:30			
14:00			
14:30			
15:00			
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			
20:30			
21:00			
21:30			
22:00			
22:30			

NOTES/筆記:

背經

TIME/時間	MON/星期一	TUES/星期二	WED/星期三	THUR/星期四
06:00				
06:30				
07:00				
07:30				
08:00				
08:30				
09:00				
09:30				
10:00				
10:30				
11:00				
11:30				
12:00				
12:30				
13:00				
13:30				
14:00				
14:30				
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				
22:30				

背誦神的話是我們在生活中能勝過罪的一個關鍵。看一下主耶穌在受試探時，儘管他是我們的救主也不用自己的話來勝過撒但，而是引用舊約的經文來得勝（*馬太福音 4: 4, 7, 10*）。每一次主都用了不同的經文來抵擋撒但的各種試探。

以弗所書 6:16 說，“……此外又拿著信德當籐牌，可以滅盡那惡者一切的火箭”撒但借著許多的途徑來攻擊我們，要做一個得勝的基督徒就必須要運用經文把自己裝備起來。

撒但會趁著我們沒有聖經在手時試探我們，這時我們能想起的經文就成為了我們的武器。事先警惕就是事先準備好。在試探來臨之前儲備神的話是多麼的重要啊！在聖經中最大的命令是盡心、盡性、盡力愛耶和華你的神（*申命記 6: 5*）。緊跟著的一節經文是叫我們要把他的話藏在心里。認識基督就是愛他，只有我們把神的道用在生活中，深藏在心中，才能與基督建立這種親密的關係，這就使我們盡心、盡性、盡力去愛他。所以背誦神的話能幫助我們更親近神並且能勝過罪惡。下面列出了其中的六點好處：

1. 為更好地學習聖經提供幫助。
2. 為拯救靈魂提供工具。例如：一個晚上，你與某人乘車回家并談論關於神的事，除非你記住了經文，否則你是無法談的。
3. 幫助你在日常生活中作出決定。
4. 那些尋求同你談論的人會更信賴你。
5. 有利於證道。
6. 能增強記憶力。

HOW TO MEMORIZE A VERSE

- Read the verse several times to get the meaning.
- Start with the topic and reference; Assurance of Salvation, John5:24, and say it several times with the first phrase of the verse.
- Then when you can say that by heart, add the next phrase, and say the topic and reference together with both phrases.
- Continue phrase by phrase until you can say the entire verse from memory.
- Then each time you review the verse, state the topic, the reference, the verse, and the reference again at the end.
- By repeating the reference before and after the verse, it helps you remember the location of it in the Bible.

The key to successful Scripture memory is daily review. Review the verse every day until it becomes part of you. Carry cards with you so that they are handy for use during your spare time. Scripture memory can become a lifetime habit that will give you blessing and strength as you learn to apply the verses to your life.

HOW TO REVIEW MEMORIZED SCRIPTURES

As you start memorizing verses, you will be memorizing one, then two verses each week.

1. For one week (or 3-4 days, if you are memorizing two verses a week) review your first verse at least once a day.
2. When you begin memorizing the second verse, continue to daily review the first along with it.
3. In the same way, add the third, four, fifth and so on.
4. When you have memorized 20 verses and are beginning to memorize a new one, separate the oldest 10 from the newest 10. The oldest 10 are your **Back Review**; the newest 10 are your **Current Review**; and of course, your new verse is the **New Verse**.
5. When you begin memorizing a New Verse, add the just completed New Verse to your Current Review and move the oldest verse in your Current Review to your Back Review. You now have 11 verses in your Back Review (and more as you continue memorizing).

TIME/時間	FRI/星期五	SAT/星期六	SUN/星期天
06:00			
06:30			
07:00			
07:30			
08:00			
08:30			
09:00			
09:30			
10:00			
10:30			
11:00			
11:30			
12:00			
12:30			
13:00			
13:30			
14:00			
14:30			
15:00			
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			
20:30			
21:00			
21:30			
22:00			
22:30			

NOTES/筆記:

背誦經文方法

TIME/時間	MON/星期一	TUES/星期二	WED/星期三	THUR/星期四
06:00				
06:30				
07:00				
07:30				
08:00				
08:30				
09:00				
09:30				
10:00				
10:30				
11:00				
11:30				
12:00				
12:30				
13:00				
13:30				
14:00				
14:30				
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				
22:30				

- 反復讀經文，領會其中含義。
- 由標題和參攷章節如得救的應許約翰福音 5:24 開始，將第一句反復背誦幾遍。
- 當你記住之後，又與下一句連起來，並同標題、章節名一起反復背。
- 一句接一句直到你能記住整句經文為止。
- 每一次你復習經文時，先說標題、章節名，然後經文，最後又重複一次章節名。
- 這樣反復在經文前後說章節名，能幫助你記住經文出自聖經何處。

記住經文的秘訣在於每天復習。每天復習經句直到它成為你生命的一部分。隨時攜帶你的卡片，以便空閒時使用。養成一輩子背經的習慣，若你學會在你自己的生活中應用經文會給你帶來恩典力量。

如何復習背誦過的經文

開始背經時，你可以每周背一節，隨後增加到兩節。

1. 每一週里（如果每周背兩節，就每 3—4 天里），每天至少復習一次你的第一節經文。
2. 開始背第二節經文時，每天仍然堅持復習第一節經文。
3. 用同樣的方法，背第三、第四、第五和更多的經文。
4. 當你已經背了二十節經文，開始背第二十一節時，將以前背的二十節經文分成兩組，每十節一組，最早背過的一組的作為**次重點復習**，新近背過的一組作為**重點復習**，本週要背的**新經文**，自然就要作為新經文了。
5. 每次開始一節新經文時，將上周剛剛背過的新經文放在**重點復習組**里，再將**重點復習組**中最早背過的一節經文移到**次重點復習組**，這樣，在你的**次重點復習組**里就有了 11 節經文。（以後，你背得越多，**次重點復習組**裡的經文就越多）。

Notes/筆記

6. 每天只用復習十節次重點經文。
7. 每天復習結束時，將這十節經文移到次重點組的最下面，再從最上面拿出十節作為第二天復習的內容。

用這樣的方法（或者類似的方法），你可以堅持每天復習背誦經文，養成終生背經的習慣。要背的經文再多也沒有關係。

默想

當默想與其它吸取神的話語的方法連在一起時，豐富的祝福就會湧來。與大拇指一起就可以緊抓住我們所要抓的東西。所以我們要默想我們所聽的道，所讀的經，等等。

默想經文就如牛喫了草後的反芻，默想是屬靈生命對靈糧的消化以便吸收。學習怎樣默想神的話：

1. 背誦一部分的經文(如：馬太福音 4:4)。“人活著，不是單靠食物，……。”
2. 引用主說的話來作為自己的祈告：“主啊！我活著，不是單靠食物，乃是要靠你口裡所出的一切話。”
3. 把自己的名字放進去：“小劉活著，不是單靠食物，……。”
4. 反復幾次，每次都加強不同字眼的語氣。如：
“人活著，不是單靠食物，……。”（所有的人）
“人活著，不是單靠食物，……。”（肉身的生命與靈魂的生命）
“人活著，不是單靠食物，……。”（堅決的否定）等等。

神要賜福于那些晝夜默想他的話的人（詩篇 1: 2-3，約書亞記 1: 8）。因此，只要我們常住在他裡面，主耶穌的祝福就會臨到我們這些住在他的話語裡面的人（約翰福音 15:7-8）。所以，聽道，讀經，研經，背經，再加上默想就成了我們依靠神的話住在基督裡的好方法。

Notes/筆記

論題	第一套	第二套	第三套
		福音	
罪	羅馬書 3:23	以賽亞書 53:6	約翰福音 3:19
死亡	羅馬書 6:23	約翰福音 8:24	羅馬書 5:12
審判	希伯來書 9:27	約翰福音 3:36	貼撒羅尼迦後書 1:8-9
無法自救	以佛所書 2:8-9	提多書 3:5	羅馬書 3:28
十字架	歌林多前書 15:3-4	羅馬書 5:8	彼得前書 3:18
相信	約翰福音 5:24	約翰福音 1:12	羅馬書 10:9-10
		應許	
得勝	歌林多前書 10:13	約翰一書 5:4-5	羅馬書 8:1-2
赦免	約翰一書 1:9	以佛所書 1:7-8	約翰一書 2:1-2
平安	約翰福音 14:27	約翰福音 16:33	以賽亞書 26:3
恩惠	彼得前書 5:7	哥林多後書 1:3-4	哥林多後書 12:9
引導	箴言 3:5-6	約翰福音 16:13	出埃及記 23:20
獎賞	歌林多前書 15:58	哥林多後書 5:10	馬太福音 25:21
		基督徒的生活	
在基督里	哥林多後書 5:17	歌羅西 2:6	彼得前書 2:21
主在裡面	約翰福音 15:5	腓立比書 1:6	加拉太書 2:20
神的話	彼得前書 2:2-3	提摩太后書 2:15	詩篇 1:2-3
禱告	約翰福音 16:24	腓立比書 4:6-7	約翰一書 5:14-15
順服	約翰福音 14:21	約翰一書 5:3	申命記 30:14
見證	馬太福音 4:19	雅各書 5:20	彼得前書 3:15
		品德	
愛心	約翰福音 13:34-35	加拉太書 5:22-23	歌林多前書 13:4
信心	羅馬書 10:17	希伯來書 11:6	羅馬書 4:20-21
喜樂	約翰福音 15:11	腓立比書 4:4	哥林多後書 6:10
誠實	使徒行傳 24:16	歌羅西 3:9-10	以佛所書 4:29
聖潔	彼得前書 1:15	詩篇 119:9-11	以佛所書 5:3
謙卑	腓立比書 2:3-4	歌羅西 3:12	彼得前書 5:5-6
		教義	
默示	提摩太后書 3:16	彼得後書 1:21	希伯來書 4:12
上帝	約翰福音 14:7	出埃及記 3:14	使徒行傳 17:24
基督	馬太福音 1:23	歌羅西 2:9	希伯來書 1:3
聖靈	歌林多前書 6:19-20	約翰福音 14:26	以佛所書 1:13-14
教會	歌羅西 1:18	希伯來書 10:25	歌林多前書 12:27
再來	約翰福音 14:2-3	貼前書 4:16-17	約翰一書 3:3
		做一個門徒	
撇下一切	馬可福音 8:35	路加福音 14:33	腓立比書 3:7-8
分別出來	約翰一書 2:15-16	哥林多後書 6:17-18	羅馬書 12:2
堅定不移	腓立比書 1:29	彼得前書 1:6-7	希伯來書 12:3
爭戰	提摩太后書 2:3-4	以佛所書 6:11	哥林多後書 10:4-5
大使命	馬太福音 28:19-20	馬可福音 16:15	使徒行傳 1:8
傳宗接代	提摩太后書 2:2	約翰福音 15:16	創世記 1:28

如何使用禱文表

禱文表分為三部分：固定禱文表，每日禱文表和臨時禱文表。

固定禱文表：一般情況下，我們沒有時間每天為我們所認識的每一個人的每一個需求禱告，這個禱文表就保證我們每周至少為他們禱告一次。在這個禱文表中列出每周的七天，豎行為禱告內容的分類（這個分類只是作一個參攷，你可以根據自己的需要修改）。在這個表中，可以填上一個人的名字，只憑禱告的內容（如果是一個特別的禱告需要得到確切的回答，可以記在臨時禱文表中），例如，在家庭一欄中，可以把你父親的名字寫在“星期一”欄中，母親的名字寫在“星期二”上，這樣，每個星期一，你就可以為表中所列出的人向禱告。

每日禱文表：對有些人或事，象我們的父親，丈夫或妻子：使我們感到有必要每天都為他們禱告，每星期禱告一次太少了。這些人或事，我們可以記在每日禱文表中，每天，而不是每星期一次為他們禱告。同樣，為他們禱告的內容可以記在臨時禱文表中。每日禱文表中只記下他們的名字和長期代禱的內容，比如，可以為他們的信心，在某一方面的成長，或者品性的完善代禱。

臨時禱文表：對於許多禱告，我們需要得到清楚確切的應許。比如，一位朋友正在找工作，我們開始為他禱告。記下開始禱告的日期和內容，以後每天都為這件事禱告，直到他找到一份工作，然後，我們就可以記下神應許的日期跟我們的朋友一起分享在神裡的喜樂。以後，我們回過頭來再看看臨時禱文表就會發現神的應許漸漸地填滿，當我們認識到神真的在我們的禱告並且回答我們的禱告時，的確是一個極大的鼓舞。神的每一個回答，也是我們獻上感恩的內容，我們感謝他聽我們的禱告以及他為我們所作的一切。

How to have a Quiet Time

Daily devotional time alone with God helps you grow in personal fellowship with Him. God loves you and wants you to spend regular time communing with Him. When you converse with a friend, you get to know that person better. God is a **PERSON**, not just an abstract influence.

Determine to keep Christ in the center of your life. Set aside a daily **PERIOD** of time to spend with God (both a specific time of day and an approximate amount of time for reading and prayer, perhaps 15 to 30 minutes as time allows) and His Word in a regular **PLACE** (*Mark 1:35*). Instead of skipping around in the Bible, have a **PLAN** for reading it regularly and consecutively. Start with the New Testament. It helps to write each day in a notebook some thought or blessing that results from your "Quiet Times" with God.

We need to balance our time in the Word with time in prayer. Make prayer lists so that you can be more specific in praying to the Lord. As you see God's answers, your faith will increase.

- Begin your quiet time with prayer. Take a moment to ask God to forgive any recent unconfessed sins you recall. This will allow you to have unhindered fellowship with Him. Next ask God to help you understand His Word.
- You are now ready to turn in your Bible to the passage you are to read that day. (Remember it is best to have a plan for your Bible reading. A good plan is to read one chapter a day in order, beginning with the Gospel of John. When you finish John, continue on through the rest of the New Testament, then read the Old Testament.)
- Prayerfully and thoughtfully read through the passage and underline those verses in the passage that seem to stand out from the others. Is God drawing your attention to one or more verses? God is speaking to you.
- When you finish the passage you may discover that you have underlined several different verses. At this time re-read those verses and choose the one that seems to be of greatest interest to you.

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (*Reference*)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (*Reference*)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (*Reference*)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (*Reference*)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

如何過靈修生活

每日單獨與神溝通能幫助你與神之間建立親密的關係。神愛你并希望你經常與他交通。就如你和朋友交談，能更好地瞭解你的朋友一樣。神是個“人”而不是一個抽象的概念。

決定讓基督作為你生活的中心吧。把每天與神獨處和研讀他的話語的時間和地點固定下來(馬可福音 1: 35)。取代漫無目的的讀經就是制定一個系統的，連貫的讀經計劃可先從新約開始。另外，把你與神獨處時所得的感想和祝福寫在筆記本中也會很有幫助。

我們需要保持讀經與祈禱的平衡。編一個祈禱的目錄能幫助你更明確地向主祈求。當你們得到上帝的回答，你的信心就會倍增。

- 每日的靈修從禱告開始，花一點時間回想一下你最近有沒有向神認罪，求神赦免，這樣，你就可以和神無礙地交通。接下來，還要求神幫助你明白他的話語。
- 現在，你可以翻開今天要讀的經文了。(記住，最好是有一個系統的讀經的計劃。建議你從約翰福音開始，每天讀一章。約翰福音讀完後，跟著讀新約的其餘部分，然後再讀舊約。)
- 讀聖經的時候，要帶著禱告和思攷的心，劃出來對你特別有感動的經句。神是不是在借著這些經句來吸引你的注意力呢？神的確是在向你講話。
- 讀經結束的時候，你會發現你劃出了數句經文，將這些經文再讀一遍，選出對你感觸最深的一句。

- Now turn to your Bible Reading Highlights Record. Record the date; record the book name and chapter number(s) under All I read today;" then record the verse number(s) of that verse (or verses) you underlined under Best thing I marked today."
- Take a few more moments to meditate on the verse you selected. Write your thoughts down in the appropriate space.
- Finally make an application from this new truth. It could be as simple as something to pray for or to thank God for, or it may involve talking to someone or even a specific act of service. The possibilities are endless!
- Take time to talk with God about what He shared with you through His Word. Continue to talk to God about anything else that may be on your heart. Use your Prayer Pages to remind you of important prayer requests.

Through reading and meditating on God's Word, God speaks to you. Through the privilege of prayer you speak to God. As God's child He is pleased to listen to and act on your prayers. They are very important to Him because He loves you very much!

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

- 現在，打開你的讀經重點記錄表，在“今天我所讀的”一欄記下日期，今天所讀經文的書名、章、節數，然後，在“今天我最受益”處，記下你劃出的經文。花幾分鐘時間默想你劃出的經文，寫出你的感受。
- 最後，寫出你對這節經文的應用，這個應用可能會很簡單，或是一個禱告，或是對神的一個感謝，還可能是一個跟某人交談的決定，或是一個特別事奉行動的決定。總之，應用的可能會是各種各樣的。
- 神通過他的話語與你的分享，花一點時間跟神交通他分享的內容，接著，你可以跟神交通你心中的任何事，查閱你的禱文表，以免漏掉一些重要的祈禱內容。

通過讀經和默想神的話，神向你說話，通過禱告你向神說話，你是神的孩子，他喜歡垂聽你的祈求，也樂意回答禱告，在神的眼裡，你的禱告非常重要，因為神非常愛你。

PERSONAL READING RECORD/讀經記錄表

Old Testament/舊約

Genesis/創世記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50						
Exodus/出埃及記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
Leviticus/利未記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	
Numbers/民數記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36						
Deuteronomy/申命記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34								
Joshua/約書亞記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24				
Judges/士師記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21							
Ruth/路得記	1	2	3	4										
1Samuel/撒母耳記上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31											
2Samuel/撒母耳記下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24				
1Kings/列王記上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22						
2Kings/列王記下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25			
1Chronicles/歷代志上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29													
2Chronicles/歷代志下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36						
Ezra/以斯拉記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Nehemiah/尼希米記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Esther/以斯帖記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Job/約伯記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Psalms/詩篇	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84
	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98
	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112
	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126
	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150				
Proverbs/箴言	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31											
Ecclesiastes/傳道書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Song of Songs/雅歌	1	2	3	4	5	6	7	8						
Isaiah/以賽亞書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66				
Jeremiah/耶利米書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52				
Lamentations/耶利米哀歌	1	2	3	4	5									
Ezekiel/以西結書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48								
Daniel/但以理書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Hosea/何西阿書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Joel/約珥書	1	2	3											
Amos/阿摩司書	1	2	3	4	5	6	7	8	9					
Obadiah/俄巴底亞書	1													
Jonah/約拿書	1	2	3	4										
Micah/彌迦書	1	2	3	4	5	6	7							
Nahum/那鴻書	1	2	3											
Habakkuk/哈巴谷書	1	2	3											
Zephaniah/西番雅書	1	2	3											
Haggai/哈該書	1	2												
Zechariah/撒迦利亞書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

PERSONAL READING RECORD/讀經記錄表

Old Testament/舊約

Genesis/創世記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50						
Exodus/出埃及記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
Leviticus/利未記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	
Numbers/民數記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36						
Deuteronomy/申命記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34								
Joshua/約書亞記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24				
Judges/士師記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21							
Ruth/路得記	1	2	3	4										
1Samuel/撒母耳記上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31											
2Samuel/撒母耳記下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24				
1Kings/列王記上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22						
2Kings/列王記下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25			
1Chronicles/歷代志上	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29													
2Chronicles/歷代志下	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36						
Ezra/以斯拉記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Nehemiah/尼希米記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Esther/以斯帖記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Job/約伯記	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42

Psalms/詩篇	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84
	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98
	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112
	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126
	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150				
Proverbs/箴言	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31											
Ecclesiastes/傳道書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Song of Songs/雅歌	1	2	3	4	5	6	7	8						
Isaiah/以賽亞書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66				
Jeremiah/耶利米書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52				
Lamentations/耶利米哀歌	1	2	3	4	5									
Ezekiel/以西結書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
	43	44	45	46	47	48								
Daniel/但以理書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Hosea/何西阿書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Joel/約珥書	1	2	3											
Amos/阿摩司書	1	2	3	4	5	6	7	8	9					
Obadiah/俄巴底亞書	1													
Jonah/約拿書	1	2	3	4										
Micah/彌迦書	1	2	3	4	5	6	7							
Nahum/那鴻書	1	2	3											
Habakkuk/哈巴谷書	1	2	3											
Zephaniah/西番雅書	1	2	3											
Haggai/哈該書	1	2												
Zechariah/撒迦利亞書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法: _____

Application/應用: _____

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Malachi/瑪拉基書	1	2	3	4																									
New Testament/新約																													
Matthew/馬太福音	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Mark/馬克福音	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16													
Luke/路加福音	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24					
John/約翰福音	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21								
Acts/使徒行傳	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Romans/羅馬書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16													
1Corinthians/哥林多前書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16													
2Corinthians/哥林多後書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13																
Galatians/加拉太書	1	2	3	4	5	6																							
Ephesians/以弗所書	1	2	3	4	5	6																							
Philippians/腓立比書	1	2	3	4																									
Colossians/歌羅西書	1	2	3	4																									
1Thessalonians/帖撒羅尼迦前書	1	2	3	4	5																								
2Thessalonians/帖撒羅尼迦後書	1	2	3																										
1Timothy/提摩太前書	1	2	3	4	5	6																							
2Timothy/提摩太后書	1	2	3	4																									
Titus/提多書	1	2	3																										
Philemon/腓利門書	1																												
Hebrews/希伯來書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13																
James/雅各書	1	2	3	4	5																								
1Peter/彼得前書	1	2	3	4	5																								
2Peter/彼得後書	1	2	3																										
1John/約翰一書	1	2	3	4	5																								
2John/約翰二書	1																												
3John/約翰三書	1																												
Jude/猶大書	1																												
Revelations/啟示錄	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21								

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

BIBLE READING HIGHLIGHTS RECORD/讀經重點紀錄

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用:

Date/日期: _____ All I read today/今天我所讀的: _____

Best thing I marked today (Reference)/今天我最受益處 (經文索引): _____

Thought/想法:

Application/應用: