

救恩计划



何谓救恩计划？

救恩计划*是神为他儿女的幸福所安排的计划，这计划是以耶稣基督的**赎罪**为核心。只要遵从耶稣基督的教导，就会在今生中获得内心长久的平安，并在来生获得永恒的喜乐。

学习救恩计划时，你会找到这些问题的答案：“我来自何处？”“人生的目的是什么？”“今生结束后我会去哪里？”

我来自何处？

生命不是从出生才开始，也不是死后便结束。你是由**灵体**（有时称为灵魂）和身体所构成的。天父创造了你的灵体，你在诞生到世上之前是个灵体，与他同住在一起。你那时认识他，而且爱他；他也认识你，并且爱你。这段期间称为**前生**。

“**从**世界奠基时，
就借基督而为所有
信他名的人
预备好的
〔救恩〕计划。”

阿尔玛书 22 : 13

你在前生时接受了教导，学习到许多能让你获得幸福的原则和诫命。你的智能不断地增长，你也学习去喜爱真理。你

接受到关于救恩计划的教导。在前生这段时期，耶稣基督被拣选为救主；你学习到你可以透过他来克服自己的错误选择所造成的影响。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。





神计划中的一个重要部分，是让你能够来到世上获得身体并且学习作正确的选择。你将无法记得曾住在天父身边的情形，但是他会赐给你分辨善恶的能力，而且你也能够察觉出他的爱及真理。透过各种经验和考验，你能学会持续不断地作出正确的选择。经由耶稣基督的帮助，你能够在今生生命结束时回去与天父同住。

你在前生学到，唯有选择遵从神的计划，才能在今生及全永恒获得长久的平安和满足。天父爱你，所以他赐给你**选择权**，也就是作选择的能力。他让你自行选择是否要遵从他的计划和跟随主耶稣基督。

撒但是神灵体儿女中的一位，他背叛天父，不接受他的计划。他想要强迫我们大家都按照他的意思去做。令人遗憾的是，天父的许多儿女选择了跟随撒但，撒但和他的跟随者都在那时被逐出神面前，而且无法诞生到世上。他们以灵体的形式继续存在，境况悲惨，而他们要你和他们一样悲惨。他们会引诱你和神所有的儿女去做那些会带来不幸和令神感到不悦的事。

虽然你无法记得前生的事，
但你在来到世上之前，
是与永恒的天父和他的儿子
耶稣基督住在一起的。
当你知道自己有机会
来到这世上获得身体和
遵从神为你的幸福
所安排的计划时，
那时你为此而欢呼。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。

你在前生选择了对耶稣基督有信心和遵从神的计划。由于你所作的选择，你诞生到世上。唯有继续对耶稣基督有信心，并遵从神的计划，才能在今生获得平安，并在今生结束时回去与天父同住。

人生的目的是什么？

创造与坠落

地球是让天父的儿女得以居住和获得经验而创造的一个地方。亚当和夏娃是第一对来到世上的神的儿女。他们住在一个称为伊甸园的地方，他们在那里仍然可以亲自见到神。

天父赐给亚当和夏娃选择权，也就是选择的自由。他吩咐他们不可吃那善恶知识树上的果子。如果遵守这项诫命，他们就可以继续留在伊甸园里，但那也表示他们无法从各种经验和挑战中学习而有所进步。撒但诱惑亚当和夏娃去吃禁果，他们选择了照着去做。这是神计划中的一环。由于他们所作的决定，他们在身体和灵性上都与神隔绝了。他们成了世人，意即他们会犯罪和遭受死亡。如果没有神的帮助，他们便无法回到神面前。在身体和灵性方面与神隔绝的状态称为**坠落**。

天父差遣天使和圣灵去教导亚当和夏娃救恩计划，耶稣基督的赎罪是这计划的核心，这种赎罪使神的儿女能够克服坠落的影响，在今生及永恒中得到喜乐。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。

“**如**果亚当没有违诫，他就不会坠落，
必仍留在伊甸园中。……”

“〔亚当和夏娃〕不会有子女；因此他们
仍处在天真的状态中，没有欢乐，
因为他们不知悲惨；不做善事，
因为他们不知罪恶。”

“但是看啊，万事都已照着那通晓
万事者的智慧完成了。”

“亚当坠落，才能有世人；成了世人，
才能有快乐。”

尼腓二书：22-25



今生

由于坠落的缘故，你在身体和灵性方面都与神隔绝了，这种隔绝的状态是神为他儿女所安排的计划里的一部分。你离开神的面前来到世上，其中的目的包括得到身体、获取经验和学习作正确的选择。

人生中有许多事物会带来幸福，而有些则会带来忧伤。这些经验会帮助你学习分辨善恶，作正确的选择。神会影响你去行善及跟随他，而撒但会引诱你忽视神及犯罪。（罪是指故意犯错或不做对的事情。）当你选择跟随神并遵守他的诫命时，你的智慧及品格都会增长。即使在你面临考验的时候，你也会体验到喜乐，而且能够以平静的心去面对生活上的挑战。

你在一生中作过许多良好的选择，但也作过一些错误的选择。当你作出错误的选择和犯罪时，你在某种程度上与神隔绝了。经文将这种隔绝的情形称为**属灵的死亡**。罪不仅会使人与神隔绝，也会使人有罪恶感和并且感到羞耻。你无法单凭自己来克服罪和罪的影响。

“我是神的孩子，
他差我来此地，
赐我一个世上家庭，
有亲爱的双亲。
领我，导我，与我同在，
助我行正路。
教我所有应做事，
他日与神同住。”

《圣诗选辑》，第187首

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。

耶穌基督的贖罪

天父愛你，所以他差遣他的兒子耶穌基督為你償付罪的代價。償付罪的代價是耶穌基督贖罪的一部分。耶穌基督自願為你的罪、痛苦、疾病和忧伤而受苦。透過他的**恩典**和慈悲，他能在你遇到考驗時幫助你，解除你因個人的罪所產生的罪疚和羞耻。

“**神**愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不致滅亡，反得永生。”

約翰福音 3 : 16

雖然耶穌為我們的罪償付代價，但是他並沒有免除我們的選擇權或個人的責任——他不會違反你個人的意願來使你潔淨。若要獲得他的幫助和力量，就必須運用對他的信心、悔改、受洗、接受聖靈，並選擇終身遵從他的教導。只要信靠這

贖罪，你就會感受到神的爱，而他会帮助你忍受考驗。你會体验到喜樂、平安與安慰。人生中一切看似不公平的事都可以透過耶穌基督的贖罪及天父的慈悲與爱而得到平復。贖罪是救恩計劃的核心。

今生结束后我会去哪里？

从尘世的观点来看，**身体的死亡**似乎就是终了，但事实上那是一个开端，是在天父的计划中又向前迈进一步。死亡的时候，你的灵体会离开身体到**灵的世界**去，那是一个学习和准备的地方。在灵的世界里，你会保留今生的记忆。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。

救主在客西馬尼園為我們的罪受苦。



人死了之后，

灵体会离开身体到灵的世界去，那是一个准备、学习，和摆脱烦恼而得到安息的地方。

死亡并不会使你的性格或行善作恶的渴望有所改变。如果你在今生选择跟随基督，你在灵的世界会感受到平安，从一切忧虑中得到安息。而选择不跟随耶稣基督和不悔改的人将不会感到快乐。

天父知道他的儿女中许多人终其一生都没有机会认识耶稣基督，他也明白有些人会选择不要跟随基督。由于神爱他的儿女，因此他提供一个方法让灵的世界的人也能认识他的计划，对耶稣基督有信心及悔改。凡接受并跟随耶稣基督的人都会获得平安，得到安息。

复活与审判

复活是神赐给所有来到世上之人的一项伟大恩赐，这恩赐是透过耶稣基督的赎罪而来的。当耶稣死在十字架上时，他的灵体去了灵的世界。三天后，他的灵体与他永远不死的荣耀完美身体重新结合。身体和灵体的重新结合称为复活。每一位诞生到世上的人都会复活。

复活后，你会回到神的面前，根据自己的行为和内心的渴望来接受审判。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。

复活的救主向马利亚显现。



不同等级的荣耀

在接受审判后，你会住在一种荣耀的状态中。由于每个人的行为和内心的渴望都不尽相同，因此天堂里有不同的国度，即不同等级的荣耀。

高荣国度。天父和耶稣基督住在高荣国度。如果你遵行耶稣基督的福音，并经由赎罪洁净自己的罪，你会在这最高等级的国度获得一席之地。你将与神同住，体验到完全的喜乐。

中荣国度。拒绝接受耶稣基督的福音，但行为高尚的人会到中荣国度。

低荣国度。继续留在罪恶中，不肯悔改的人会到低荣国度。

耶稣基督的赎罪为人类带来救恩。

前生

创造与
坠落

今生

对耶稣基督的信心
悔改
洗礼
圣灵的恩赐
持守到底

身体的
死亡

这计划对我而言有何意义？

当你了解神是你的父亲，他爱你，并且让你能够来到世上获得经验与知识，使你能在来生成为像他一样时，你就会知道自己在今生所作的决定是多么重要。你会了解到必须跟随耶稣基督，才能获得天父计划中的所有祝福。



如何知道这些事情的真实性？

由于耶稣基督的福音已经由先知约瑟·斯密复兴了，使得人们对救恩计划有更多的了解。

你可以透过祈祷向天父求问，亲身知道这些事情是真实的。天父会透过圣灵回答你。圣灵又称为神的灵，他的

任务之一是为真理作见证；圣灵会透过人的感觉、思想和感应来启示及证实真理。来自圣灵的感觉强而有力地触动人心，但是那些感觉通常也是柔和平静的。如《圣经》所教导的：“圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制”（加拉太书 5：22 - 23）。这些感觉是圣灵在向你证实这项信息是真实的。接

著你就必须选择是否要遵行约瑟·斯密所复兴的耶稣基督福音。

如何祈祷？

- 称呼我们的天父。
- 表达内心的感受（感激、疑问、请求证实《摩尔门经》和传教士所教之事的真实性）。
- 结束（“奉耶稣基督的名，阿们”）。

*以红色表示的词汇，其定义请见第 18 和 19 页。



词汇表

选择权 神所赐予的恩赐，让人能在善恶与是非之间作选择。

赎罪 使我们得以与神和谐的一个事件。赎罪就是为罪受刑罚，好从悔改的罪人身上除去罪的影响。耶稣基督是唯一有能力为全人类作成完全赎罪的人。他的赎罪包括他为我们的罪受苦、流血，以及他的死亡和复活。由于赎罪，每一位曾活在世上的人都会复活。赎罪也为我们提供了道路，使我们的罪能得到赦免，得以永远与神同住。

坠落 使全人类成为必死之身的一个事件，坠落使人类在身体及灵性方面都与神隔绝了。由于人类第一对祖先亚当和夏娃不服从神的诫命，他们从神的面前被隔绝（这种隔绝的状态又称为灵性的死亡），变成必死之身（会遭受身体的死亡）。因为我们是亚当和夏娃的后代，我们也与神隔绝了，并且会遭受身体的死亡。耶稣基督的赎罪则克服了身体及灵性的死亡。

恩典 透过耶稣基督的爱与慈悲而赐予的神圣帮助与力量。透过耶稣基督的恩典，并靠着他的赎罪，全人类都会复活。经由耶稣基督的恩典，凡是不断地悔改并且遵行他福音的人，都能在今生中时常感觉与天父接近，并在来生与他同住。

教仪 透过圣职权柄所执行的一种神圣、正式的仪式，如洗礼，接受圣灵和圣餐等。教仪通常是与神立约的一种方式。

身体的死亡 灵体与必死的身体分开的状态。身体死亡时，灵体继续住在灵的世界。我们经由复活克服身体的死亡，这是借着耶稣基督的赎罪而作成的。

救恩计划 天父的计划，目的在使我们能成为像他一样，并获得完全的快乐。这计划是以耶稣基督的赎罪为其核心，并且涵盖所有的诫命、教义和福音教导。

前生 我们来到这世上之前的生活。在前生，我们与我们的天父住在一起，是天父的灵体儿女。我们那时候没有身体。

复活 身体死亡后，灵体与完美的骨肉身体之再度结合。耶稣基督是第一位复活的人。复活之后，灵体和身体就永远不再分开，并且会永远活着。由于赎罪，每一位曾活在世上的人都会复活。

救恩 从罪和死亡中获得拯救。耶稣基督的赎罪为人类带来救恩。经由耶稣基督的复活，每个人都能克服死亡的影响。透过对耶稣基督的信心，我们也可以获得拯救，摆脱罪的影响。这种信心能从生活中的悔改，服从福音律法和教义及事奉基督中彰显出来。

灵体 人在出生之前与天父同住的那个部分。在今生，灵体与身体结合在一起。死亡之后，灵体仍继续活着。

灵的世界 灵体在死亡后到复活前那段期间所去的地方。对于生前正义的人而言，灵的世界是一个平安喜乐的地方。

灵性的死亡 由于不服从神的诫命而导致与神隔绝的状态。只要我们悔改并遵守诫命，便可以透过耶稣基督的赎罪获得拯救，脱离灵性的死亡。

其他研读资料

以下问题和经文会帮助你更了解这本册子中所提的各项原则，并能帮助你加以思考。其中的内容尚未涵盖所有资料；你可在经文中的注脚和交互参考中找到更多的经文章节和资源。

你在出生之前与神有何关系？

耶利米书 1 : 5 (《圣经》，旧约)

希伯来书 12 : 9 (《圣经》，新约)

何谓坠落？为何坠落是必要的？

尼腓二书 2 : 14 - 26 (《摩尔门经》，第 69 - 71 页)

阿尔玛书 42 : 2 - 9 (《摩尔门经》，第 373 - 374 页)

你来到世上的目的为何？明白这一点对你每天所作的决定有何影响？

尼腓二书 2 : 25 - 27 (《摩尔门经》，第 71 页)

阿尔玛书 34 : 32 (《摩尔门经》，第 354 页)

何谓赎罪？赎罪对你的日常生活有何帮助？

约翰福音 3 : 16 - 17 (《圣经》，新约)

罗马书 3 : 23 - 25 (《圣经》，新约)

尼腓二书 2 : 6 - 8 (《摩尔门经》，第 68 - 69 页)

阿尔玛书 7 : 11 - 12 (《摩尔门经》，第 268 - 269 页)

阿尔玛书 42 : 22 - 23 (《摩尔门经》，第 375 页)

何谓灵的世界？那是个什么样的地方？

彼得前书 4 : 6 (《圣经》，新约)

阿尔玛书 40 : 11 - 14 (《摩尔门经》，第 369 页)

复活是指什么意思？谁会复活？复活为什么很重要？

尼腓二书 9 : 13 - 15 (《摩尔门经》，第 88 页)

阿尔玛书 11 : 42 - 45 (《摩尔门经》，第 283 页)

何谓天堂？为什么有不同等级的荣耀？

哥林多前书 15 : 40 - 43 (《圣经》，新约)

与我们一同崇拜

来看看复兴的福音如何为你的生活
带来祝福



圣餐聚会是主要的崇拜仪式，通常持续一小时又多一点的时间，一般而言包含以下内容：

圣诗：由会众唱诗。（备有诗歌本）

祈祷：由当地教会成员献上祈祷。

圣餐：面包和水在祝福之后传递给会众领用，以纪念耶稣基督的赎罪。

演讲者：通常是从会众中事先指派一、两位成员，针对福音主题发表演讲。

衣着：男性一般穿着西装，或是西装裤配上衬衫和领带。女性穿着洋装或裙子。

参加崇拜仪式时不会被要求缴纳捐献。

我们也邀请你根据自己的兴趣和年龄层，来参加其他的聚会。这些聚会举行的顺序及是否举行，在各地可能都不尽相同。

主日学：为研究经文和福音教义所开的课程。

圣职聚会：为 12 岁以上男性所开的课程。

慈助会：为 18 岁以上女性所开的课程。

女青年：为 12 到 18 岁女孩所开的课程。

初级会：为 3 到 11 岁儿童所举行的聚会和课程。通常也有 18 个月到 3 岁儿童的托儿班。



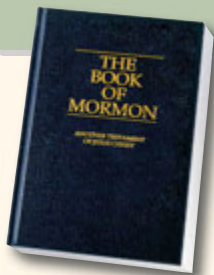
圣餐聚会时间： _____

教堂地址： _____

我该做什么？

- 阅读《摩尔门经》。

建议阅读的章节： _____



- 祈祷以明白传教士所教导的是真实的。
- 参加教会聚会。
- 准备受洗的日期：

- 造访 www.mormon.org 网站，以了解更多关于天父对他儿女的计划。
- 继续与传教士见面，以了解更多关于神透过近代先知所复兴的真理。

下次见面时间： _____

传教士姓名及电话：

This publication is a translation of an original English document. In China, it is for personal use by members of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints. Persons outside China are not authorized to distribute this publication in China. Any practices, organizations, and/or activities referenced in this publication that are not permissible under the laws and regulations of the People's Republic of China are not to be implemented there.

本出版物为其英文原文的翻译。在中国境内，本出版物供耶稣基督后期圣徒教会的成员个人使用。境外人士不得在中国境内发行本出版物。本出版物中任何与中华人民共和国法律和法规相悖的作法、组织及/或活动，皆不适用于中国。

耶稣基督 后期圣徒教会

www.mormon.org

图片说明

封面：《他已复生》（局部），岱尔·巴森绘。© Del Parson。不得复制

第 11 页：《基督在客西马尼园》（局部），哈利·安德生绘

第 13 页：《他已复生》，格瑞·奥申绘。© Greg K. Olsen。不得复制

第 3、4、8、22、23 页：史蒂夫·班得生绘

Intellectual Reserve, Inc. © 2005 版权所有。美国印行。

英语核准日期：11/05。翻译核准日期：4/11。The Plan of Salvation。译本。

Simplified Chinese 36950 266

CHINESE, SIMPLIFIED



4 02369 50266 7

36950 266