

# 啟動七年新循環 - 妥拉讀經進度 / 5786 | 2025-2026

#	篇名 / 中文	篇名 / 原文	日期 (Y/M/D)	希伯來曆 (M/D)	妥拉	伴讀經文	福音書	使徒書信
<b>創世記 Genesis / B'Resheet</b>								
1	起初篇	Bereshit	2025-10-18	以他念月	07-26	創 1:1-6:8	賽42:5-43:10	約1:1-17 來1:1-3
2	挪亞篇	Noach	2025-10-25	布勒月	08-03	創 6:9-11:32	賽54:1-55:5	路17:20-27
3	要去篇	Lech-Lech	2025-11-01		08-10	創 12:1-17:27	賽40:27-41:16	約8:51-58
4	顯現篇	Vayera	2025-11-08		08-17	創 18:1-22:24	王下4:1-37	路17:28-37
5	撒拉篇	Chayei Sara	2025/11/15		08-24	創 23:1-25:18	王上1:1-31	約4:3-14
6	世系篇	Toldot	2025-11-22	基斯流月	09-02	創 25:19-28:9	瑪1:1-2:7	太10:21-38
7	出去篇	Vayetzei	2025-11-29		09-09	創 28:10-32:2	阿12:12-14:10	約1:41-51
8	打發篇	Vayishlach	2025-12-06		09-16	創 32:3-36:43	俄1:1-21	太2:13-23
9	居住篇	Vayeshev	2025-12-13		09-23	創 37:1-40:23	摩2:6-3:8, 亞2:10-4:7	太1:18-25
10	之終篇	Miketz	2025-12-20		09-30	創 41:1-44:17	王上3:15-4:1	路24:13-29
11	挨近篇	Vayigash	2025-12-27	提別月	10-07	創 44:18-47:27	結37:15-28	路24:30-48
12	活在篇	Vayechi	2026-01-03		10-14	創 47:28-50:26	王上2:1-12	約13:1-19
<b>出埃及記 Exodus / Shemot</b>								
13	眾名篇	Shemot	2026-01-10		10-21	出 1:1-6:1	賽27:6-28:13, 29:22-23	太2:1-12
14	我顯篇	Vaera	2026-01-17		10-28	出 6:2-9:35	結28:25-29:21	路11:14-22
15	來到篇	Bo	2026-01-24	細羅特月	11-06	出 10:1-13:16	耶46:13-28	約19:31-37
16	放行篇	Beshalach	2026-01-31		11-13	出 13:17-17:16	士4:4-5:31	太14:22-33
17	葉忒羅篇	Yitro	2026-02-07		11-20	出 18:1-20:26	賽6:1-7:6, 9:6-7	太19:16-26
18	律例篇	Mishpatim	2026-02-14		11-27	出 21:1-24:18	耶34:8-22, 33:25-26	太5:38-42
19	供物篇	Terumah	2026-02-21	亞達月	12-04	出 25:1-27:19	王上5:12-6:13	可12:35-44
20	吩咐篇	Tetzaveh	2026-02-28		12-11	出 27:20-30:10	撒上15:1-34	太5:13-20
21	背負篇	Ki Tisa	2026-03-07		12-18	出 30:11-34:35	結36:16-38	可9:1-10
22	招聚篇	Vayakhel	2026-03-14		12-25	出 35:1-38:20	王上7:40-50,	太12:1-13
23	帳目篇	Pekudei	2026-03-14		12-25	出 38:21-40:38	王上7:51-8:21	路16:1-13
<b>利未記 Leviticus / Vayikra</b>								
24	呼喚篇	Vayikra	2026-03-21	亞筆月	01-03	利 1:1-6:7	撒上15:1-34	可6:14-29
25	命令篇	Tzav	2026-03-28		01-10	利 6:8-8:36	結36:16-38	約11:47-56
	逾越節	Pesach	2026-04-01		01-14	出 12:21-51	書5:2-6:1	約19:31-20:1
	無酵節 I	Chag Ha-Matzot	2026-04-02		01-15	利 11:26-23:44	王下23:1-9, 21-25	可16:1-8
	初熟節	First Fruits	2026-04-05		01-15	太 28:1-10, 可16:2-18, 路24:1-52, 約20:1-29		
	無酵節 VII	Shvii shel Pesach	2026-04-09		01-22			
26	第八篇	Shemini	2026-04-11		01-24	利 9:1-11:47	結45:16-46:18	路22:1-13
27	懷孕篇	Tazria	2026-04-18	西弗月	02-01	利 12:1-13:59	王下4:42-5:19	路2:22-33
28	痲瘋篇	Metzora	2026-04-18		02-01	利 14:1-15:23	瑪3:4-4:6	太17:9-13
29	死後篇	Achrei Mot	2026-04-25		02-08	利 16:1-18:30	結22:1-16	太15:10-20
30	為聖篇	Kedoshim	2026-04-25		02-08	利 19:1-20:27	摩9:7-15	可12:28-34
31	要說篇	Emor	2026-05-02		02-15	利 21:1-24:23	結44:15-31	太26:59-64
32	山上篇	Behar	2026-05-09		02-22	利 25:1-26:2	耶32:6-27	路4:14-22
33	我律篇	Bechukotai	2026-05-09		02-22	利 26:3-27:34	耶16:19-17:14	太16:20-28
<b>民數記 Numbers / Bamidbar</b>								
34	曠野篇	Bamidbar	2026-05-16	西彎月	02-29	民 1:1-4:20	阿1:10-2:20	太4:10-17
	五旬節	Shavuot I	2026-05-24		03-08	出 19:1-20:23	結19:1-20:23	徒2:1-21
	五旬節	Shavuot II	2026-05-25		03-09	申 15:19-16:17	哈3:1-19	徒2:21-42
35	數點篇	Nasso	2026-05-30		03-11	民 4:21-7:89	士13:2-25	路1:11-20

36	擺燈篇	Beha'alotcha	2026-06-06		03-18	民 8:1-12:16	亞2:10-4:7	太14:14-21
37	派遣篇	Sh'lach	2026-06-13		03-25	民 13:1-15:41	書2:1-24	太10:1-14
38	可拉篇	Korach	2026-06-20	塔模斯月	04-02	民 16:1-18:32	賽66:1-24	可9:40-50
39	律例篇	Chukat	2026-06-27		04-09	民 19:1-22:1	士11:1-33	約2:1-12
40	巴勒篇	Balak	2026-06-27		04-16	民 22:2-25:9	彌5:7-6:8	太21:1-11
	塔模斯月17日	Tzom Tammuz	2026-07-02		04-17			
41	非尼哈篇	Pinchas	2026-07-04		04-23	民 25:10-29:40	耶1:1-2:3	約2:13-22
42-43	支派篇	Matto-Massei	2026-07-01		05-01	民 30:1-36:13	耶2:4-28, 3:4	可11:12-25
<b>申命記 Deuteronomy / Devarim</b>								
44	話語篇	Devarim	2026-07-18		05-04	申 1:1-3:22	賽1:1-27	太24:1-22
	埃波月9日	Tish'a B'Av	2026-07-23		05-09			
45	懇求篇	Va'etchanan	2026-07-25		05-15	申 3:23-7:11	賽40:1-26* (*安慰先知書)	路3:2-15
46	由於篇	Eikev	2026-08-01		05-22	申 7:12-11:25	賽49:14-51:3*	太16:13-20
47	要看篇	Re'eh	2026-08-08		05-29	申 11:26-16:17	賽54:11-55:5*	約6:35-51
48	眾官篇	Shoftim	2026-08-15	以祿月	06-06	申 16:18-21:9	賽51:12-52:12*	約14:9-20
49	出時篇	Ki Teitzei	2026-08-22		06-13	申 21:10-25:19	賽54:1-10*	太24:29-42
50	進時篇	Ki Tavo	2026-08-29		06-20	申 26:1-29:9	賽60:1-22*	太4:13-24
51-52	站立篇-他去篇	Nitzavim-Vayelech	2026-09-05		06-27	申 29:10-31:30	賽61:1-63:9*	約12:41-50
	吹角節	Yom Teruah I	2026-09-12	5786	07-01	創 21:1-34	撒1:1-2:10	路1:39-55
	吹角節	Yom Teruah II	2026-09-13	以他念月	07-02	創 22:1-24	耶31:1-19	太24:29-36
53	側耳篇	Ha'Azinu	2026-09-19		07-08	申 32:1-52	阿14:1-9	太18:21-35
	贖罪日	Yom Kippur	2026-09-21		07-10	利 16:1-34	賽57:14-58:14	太25:31-46
	住棚節	Sukkot I	2025-10-07		07-15	利 22:26-23:44	迦14:1-21	路2:1-20
	住棚節	Sukkot II	2025-10-08		07-16	民 29:12-16		約7:1-10
	嚴肅會	Shemini Atzeret	2026-10-03		07-22	申 14:22-16:17	王上8:54-66	路2:21-32
54	祝福篇	V'Zot Ha'Berachah	2026-10-10		07-26	申 33:1-34:12	書1:1-18	徒1:1-14
1	起初篇	Bereshit	2026-10-18		07-26	創 1:1-6:8	賽42:5-43:10	約1:1-17 來1:1-3