

時鐘	美東	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	時間	美西
GMT	PST	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-13年第4季 聖所 9	安息日學-13年第4季 聖所 10	安息日學-13年第4季 聖所 11	真道時刻 178 再臨風波	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	健康新知 498 除班	00:00	08:00
16:30	11:30	復臨前的審判	末世論中的贖罪日	我們的預言信息	真道時刻 178 再臨風波	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	00:30	08:30
17:00	12:00	續讀主題 7	續讀主題 8	續讀主題 9	永生的真道 25 地獄的問題	永生的真道 26 一個特別的日子-安息日	永生的真道 27 你是罪人嗎?	創世紀一百零二 打開方舟門的上帝	01:00	09:00
17:30	12:30	蔬食20健康 101 蔬菜咖哩(印度風)	蔬食20健康 102 荷蘭野蒜麵粉飯	蔬食20健康 104 奇亞籽夢幻天然飲品	繼上青年幫 12 拍長捲拍歌指	繼上青年幫 13 校園趣事	繼上青年幫 16 健身術	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	01:30	09:30
18:00	13:00	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	婚姻選擇 2 夫妻間的談話藝術2	婚姻選擇 3 聆聽-通往關係之途徑1	婚姻選擇 4 聆聽-通往關係之途徑2	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	02:00	10:00
18:30	13:30	保羅的腳蹤(中) 10 尊貴的庇哩亞人	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	偶然相遇 5	偶然相遇 6	偶然相遇 7	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	02:30	10:30
19:00	14:00	奇異發現啟示未來6 美好的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	奇異發現啟示未來7 全民注目聖殿	奇異發現啟示未來8 崩潰的世界發出的預兆: 我們這世代的希望信息	進入祂的聖所 73	進入祂的聖所 74	進入祂的聖所 75	續讀主題 7	03:00	11:00
19:30	14:30				嘗之瀾 (二) 6 空氣	嘗之瀾 (二) 7 睡眠	嘗之瀾 (二) 8 信靠	健康新知 498 除班	03:30	11:30
20:00	15:00	啟示錄-希望、意義與目的-3 以弗所與士每拿	啟示錄-希望、意義與目的-4 別迦摩與推雅推喇	啟示錄-希望、意義與目的-5 撒狄、非拉鐵非與老底嘉	老校長 107 My Ulcer On Pitcairn Island	老校長 108 The Big Black Door	老校長 109 How Much Land Does a Man Need	預言之聖傳道會(圖)1 古事今談	04:00	12:00
20:30	15:30				經上記著說 83 在道磐石上	經上記著說 74 偵商	經上記著說 84 偵商II		04:30	12:30
21:00	16:00	續讀主題 8	續讀主題 9	續讀主題 7	與主相通的人-書約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	與主相通的人-書約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	與主相通的人-書約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	05:00	13:00
21:30	16:30	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	保羅的腳蹤(中) 10 尊貴的庇哩亞人	婚姻選擇 3 聆聽-通往關係之途徑1	婚姻選擇 4 聆聽-通往關係之途徑2	婚姻選擇 2 夫妻間的談話藝術2	經上記著說 38 我的啟蒙者-真正的罪惡	05:30	13:30
22:00	17:00	安息日學-13年第4季 聖所 9	安息日學-13年第4季 聖所 10	安息日學-13年第4季 聖所 11	真道時刻 179 高唱會談	真道時刻 178 再臨風波	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	續讀主題 8	06:00	14:00
22:30	17:30	蔬食20健康 102 荷蘭野蒜麵粉飯	蔬食20健康 104 奇亞籽夢幻天然飲品	蔬食20健康 101 蔬菜咖哩(印度風)	簡單品味7	簡單品味8	續不住的真光 1 墮入黑暗	續讀主題 8	06:30	14:30
23:00	18:00	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	老校長 110 Laura's Revenge	老校長 111 The Waiter Rule	老校長 112 Missed Opportunities	續讀主題 8	07:00	15:00
00:00	19:00	奇異發現啟示未來7 全民注目聖殿	奇異發現啟示未來8 崩潰的世界發出的預兆: 我們這世代的希望信息	奇異發現啟示未來6 美好的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	繼上青年幫 13 校園趣事	繼上青年幫 16 健身術	繼上青年幫 12 拍長捲拍歌指	婚姻指南 13 家庭-親子關係	08:00	16:00
00:30	19:30				進入祂的聖所 74	進入祂的聖所 75	進入祂的聖所 73	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	08:30	16:30
01:00	20:00	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	尊貴的庇哩亞人	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	偶然相遇 6	偶然相遇 7	偶然相遇 5	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	09:00	17:00
01:30	20:30	啟示錄-希望、意義與目的-4 別迦摩與推雅推喇	啟示錄-希望、意義與目的-5 撒狄、非拉鐵非與老底嘉	啟示錄-希望、意義與目的-3 以弗所與士每拿	永生的真道 26 一個特別的日子-安息日	永生的真道 27 你是罪人嗎?	永生的真道 25 地獄的問題	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	09:30	17:30
02:00	21:00				與主相通的人-書約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	與主相通的人-書約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	與主相通的人-書約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	預言之聖傳道會(圖)2 生命的奇蹟	10:00	18:00
02:30	21:30	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	嘗之瀾 (二) 7 睡眠	嘗之瀾 (二) 8 信靠	嘗之瀾 (二) 6 空氣		10:30	18:30
03:00	22:00	續讀主題 9	續讀主題 7	續讀主題 8	老校長 108 The Big Black Door	老校長 109 How Much Land Does a Man Need	老校長 107 My Ulcer On Pitcairn Island	續讀主題 9	11:00	19:00
03:30	22:30	蔬食20健康 104 奇亞籽夢幻天然飲品	蔬食20健康 101 蔬菜咖哩(印度風)	蔬食20健康 102 荷蘭野蒜麵粉飯	簡單品味8	簡單品味7	續不住的真光 1 墮入黑暗	婚姻指南 14 家庭-親子關係	11:30	19:30
04:00	23:00	安息日學-13年第4季 聖所 9	安息日學-13年第4季 聖所 10	安息日學-13年第4季 聖所 11	真道時刻 178 再臨風波	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	經上記著說 38 我的啟蒙者-真正的罪惡	12:00	20:00
04:30	23:30	我們的預言信息	復臨前的審判	末世論中的贖罪日	真道時刻 178 再臨風波	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	健康新知 498 除班	12:30	20:30
05:00	00:00	婚姻指南 13 家庭-夫妻關係	婚姻指南 14 家庭-親子關係	婚姻指南 15 男人和女人	經上記著說 74 偵商	經上記著說 84 偵商II	經上記著說 83 在道磐石上	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	13:00	21:00
05:30	00:30	健康人健康社區 1 有尊嚴地進入高齡	健康人健康社區 2 健康食物預防疾病	健康人健康社區 4 戒除上癮的癮癮	繼上青年幫 16 健身術	繼上青年幫 12 拍長捲拍歌指	繼上青年幫 13 校園趣事	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	13:30	21:30
06:00	01:00	奇異發現啟示未來8 崩潰的世界發出的預兆: 我們這世代的希望信息	奇異發現啟示未來6 美好的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	奇異發現啟示未來7 全民注目聖殿	永生的真道 27 你是罪人嗎?	永生的真道 25 地獄的問題	永生的真道 26 一個特別的日子-安息日	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	14:00	22:00
06:30	01:30				婚姻選擇 4 聆聽-通往關係之途徑2	婚姻選擇 2 夫妻間的談話藝術2	婚姻選擇 3 聆聽-通往關係之途徑1	創世紀一百零二 打開方舟門的上帝	14:30	22:30
07:00	02:00	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	真道時刻 178 再臨風波	續讀主題 9	15:00	23:00
07:30	02:30	婚姻指南 14 家庭-親子關係	婚姻指南 15 男人和女人	婚姻指南 13 家庭-夫妻關係	真道時刻 179 高唱會談	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	真道時刻 178 再臨風波		15:30	23:30
08:00	03:00	保羅的腳蹤(中) 10 尊貴的庇哩亞人	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	偶然相遇 7	偶然相遇 5	偶然相遇 6	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	16:00	00:00
08:30	03:30	健康人健康社區 2 健康食物預防疾病	健康人健康社區 4 戒除上癮的癮癮	健康人健康社區 1 有尊嚴地進入高齡	嘗之瀾 (二) 8 信靠	嘗之瀾 (二) 6 空氣	嘗之瀾 (二) 7 睡眠	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	16:30	00:30
09:00	04:00	續讀主題 7	續讀主題 8	續讀主題 9	老校長 111 The Waiter Rule	老校長 112 Missed Opportunities	老校長 110 Laura's Revenge	婚姻指南 15 男人和女人	17:00	01:00
09:30	04:30	蔬食20健康 101 蔬菜咖哩(印度風)	蔬食20健康 102 荷蘭野蒜麵粉飯	蔬食20健康 104 奇亞籽夢幻天然飲品	經上記著說 84 偵商II	經上記著說 83 在道磐石上	經上記著說 74 偵商	健康新知 498 除班	17:30	01:30
10:00	05:00	安息日學-13年第4季 聖所 9	安息日學-13年第4季 聖所 10	安息日學-13年第4季 聖所 11	簡單品味7	簡單品味8	續不住的真光 1 墮入黑暗	經上記著說 38 我的啟蒙者-真正的罪惡	18:00	02:00
10:30	05:30	復臨前的審判	末世論中的贖罪日	我們的預言信息	婚姻選擇 2 夫妻間的談話藝術2	婚姻選擇 3 聆聽-通往關係之途徑1	婚姻選擇 4 聆聽-通往關係之途徑2	續讀主題 7	18:30	02:30
11:00	06:00	腳前的道路上之光 95 啟示錄最扣人心弦的信息	腳前的道路上之光 96 聖經中最長最精彩的預言	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	真道時刻 179 高唱會談	真道時刻 178 再臨風波	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	預言之聖傳道會(圖)3 為何世間苦難多	19:00	03:00
11:30	06:30	婚姻指南 15 男人和女人	婚姻指南 13 家庭-夫妻關係	婚姻指南 14 家庭-親子關係	真道時刻 179 高唱會談	真道時刻 178 再臨風波	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂		19:30	03:30
12:00	07:00	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	保羅的腳蹤(中) 10 尊貴的庇哩亞人	與主相通的人-書約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	與主相通的人-書約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	與主相通的人-書約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	續讀主題 9	20:00	04:00
12:30	07:30	健康人健康社區 4 戒除上癮的癮癮	健康人健康社區 1 有尊嚴地進入高齡	健康人健康社區 2 健康食物預防疾病	永生的真道 25 地獄的問題	永生的真道 26 一個特別的日子-安息日	永生的真道 27 你是罪人嗎?	腳前的道路上之光 94 愛的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	20:30	04:30
13:00	08:00	續讀主題 8	續讀主題 9	續讀主題 7	簡單品味8	簡單品味7	續不住的真光 1 墮入黑暗	創世紀一百零二 打開方舟門的上帝	21:00	05:00
13:30	08:30	蔬食20健康 102 荷蘭野蒜麵粉飯	蔬食20健康 104 奇亞籽夢幻天然飲品	蔬食20健康 101 蔬菜咖哩(印度風)	老校長 109 How Much Land Does a Man Need	老校長 107 My Ulcer On Pitcairn Island	老校長 108 The Big Black Door	續讀主題 9	21:30	05:30
14:00	09:00	奇異發現啟示未來6 美好的上帝! 罪惡的世界! 為什麼?	奇異發現啟示未來7 全民注目聖殿	奇異發現啟示未來8 崩潰的世界發出的預兆: 我們這世代的希望信息	偶然相遇 5	偶然相遇 6	偶然相遇 7	安息日學-18年第4季 在基督裡合一 10 團結與關係破裂	22:00	06:00
14:30	09:30				嘗之瀾 (二) 6 空氣	嘗之瀾 (二) 7 睡眠	嘗之瀾 (二) 8 信靠		22:30	06:30
15:00	10:00	保羅的腳蹤(中) 12 哥林多的雙海港城	保羅的腳蹤(中) 10 尊貴的庇哩亞人	保羅的腳蹤(中) 11 彰顯未識之神	進入祂的聖所 75	進入祂的聖所 73	進入祂的聖所 74	婚姻指南 13 家庭-夫妻關係	23:00	07:00
15:30	10:30	婚姻指南 13 家庭-夫妻關係	婚姻指南 14 家庭-親子關係	婚姻指南 15 男人和女人	經上記著說 83 在道磐石上	經上記著說 74 偵商	經上記著說 84 偵商II	健康新知 498 除班	23:30	07:30

格林威治	美東	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	時間	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-聖所 12 涉及上帝品格的宇宙爭端	安息日學-聖所 13 來自聖所的勸勉	安息日學-聖所 1 門徒與聖經	真道時刻 180 逆耳忠言	真道時刻 181 示劍訓言	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	健康新知 499 認識電子耳	00:00	08:00
16:30	11:30							腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	00:30	08:30
17:00	12:00	頌讚主恩 10	頌讚主恩 11	頌讚主恩 12	永生的真道 28 什分之一與樂意捐	永生的真道 29 聖殿	永生的真道 30 作基督的代價	創世紀一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	01:00	09:00
17:30	12:30	蔬食go健康 105 纖蔬大飯塊	蔬食go健康 106 香料食蔬佐蕃茄盅	蔬食go健康 107 百菇鮮蔬脆	戀上青年幫 18 型裝	戀上青年幫 19 永生何求	戀上青年幫 20 型裝 2		01:30	09:30
18:00	13:00	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	婚姻透視 5 改變自己-成為被對方接納的人1	婚姻透視 6 改變自己-成為被對方接納的人2	婚姻透視 7 如何解決衝突1	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	02:00	10:00
18:30	13:30	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	偶然相遇 8	偶然相遇 9	偶然相遇 10		02:30	10:30
19:00	14:00	奇異發現啟示未來9 幾乎被遺忘的一天：伊甸園遺留的古老傳統	奇異發現啟示未來10 羅馬帝國、美國以及分崩離析的社會	奇異發現啟示未來11 奧教與基督教學手牽手	進入祂的聖所 76	進入祂的聖所 77	進入祂的聖所 78	頌讚主恩 10	03:00	11:00
19:30	14:30				營之選 (二) 9 植物生化學	營之選 (二) 10 垃圾食物	營之選 (二) 11 健康指標	健康新知 499 認識電子耳	03:30	11:30
20:00	15:00	啟示錄-希望、意義與目的-6 獅子羔羊與寶座	啟示錄-希望、意義與目的-7 啟示錄之四騎士	啟示錄-希望、意義與目的-8 十四萬四千和許多人	老校長 113 The Two-headed Turtle	老校長 114 Juicy Red Killer	老校長 115 Malaria and the Quina-Quina Tree	預言之聲傳道會(圖)4 改變世界的一位	04:00	12:00
20:30	15:30				經上記著說 85 作門徒的代價	經上記著說 86 人幫人	經上記著說 88 有效的禱告		04:30	12:30
21:00	16:00	頌讚主恩 11	頌讚主恩 12	頌讚主恩 10	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 13 被上帝摸了一把的人	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	05:00	13:00
21:30	16:30	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	婚姻透視 6 改變自己-成為被對方接納的人2	婚姻透視 7 如何解決衝突1	婚姻透視 5 改變自己-成為被對方接納的人1		05:30	13:30
22:00	17:00	安息日學-聖所 13 來自聖所的勸勉	安息日學-聖所 1 門徒與聖經	安息日學-聖所 12 涉及上帝品格的宇宙爭端	真道時刻 181 示劍訓言	真道時刻 180 逆耳忠言	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	經上記著說 39 我的家鄉之罪人與聖人	06:00	14:00
22:30	17:30							頌讚主恩 11	06:30	14:30
23:00	18:00	蔬食go健康 106 香料食蔬佐蕃茄盅	蔬食go健康 107 百菇鮮蔬脆	蔬食go健康 105 纖蔬大飯塊	鎮不住的真光 2 燃起了火焰	鎮不住的真光 3 火藥風勢	鎮不住的真光 4 薪火相傳	親子心 20 正面地看待死亡	07:00	15:00
23:30	18:30	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	老校長 116 Lillian Alling's Long Journey	老校長 117 Johnny Appleseed	老校長 118 Stray Dog	健康新知 499 認識電子耳	07:30	15:30
00:00	19:00	奇異發現啟示未來10 羅馬帝國、美國以及分崩離析的社會	奇異發現啟示未來11 奧教與基督教學手牽手	奇異發現啟示未來9 幾乎被遺忘的一天：伊甸園遺留的古老傳統	戀上青年幫 19 永生何求	戀上青年幫 20 型裝 2	戀上青年幫 18 型裝	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	08:00	16:00
00:30	19:30				進入祂的聖所 77	進入祂的聖所 78	進入祂的聖所 76	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	08:30	16:30
01:00	20:00	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	偶然相遇 9	偶然相遇 10	偶然相遇 8	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	09:00	17:00
01:30	20:30	啟示錄-希望、意義與目的-7 啟示錄之四騎士	啟示錄-希望、意義與目的-8 啟示錄之四騎士	啟示錄-希望、意義與目的-6 獅子羔羊與寶座	永生的真道 29 聖殿	永生的真道 30 作基督的代價	永生的真道 28 什分之一與樂意捐		09:30	17:30
02:00	21:00				與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 13 被上帝摸了一把的人	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	預言之聲傳道會(圖)5 為永恆而生	10:00	18:00
02:30	21:30	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	營之選 (二) 10 垃圾食物	營之選 (二) 11 健康指標	營之選 (二) 9 植物生化學		10:30	18:30
03:00	22:00	頌讚主恩 12	頌讚主恩 10	頌讚主恩 11	老校長 114 Juicy Red Killer	老校長 115 Malaria and the Quina-Quina Tree	老校長 113 The Two-headed Turtle	親子心 20 正面地看待死亡	11:00	19:00
03:30	22:30	蔬食go健康 107 百菇鮮蔬脆	蔬食go健康 105 纖蔬大飯塊	蔬食go健康 106 香料食蔬佐蕃茄盅	鎮不住的真光 3 火藥風勢	鎮不住的真光 4 薪火相傳	鎮不住的真光 2 燃起了火焰	婚姻指南 17 男女解壓力的差異	11:30	19:30
04:00	23:00	安息日學-聖所 1 門徒與聖經	安息日學-聖所 13 來自聖所的勸勉	安息日學-聖所 12 涉及上帝品格的宇宙爭端	真道時刻 180 逆耳忠言	真道時刻 181 示劍訓言	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	經上記著說 39 我的家鄉之罪人與聖人	12:00	20:00
04:30	23:30							健康新知 499 認識電子耳	12:30	20:30
05:00	00:00	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	婚姻指南 17 男女解壓力的差異	婚姻指南 18 男女說不同的語言	經上記著說 86 人幫人	經上記著說 88 有效的禱告	經上記著說 85 作門徒的代價	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	13:00	21:00
05:30	00:30	健康人健康社區 5 要準備好，不是等救援	健康人健康社區 6 環境的健康：我們如何在道世界過生活	健康人健康社區 7 觀點與角度：水與溶液、家居食物的衛生	戀上青年幫 20 型裝 2	戀上青年幫 18 型裝	戀上青年幫 19 永生何求		13:30	21:30
06:00	01:00	奇異發現啟示未來11 奧教與基督教學手牽手	奇異發現啟示未來9 幾乎被遺忘的一天：伊甸園遺留的古老傳統	奇異發現啟示未來10 羅馬帝國、美國以及分崩離析的社會	永生的真道 30 作基督的代價	永生的真道 28 什分之一與樂意捐	永生的真道 29 聖殿	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	14:00	22:00
06:30	01:30				婚姻透視 7 如何解決衝突1	婚姻透視 5 改變自己-成為被對方接納的人1	婚姻透視 6 改變自己-成為被對方接納的人2	創世紀一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	14:30	22:30
07:00	02:00	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	真道時刻 181 示劍訓言	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	真道時刻 180 逆耳忠言		15:00	23:00
07:30	02:30	婚姻指南 17 男女解壓力的差異	婚姻指南 18 男女說不同的語言	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	偶然相遇 10	偶然相遇 8	偶然相遇 9	頌讚主恩 12	15:30	23:30
08:00	03:00	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	營之選 (二) 11 健康指標	營之選 (二) 9 植物生化學	營之選 (二) 10 垃圾食物	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	16:00	00:00
08:30	03:30	健康人健康社區 6 環境的健康：我們如何在道世界過生活	健康人健康社區 7 觀點與角度：水與溶液、家居食物的衛生	健康人健康社區 5 要準備好，不是等救援					16:30	00:30
09:00	04:00	頌讚主恩 10	頌讚主恩 11	頌讚主恩 12	老校長 117 Johnny Appleseed	老校長 118 Stray Dog	老校長 116 Lillian Alling's Long Journey	婚姻指南 18 男女說不同的語言	17:00	01:00
09:30	04:30	蔬食go健康 105 纖蔬大飯塊	蔬食go健康 106 香料食蔬佐蕃茄盅	蔬食go健康 107 百菇鮮蔬脆	經上記著說 88 有效的禱告	經上記著說 85 作門徒的代價	經上記著說 86 人幫人	健康新知 499 認識電子耳	17:30	01:30
10:00	05:00	安息日學-聖所 12 涉及上帝品格的宇宙爭端	安息日學-聖所 13 來自聖所的勸勉	安息日學-聖所 1 門徒與聖經	鎮不住的真光 4 薪火相傳	鎮不住的真光 2 燃起了火焰	鎮不住的真光 3 火藥風勢	經上記著說 39 我的家鄉之罪人與聖人	18:00	02:00
10:30	05:30				婚姻透視 5 改變自己-成為被對方接納的人1	婚姻透視 6 改變自己-成為被對方接納的人2	婚姻透視 7 如何解決衝突1	頌讚主恩 10	18:30	02:30
11:00	06:00	腳前的道路上光 98 犯罪、暴力及道德敗壞背後的主要原因	腳前的道路上光 99 基督的特別記號	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	真道時刻 180 逆耳忠言	真道時刻 181 示劍訓言	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	預言之聲傳道會(圖)6 預知未來	19:00	03:00
11:30	06:30	婚姻指南 18 男女說不同的語言	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	婚姻指南 17 男女解壓力的差異					19:30	03:30
12:00	07:00	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 14 軟弱中的祝福	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	與主相遇的人-聖約聖經人物訪談 13 跌宕人生盡享通	親子心 20 正面地看待死亡	20:00	04:00
12:30	07:30	健康人健康社區 7 觀點與角度：水與溶液、家居食物的衛生	健康人健康社區 5 要準備好，不是等救援	健康人健康社區 6 環境的健康：我們如何在道世界過生活	永生的真道 28 什分之一與樂意捐	永生的真道 29 聖殿	永生的真道 30 作基督的代價	腳前的道路上光 97 決定時刻審判日	20:30	04:30
13:00	08:00	頌讚主恩 11	頌讚主恩 12	頌讚主恩 10	鎮不住的真光 2 燃起了火焰	鎮不住的真光 3 火藥風勢	鎮不住的真光 4 薪火相傳	創世紀一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	21:00	05:00
13:30	08:30	蔬食go健康 106 香料食蔬佐蕃茄盅	蔬食go健康 107 百菇鮮蔬脆	蔬食go健康 105 纖蔬大飯塊	老校長 115 Malaria and the Quina-Quina Tree	老校長 113 The Two-headed Turtle	老校長 114 Juicy Red Killer		21:30	05:30
14:00	09:00	奇異發現啟示未來9 幾乎被遺忘的一天：伊甸園遺留的古老傳統	奇異發現啟示未來10 羅馬帝國、美國以及分崩離析的社會	奇異發現啟示未來11 奧教與基督教學手牽手	偶然相遇 8	偶然相遇 9	偶然相遇 10	安息日學-18年第4季 在基督合一-11 在敬拜中合一	22:00	06:00
14:30	09:30				營之選 (二) 9 植物生化學	營之選 (二) 10 垃圾食物	營之選 (二) 11 健康指標		22:30	06:30
15:00	10:00	保羅的腳蹤(中) 15 回到加拉太地區	保羅的腳蹤(中) 13 解開奧秘	保羅的腳蹤(中) 14 以弗所的奮鬥及紛亂	進入祂的聖所 78	進入祂的聖所 76	進入祂的聖所 77	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	23:00	07:00
15:30	10:30	婚姻指南 16 男人談起來 女人愛講話	婚姻指南 17 男女解壓力的差異	婚姻指南 18 男女說不同的語言	經上記著說 85 作門徒的代價	經上記著說 86 人幫人	經上記著說 88 有效的禱告	健康新知 499 認識電子耳	23:30	07:30

格林維治	美東	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	時間	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學- 作主門徒 2 脫比倫勸導	安息日學- 作主門徒 3 作門徒與祈禱	安息日學- 作主門徒 4 勸導兒童	真道時刻 164 以奧亞書(一)導論 (二)猶大與耶路撒冷 犯罪現況	真道時刻 170 以奧亞書(三)危難中的指望	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	00:00	08:00
16:30	11:30							腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	00:30	08:30
17:00	12:00	續讀主恩 13	續讀主恩 14	續讀主恩 15	永生的真道 31 羅馬書之一	永生的真道 32 羅馬書之二	永生的真道 33 羅馬書之三	創世紀一百零四 彩虹之約	01:00	09:00
17:30	12:30	蔬食go健康 108 金沙白玉美人腿	蔬食go健康 109 珍珠芋泥捲	蔬食go健康 110 楊枝甘露	戀上青年幫 21 追星一族(一)	戀上青年幫 22 追星一族(二)	戀上青年幫 23 愛人知己		01:30	09:30
18:00	13:00	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	婚姻透視 8 如何解決衝突2	婚姻透視 9 一生的許諾1	婚姻透視 10 一生的許諾2	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	02:00	10:00
18:30	13:30	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	偶然相遇 11	偶然相遇 12	心靈Brunch 17 以神眼光看，照神風格做		02:30	10:30
19:00	14:00	奇異發現啟示未來13 金字塔，聖經以及死亡的奧秘在此顯明了	奇異發現啟示未來14 邪教教命的吸引力	奇異發現啟示未來15 理財忠告：由世上最智慧的書及最富有的人建議	進入祂的聖所 79	進入祂的聖所 80	進入祂的聖所 81	續讀主恩 13	03:00	11:00
19:30	14:30				舊之選 (二) 12 新起點	舊之選 (二) 13 新起點生活見證	舊之選 (二) 14 舊攻略之嬰兒時期	健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	03:30	11:30
20:00	15:00	啟示錄-希望、意義與目的-9 吹響七號筒	啟示錄-希望、意義與目的-10 第五及六號筒	啟示錄-希望、意義與目的-11 上帝叫人嘆了香卷	老校長 119 Camera and Sunset	老校長 120 Losing One's Temper	老校長 121 The Surprised Spider	預言之聲佈道會(國)7 對錯結局	04:00	12:00
20:30	15:30				經上記著說 75 經典教導特輯-浪子回頭	經上記著說 76 經典教導特輯-耶穌的比喻	經上記著說 77 商業倫理		04:30	12:30
21:00	16:00	續讀主恩 14	續讀主恩 15	續讀主恩 13	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 赫羅德上的火炬	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	05:00	13:00
21:30	16:30	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	婚姻透視 9 一生的許諾1	婚姻透視 10 一生的許諾2	婚姻透視 8 如何解決衝突2	經上記著說 40 我的家鄉篇之復活	05:30	13:30
22:00	17:00	安息日學- 作主門徒 3 脫比倫勸導	安息日學- 作主門徒 4 勸導兒童	安息日學- 作主門徒 2 脫比倫勸導	真道時刻 170 以奧亞書(三)危難中的指望	真道時刻 164 以奧亞書(一)導論 (二)猶大與耶路撒冷 犯罪現況	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	續讀主恩 14	06:00	14:00
22:30	17:30								06:30	14:30
23:00	18:00	蔬食go健康 109 珍珠芋泥捲	蔬食go健康 110 楊枝甘露	蔬食go健康 108 金沙白玉美人腿	我的阿拉斯加 1	我的阿拉斯加 2	我的阿拉斯加 3	親子心 21 不要拔苗助長	07:00	15:00
23:30	18:30	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	老校長 122 The Trouble Tree	老校長 123 Free at Last	老校長 124 Brandon's Pancakes	健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	07:30	15:30
00:00	19:00	奇異發現啟示未來14 邪教教命的吸引力	奇異發現啟示未來15 理財忠告：由世上最智慧的書及最富有的人建議	奇異發現啟示未來13 金字塔，聖經以及死亡的奧秘在此顯明了	戀上青年幫 22 追星一族(二)	戀上青年幫 23 愛人知己	戀上青年幫 21 追星一族(一)	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態	08:00	16:00
00:30	19:30				進入祂的聖所 80	進入祂的聖所 81	進入祂的聖所 79	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	08:30	16:30
01:00	20:00	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	偶然相遇 12	偶然相遇 11	心靈Brunch 17 以神眼光看，照神風格做	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	09:00	17:00
01:30	20:30	啟示錄-希望、意義與目的-10 第五及六號筒	啟示錄-希望、意義與目的-11 上帝叫人嘆了香卷	啟示錄-希望、意義與目的-9 吹響七號筒	永生的真道 32 羅馬書之二	永生的真道 33 羅馬書之三	永生的真道 31 羅馬書之一	預言之聲佈道會(國)8 不枉此生	09:30	17:30
02:00	21:00				與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 赫羅德上的火炬		10:00	18:00
02:30	21:30	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	舊之選 (二) 13 新起點生活見證	舊之選 (二) 14 舊攻略之嬰兒時期	舊之選 (二) 12 新起點		10:30	18:30
03:00	22:00	續讀主恩 15	續讀主恩 13	續讀主恩 14	老校長 120 Losing One's Temper	老校長 121 The Surprised Spider	老校長 119 Camera and Sunset	親子心 21 不要拔苗助長	11:00	19:00
03:30	22:30	蔬食go健康 110 楊枝甘露	蔬食go健康 108 金沙白玉美人腿	蔬食go健康 109 珍珠芋泥捲	我的阿拉斯加 2	我的阿拉斯加 3	我的阿拉斯加 1	婚姻指南 20 離婚的婚姻	11:30	19:30
04:00	23:00	安息日學- 作主門徒 4 勸導兒童	安息日學- 作主門徒 2 脫比倫勸導	安息日學- 作主門徒 3 脫比倫勸導	真道時刻 164 以奧亞書(一)導論 (二)猶大與耶路撒冷 犯罪現況	真道時刻 170 以奧亞書(三)危難中的指望	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	經上記著說 40 我的家鄉篇之復活	12:00	20:00
04:30	23:30							健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	12:30	20:30
05:00	00:00	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態	婚姻指南 20 離婚的婚姻	婚姻指南 21 男女不同(一)	經上記著說 76 經典教導特輯-耶穌的比喻	經上記著說 77 商業倫理	經上記著說 75 經典教導特輯-浪子回頭	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	13:00	21:00
05:30	00:30	健康人健康社區 8 健康兒童、快樂家庭、有貢獻的社區	健康人健康社區 9 兩大層面的信靠：快樂生命的秘訣	健康人健康社區 10 健康人健康社區	戀上青年幫 23 追星一族(一)	戀上青年幫 21 追星一族(一)	戀上青年幫 22 追星一族(一)	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	13:30	21:30
06:00	01:00	奇異發現啟示未來15 理財忠告：由世上最智慧的書及最富有的人建議	奇異發現啟示未來13 金字塔，聖經以及死亡的奧秘在此顯明了	奇異發現啟示未來14 邪教教命的吸引力	永生的真道 33 羅馬書之三	永生的真道 31 羅馬書之一	永生的真道 32 羅馬書之二	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	14:00	22:00
06:30	01:30				婚姻透視 10 一生的許諾2	婚姻透視 8 如何解決衝突2	婚姻透視 9 一生的許諾1	創世紀一百零四 彩虹之約	14:30	22:30
07:00	02:00	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	真道時刻 170 以奧亞書(三)危難中的指望	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	真道時刻 164 以奧亞書(一)導論 (二)猶大與耶路撒冷 犯罪現況	續讀主恩 15	15:00	23:00
07:30	02:30	婚姻指南 20 離婚的婚姻	婚姻指南 21 男女不同(一)	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態					15:30	23:30
08:00	03:00	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	偶然相遇 11	偶然相遇 12	心靈Brunch 17 以神眼光看，照神風格做	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	16:00	00:00
08:30	03:30	健康人健康社區 9 兩大層面的信靠：快樂生命的秘訣	健康人健康社區 10 健康人健康社區	健康人健康社區 8 健康兒童、快樂家庭、有貢獻的社區	舊之選 (二) 14 舊攻略之嬰兒時期	舊之選 (二) 12 新起點	舊之選 (二) 13 新起點生活見證		16:30	00:30
09:00	04:00	續讀主恩 13	續讀主恩 14	續讀主恩 15	老校長 123 Free at Last	老校長 124 Brandon's Pancakes	老校長 122 The Trouble Tree	婚姻指南 21 男女不同(一)	17:00	01:00
09:30	04:30	蔬食go健康 108 金沙白玉美人腿	蔬食go健康 109 珍珠芋泥捲	蔬食go健康 110 楊枝甘露	經上記著說 77 商業倫理	經上記著說 75 經典教導特輯-浪子回頭	經上記著說 76 經典教導特輯-耶穌的比喻	健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	17:30	01:30
10:00	05:00	安息日學- 作主門徒 2 脫比倫勸導	安息日學- 作主門徒 3 脫比倫勸導	安息日學- 作主門徒 4 勸導兒童	我的阿拉斯加 3	我的阿拉斯加 1	我的阿拉斯加 2	經上記著說 40 我的家鄉篇之復活	18:00	02:00
10:30	05:30				婚姻透視 8 如何解決衝突2	婚姻透視 9 一生的許諾1	婚姻透視 10 一生的許諾2	續讀主恩 13	18:30	02:30
11:00	06:00	腳前的燈路上的光 101 辨別邪教的五個方法	腳前的燈路上的光 102 新的生活方式	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	真道時刻 164 以奧亞書(一)導論 (二)猶大與耶路撒冷 犯罪現況	真道時刻 170 以奧亞書(三)危難中的指望	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	預言之聲佈道會(國)9 千萬人受換導	19:00	03:00
11:30	06:30	婚姻指南 21 男女不同(一)	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態	婚姻指南 20 離婚的婚姻					19:30	03:30
12:00	07:00	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 赫羅德上的火炬	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 赫羅德上的火炬	親子心 21 不要拔苗助長	20:00	04:00
12:30	07:30	健康人健康社區 10 健康人健康社區	健康人健康社區 8 健康兒童、快樂家庭、有貢獻的社區	健康人健康社區 9 兩大層面的信靠：快樂生命的秘訣	永生的真道 31 羅馬書之一	永生的真道 32 羅馬書之二	永生的真道 33 羅馬書之三	腳前的燈路上的光 100 天上聖法的被篡改	20:30	04:30
13:00	08:00	續讀主恩 14	續讀主恩 15	續讀主恩 13	我的阿拉斯加 1	我的阿拉斯加 2	我的阿拉斯加 3	創世紀一百零四 彩虹之約	21:00	05:00
13:30	08:30	蔬食go健康 109 珍珠芋泥捲	蔬食go健康 110 楊枝甘露	蔬食go健康 108 金沙白玉美人腿	老校長 121 The Surprised Spider	老校長 119 Camera and Sunset	老校長 120 Losing One's Temper		21:30	05:30
14:00	09:00	奇異發現啟示未來13 金字塔，聖經以及死亡的奧秘在此顯明了	奇異發現啟示未來14 邪教教命的吸引力	奇異發現啟示未來15 理財忠告：由世上最智慧的書及最富有的人建議	偶然相遇 12	偶然相遇 11	心靈Brunch 17 以神眼光看，照神風格做	安息日學-18年第4季 在高督理合一 12 教會組織和團結	22:00	06:00
14:30	09:30				舊之選 (二) 12 新起點	舊之選 (二) 13 新起點生活見證	舊之選 (二) 14 舊攻略之嬰兒時期		22:30	06:30
15:00	10:00	保羅的腳蹤(中)18 上告於彼撒	保羅的腳蹤(中) 16 給年輕教會的書信	保羅的腳蹤(中)17 值得紀念的那一夜	進入祂的聖所 81	進入祂的聖所 79	進入祂的聖所 80	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態	23:00	07:00
15:30	10:30	婚姻指南 19 婚姻生活的狀態	婚姻指南 20 離婚的婚姻	婚姻指南 21 男女不同(一)	經上記著說 75 經典教導特輯-浪子回頭	經上記著說 76 經典教導特輯-耶穌的比喻	經上記著說 77 商業倫理	健康新知 500 耳鳴管的障礙困擾	23:30	07:30

特殊播出	美東	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	時間	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
		安息日學- 作主門徒 5 勸導病人	安息日學- 作主門徒 6 勸導病人	安息日學- 作主門徒 7 耶穌和教會排斥的人	真道時刻 194 以奧亞書(四)主仍掌權	真道時刻 215 以奧亞書(五)神聖之路	安息日學-18年第4季 在基督合一- 13 合一的最終恢復	健康新知 501 從指甲看健康	00:00	08:00
		16:30 11:30						腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	00:30	08:30
		17:00 12:00	頌讚主恩 16	頌讚主恩 17	頌讚主恩 18	永生的真道 34 羅馬書之四	永生的真道 35 羅馬書之五	永生的真道 36 羅馬書之六	01:00	09:00
		17:30 12:30	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	戀上青年幫 24 潮流音樂	戀上青年幫 25 潮流音樂	戀上青年幫 26 社交網站	01:30	09:30
		18:00 13:00	腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	腳前的塵路上的光 104 上帝的愛及破曉與火	腳前的塵路上的光 105 忘記背後	婚姻電視 11 有效的溝通技巧	婚姻電視 12 妻子的需要1	婚姻電視 13 妻子的需要2	02:00	10:00
		18:30 13:30	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	心靈Brunch 18 了解神的作風, 你會更輕鬆	心靈Brunch 19 別讓無心之過傷彼此	心靈Brunch 20 停止論斷	02:30	10:30
		19:00 14:00	奇異發現啟示未來16 如何理解過去	奇異發現啟示未來17 啟示錄的四位神祕騎士: 解釋了為甚麼有那麼多教派	奇異發現啟示未來18 奧秘的數字666以及聖經預言中的美國	進入祂的聖所 82	進入祂的聖所 83	進入祂的聖所 84	03:00	11:00
		19:30 14:30				暮之暎 (二) 15 晉攻略之孩童時期	暮之暎 (二) 16 晉攻略之成年時期	暮之暎 (二) 17 晉攻略之青少年時期	03:30	11:30
		20:00 15:00	啟示錄-希望、意義與目的-12 兩位見證人被處死	啟示錄-希望、意義與目的-13 上帝在天上的聖殿	啟示錄-希望、意義與目的-14 月亮 婦人及獸	老校長 125 A cold Little Boy	老校長 126 Staple the Tie	老校長 127 Roman Horses Determined Shuttle Booster Size	04:00	12:00
		20:30 15:30				經上記著說 78 福山寶訓	經上記著說 79 萬獸之王	經上記著說 80 埋在沙土下 發掘靈殿	04:30	12:30
		21:00 16:00	頌讚主恩 17	頌讚主恩 18	頌讚主恩 16	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 18 摩西的領導力	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧	05:00	13:00
		21:30 16:30	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	婚姻電視 12 妻子的需要1	婚姻電視 13 妻子的需要2	婚姻電視 11 有效的溝通技巧	05:30	13:30
		22:00 17:00	安息日學- 作主門徒 6 勸導病人	安息日學- 作主門徒 7 耶穌和教會排斥的人	安息日學- 作主門徒 5 勸導病人	真道時刻 215 以奧亞書(五)神聖之路	真道時刻 194 以奧亞書(四)主仍掌權	安息日學-18年第4季 在基督合一- 13 合一的最終恢復	06:00	14:00
		22:30 17:30						經上記著說 13 離離的英雄 - 瓦奧西人	06:30	14:30
		23:00 18:00	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	我的阿拉斯加 4	我的阿拉斯加 5	我的阿拉斯加 6	07:00	15:00
		23:30 18:30	腳前的塵路上的光 104 上帝的愛及破曉與火	腳前的塵路上的光 105 忘記背後	腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	老校長 128 Cherokee Rite of Passage	老校長 129 Betrayed by Beaming Faces	老校長 130 Wet Pants	07:30	15:30
		00:00 19:00	奇異發現啟示未來17 啟示錄的四位神祕騎士: 解釋了為甚麼有那麼多教派	奇異發現啟示未來18 奧秘的數字666以及聖經預言中的美國	奇異發現啟示未來16 如何理解過去	戀上青年幫 25 潮流音樂	戀上青年幫 26 社交網站	戀上青年幫 24 潮流音樂	08:00	16:00
		00:30 19:30				進入祂的聖所 83	進入祂的聖所 84	進入祂的聖所 82	08:30	16:30
		01:00 20:00	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	心靈Brunch 19 別讓無心之過傷彼此	心靈Brunch 20 停止論斷	心靈Brunch 18 了解神的作風, 你會更輕鬆	09:00	17:00
		01:30 20:30	啟示錄-希望、意義與目的-13 上帝在天上的聖殿	啟示錄-希望、意義與目的-14 月亮 婦人及獸	啟示錄-希望、意義與目的-12 兩位見證人被處死	永生的真道 35 羅馬書之五	永生的真道 36 羅馬書之六	永生的真道 34 羅馬書之四	09:30	17:30
		02:00 21:00				與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 18 摩西的領導力	10:00	18:00
		02:30 21:30	腳前的塵路上的光 105 忘記背後	腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	腳前的塵路上的光 104 上帝的愛及破曉與火	暮之暎 (二) 16 晉攻略之青少年時期	暮之暎 (二) 17 晉攻略之成年時期	暮之暎 (二) 15 晉攻略之孩童時期	10:30	18:30
		03:00 22:00	頌讚主恩 18	頌讚主恩 16	頌讚主恩 17	老校長 126 Staple the Tie	老校長 127 Roman Horses Determined Shuttle Booster Size	老校長 125 A cold Little Boy	11:00	19:00
		03:30 22:30	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	我的阿拉斯加 5	我的阿拉斯加 6	我的阿拉斯加 4	11:30	19:30
		04:00 23:00	安息日學- 作主門徒 7 勸導病人	安息日學- 作主門徒 5 勸導病人	安息日學- 作主門徒 6 勸導病人	真道時刻 194 以奧亞書(四)主仍掌權	真道時刻 215 以奧亞書(五)神聖之路	安息日學-18年第4季 在基督合一- 13 合一的最終恢復	12:00	20:00
		04:30 23:30						健康新知 501 從指甲看健康	12:30	20:30
		05:00 00:00	婚姻指南 22 男女不同(二)	婚姻指南 23 男女不同(三)	婚姻指南 24 如何顧及雙方的情緒	經上記著說 79 福山寶訓	經上記著說 80 埋在沙土下 發掘靈殿	經上記著說 78 福山寶訓	13:00	21:00
		05:30 00:30	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	戀上青年幫 26 社交網站	戀上青年幫 24 潮流音樂	戀上青年幫 25 潮流音樂	13:30	21:30
		06:00 01:00	奇異發現啟示未來18 奧秘的數字666以及聖經預言中的美國	奇異發現啟示未來16 如何理解過去	奇異發現啟示未來17 啟示錄的四位神祕騎士: 解釋了為甚麼有那麼多教派	永生的真道 36 羅馬書之六	永生的真道 34 羅馬書之四	永生的真道 35 羅馬書之五	14:00	22:00
		06:30 01:30				婚姻電視 13 妻子的需要2	婚姻電視 11 有效的溝通技巧	婚姻電視 12 妻子的需要1	14:30	22:30
		07:00 02:00	腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	腳前的塵路上的光 104 上帝的愛及破曉與火	腳前的塵路上的光 105 忘記背後	真道時刻 215 以奧亞書(五)神聖之路	安息日學-18年第4季 在基督合一- 13 合一的最終恢復	真道時刻 194 以奧亞書(四)主仍掌權	15:00	23:00
		07:30 02:30	婚姻指南 23 男女不同(三)	婚姻指南 24 如何顧及雙方的情緒	婚姻指南 22 男女不同(二)				15:30	23:30
		08:00 03:00	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	啟示錄-希望、意義與目的-13 上帝在天上的聖殿	心靈Brunch 20 停止論斷	心靈Brunch 18 了解神的作風, 你會更輕鬆	心靈Brunch 19 別讓無心之過傷彼此	16:00	00:00
		08:30 03:30	全人健康身心靈- 中國太極 2 太極24式之一	全人健康身心靈- 中國太極 3 太極24式之二		暮之暎 (二) 17 晉攻略之成年時期	暮之暎 (二) 16 晉攻略之青少年時期	暮之暎 (二) 15 晉攻略之孩童時期	16:30	00:30
		09:00 04:00	頌讚主恩 16	頌讚主恩 17	頌讚主恩 18	老校長 129 Betrayed by Beaming Faces	老校長 130 Wet Pants	老校長 128 Cherokee Rite of Passage	17:00	01:00
		09:30 04:30	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	經上記著說 80 埋在沙土下 發掘靈殿	經上記著說 78 福山寶訓	經上記著說 79 萬獸之王	17:30	01:30
		10:00 05:00	安息日學- 作主門徒 5 勸導病人	安息日學- 作主門徒 6 勸導病人	安息日學- 作主門徒 7 耶穌和教會排斥的人	我的阿拉斯加 6	我的阿拉斯加 4	我的阿拉斯加 5	18:00	02:00
		10:30 05:30				婚姻電視 11 有效的溝通技巧	婚姻電視 12 妻子的需要1	婚姻電視 13 妻子的需要2	18:30	02:30
		11:00 06:00	腳前的塵路上的光 104 生命結束的真相	腳前的塵路上的光 105 忘記背後	腳前的塵路上的光 103 生命結束的真相	真道時刻 194 以奧亞書(四)主仍掌權	真道時刻 215 以奧亞書(五)神聖之路	安息日學-18年第4季 在基督合一- 13 合一的最終恢復	19:00	03:00
		11:30 06:30	婚姻指南 24 如何顧及雙方的情緒	婚姻指南 22 男女不同(二)	婚姻指南 23 男女不同(三)				19:30	03:30
		12:00 07:00	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	啟示錄-希望、意義與目的-14 月亮 婦人及獸	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 18 摩西的領導力	與主相遇的人- 舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	20:00	04:00
		12:30 07:30	全人健康身心靈- 中國太極 3 太極24式之二	全人健康身心靈- 中國太極 1 太極預備式與起式		永生的真道 34 羅馬書之四	永生的真道 35 羅馬書之五	永生的真道 36 羅馬書之六	20:30	04:30
		13:00 08:00	頌讚主恩 17	頌讚主恩 18	頌讚主恩 16	我的阿拉斯加 4	我的阿拉斯加 5	我的阿拉斯加 6	21:00	05:00
		13:30 08:30	蔬食go健康 115 神奇甜菜根湯沙拉	蔬食go健康 112 義大利麵包九子	蔬食go健康 113 義大利麵包九子	老校長 127 Roman Horses Determined Shuttle Booster Size	老校長 125 A cold Little Boy	老校長 126 Staple the Tie	21:30	05:30
		14:00 09:00	奇異發現啟示未來16 如何理解過去	奇異發現啟示未來17 啟示錄的四位神祕騎士: 解釋了為甚麼有那麼多教派	奇異發現啟示未來18 奧秘的數字666以及聖經預言中的美國	心靈Brunch 18 了解神的作風, 你會更輕鬆	心靈Brunch 19 別讓無心之過傷彼此	心靈Brunch 20 停止論斷	22:00	06:00
		14:30 09:30				暮之暎 (二) 15 晉攻略之孩童時期	暮之暎 (二) 16 晉攻略之成年時期	暮之暎 (二) 17 晉攻略之青少年時期	22:30	06:30
		15:00 10:00	保羅的腳蹤(中)19 跑完那當跑的路	保羅的腳蹤(中)20 保羅留下的產業	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	進入祂的聖所 84	進入祂的聖所 82	進入祂的聖所 83	23:00	07:00
		15:30 10:30	婚姻指南 22 男女不同(二)	婚姻指南 23 男女不同(三)	婚姻指南 24 如何顧及雙方的情緒	經上記著說 78 福山寶訓	經上記著說 79 萬獸之王	經上記著說 80 埋在沙土下 發掘靈殿	23:30	07:30

格林維治	美東	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	時間	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學- 作主門徒 8 勸導富人和名人	安息日學- 作主門徒 9 勸導有權勢的人	安息日學- 作主門徒 10 勸導高民	真道時刻 188 以奧亞書(六)歷史的借鏡	真道時刻 216 以奧亞書(七)上帝的僕人	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	健康新知 502 指甲常見問題	00:00	08:00
16:30	11:30							腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	00:30	08:30
17:00	12:00	頌讚主恩 19	頌讚主恩 20	頌讚主恩 21	永生的真道 37 羅馬書之七	永生的真道 38 羅馬書之八	永生的真道 39 羅馬書之九	創世紀一百講 26 一個需要上帝的世界	01:00	09:00
17:30	12:30	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	戀上青年幫 27 善惡對決	戀上青年幫 28 我的理想對象	戀上青年幫 29 善惡對決		01:30	09:30
18:00	13:00	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	婚姻護理 14 丈夫的需要1	婚姻護理 15 丈夫的需要2	腳前護理 1 腳前護理30年	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音(粵)	02:00	10:00
18:30	13:30	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨鯨	動物有約4 靈長類的庇護所	心靈Brunch 21 和聽同屆的共善	心靈Brunch 22 和聽同屆的共善	心靈Brunch 23 您快樂嗎		02:30	10:30
19:00	14:00	奇異發現啟示未來19 真理得勝的時候	奇異發現啟示未來20 到永恆的旅程	最重要的問題-1 上帝真的存在嗎?	進入祂的聖所 85	進入祂的聖所 86	進入祂的聖所 87	頌讚主恩 19	03:00	11:00
19:30	14:30				舊之選 (二) 18 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 19 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 20 晉攻略之退休後生活	健康新知 502 指甲常見問題	03:30	11:30
20:00	15:00	啟示錄-希望、意義與目的-15 從海上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-16 從地上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-17 三天使信息	老校長 131 The Reporter in the Burning	老校長 132 Judy and the Mountain Lion	老校長 133 How the Brain Makes a Decision	預言之聲傳道會(圖)13 先知福音	04:00	12:00
20:30	15:30				經上記著說 59 經典教導之不義的官	經上記著說 60 石頭的角度	經上記著說 89 高血壓		04:30	12:30
21:00	16:00	頌讚主恩 20	頌讚主恩 21	頌讚主恩 19	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 21 靈起你信仰的寶碑	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝話語的大能	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與福音	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	05:00	13:00
21:30	16:30	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨鯨	動物有約4 靈長類的庇護所	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	婚姻護理 15 丈夫的需要2	婚姻護理 14 丈夫的需要1	腳前護理 1 腳前護理30年	經上記著說 14 基督徒經驗的平衡	05:30	13:30
22:00	17:00	安息日學- 作主門徒 9 勸導有權勢的人	安息日學- 作主門徒 10 勸導高民	安息日學- 作主門徒 8 勸導富人和名人	真道時刻 216 以奧亞書(七)上帝的僕人	真道時刻 188 以奧亞書(六)歷史的借鏡	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	經上記著說 14 基督徒經驗的平衡	06:00	14:00
22:30	17:30							頌讚主恩 20	06:30	14:30
23:00	18:00	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	每日生活良助 1 感化力	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的	親子心 23 孩子 你並不懶	07:00	15:00
23:30	18:30	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	老校長 134 Forced to Pay Prison Room and Board	老校長 135 Mommy vs. Alligator	老校長 136 Times Were Different	健康新知 502 指甲常見問題	07:30	15:30
00:00	19:00	奇異發現啟示未來20 到永恆的旅程	奇異發現啟示未來19 真理得勝的時候	最重要的問題-1 上帝真的存在嗎?	戀上青年幫 28 善惡對決	戀上青年幫 29 善惡對決	戀上青年幫 27 善惡對決	婚姻指南 25 如何避免爭吵	08:00	16:00
00:30	19:30				進入祂的聖所 86	進入祂的聖所 87	進入祂的聖所 85	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	08:30	16:30
01:00	20:00	動物有約4 靈長類的庇護所	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨鯨	心靈Brunch 22 人生的福氣	心靈Brunch 23 您快樂嗎	心靈Brunch 21 和聽同屆的共善	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音(粵)	09:00	17:00
01:30	20:30	啟示錄-希望、意義與目的-16 從地上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-17 三天使信息	啟示錄-希望、意義與目的-15 從海上來的歌	永生的真道 38 羅馬書之八	永生的真道 39 羅馬書之九	永生的真道 37 羅馬書之七		09:30	17:30
02:00	21:00				與主相識的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝話語的大能	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與福音	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 21 靈起你信仰的寶碑	預言之聲傳道會(圖)14 人生新起點	10:00	18:00
02:30	21:30	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	舊之選 (二) 19 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 20 晉攻略之退休後生活	舊之選 (二) 18 晉攻略之老年時期		10:30	18:30
03:00	22:00	頌讚主恩 21	頌讚主恩 19	頌讚主恩 20	老校長 132 Judy and the Mountain Lion	老校長 133 How the Brain Makes a Decision	老校長 131 The Reporter in the Burning	親子心 23 孩子 你並不懶	11:00	19:00
03:30	22:30	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的	每日生活良助 1 感化力	婚姻指南 25 如何避免爭吵	11:30	19:30
04:00	23:00	安息日學- 作主門徒 10 勸導高民	安息日學- 作主門徒 8 勸導富人和名人	安息日學- 作主門徒 9 勸導有權勢的人	真道時刻 188 以奧亞書(六)歷史的借鏡	真道時刻 216 以奧亞書(七)上帝的僕人	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音(粵)	經上記著說 14 基督徒經驗的平衡	12:00	20:00
04:30	23:30							健康新知 502 指甲常見問題	12:30	20:30
05:00	00:00	婚姻指南 25 如何避免爭吵	士師風雲 1	士師風雲 2	經上記著說 60 石頭的角度	經上記著說 89 高血壓	經上記著說 59 經典教導之不義的官	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	13:00	21:00
05:30	00:30	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	戀上青年幫 29 善惡對決	戀上青年幫 27 善惡對決	戀上青年幫 28 我的理想對象	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	13:30	21:30
06:00	01:00	奇異發現啟示未來19 真理得勝的時候	奇異發現啟示未來20 到永恆的旅程	最重要的問題-1 上帝真的存在嗎?	永生的真道 39 羅馬書之九	永生的真道 37 羅馬書之七	永生的真道 38 羅馬書之八		14:00	22:00
06:30	01:30				婚姻護理 14 丈夫的需要1	婚姻護理 15 丈夫的需要2	腳前護理 1 腳前護理30年	創世紀一百講 26 一個需要上帝的世界	14:30	22:30
07:00	02:00	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	真道時刻 216 以奧亞書(七)上帝的僕人	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	真道時刻 188 以奧亞書(六)歷史的借鏡		15:00	23:00
07:30	02:30	婚姻指南 25 如何避免爭吵	士師風雲 2	士師風雲 1				頌讚主恩 21	15:30	23:30
08:00	03:00	啟示錄-希望、意義與目的-17 三天使信息	啟示錄-希望、意義與目的-15 從海上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-16 從地上來的歌	心靈Brunch 23 您快樂嗎	心靈Brunch 21 和聽同屆的共善	心靈Brunch 22 人生的福氣	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音(粵)	16:00	00:00
08:30	03:30				舊之選 (二) 20 晉攻略之退休後生活	舊之選 (二) 18 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 19 晉攻略之老年時期		16:30	00:30
09:00	04:00	頌讚主恩 19	頌讚主恩 20	頌讚主恩 21	老校長 135 Mommy vs. Alligator	老校長 136 Times Were Different	老校長 134 Forced to Pay Prison Room and Board	婚姻指南 25 如何避免爭吵	17:00	01:00
09:30	04:30	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	經上記著說 89 高血壓	經上記著說 59 經典教導之不義的官	經上記著說 60 石頭的角度	健康新知 502 指甲常見問題	17:30	01:30
10:00	05:00	安息日學- 作主門徒 8 勸導富人和名人	安息日學- 作主門徒 9 勸導有權勢的人	安息日學- 作主門徒 10 勸導高民	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的	每日生活良助 1 感化力	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	經上記著說 14 基督徒經驗的平衡	18:00	02:00
10:30	05:30				婚姻護理 15 丈夫的需要2	婚姻護理 14 丈夫的需要1	腳前護理 1 腳前護理30年	頌讚主恩 19	18:30	02:30
11:00	06:00	腳前的燈路上的光 107 成長的基督徒	腳前的燈路上的光 108 辨認上帝的教會	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	真道時刻 188 以奧亞書(六)歷史的借鏡	真道時刻 216 以奧亞書(七)上帝的僕人	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	預言之聲傳道會(圖)15 天網恢恢	19:00	03:00
11:30	06:30	婚姻指南 25 如何避免爭吵	士師風雲 1	士師風雲 2					19:30	03:30
12:00	07:00	啟示錄-希望、意義與目的-15 從海上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-16 從地上來的歌	啟示錄-希望、意義與目的-17 三天使信息	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與福音	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 21 靈起你信仰的寶碑	與主相識的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝話語的大能	親子心 23 孩子 你並不懶	20:00	04:00
12:30	07:30				永生的真道 37 羅馬書之七	永生的真道 38 羅馬書之八	永生的真道 39 羅馬書之九	腳前的燈路上的光 106 靈經的金錢觀	20:30	04:30
13:00	08:00	頌讚主恩 20	頌讚主恩 21	頌讚主恩 19	每日生活良助 1 感化力	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的	創世紀一百講 26 一個需要上帝的世界	21:00	05:00
13:30	08:30	蔬食go健康 127 酪梨加州捲	蔬食go健康 117 泰式芒果糯米飯(芒果米布丁)	蔬食go健康 119 天然無糖質小米蛋糕	老校長 133 How the Brain Makes a Decision	老校長 131 The Reporter in the Burning	老校長 132 Judy and the Mountain Lion		21:30	05:30
14:00	09:00	奇異發現啟示未來20 到永恆的旅程	奇異發現啟示未來19 真理得勝的時候	最重要的問題-1 上帝真的存在嗎?	心靈Brunch 21 和聽同屆的共善	心靈Brunch 22 人生的福氣	心靈Brunch 23 您快樂嗎	安息日學-19年第1季 啟示錄 1 來自拔摩島的福音	22:00	06:00
14:30	09:30				舊之選 (二) 18 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 19 晉攻略之老年時期	舊之選 (二) 20 晉攻略之退休後生活		22:30	06:30
15:00	10:00	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨鯨	動物有約4 靈長類的庇護所	進入祂的聖所 87	進入祂的聖所 85	進入祂的聖所 86	婚姻指南 25 如何避免爭吵	23:00	07:00
15:30	10:30	婚姻指南 25 如何避免爭吵	士師風雲 2	士師風雲 1	經上記著說 59 經典教導之不義的官	經上記著說 60 石頭的角度	經上記著說 89 高血壓	健康新知 502 指甲常見問題	23:30	07:30