

星期四



靠主改變

「以前忙於生意，導致家庭關係張力很大。後來我從自己身上找原因，並在神面前切切認罪。對女兒不再有苛刻的要求，學著接納孩子，就算女兒是學渣、哪怕退學我也完全接納。停掉了女兒的所有課外安排，讓女兒自由玩耍，把她的時間交給神來安排管理。周末一家人去戶外親近大自然，主日就一同去教會。每天帶孩子禱告讀經、唱詩。漸漸地女兒臉上開始多了燦爛的笑容，開始主動唱讚美詩。丈夫也因著家庭以神為中心的秩序調整，夫妻關係愈來愈親密。感謝神挪去了我的驕傲。」
(何姊妹)

- 主沒有任憑何姊妹追求祂以外的東西，當姊妹靠主勇敢做出改變的時候，家庭關係出現了很好的反應，願主繼續眷顧這個家庭，成為美好見證。

不准加班

有工作報告提出綜合整治「內卷式」競爭，包括企業之間為爭奪市場份額進行的價格戰、無序擴張等，也包括企業內部一些沒有價值甚至可能起到反作用的內耗等。有公司開啟「不准加班」運動，強制員工晚上 9 點必須下班，特殊情況需要加班的，必須提前得到審批。以往在「拼時長」的氛圍中，員工可能為了看起來「勤奮」而故意拖延工作，這無論對企業還是對員工，都是一種無謂的消耗。充足的休息是啟發創造力和保持洞察力的重要前提。

《工人日報》2025/3/12

- 感謝主讓工時過長的情況能被正視，願相關部門能對企業加強監察，讓法規能落實。工人得著當得的工價及休息，便能提升對工作的熱情，從而構建更和諧的勞動關係。

星期五



與主關係

「我是在教會做牧養工作的，也深深知道要給會眾帶來榜樣，正如保羅教導提摩太，在言語行為、愛心、清潔上都要做信徒的榜樣。我做的還很不夠，虧欠神、虧欠人太多太多。我在教會服侍 20 多年了，感覺真是不配做一個傳道人，兒子沒有管好，欠了很多錢，現在人家找他要債。雖然，他們夫妻兩個都相信主，但是沒有渴慕的心，求神改變他們。也幫助我生命繼續有突破，在事奉上忠心，在生活上聖潔，做討神喜悅的工人，生命影響更多人。知道不管環境如何，神一直在愛著我和我的家。」
(吳姊妹)

- 吳姊妹知道自己需要改變，並且願意在神裡面去突破，願神幫助姊妹除去被控告的想法，繼續在教會、在家庭做好榜樣，也引導姊妹兒子一家人歸回神。

蒙族蒙恩

早在七世紀，基督福音已經藉聶斯多留派(在唐朝所建的「大秦景教流行中國碑」中所稱的景教)宣教士傳到中國北部的蒙古族人中。因著他們的努力，許多蒙古族人皈依基督。公元 1007 年，蒙古族信徒多達 20 萬人。1368 年，登記在冊的蒙古天主教徒約有三萬人。在 13、14 世紀之間，是蒙古族歸主高峰期。19 世紀，多有瑞典宣教士在蒙古族中撒播道種。1891 年，50 名美國瑞典裔青年參加聖經宣教班，受聖靈感動，獻身到中國傳揚福音，後來成為北美瑞挪差會首批前往中國的宣教士。幾年後的庚子教難，宣教士一行 12 人(七名成人，五名兒童)在逃避拳亂時被殺。

- 父神愛蒙古族，今天估計有六萬名蒙古族信徒，其中有牧者默默的牧養信眾。祈求主施恩，叫更多蒙族歸主。

星期六



親子關係

「孩子在上小學的時候，或許是我用高壓強勢的態度，我們的關係就很緊張。但我認為是對孩子好，這種方式帶來的效果很差，我自己心裡也很委屈，覺得自己是出於對兒子的愛，卻沒有得到理解。後來，我跟著良友電台親子教育的節目一起學習，慢慢才發現，原來我是在傷害孩子。我在主面前流淚痛哭，願意照著神的心意，照著節目的教導去引導孩子。當我改變之後，發現兒子開始接納我，我們也有了很好的交流，母子關係比原來好了很多。真的非常感謝神，謝謝良友電台對我的幫助。」
(陳姊妹)

- 陳姊妹願意學習，並看到自己的問題願意改變，感謝神在他們母子之間做和睦的工作，關係變融洽了。求神使用電台的親子節目，能促進父母與子女的關係。

廣播事工

- 更新節目表：**良友電台於三月底更新節目時間表，並推出兩個全新的節目：與聽眾探索新知的《星之導航》，並以音樂與聽眾有約的《與你有約》。求主使用新的節目時間表和新的節目，幫助聽眾更多親近神，帶給他們屬天的餵養，建立屬靈的生命。
- 聽眾互動：**良友電台一直重視與聽眾的互動，並引領聽眾明白真理。求主賜智慧和資源，讓電台可以藉系統和科技，更好地服侍聽眾。同時，記念負責管理平台和回覆信件的同工，求主賜同工格外的心力、耐性和愛心，知道該如何作適切的回覆。

你們要呼求我，禱告我，我就應允你們。
你們尋求我，若專心尋求我，就必尋見。
(耶利米書 29:12-13)

心繫神州代禱資料

2025 年 4 月



親愛的代禱勇士：

「看哪，僕人的眼睛怎樣望主人的手，使女的眼睛怎樣望主母的手，我們的眼晴也照樣望耶和華我們的神，直到他憐憫我們。」
(詩 123:2)

祈禱也是一種凝視。

有解經家把詩篇 123 篇下標題為「渴望的眼」，實在是神來之筆。處於困難的詩人向神發出禱告，發出凝望，尋求憐憫，就好像僕人注視著主人的手，懇切期待主人出手相助。

我們也是一直凝視著神的手。心繫神州，晝夜為神州的福音工作努力，當中有數不盡的困難挑戰，人力所不能勝，唯有祈求凝望。

凝望之所盼，除了主人的憐憫，還有他的指示。禾場甚大，莊稼已熟，如何收割，也需要正確的方法。事工上的策略和方向，除了盡人力的籌劃，更需要祈求從上而來的指引。

除了注目主人，同時也要凝望主人心之所愛的天國子民。每當北望神州，為著大地的各樣人和事禱告，也是一種凝視，一種愛的凝視。

如是者，一種凝視，兩個方向，向神求恩，對人施愛。誠邀大家繼續在這個月和我們一同進入這個禱告的凝視。

總幹事

遠東廣播有限公司

地址：九龍新蒲崗大有街 1 號勤達中心 10 樓
電話：(852) 3717 1818 網址：www.febchk.org

星期日



福音傳承

「父母是 80 年代信主的，他們是文盲，不認識字。但有整箱的聖經藏在床底下，有次我發現後吃驚的問媽媽，哪來的那麼多書，你們又不會看。媽媽趕快捂住我的嘴，小心翼翼的告訴我，那是香港教會捐贈傳福音用的，不要告訴任何人。父母的生命影響了很多的人，一輩子默默為主做工。現在，我和丈夫兒子兒媳移居澳洲，丈夫和我在英文教會侍奉，也有華人姊妹在我家團契。兒子兒媳不太活躍去教會，我和丈夫一直禱告，希望他們與主耶穌建立更親密的關係。」

(魏姊妹)

- 每一個時代都有主為自己存留的忠心僕人，魏姊妹的父母就是如此。為姊妹一家人感恩，願主繼續帶領姊妹夫婦的服侍，影響自己的家人以及身邊的人。

客服陷阱

電訊套餐每個月都用不完，想要修改為低價套餐，卻處處碰壁！消費者告訴記者，如果是要升級套餐客服都會「秒辦」，一旦想要降級，對方會用各種話術，勸用戶保留套餐，甚至修改為另一個更貴的套餐。記者發現所謂的「優惠」往往暗藏玄機，優惠期短、原價信息不顯眼、套餐數據及通話配額比原本少等，此外，一些套餐還存在自動續約條款。律師認為運營商應在宣傳和辦理套餐時，明確告知用戶優惠期限、後續收費標準、套餐內容等，避免模糊話術。

《北京青年報》2025/3/13

- 求主讓電訊公司能自律，不要因為追求盈利而罔顧客戶的意願。願相關部門能加強對監管，並對市民加強教育，讓他們懂得如何保障自己的權益。

星期一



婆媳關係

「婆婆 83 歲，我們的婆媳關係非常好；雖然婆婆脾氣有點暴躁，但我從未有頂撞過她。沒有像世人認為的婆媳無法調和，我孝順她是因為主耶穌的緣故。感謝神，這在我家起了很好的效果，我和兒媳婦的關係親如母女，媳婦從來不和我拌嘴，我把媳婦當成女兒一樣的對待。深深知道這是主耶穌的愛在我家流動，我們一家人四代同堂，在同一個屋檐下，關係都很和睦和美。一家人相互包容，相互體諒，也給左鄰右舍帶來很大的影響。活出基督成為美好的見證，願主的名在我家得榮耀。」

(周姊妹)

- 神的愛在周姊妹的家庭中產生了很好的效用，當姊妹活出主的生命時，也能影響下一代，願主繼續使用姊妹的生命，與她的婆婆、兒媳婦建立包容、體諒的關係。

課間「鬆一鬆」

春季新學期開始，多地中小學課堂間的休息時間，由原本 10 分鐘延長至 15 分鐘，志在響應教育部關於保證學生課間休息和活動的號召。過去，部分學校因安全考慮或教師拖堂等原因，限制了學生的小息自由活動，導致出現了「寂靜的十分鐘」。新政策不僅增加了學生的自由活動時間，走出課室亦有助於緩解視力下降、「超磅」等健康問題，還強調了通過科學系統設計，平衡學習與休息的關係，促進孩子全面發展，健康地成長。

《中國新聞網》2025/2/24

- 求主讓新政策能真正幫助學童，在課堂以外，身心靈都能獲得舒暢，不會從而增加學業的壓力。甚願家長與學校都能積極配合，幫助孩子來平衡學習與作息的時間，令孩子可以健康快樂地成長。

星期二



被主扭轉

「從小媽媽就帶我信耶穌了，但生命沒有改變，成年以後很多的苦毒，在困境中走不出來。也不知如何經營婚姻，人生都亂了導致離婚，媽媽一直為我禱告。後來聽到了良友電台的節目，讓我的生命得到了徹底的改變，感謝神藉著電台的節目光照我，認識自己以前太悖逆了，行事為人和不信主的沒甚麼兩樣。感謝主沒有丟棄我，修剪中使我的生命成長。立定心志不管多苦多難，都要緊緊的跟隨主耶穌，好好經營現在的婚姻。身邊的人也看到我和以前不一樣了，把榮耀歸於愛我的神。」

(田姊妹)

- 雖然田姊妹曾經感到迷茫徬徨，但主施恩的手從未有離開她，當生命被主扭轉以後，姊妹的價值觀不再一樣，感恩她立志做新造的人，願主繼續幫助姊妹。

造謠違法

近期，一則「截至 2024 年末，80 後死亡率突破 5.2%，相當於每 20 個 80 後中就有一人已經去世」的言論引發廣泛關注，有個別網民借機造謠、煽動負面情緒、售賣保健品。經公安機關網安部門調查，一名稱為「夏老師在上海」的網民發布視頻捏造資料，成為謠言源頭。此後，還有個別網民編造系列謠言，造成不良影響。目前，公安機關對夏某等三人予以行政處罰。同時，警方提醒市民，造謠傳謠可能違法犯罪。即使不構成犯罪，也會判予行政處罰。

《中國新聞網》2025/3/4

- 願相關部門能對網上銷售平台加強監管，並要求平台開發技術識別刷單刷評行為，及早移除不實評價，讓消費者能如實了解產品的情況，從而作出合適選擇。

星期三



電影宣教

「我是一名蒙恩的基督徒，也是懷著影像宣教使命的電影工作者。這 20 年在影視領域學習操練，拍攝了一些影視作品，有的還獲得了獎項。然而這些屬世的冠冕，與將人引到基督面前的永恒價值都顯得虛空。去年，聖靈將福音電影的異象放在我心中，便立志要拍攝福音電影，目前有了劇本正在籌備。因為這類題材不是以商業回報為目的，各方面的條件資源也有很大挑戰。但我深信，神若喜歡，就必定會開道路，希望你們為我們禱告，願主親自建立我們手中的工，用電影傳福音見證基督的愛！」

(姜弟兄)

- 姜弟兄立志要拍攝福音題材的影視作品，願主為弟兄預備各類資源，能順利開機，藉著影視作品傳揚主的愛，成為黑暗時代中的一抹亮光。

紙質消費券

今年全國兩會建議發放線上線下一體化的消費券；在商場、社區服務中心等設置紙質消費券領取點，方便不會使用智慧手機的老年群體。起初，消費券以紙質面貌出現，隨著科技的進步和時代的發展，電子消費券已佔消費券使用的大部份。然而，這樣的安排並非對各方都「友好」。許多老年人並不熟悉智慧手機的操作，會出現「搶不到」、「不會用」的尷尬情況。傳統紙質消費券不能完全被取締，但需要通過進一步升級與完善，來更好地發揮其作用。

《工人日報》2025/3/12

- 願主賦予政府部門和相關機構智慧與能力，不論線上或線下，改善管理消費券的發放。求主賜長者更多領悟力，願意學習新事物，能享受科技進步帶來的便利。