

利阿賀拿



關於犧牲和聖餐：了解古代的象徵，第22，30頁

年輕成人成長的10大方式，第44頁

標準是否會限制我們的自由？第50頁

為兒童設計的什一奉獻活動，第72，73頁



耶路撒冷，雅各·費爾曼繪

「錫安哪，興起！興起！披上你的
能力！聖城耶路撒冷啊，穿上你
華美的衣服！……」

「要抖下塵土！起來」（以賽亞書
52：1-2）。



利阿賀拿，2010年2月

信息

- 4 總會會長團信息：論在靈性上作好準備——先知的忠告
多馬·孟孫會長
- 7 探訪教導信息：明智管理資源，避免舉債度日

特稿

- 19 聖殿的應許
愛倫·席格提
主教說我們的家庭需要趕緊到聖殿印證，後來我們才明白這件事情刻不容緩。

- 22 舊約中的基督及文化
唐諾·帕立
這五項象徵將幫助你更加了解救主和祂的犧牲。
- 30 「你們也應當如此行，為的是記念我」
保羅·西布勞斯基長老
願我們每個安息日在領受聖餐、記念祂時，都能充滿主的靈。

專欄

- 8 微小而簡單的事
- 11 在教會服務：何時服務？
羅拔·海爾斯長老
- 12 我們談論基督：一隻雪橇
克里斯欽·柯丁森

- 14 我們的信仰：耶穌基督是天父計畫的核心
- 16 福音經典之作：仰望聖殿
約翰·維特蘇長老
- 36 我們的家，我們的家人：家庭第一
克莉絲塔·施密茲
- 38 後期聖徒的心聲
- 74 教會新聞
- 80 直到再相會：唱一首新聖詩
黛博拉·藍道

封面

前：亞當和夏娃獻祭，凱西·拉森繪。
後：我留下平安給你們，瓦特·雷恩



42

42 領袖的話：在主前長大
凱薩琳·休斯

44 使他們在您裡面成長：成年的指標
溫蒂·烏利齊及克莉絲汀·派克
讓你順利成為年輕成人的10大方式。



你可以找到
藏在本期雜誌
裡的
「利阿賀拿」
嗎？

- 46 引領方向**
梅麗莎·梅羅
這個哥斯大黎加家庭的兩名男女青年是他們家裡首先加入教會的人。
- 49 護佑我們躲過無妄之災**
費南多·帕瑞亞
這群男女青年從聖殿回家途中，遇到前方有劫匪攻擊巴士，只能在一片驚恐中等待。
- 50 答問篇**
「我要如何讓朋友相信：我們的標準其實是讓人更自由，而不是一種負擔？」
- 52 福音經典之作：寶庫的比喻**
雅各·陶美芝長老
- 54 為什麼你不來參加聯歡會？**
陳奕順
同儕壓力迫使這位年輕人必須作出困難的決定。
- 55 海報：這是十誡**
- 56 我們的天地**
- 58 我的足球夢**
提摩太·赫佐
我想要參加戰鬥力強的那個球隊，但是這麼一來我就必須在星期天賽球。

54



60

- 60 參觀聖殿廣場：北訪客中心**
柴德·菲爾斯
- 62 馬利亞的新洋裝**
安琪·米勒
一件上教會可以穿的全新粉紅色洋裝！很漂亮——卻也很令人分心。
- 64 耶穌的故事：天父和耶和華創造了世界**
黛安·曼根
- 66 我們的園地**
- 67 學習聆聽**
荷西·德西拉長老
我覺得我不應該在沒有父母陪伴的情況下到河邊去，但是我還是去了。
- 68 分享時間：耶穌基督是我的救主和救贖主**
珊卓拉·譚納及克麗斯汀娜·弗朗克
- 70 幼兒園地**



2010年2月，第34卷第2期
利阿實拿09282 265

耶穌基督後期聖徒教會正式發行之國際版雜誌

總會會長團：多馬·孟孫，亨利·艾寧，迪特·鄔希鐸
十二使徒定額組：培道·潘，多馬·貝利，羅素·納爾遜，達林·鄔克司，羅素·培勒，李察·司考德，羅拔·海爾斯，傑佛瑞·賈倫，大衛·貝納，昆丁·柯克，陶德·克理斯多，尼爾·安德森

編輯：史賓塞·孔迪
顧問：奇斯·席比，菊地良彥，保羅·派普
總監：大衛·賈雪
編輯主任：維多·凱夫
資深編輯：賴理·希勒
圖像編輯主任：亞倫·洛伯

主編：法蘭·強生
助理主編：珍妮佛·葛林伍，亞當·奧申
副編輯：萊恩·卡爾
助理編輯：蘇珊·巴瑞特
編輯人員：大衛·愛德華，馬太·富利頓，藍尼·高恩特，安妮·瓊斯，凱莉·卡斯頓，珍妮佛·麥蒂，梅麗莎·梅羅，米迦勒·莫里斯，莎莉·奧雷克，約書亞·伯凱，查德·法蘭斯，珍·賈柏若芙，理查·羅慕義，唐·席爾，珍妮特·多馬，保羅·范登堡，榮利·霍德
資深祕書：羅瑞兒·涂契爾

美術主任：史考特·坎本
出版經理：珍安·彼德斯
設計及出版人員：卡麗·艾若育，珂莉特·歐尼，豪德·布朗，茉莉·布德，多馬·柴德，雷金納德·柯丁森，金·范斯特麥可，凱瑟琳·豪德，艾力克·強森，丹妮絲·柯比，史考特·慕義，吉妮·尼爾遜
印前作業：傑夫·馬丁
印刷主任：奎格·塞威克
發行主任：藍迪·彭孫

翻譯主任：陳新寧
出版助理：黃達秀
地方新聞編輯：梁程淑賢，李明潔

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣350元
美加以外地區的訂閱事宜以及價格，請洽當地教會發行中心或支會、分會領袖。

投稿或有任何疑問，來函請寄至Liahona, Rm. 2420, 50E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA；或以電子郵件寄至：liahona@ldschurch.org。

利阿實拿（本詞出自摩爾門經，意謂「羅盤」或「導向器」）發行下列語言版本：阿爾巴尼亞文、亞美尼亞文、碧斯拉瑪文、保加利亞文、柬埔寨文、宿霧文、中文、克羅埃西亞文、捷克文、丹麥文、荷蘭文、英文、愛沙尼亞文、斐濟文、芬蘭文、法文、德文、希臘文、海地文、北印度文、匈牙利文、冰島文、印尼文、義大利文、日文、吉里巴斯文、韓文、拉脫維亞文、立陶宛文、馬達加斯加文、馬紹爾文、蒙古文、挪威文、波蘭文、葡萄牙文、羅馬尼亞文、俄文、薩摩亞文、錫蘭文、斯洛文尼亞文、西班牙文、瑞典文、塔加羅文、大溪地文、坦米爾文、特魯谷文、泰文、東加文、烏克蘭文、烏爾都文及越南文（發行期數依語言之不同而有區別）。

Intellectual Reserve, Inc. © 2010 版權所有。美國印行。

利阿實拿雜誌的文字與圖案可以複製，供教會或家庭作為輔助資料，或者供非商業用途使用。載有限制字樣的美術作品皆不得複製。若有任何版權問題，請洽詢 Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

網際網路上提供多種語言版本的利阿實拿，請瀏覽網站www.lds.org。

For Readers in the United States and Canada: February 2010 Vol. 34 No. 2. Liahona (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431) POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake Distribution Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368.

訂閱雜誌：香港地區：(852) 2756-5777，地址：香港九龍牛頭角道三號得寶花園二樓A-E座。台灣地區：(886) 2192-4974，地址：台灣10642台北市大安區金華街183巷5號81。如遇雜誌破損、缺頁，請寄回上述地址更換。

右：滑鼠和旗幟© GETTY IMAGES

上網瀏覽，還有更多

Liahona.lds.org

成人園地



如果你喜歡閱讀第16頁由約翰·維特蘇長老執筆的「仰望聖殿」，請瀏覽網站 liahona.lds.org，在背景音樂及本文精選引言的襯托下，觀賞影片集錦，一覽世界各地不同聖殿的風貌。

青年園地

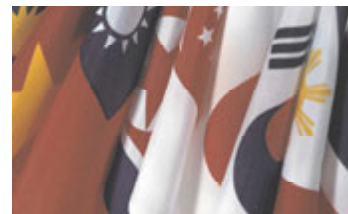
「寶庫的比喻」（見第52頁）教導我們捍衛自己人格的重要。請至 liahona.lds.org 觀賞影片，了解雅各·陶美芝長老所講述的比喻。



兒童園地



繳付什一奉獻是奉行福音很重要的部分（見第70-73頁）。請至 liahona.lds.org 玩有關什一奉獻的找一找遊戲。

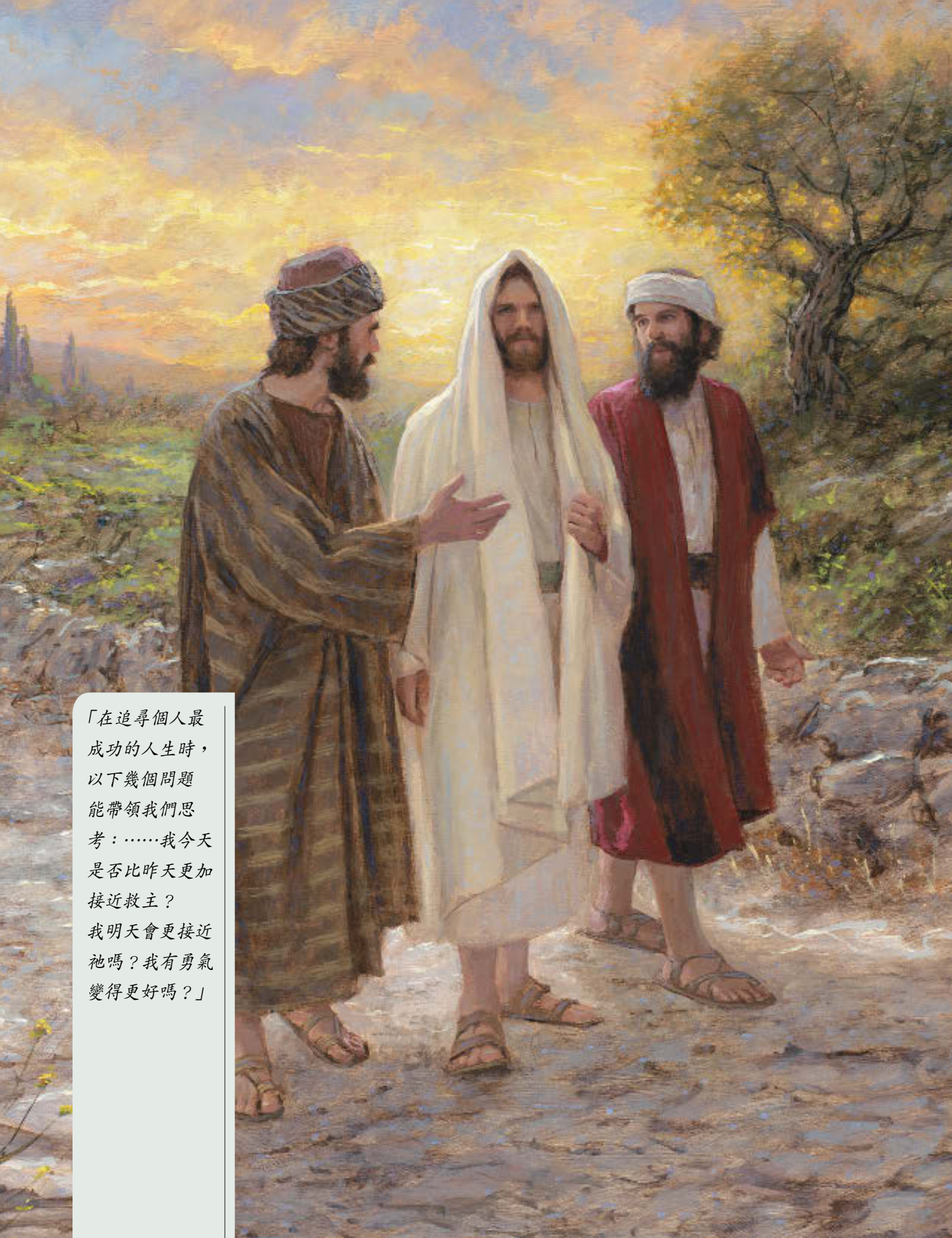


你的語言

想找線上教會資料
中文版，請瀏覽

www.languages.lds.org。





「在追尋個人最成功的人生時，以下幾個問題能帶領我們思考：……我今天是否比昨天更加接近救主？我明天會更接近祂嗎？我有勇氣變得更好嗎？」

多馬·孟孫會長



論在靈性上 作好準備 先知的忠告

信心的基礎

「如果我們信心的根基不夠深厚，對真理也沒有堅強的見證，就可能難以抵抗敵對者終將對你我展開的攻擊，那些攻擊將如猛烈的暴雨和刺骨的寒風。」

「今生是一個考驗的階段，一個證明我們自己能配稱回到天父身邊的時期。我們要接受考驗，就必須面對挑戰和苦難。如果我們信心的根基、對真理的見證沒有深植在心中，這些考驗可能會擊垮我們，使我們的靈魂碎裂、崩潰。」¹

從過去學到教訓

「在追尋個人最成功的人生時，以下幾個問題能帶領我們思考：我是我想要成為的那個人嗎？我今天是否比昨天更加接近救主？我明天會更接近祂嗎？我有勇氣變得更好嗎？……

「歲月不停地流轉，對福音有見證依然是第一要務。我們在走向未來的同時，絕不可忽略了過去的教訓。」²

個人的利阿賀拿

「你的教長祝福只屬於你個人所有。祝福詞也許簡短，也許是一長篇；有的淺顯，有的深奧。但是祝福詞的長短和措辭並不是教長祝福的主要重點，祝福詞的真義全靠聖靈來傳達。不要把你的祝福詞折得整整齊齊的收藏起來，也不要框起來或出版，而是要閱讀、愛惜並好好遵循。你的教長祝福會幫助你度過最黑暗的夜晚，引領你度過生命中的危機。……你的教長祝福是你個人的利阿賀拿，能為你確立方向，指引你走該走的路。……

「在我們留心、等待並努力使某項應許的祝福實現時，需要耐心。」³

歸向祂

「要記得你並不是獨自行走。當你行走在人生的道路上，要時時刻刻走向光明，人生的陰影就會落在身後。……」

「當我拿起經文尋找靈感時，有個字一再跳出來，就是『來』這個字。主說：『到我這裡來。』祂說：『（來）學我的樣式。』祂也說：『來跟從我。』我喜歡來這個字。我祈求我們都願意來歸向主。」⁴ ■

註：

1. 參閱「穩當根基」，2006年11月，利阿賀拿，第62頁。
2. 參閱「成就最佳的自我」，2006年4月，利阿賀拿，第3，5頁。
3. 參閱「你的教長祝福——利阿賀拿之光」，1987年1月，聖徒之聲，第53頁。
4. 16-stake fireside, Brigham Young University, Nov. 16, 1986.

本則信息的教導

教導，沒有更偉大的召喚說明：「有技巧的教師不會想：……『我今天要教什麼？』而是『我要如何幫助學生發現他們必須知道的事？』」（〔1999〕，第61頁）。要幫助教導對象從本文學習，不妨發下紙筆，給他們時間閱讀孟蓀會長的話語，找出跟「論在靈性上作好準備」相關的真理，然後寫下來。幼兒可以把他們學到的事情畫下來，不妨請學生分享他們所寫或所畫的內容。



青年園地

你的教長祝福

子 孟蓀會長形容教長祝福好比是「個人的利阿賀拿，能為你確立方向，指引你走該走的路」。那麼，這項祝福究竟是什麼？又如何幫助指引你的人生呢？



何謂教長祝福？

教長祝福有兩項主要的目的。第一，聲明你的家系，也就是你屬於以色列家族哪個支派。第二，提出能指引你的信息，包括應許、勸誡，以及警告。

要等到幾歲才能接受教長祝福？

沒有一定的規定，但應該是成熟到可以體會這項祝福的神聖本質的年齡。許多教友在剛進入青少年的階段就開始考慮接受教長祝福。

如何接受教長祝福？

先和主教或是分會會長面談。如果你已經準備好並且生活配稱，就可以獲得推薦書，然後就可以與貴區域的教長約定時間。

如何保管教長祝福詞？

將祝福詞放在安全的地方，經常閱讀。記住，你的祝福非常神聖，而且關乎個人。你可以與父母或兄弟姊妹分享，但是不應該公開讀出。另外，教長祝福提到的一切祝福都是根據你的忠信程度以及主的時間表而定。

兒童園地

穩固的根基

多 馬·孟蓀會長說我們應該建立「對真理……堅強的見證」。要做到這一點，最好的一個方法就是閱讀經文。把下面每一塊石磚上面的經文章節找出來，在空白的地方寫下你從那節經文裡學到哪些事，能幫助你的見證更為堅強。

摩爾門書7：5

摩羅乃書10：5

教約11：12

信條1：10

以弗所書6：11

摩羅乃書7：41

教約1：37



明智管理資源， 避免舉債度日



教導能為探訪對象帶來祝福的經文與引言或其他必要的原則；為教義作見證，並邀請教導對象分享她們所感受及學習到的事。

管理資源

「『未雨綢繆的生活』……意味著〔節約〕資源，明智地規畫各項財務，為個人健康作萬全的預備，為教育與職涯發展作充分的準備，重視家庭生產與儲藏，培養抗壓力。……只要明智地過著未雨綢繆的生活，就必如在祂的手掌中一般安全。」¹

賓塞·甘會長（1895-1985）。

「我們需要哪些技能來幫助自己達成自立呢？……在教會的早期，百翰·楊會長呼籲姊妹們要學習如何在家中預防疾病、建立家庭手工業、學習會計和記帳，以及其他的實用技能。這些原則在今日依然適用。教育仍然非常重要。……

「我問過幾位主教，他們支會中的姊妹最需要具備哪些自立的技能，這些主教不約而同地表示，是如何分配預算。婦女們需要了解以信用賒帳方式消費

和不按照預算過日子的後果。主教們指出的第二項技能是烹飪。在家中烹調和用餐的費用通常較低，比較健康，而且能使家人關係更加緊密。」²

茱麗·貝克，總會婦女會會長。

避免舉債度日

「請容我提出解除財務困



境的五個關鍵步驟。……

「第一，繳付什一奉獻。……

「第二，量入為出。……

「第三，學習儲蓄。……

「第四，履行你們在財務上的義務。……

「第五，教導兒女學習你的榜樣。」³

十二使徒定額組約瑟·

胡適令長老（1917-2008）。

「我們若負債，便會失去一部分寶貴、無價的自由選擇權，使自己陷於束縛中，而且就有義

給探訪教師的建議

與同伴一起討論如何根據每位姊妹的情況，審慎地運用這項信息。你有哪些自立的技能可以與她們分享？

個人準備

瑪拉基書3：10

馬太福音6：19-21

路加福音12：15

教約38：30；88：119

想要獲得更多資料，請見準備好一切必需事物：家庭理財（編號04007 265）。

務要付出時間、精力和金錢來償付我們所借貸的——而我們原本可以運用這些資源來幫助自己、家人和他人。……

「若要立即償清債務及避免日後負債，我們需要運用對救主的信心——不只是一要做得更好，也要變得更好。要說出『我們負擔不起』這句簡單的話，需要很大的信心。我們也需要有信心去信賴：只要我們願意犧牲個人慾望去滿足自己和他人必要的需求，我們的生活就會變得更好。」⁴

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老。
註：

1. 參閱「福利服務：福音的實踐」，1978年2月，聖徒之聲，第111-112頁。
2. 「婦女會會長在福利方面的責任」，福利和自立的基本原則（2009），第5頁。
3. 參閱「屬世的債務，天國的債務」，2004年5月，利阿賀拿，第41，42頁。
4. 「以福音的角度看福利：將信心化為行動」，福利和自立的基本原則（2009），第1-2頁。

微小而簡單的事

「藉著微小而簡單的事能成就偉大的事」
(阿爾瑪書37:6)。

典範在夙昔

約翰·維特蘇長老

約翰·維特蘇於1872年1月31日出生在挪威夫羅亞島，是個地處偏僻，總有強風吹襲的地方。他六歲喪父，母親安娜帶著他和弟弟定居於特倫汗。

就在這裡，一位替這位年輕寡婦修鞋的鞋匠向她介紹復興的福音，把幾本後期聖徒的小手冊留在她的鞋子裡。這位工匠的舉動實屬大膽，因為他的社會地位遠不及這位教育家的遺孀。然而此舉引起安娜的好奇心，她被這項福音信息打動了。

1883年維特蘇一家移居猶他州洛干，年輕的約翰後來進入百翰·楊學院就讀，資質聰穎、勤奮好學的他於1891年畢業，隨後進入哈佛大學主修化學，於1894年以最優異的成績畢業。在哈佛大學期間，他認識了莉亞·丹福特，兩人於1898年在鹽



維特蘇長老從1921年擔任十二使徒定額組成員，直到1952年去世為止。



維特蘇長老從1935年到1952年擔任進步時代的副編輯。下：維特蘇長老與家人研讀經文。



湖聖殿締結連理。他們育有七名子女，但是只有三名順利長大成人。

約翰在洛干的猶他農學院（今猶他州立大學）擔任化學教授，並且是實驗站的化學家。日後他前往德國哥廷根攻讀生理化學（生化學），取得博士學位，在時局詭譎的當年成為農業化學的國際權威，並在灌溉以及旱地農作方面享有盛名。

約翰·維特蘇從1907年到1916年擔任猶他農學院的校長，1916年被任命為猶他大學校長，一直服務到1921年為止，亦即接受召喚進入十二使徒定額組服務的時候。

維特蘇長老從1935年到1952年擔任進步時代（旌旗雜誌前身）的副編輯，也撰寫過多部著作，廣為教會使用，其中包括Priesthood and Church Government（聖職與教會體制）。他從1926年到1932年擔任歐洲傳道部會長，在這期間奉獻捷克斯拉夫為宣講福音之地。

維特蘇長老於1952年11月29日去世於猶他州鹽湖城，享年80歲。

請見第16頁他的福音經典之作「仰望聖殿」。



在教會演講

- 在每日祈禱中祈求神幫助你的演講。
- 在正常作息之餘，花幾天時間想一想你的主題。隨身攜帶紙筆，將出現的想法寫下來。
- 動腦筋想一想可以用哪些方式來表達你的主題，可行的方式包括經文、聖詩、個人經驗，或是總會當局人員說過的話。
- 在家人或是鏡子前練習演講。要熟悉演講內容，以便演講時目光能注視著會眾。
- 演講時，要隨時準備聽從聖靈的提示。

世界各地的教會歷史



智利首都聖地牙哥一景。

智利

阿根廷傳道部於1955年5月獲得總會會長團核准，派遣傳教士到智利，隔年長老們抵達首都聖地牙哥。十二使徒定額組的亨利·摩爾（1889-1963）長老於1956年7月與傳教士通力合作，成立智利第一個分會。之後短短幾個月，就有第一批智利居民接受洗禮。

教友人數不斷增加，教會組織也隨之成長。1961年10月教會成立智利傳道部，1983年智利人民蒙福擁有自己的聖殿，由戈登·興格萊會長（1910-2008）在聖地牙哥奉獻。之後這座聖殿經過大規模整修，由興格萊會長於2006年重新奉獻。

以下是教會在智利的現況：



1956年十二使徒定額組的亨利·摩爾長老成立智利第一個分會。

教友人數	548,628
傳道部	9
支聯會	75
區會	24
支會與分會	612
運作中的聖殿	1

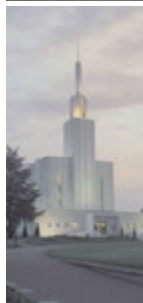
聖殿中的平安

我在靈性上已經準備好去聖殿，但是即便如此，我仍覺得自己不配稱。後來主教告訴我，我努力遵守誠命，就算是配稱的，不必是完美的。

自從進入神聖的聖殿之後，我了解到自己蒙受祝福，能夠執行神聖的教儀。我感到自己很安全並且受到保護。

路易·夏維，智利

智利聖地牙哥聖殿高榮室。



聖殿特寫



瑞士伯恩聖殿

全世界在1906年時，運作中的聖殿只有4座，而且全部集中在猶他州。就在那一年，約瑟F·斯密會長（1838-1918）在瑞士伯恩預言說：「時候將至……神的聖殿會在世界不同國家矗立，因為福音必傳遍全世界。」¹ 將近半世紀之後，大衛奧·麥基會長於1955年9月11日奉獻了歐洲第一座聖殿，就位在伯恩郊區。

這座聖殿位於佐利柯芬，四周高山景致壯麗。聖殿的尖塔高達140英尺（43公尺），直入雲霄，2005年塔頂上增加了天使摩羅乃的雕像。

麥基會長確實在異象中看見聖殿，並且鉅細靡遺地向教會建築師愛德華·安德森描述，好讓他將這座聖殿重現在紙上。在設計的過程中，原始的畫稿經過修改。麥基會長看到最新的畫稿時，說：「安德森弟兄，這可不是你我兩人一起看到的聖殿。」最後的完稿不消說才真正呈現了麥基會長最初描述的樣貌。

註：

1. In "Latter-day Temples," *Ensign*, Jan. 1972, 30.



大衛奧·麥基會長（中）於1955年瑞士伯恩聖殿奉獻典禮中與教會其他領袖合影。



先知的金玉良言

什一奉獻

我的寡母只靠當小學教員的微薄薪水來撫養三個年幼的孩子。我發現生活裡欠缺了一些大家都想擁有的東西時，……就問母親為何要繳付那麼多的薪水作為什一奉獻。我永遠忘不了她的解釋：「達林，有些人或許不繳什一奉獻，日子也過得下去，但是我們不行。主選擇帶走你們的父親，留下我來撫養你們這幾個孩子；要不是有主的祝福，我是做不到的。我繳付誠實的什一奉獻才能得到這些祝福。繳付什一奉獻時，就擁有主的應許，知道祂會祝福我們。如果我們的日子要過下去，就必須有這些祝福。」

多年以後，我讀到約瑟F·斯密會長憶述他的寡母一個類似的見證和教導。斯密會長在1900年4月的總會教友大會中，分享他童年的回憶：

「我的母親是個寡婦，要扶養一大家子。有一年春天，我們打開儲藏馬鈴薯的窖子，她要我們兄弟裝好一車上好的馬鈴薯，然後由她帶著馬鈴薯到什一奉獻辦公室去；馬鈴薯在那個季節非常少。當時駕著馬車的我還是個小孩子，我們來到什一奉獻辦公室門口，準備把馬鈴薯卸下來。有位書記上前來對母親說：『斯密寡婦，妳真不應該繳付什一奉獻的。』……他責備母親繳付什一奉獻的作法，認為她既不

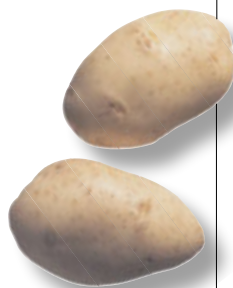
明智又不節儉，還說有些身強力壯、有能力工作的人尚且要靠什一奉獻辦公室的援助過日子。母親轉向他說：『威廉，你才應該感到慚愧。你要讓我得不到祝福嗎？如果我不繳付什一奉獻，我知道主一定會扣留本來要給我的祝福。我繳付什一奉獻，不但因為這是神的律法，更是因為我期望能因此得到祝福。藉著遵守這條律法以及其他律法，我希望生活好轉，有能力供養家庭』」（in Conference Report, Apr. 1900, p. 48）。

有人會說：「我無法繳付什一奉獻。」那些對主的應許有信心的人則會說：「我無法承擔不繳付什一奉獻的後果。」
摘自「什一奉獻」，1994年7月，聖徒之聲，第34-35頁。



達林·鄔克司長老

十二使徒定額組



左：錢·克羅斯汀娜·斯密；馬鈴薯；羅伯森·高斯大黎加教友，羅爾娜·羅伯森

教會在哥斯大黎加

哥斯大黎加東有加勒比海為伴，西有太平洋環抱，從東岸到西岸，福音在這個國家廣為宣揚。做一做下面的測驗，看看你對哥斯大黎加了解多少。



哥斯大黎加教友和傳教士於1956年合影。

1. 有多少教友居住在哥斯大黎加？
 - a. 3,800
 - b. 7,100
 - c. 25,000
 - d. 35,000
2. 哥斯大黎加的第一場後期聖徒聖餐聚會何時舉行？
 - a. 1908
 - b. 1944
 - c. 1950
 - d. 1969
3. 哥斯大黎加最初劃入哪個傳道部？
 - a. 巴西
 - b. 墨西哥
 - c. 智利
 - d. 牙買加
4. 與哥斯大黎加邊界相連的是哪些國家？
 - a. 尼加拉瓜和巴拿馬
 - b. 瓜地馬拉和多明尼加共和國
 - c. 哥倫比亞和巴拿馬
 - d. 巴西和尼加拉瓜
5. 哥斯大黎加境內有幾座聖殿？
 - a. 0
 - b. 1
 - c. 2
 - d. 3

答案：1. d; 2. b; 3. b; 4. a; 5. b



羅拔·海爾斯
長老
十二使徒定額組



何時服務?

十二使徒定額組的羅拔·海爾斯長老回想起當年在哈佛商學院爲了畢業而苦讀的歲月時說：「我當時勉力而爲，盡了全力。」

就在這個時候，海爾斯長老得到召喚，擔任長老定額組會長。他很擔心這樣的召喚會爲生活帶來更大的壓力。他解釋說：「這是我人生中少數幾次沒有當場就答應的時刻。我回到家對太太說：『如果我接受這項召喚，學業大概就過不了關了。』」

海爾斯姊妹回答他：「鮑伯（羅拔之暱稱），我要的是一個活躍的聖職持有人，而不是一個擁有哈佛碩士學位的男人。」接著她伸出雙手抱住他，又加了一句：「讓我們一起努力完成這兩件事。」

他們跪下來祈禱，然後就

付諸行動。接下來的日子雖辛苦，但是他們設法「完成這兩件事」。

過了幾年，海爾斯長老擔任一家公司的總裁，工作忙碌，卻被召喚擔任支會的主教。十年之後，1975年他在一家大型機構任職副總裁時，被召喚擔任十二使徒定額組的助理，他欣然接受這些召喚。

他說：「這個決定很容易，我年輕時就已經作了決定。」

海爾斯長老的結論是：「各位在人生中難免遇到這個問題：『何時服務？』我能給各位最好的答案就是：『有人要求你的時候。』」■

摘錄自「爲天堂般的婚姻作準備」，2006年2月，利阿賀拿，第19頁；以及2007年4月7日於百翰·楊大學愛達荷校區發表的演講。

提出與接受召喚



1. 有權柄提出召喚的人必須虔敬地尋求來自主的靈感。根據靈感作出決定之後，這

項召喚必須以莊重虔敬的方式適切地提出，務必讓所有相關的人了解這項召喚是來自於主的指示。

2. 要甘心樂意從事服務。不主動要求，而是蒙召喚去做。
3. 召喚與卸免不見得總是在我們認為適宜的時候來到。我們需要信賴主的時間表。
4. 丈夫或是妻子其中一人蒙召喚擔任吃重的職務時，為了家庭的好處，配偶最好卸免吃重的召喚。
5. 只要我們竭盡全力，並且尋求主的協助，祂就會光大我們付出的心力。

摘自七十員威廉·渥克長老，「事奉主」，2006年8月，利阿賀拿，第38頁。

一隻雪橇

克里斯欽·柯丁森

我還記得第一次跟家人一起去越野滑雪的往事。我的父母、兄弟姐妹跟我把滑雪裝備塞進旅行車裡，開往附近一座山區，要在那裡玩一天。到了滑雪場，我才發現我在打包時，匆忙之間將一隻雪橇遺漏在家裡。更糟的是，我也忘了帶滑雪杖。

回家去取那件忘在家裡的裝備根本就不可能。我的父親一向很務實，告訴我得使出最大的本領才行。幸好姊姊看我可憐，把她的滑雪杖借給我用。

我從來沒有滑過雪，以為只有一隻雪橇也沒什麼大不了的。我興奮到不知道什麼叫失望——我總算長大，能參加

全家大小都喜愛的活動了！

哥哥姊姊一一將裝備穿戴好，前往一個小山坡的草坪，從那裡往下滑很好玩，可是我完全是寸步難行！沒有套上雪橇的腳整個深陷在雪地裡。套上雪橇的另一隻腳也動彈不得，因為雪凍結在那隻老式的雪橇上，使雪橇變得格外笨重。

為什麼這件事不能順利一些呢？我越是努力，越是動彈不得，也就感到更加挫折。看到爸爸跟哥哥消失在遠方，我更是氣急敗壞。他們已經到了草坪上，來來回回登上山坡又滑下山坡，玩得不亦樂乎。

爸爸幾次回頭來看看我的情

形，每次都會說些加油打氣的話。「加油！你快得到要領了。」可是我並沒有。事實上，一天都過去了，我還是沒能上草坪，這第一次的滑雪經歷讓我大失所望。

等我年紀稍長，才發現每個人都有過這樣的經驗：想卯足力氣靠著一隻雪橇向前行——而且是一隻怪模怪樣的木頭雪橇。我們都要面對考驗、失望與缺憾，有些是我們咎由自取，有些只因為我們活在這墮落的世界；有些很短暫，有些則要糾纏一生。

我們很快就會發現自己實際上在所處的形勢中是如此毫無準備，我們感到力有未逮。看到別人似乎一帆風順，令我們更覺痛苦。在這樣的情況下，我們很明顯不能單靠自己的能力熬過去。

幸運的是，我們的人生經驗不必落得像我第一次滑雪那樣的下場：竭盡全力，卻毫無進展。但在人生中，我們可以竭盡全力，然後把其他一切交託給神。祂的力量、祂的恩典使我們有能力去做一些單靠自身能力無法辦到的事情。

我也學到不必對慈愛的天父隱瞞我們的難處。我們的不完美能幫助我們更加了解祂對我們的感受，也更加明白我們作為祂的兒女這項真實身分。祂愛我們，所以差遣祂的兒子降世。

如果我們歸向基督，我們的軟弱也會讓我們領略到救主與我們共同努力時所施予的恩典和慈悲。例如，打個比方，有時候我會想說：「看吧，我只有一隻雪橇。不過就算我真的有兩隻雪橇，我一定也是滑得笨手笨腳的。所以就別管我吧！」

但是救主滿懷仁慈，仍然會拉我一把。祂知道我遇上挑戰，只要求我全力以赴：「在我們盡力而為之後，才能藉著

恩典得救」（尼腓二書25：23）。恩典不一定意謂著得到一對嶄新漂亮的雪橇，幫助我滑到目的地。救主的關心遠比這件事更關乎個人，也更加溫柔。祂與我一起努力，在我目前的處境中幫助我成長，使我變得更像祂和天父一樣。我相信，不論我的努力多麼卑微，祂們會因為我全力以赴而感到喜悅。而且我知道祂們愛我，並且會讓我因此更加完全信賴祂們、倚靠祂們。

第一次滑雪的經驗令人失望，但是我並未就此放棄。我跟家人一去再去，還在大學裡選修了滑雪課。現在滑雪是我最喜歡的休閒活動之一，我很慶幸自己沒有放棄。

我也很感激——永遠永遠地感激——天父和耶穌基督

沒有放棄我們。神並沒有離棄我們，任由我們憑著個人總是有所缺失的努力去生活。由於祂對祂的兒女懷有無盡的愛，祂差遣一位救主提供一條回到祂身邊的道路。我知道只要我們對祂們有信心，我們所有的人都可以在人生中向前推進。■

你是否願意分享你的經驗，談談耶穌基督如何觸動你的生命？我們竭誠歡迎您的投稿，敘述與救主的聖工及傳道相關的福音體驗。討論的題目可包括贖罪、恩典、醫治、希望或是悔改。投稿篇幅請限500字以內，並在主旨欄註明為「We Talk of Christ」，然後寄至 liahona@ldschurch.org。

耶穌是天父 基督計畫的核心

天 父準備了一個計畫，幫助我們變得像祂一樣，得到圓滿的快樂。祂說過：「看啊，這就是我的事工和我的榮耀——促成人的不死和永生」（摩西書1：39）。

我們是天父的靈體兒女，前生與祂同住，這就稱為我們的第一地位。我們聚集在天上參加天庭會議，天父在會中向我們說明祂的計畫：我們將來到世上，也就是我們的第二地位，並且獲得肉身。我們也要「驗證……是否願意做……神命令〔我們〕的所有事情」（亞伯拉罕書3：25）。

神為我們制定幸福計畫，耶穌基督是這個計畫的核心。「看啊，我就是那位從世界奠基時就被預備來救贖我人民的。看啊，我是耶穌基督。……全人類，即相信我名的，將在我裡面而得著生命，永恆地得著生命，成為我的兒子和我的女兒」（以帖書3：14）。

有一位救主將為全人類贖罪，使我們得以悔改，再度變得潔淨。（見阿爾瑪書42：23-26）

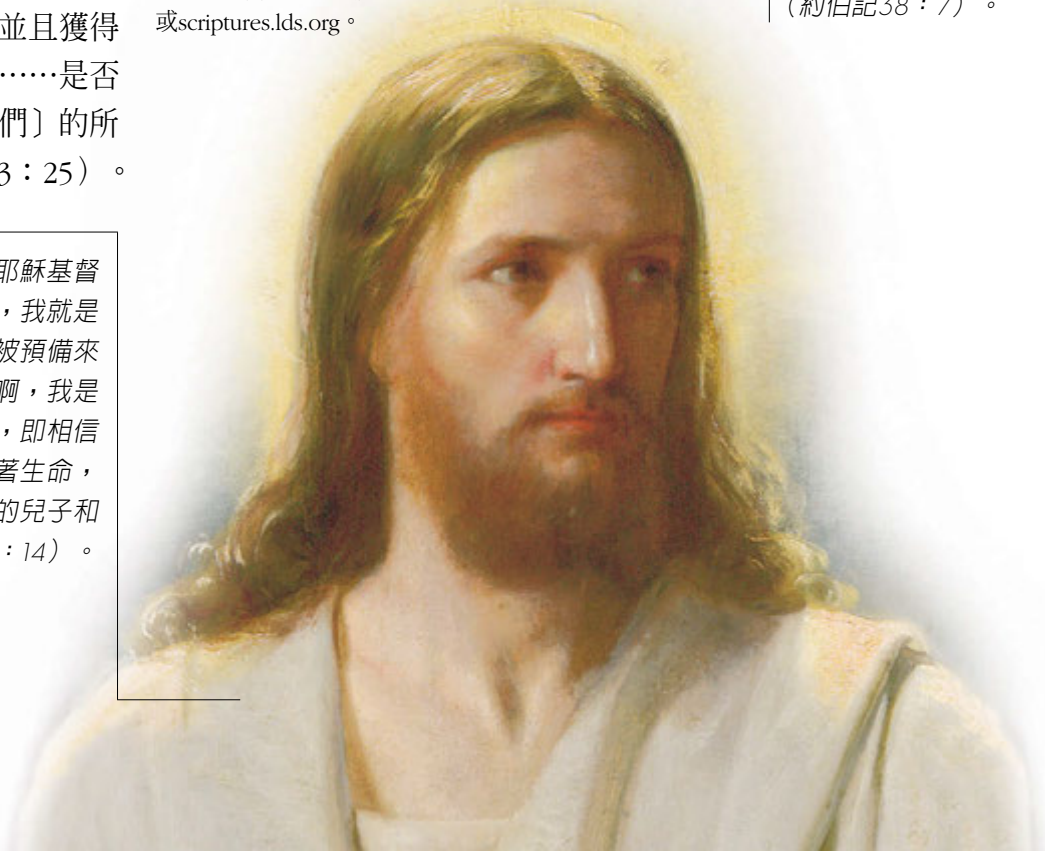
我們當時都選擇了接受天父的計畫，讓耶穌基督作為我們的救主。由於救主的贖罪以及復活，我們能夠回到天父面前，過著祂所過的那種生活。

見福音原則（2009），第13-16頁；宣講我的福音（2004），第48-59頁；忠於信仰（2004），「救恩計畫」，第100-102頁；以及經文指南，「救贖計畫」，第155-156頁，或scriptures.lds.org。

1. 我們在天庭會議中和天父一起開會，聆聽祂的計畫。



6. 我們「也都歡呼」（約伯記38：7）。



2. 神的計畫需要一位救主為我們在屬世所犯的罪贖罪。神問道：「我要派誰去呢？」（亞伯拉罕書3：27）。



3. 耶穌基督是天父兒女中的長子，祂知道我們必須能夠自由選擇是否服從神。耶穌說：「我在這裡，派我去」（亞伯拉罕書3：27），還說：「父啊，願您的旨意得成，願榮耀永遠歸於您」（摩西書4：2）。



4. 路西弗是神的另外一個孩子，他不相信我們應該自由選擇是否服從神。他說：「我在這裡，派遣我，……我要救贖全人類，使一個靈魂都不失落……；所以把您的榮譽給我」（摩西書4：1）。



5. 天父說：「我要派第一個去」，也就是耶穌基督（亞伯拉罕書3：27）。



7. 由於耶穌基督將成為救主，路西弗非常憤怒於是背叛了。天上的群眾有三分之一跟隨他。（見教約29：36-37。）



8. 我們選擇接受神的計畫，跟從耶穌基督。我們保住第一地位，並進入第二地位，在此得到必死的身體。



9. 我們對耶穌基督有信心、悔改我們的罪、透過祂的聖職權柄受洗、接受聖靈的恩賜，並且終生遵守神的誡命，就能得到耶穌基督贖罪的恩惠（見尼腓二書31：16-20；信條第3-4條）。■

「知道你們得贖，……不是憑著能壞的金銀等物，乃是憑著基督的寶血，如同無瑕疵、無玷污的羔羊之血。基督在創世以前是預先被神知道的，卻在這末世才為你們顯現」（彼得前書1：18-20）。

仰望 聖殿



約翰·維特蘇於1872年在挪威夫羅亞島出生，父母是約翰和安娜·維特蘇。他與莉亞·丹福特於1898年6月1日在鹽湖聖殿締結連理。維特蘇長老於1921年3月17日被按立為使徒，在此之前，他是聲譽卓著的科學家、教育家、作家，曾任猶他農學院以及猶他大學的校長。

維特蘇長老為教會歷史與教義撰寫過多部著作，最後在猶他州鹽湖城辭世，享年80歲。本文最初刊登於1962年10月份 Improvement Era（進步時代）；大寫、段落、標點都已標準化，同時保留原文強調重點的字體變化。

約翰·維特蘇長老（1872-1952）

十二使徒定額組

聖殿是主的家或屋宇。主若要造訪大地，必會來到祂的殿中。我們屬於主的家庭，是祂在前生所生的子女。因此，就像塵世的父母和家人在家中相聚，主的家庭中凡是配稱的成員也可以和我們一樣在主的屋宇中相聚。

聖殿是教導之地。我們在此重溫福音原則，並有神國的深奧真理向我們顯明。進入聖殿時，如果抱持正確的心態並且全神貫注，就能在離開時獲得更豐盛的福音知識與智慧。

聖殿是平安之地。在這裡，我們可以將外界、紛擾

俗世的掛慮和煩惱拋在一旁。我們的思想應該專注在屬靈的事物上，因為在這裡我們只關心屬靈的事。

聖殿是聖約之地，幫助我們過正義的生活。在這裡我們聲明要遵守神的律法，承諾要運用寶貴的福音知識使個人蒙福、為人類謀求福祉。那些簡單的教儀幫助我們在走出聖殿時，更有決心讓自己的生活配稱享有福音的恩賜。

聖殿是祝福之地。我們在此獲得應許，只要保持忠信，這些應許便能實現，帶給我們從今生延伸到永恆的祝福。這些應許幫助我們了解天上的父母就近在咫尺，聖職力量也因此能豐沛地賜給我們。

聖殿是執行神聖教儀之地。生命最大的奧秘，以及人類無法解答的問題在這裡一一釐清：（1）我從哪裡來？（2）我為什麼在這裡？（3）死後我會去哪裡？在這裡，靈的需求乃第一要務，人生的其他一切事物都由此衍生出來。

聖殿是啓示之地。主會在這裡賜予啓示，每個人都



促請他們善用聖殿，享有聖殿的特別祝福。這是神聖之地，凡是已經證明自己配稱領受聖殿祝福的人，都可以在這裡接受神聖教儀。

福音所提供的一切都能在聖殿裡完成。〔代替已逝者〕受洗、〔代替已逝者〕接受聖職按立、為活人和死者執行今世和永恆的婚姻及印證、為活人和死者執行的恩道門、……福音教導、聖工議會，以及其他一切屬於福音的教儀都在這裡執行。事實上，聖殿裡具體而微地展現出福音的全貌。……

我們並不期待一個人初次在聖殿「從頭到尾作完教儀」就能充分領會這些教儀。所以，主提供了反覆複習的方法。每個去聖殿的人都必須先完成自己的聖殿事工，之後再依環境許可，時常為已逝的祖先或朋友完成這事工。這項教儀將為死者開啓救恩之門，也使活人牢記恩道門的性質、意義與義務。我們的心中若是常記得恩道門的意義，就更能在永恆祝福的影響下，履行今生的職責。

教義和聖約第124篇第

能從這裡獲得對人生有助益的啓示。一切知識、一切救助，不論直接或間接，都從主而來。雖然祂可能不會親自出現，但是祂會透過

**符合耶穌基督福音要求的人，
都可以前來聖殿，領受
其恩賜和祝福。**

聖靈、透過世間持有聖職的男性與我們同在。透過聖靈，聖職持有人在世上指導主的事工。進入這個神聖之地的每一個人只要有信心、心懷祈禱，就會獲得幫助，找到人生難題的解答。

能夠來到聖殿是件美好的事；這是主的屋宇、聖職教導之地、聖約之地、祝福之地，也是啓示之地。我們應該覺得無比感激能有這樣的殊榮，並殷切渴望能感受到聖殿中的靈性氣氛。

凡是符合耶穌基督福音要求的人，都可以前來聖殿，領受其恩賜和祝福。每位配稱的教友都可以向主教申請聖殿推薦書。

這裡執行的教儀很神聖，但不神祕。所有接受並奉行福音的人，只要保持個人的潔淨清白，就能接受這些教儀。事實上，我們歡迎所有忠信的教友前來，並

39-41節的啓示詳盡勾勒出聖殿的教儀：

「所以，我實在告訴你們，你們的膏抹禮、你們的洗濯禮、你們代替死者的洗禮、你們的莊嚴集會、你們藉著利未子孫獻祭的紀念、在你們接受交談的至聖所中給你們神諭，和爲了錫安的啓示和根基的開始，爲了她一切轄區的榮

在聖殿中，所有的人都穿上類似的白色服裝；白色象徵純潔，不潔的人沒有權利進入神的屋宇。

耀、榮譽和恩道門而給你們規章和法典，這些都是藉我神聖家宅的教儀按立的，而我的人民一向被命令爲我的聖名建造那家宅。

「我實在告訴你們，要爲我的名建造這家宅，好讓我在其中向我的人民顯示我的教儀；

「就是我認爲適於向我的教會顯示世界奠基以前就隱藏起來的事，和屬於圓滿時代的

福音期的事。」

在聖殿中，所有的人都穿上類似的白色服裝；白色象徵純潔，不潔的人沒有權利進入聖殿。此外，相同的服裝乃象徵在父神面前，所有的人都是平等的。乞丐和銀行家、有學問的和文盲、王子和貧民，都一同坐在聖殿中；只要在主神——他們靈體之父——面前正義生活，他們就同等的重要。人們在聖殿中所接受的是靈性的教導和啓發，所有這樣的人在主前一律平等。……



從開始到結束，完整接受教儀是個榮耀的經驗，能振作人心、增長知識，並且帶來勇氣，參與者對他從事的事工會產生更多的了解與力量。

聖殿的律法以及恩道門的聖約是美善有益、簡單易懂的。遵守這些律法和聖約也同樣簡單。然而，先知約瑟·斯密雖然沒有受過世俗教育，卻能將律法和聖約列出適切的順序，爲人類屬靈的進程奠下根基。單單這一點就足以說明我們有理由相信，約瑟·斯密是由超乎凡人的力量在引導的。

進入聖殿服事的人只要懷著信心，完全服從主的旨意，在那天就會體驗到榮耀美好的感覺，光明和力量也會臨到他們身上。……

一個人不論在何處歸入主耶穌基督所啓示的福音，在聖殿中，尤其會更加堅信神的事工之所以重新建立，是爲了實現祂在末後日子的特別目的。聖殿服務是爲了要協助我們，使我們有資格參與這項偉大的事工：「促成人的不死和永生」（摩西書1：39）。■



聖殿 的應許

愛倫·席格提

我在教會的環境中出生、成長，但是到了二十多歲，卻選擇了不在教會中活躍。我嫁了一個好丈夫，他對於自己的信仰也並不積極。我和約翰開始生兒育女，最後有了五名子女。有了子女之後，

我的心開始嚮往年少時的教導。我沒有給約翰壓力，不過他同意跟著我和兩個兒子約翰羅、約瑟一起到教會聚會。我們開始每個星期天到所屬的支會去。傳教士教導了約翰，他接受了福音，並於三個月後受洗。



席格提家庭攝於2006年。前排左起：約瑟、德莎、約翰羅以及珍娜。
後排左起：海麗、約翰以及愛倫。

我們成為支會中活躍的教友，在各個輔助組織中擔任召喚。我們的家庭多添了三名成員：海麗、德莎以及珍娜。這五個孩子在參加兒童會、活動日、童軍活動的過程中日益成長。之後十年，約翰跟我前後上了三次聖殿準備課程，但是我們始終沒有到聖殿去。我們希望一家人能夠印證在一起，但是卻感到自己還沒有準備好奉行全部的誠命。我們固定到教會去，也遵行大部分的誠命——這已經夠好了，不是嗎？再說，孩子們也不是真的很了解印證不印證有什麼差別。

我們不久就發現其實不是這麼一回事。我們每天晚上送大兒子上床睡覺時，他就開始問我們家什麼時候要去聖殿。這又觸及到我們的心事了。

大約就在這時候，主教請外子跟我到他的辦公室一趟，他想知道我們為什麼始終沒有付諸行動，讓一家人獲得聖殿的祝福。我們向他解釋，說我們還沒有準備好奉行全部的誠命來接受聖殿推薦書，還說我們覺得一家人都已經盡最大的努力了。

萊汀主教就像之前的幾

任主教一樣勸導我們，說明這些教義很重要，可以讓我們一家得著永恆的祝福。不過，接下來發生的事，讓我永遠不會忘懷。萊汀主教坐在那裡沉默了一下子，然後輕輕地說：「我覺得有件事要告訴你們，那就是你們前往聖殿的時機就是現在，不然你們家庭就要失去這個機會了。」

我們並不明白主教這一番話隱含了什麼意思，但是立刻感到聖靈證實了主教說的這些話是真的。我們不僅了解到聖殿會永遠地祝福我們，也明白當孩子在成長的過程中開始為人生作出重要決定的時候，印證這件事會對他們有幫助。

我跟約翰那天晚上離開主教辦公室時，心裡有一種從未有過的迫切感覺。我們訂出明確的目標和日期，什麼時候要接受聖殿恩道門和印證教儀。從那個時候開始，我們便全心全意地努力奉行全部的誡命——而不是只奉行那些我們認為很容易的誡命而已。此外，我們在禱告和經文研讀方面持之以恆，從事召喚時也更加熱心。在作了這些犧牲奉獻之後，我們看到生活中出現了許多祝福。

我們心裡感到苦惱的時候，就彼此勉勵。我記得有一天晚上外子察覺我有點憂慮，於是讀了培道·潘會長所寫的聖殿¹



聖殿的祝福

進入聖殿，執行主的殿裡的教儀時，某些祝福就會臨到你們：

1 你們會接受到以來加的靈，他必使你們的心轉向你們的配偶，轉向你們的子孫和祖先。

2 你們會比以往更深愛家人。

3 你們的心會轉向祖先，他們的心也會轉向你們。

4 你們會按照主的應許蒙得高天的能力〔見教約38：32〕。

5 你們會持有神知識的權鑰（見教約84：19）。你們會學習到如何才能變得跟祂一樣，神性力量也必向你們顯示（見教約84：20）。

6 你們會對那些進入幔子另一邊的人提供偉大的服務，使他們能『讓肉體按著人受審判，但他們的靈按著神活著。』（教約138：34）

「以上這些就是聖殿的祝福，也是經常進入聖殿者的祝福。

「因而我祈求：願神祝福以色列人！願神祝福那些興建聖殿的祖先；願神祝福我們教導的子子孫孫，使他們明白到聖殿去會有些什麼偉大的祝福等著他們；願神祝福，讓我們能獲得先知以來加顯示的所有祝福，以確保我們的召喚和揀選不致落空。」

參閱泰福·彭孫會長（1899-1994），「我希望你們教導子孫這些關乎聖殿的事」，1986年4月/5月，聖徒之聲，第5-6頁。



裡的一段話，我們一直共同在學習這本書的內容。他所分享的內容擴展了我的眼界，讓我不再恐懼。

萊汀主教不斷鼓勵我們，同時也鼓勵支會的其他教友。一位朋友給我們聖殿這本小手冊，我們細細讀過。聖殿準備課程的幾位教師解答我們的問題，親切地關懷我們、與我們交誼，支會裡許多教友都為聖殿配稱樹立了良好的榜樣。

每天晚上我們送孩子上床睡覺的時候，總是滿懷信心告訴他們說，沒錯，我們家就要到聖殿去了。時間越來越接近，我們也給了他們確切的日期。

1998年4月17日，也就是與當時在主教辦公室那個扭轉我們人生的日子相隔六個月之後，我和約翰與五個孩子跪在德州達拉斯聖殿的祭壇前。支會中許多朋友都前來觀禮，這些人都明白自己家中所享有的祝福，他們的支持讓我了解到，他們多麼熱切渴望我們也能夠享有這些祝福。毫無疑問，我們的印證是我們目前人生中最重要的一件事情。

對於外子和我而言，印證所產生的影響非常實際明確。比方說，我們注意到家裡的氣氛有了改變，特別是我們的孩子。他們似乎更加服從，儘管他們不是十全十美，但他們一直努力作好的

選擇、遵守誠命。我們也感到一家人更加合而為一。

聖殿的祝福如此豐美，尤其在2007年，我們更深切地感受到聖殿的祝福。10月21日上午，我們17歲的雙胞胎女兒發生車禍。德莎只受了輕傷，但是珍娜傷勢嚴重，被送到區域的大醫院，她



我們在家裡放了一幀攝於聖殿的全家福照片，提醒我們記得這一切的經歷以及所應許的祝福。

在那裡昏迷不醒。當我們得知她可能無法活下來，三個年紀較大、在外地上大學的子女都趕回來。接下來的幾天，我們一家守護在珍娜的病房裡，而那項讓我們死後能夠重聚的教儀帶給我們莫大慰藉。我們討論了我們家庭的永恆特質。車禍發生後一個星期，珍娜過世了。

珍娜過世後，聖殿的聖約對我們而言更顯得重要。我們非常思念她，恨不得重聚的那天早日到來，但是對於救恩計畫的信心

以及對於永恆家庭的見證支撐著我們。我們在家裡放了一幀攝於聖殿的全家福照片，提醒我們記得這一切的經歷，明白我們可以獲得所知的應許。

我們很感激能有忠信的聖職領袖向我們建言，尤其感謝有一位好的主教遵循聖靈的提示，因

而為我們家庭帶來了永恆的祝福。我們也很感激朋友與支會教友一直鼓勵我們，樹立良好的榜樣讓我們依循。我們最感謝的是慈愛的天父，由於祂將祂的兒子賜給我們，也由於聖殿的教儀，「家人的關係可以超越死亡而永遠延續」²。■

註：

1. 準備進入聖殿小手冊是根據培道·潘會長的書聖殿所撰寫的，已譯成多國語言，可以透過各地發行中心取得（編號36793 265）。
2. 「家庭：致全世界文告」，2004年10月，利阿賀拿，第49頁。

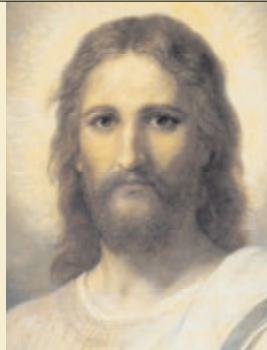


舊約中的 基督及 文化

仔細研讀這部重要的經文會幫助我們對於救主、祂永恆的犧牲，
以及那些期盼祂誕生的人更為感激。

許 多人在開始研讀舊約之際，可能都需要經過一番調適，以免透過自我文化的透視鏡來看待這一部內容豐富的經文，不然的話，若強行將個人對現代文化的認知套用在一個數千年前的社會，不免讓舊約看起來匪夷所思或不合時宜。

文化的制約可能使我們對於舊約習俗百思不解，例如：姊姊應比妹妹早出嫁（見創世記29：25-26），婦女要將水罐及其他重物扛在肩上（見創世記21：14；24：15），和別人打招呼時，必須從駱駝或驢子上下來，以表尊敬（見創世記24：64



；撒母耳記上25：23；列王紀下5：21），要對他人俯伏下拜（見創世記18：2-3；19：1；23：7，12；42：6），父母要為兒子挑選新娘（見創世記21：21；24：4；38：6）；或者，客人抵達主人家時要先洗腳（見創世記18：4；19：2；43：24）。

要是我們把聖經從它自身的環境抽離出來，放在現代的文化中去認識和理解，我們會感到亂無頭緒。我們要反過來改變自身的思維與觀點，才能更了解古代的生活方式。

舊約對於古代眾先知、各民族及各個文明的文化概況提供了許多有用且有趣的

資訊，包括音樂、語言、藝術、文學、宗教團體、貨幣制度、食物、衣著、曆法結構、婚姻制度等等。舊約的內容有時候雖然令人望而生畏，但其實為鑽研它的人提供了一個相當豐盛、足以使生命改觀的酬賞，那就是：帶領他們歸向基督；若非如此，其中種種的資訊就可能只是一些有趣的文化和歷史研究罷了。

舊約是救主的第一部約書，其中記載的無數文化宗教習俗，無論是在類型或預言上來說，都



以基督和祂的贖罪為中心。舊約中有五個例子描述了當時盛行的宗教習俗，使我們對耶穌基督、祂的贖罪，以及我們與祂的關係，有更深切的認識。

被牽到宰殺之地的羊羔

耶穌在客西馬尼受苦之後，就見到猶大和「一隊兵，和祭司長並

法利賽人的差役，拿著燈籠、火把、兵器，就來到園裡」（約翰福音18：3）。耶穌甘心受辱，讓這些暴徒將祂拿住，並且捆绑（見約翰福音18：12）。

約翰的見證並未記載耶穌是怎樣被捆绑的，但十二使徒定額組的布司·麥康基長老（1915-1985）提出了一項有力的見解，他說耶穌當時「脖子被套上繩子帶走，像一名普通的罪犯。」¹這項細節並未載於福音書中，因此想必是出自於一位受支持為先知、先見、啓示者之人，因其先知身分所得到的理解。

套在救主脖子上的繩子令人想起捆绑普通罪犯

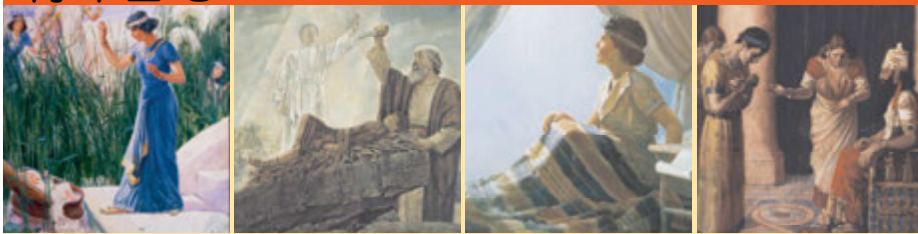
的作法，也令人想到今日在聖地仍盛行的一種習俗，就是羊隻要牽去屠宰時都用繩子套在牠們的脖子上。這項習俗根源於舊約世界，在舊約的記載中，已經預見耶穌生命中的此一事件了，因為以賽亞預言彌賽亞「被欺壓，在受苦的時候卻不開口；祂像羊羔被牽到宰殺之地」（以賽亞書53：7）。

剥去犧牲祭品的皮

利未記提到一項宗教儀式，就是在宰殺公牛之後加以剥皮：「他要在耶



套在救主脖子上的繩子令人想起在聖地盛行的一種習俗，就是羊隻要牽去屠宰時都用繩子套在牠們的脖子上。



舊約中的青少年

我們從舊約中的經文領袖在青少年時期獲致的成就得到什麼啓示？

珍妮特·多馬

教會雜誌

儘管我們之所以會記得舊約中大多數的知名人物，是因為他們成年之後的一番作為，但偶爾也會發現到一些蛛絲馬跡，透露這些卓越人物在青少年時期的模樣。事實上，發掘這些人物在成長過程中所做的決定和抉擇可能有助於你今天的生活。以下是七個例子：

摩西

摩西在襁褓時被人發現在蘆荻中，然後被帶到皇宮當作皇子撫養，接受一流的教育（見使徒行傳7：22）。他在青少年時期可能就學會了閱讀和書寫埃及文。

以撒

以撒誕生的時候，他的父母亞伯拉罕和撒拉都已年邁。以撒是神應許給他父母的孩子，也是他父親家產的繼承人。經文上說，以撒陪父親上山，預備被獻為燔祭時，還是個「童子」（見創世記22：3-19）。他從父親身上學習到要遵從主的指示並展現出信心，之後，以撒的性命得到保全。

撒母耳

撒母耳的誕生，是主賜給他母親哈拿的禮物。哈拿承諾要將他獻給主，讓祭司以利撫養長大。撒母耳在成長的過程中都在事奉主，大約12歲的時候，他在夜裡被主呼喚的聲音喚醒了（見撒母耳記上3：4-10）。雖然年紀還小，撒母耳就學到要聆聽主的聲音，就此開始準備成為先知。

但以理

但以理在他全家及其他人民被擄往巴比倫後，和他的三個朋友一起被帶到皇宮服事。這些少年人都拒絕食用宮廷內所用的膳、飲的酒。他們遵守誠命，獲賜聰明和知識。但以理書1：20說，巴比倫國王發現這四名少年人「比通國的術士和用法術的勝過十倍」。

和華面前宰公牛；……要剝去燔祭牲的皮」（利未記1：5-6）。

這裡顯然是指剝去動物的皮。獻祭的供物宰殺之後，就由獻祭的人，或是一名祭司將那隻動物的皮剝去。希伯來文 *psht* 一詞，翻譯出來就是「剝」，通常意指「剝去衣裳」（見創世記37：23；撒母耳記上19：24；以西結書16：39；44：19）。

被剝了皮的獻祭動物象徵著耶穌基督。耶穌在被釘十字架前就被人唐突無禮地剝掉了衣服，包括外衣和「裡衣」：

「兵丁既然將耶穌釘在十字架上，就拿祂的衣服分為四分，每兵一分；又拿祂的裡衣，這件裡衣原來沒有縫兒，是上下一片織成的。

「他們就彼此說：『我們不要撕開，只要拈鬮，看誰得著。』這要應驗經上的話說：他們分了我的外衣，為我的裡衣拈鬮」（約翰福音19：23-24）。

賓塞·甘會長（1895-1985）寫道：「〔士兵〕侵犯祂的隱私，剝去祂的衣服，又給祂穿上朱紅色袍子時，祂受了多大的苦啊！」²

剝去獻祭動物的皮也預示著耶穌受鞭打。祂出現在羅馬巡撫彼拉多面前時，身受鞭打而皮開肉綻（見馬太福音27：26）。彼

得在記寫耶穌「親身擔當了我們的罪」（彼得前書2：24）時，也許指的就是這場鞭打或是後來在祂手心和手腕上的釘痕。在此七百多年之前，以賽亞即已預言救主會受到鞭打。祂以救主的口吻記寫道：「人打我的背，我任他打」（以賽亞書50：6）。

刺扎過的麵包

舊約有一些章節提到一種像麵包一樣的特殊食物，供到聖殿崇拜的人食用，或與獻祭的供物一起放在祭壇上焚燒（見出埃及記29：2；利未記2：4；民數記6：15）。在希伯來文中，這種麵包稱為 *halah*（複數為 *halot*，意指「刺扎過的」麵包（源自希伯來文字根 *hll*，意為「刺扎」）。在經文其他地方，這個希伯來文字根（*hll*）指的是正在刺扎，尤其是指受到刀、箭刺扎的人（見撒母耳記上31：3；耶利米哀歌4：9）。

我們不知道為何這種麵包要被稱為 *halah*，也許指的是麵糰在放進烤爐前要先刺扎或戮孔。刺扎過的麵包很可能就代表耶穌基督，因祂被稱為「生命的糧」（約翰福音6：35），而且祂在十字架上被槍扎了（見約翰福音19：34）。以賽亞和詩篇作者都

正如刺扎過的麵包是古代犧牲制度中極重要的一部分，早期基督教時代的聖徒以及我們自己這福音期中的聖徒，也會用破碎的餅（麵包）來記念基督的犧牲。



曾預言耶穌被刺扎一事是祂贖罪的一部分：「祂為我們的過犯受害」（以賽亞書53：5）、「他們扎了我的手，我的腳」（詩篇22：16）。

正如刺扎過的麵包是古代犧牲制度中極重要的一部分，早期基督教時代的聖徒以及我們自己這福音期中的聖徒，也會用破碎的餅（麵包）來記念基督的犧

牲。我們都記得耶穌親自擘開了聖餐麵包，預示著祂破碎的身體。馬太記載：「他們吃的時候，耶穌拿起餅來，祝福，就擘開，遞給門徒，說：『你們拿著吃，這是我的身體』」（馬太福音26：26）。

破碎的麵包象徵耶穌破碎的身體一事，從近代眾先知所作的陳述即可清楚看出，包括約翰·泰來會長（1808-1887）也說：「我喜歡與聖徒一起聚會，我喜歡與他們一起為記念我們的主、救主耶穌基督破碎的身體而擘麵包，並同飲那記念祂所流的血的杯。」³



約瑟

約瑟大約17歲時，被兄長賣給商人，被帶往埃及成為奴隸。即便在這樣的處境，約瑟仍備受祝福。一個名叫波提乏的人買了他，約瑟在工作上表現極佳，所辦的一切事盡都順利（見創世記39：3-4）。約瑟雖受到誣告及指控，最後仍躍升為埃及宰相，地位僅次於法老。他的成就使他得以在饑荒時拯救了自己一家。

路得

路得在她的第一任丈夫——也就是拿俄米的兒子過世時，可能還是個年輕婦女。當時她並未回到自己娘家，反而選擇和婆婆同住，並接受婆婆所學到的信仰，也就是信奉以色列的神。她對拿俄米說：「你在哪裡住宿，我也在那裡住宿；你的國就是我的國，你的神就是我的神」（路得記1：16）。路得再婚後，成了大衛王的曾祖母，而耶穌基督後來便是誕生於這個家系。

大衛

大衛一家住在伯利恆，他是八個兄弟中最小的。小時候，他就展現無畏的勇氣，拯救父親的羊免於獅子和熊的攻擊。十來歲時，大衛即蒙先知撒母耳揀選為王（見撒母耳記上16：12-13）。起初，撒母耳以為大衛的哥哥就是神要揀選的人，因為他身材高大健壯，然而主對這位先知說，童子大衛才是王的人選。撒母耳得知：「耶和華不像人看人：人是看外貌；耶和華是看內心」（撒母耳記上16：7）。

舊約中的這些男女是從什麼時候開始準備終生為主服務的？我們從經文中發現，他們都是從小就開始準備了。你到了十來歲時，就可以認識主、遵行祂的旨意了。正如先知阿爾瑪對他兒子希拉曼所說的：「我兒，記住，在你年輕的時候要學習智慧；是的，在你年輕的時候就學習遵守神的誠命」（阿爾瑪書37：35）。

不要等到長大成人，現在就是開始過正義生活的最佳時機。

本文各項資料出自後期聖徒詹姆士王欽定本聖經中的Bible Dictionary，以及亨利·吉曼編纂的The New Westminster Dictionary of the Bible。

搗成的油

古代的犧牲制度中，有數項規定都與搗成的橄欖油，或「在搗鉢裡捶搗橄欖所製成的油」⁴有關。舉例來說，聖殿每日的獻祭就包括兩隻羊羔、一份奠祭，以及一份用麵粉與搗成的橄欖油調成的祭品（見出埃及記29：40；民數記28：5-6）。這三樣祭品——羊羔、奠祭與麵油調品——要作為「每日……常獻的燔祭」（民數記28：3）。

搗成的油也用在聖殿燈台上，為在聖殿工作的人照明。神吩咐摩西說：「你要吩咐以色列人，把那為點燈搗成的清橄欖油拿來給你，使燈常常點著」（出埃及記27：20）。

在摩爾門經中，阿賓納代聲明：「祂是世界的光和生命，是的，是無盡的、永不暗淡的光」（摩賽亞書16：9）。因此，用搗成的油點燈，為聖殿照明，正如基督也為全世界提供光明一樣，這個比喻實在是再恰當不過了。

搗成的油與耶穌基督之間還有另一層關聯。搗成的油常被形容為「上好的、昂貴的」⁵，因此極受珍視，比起用榨油器或其他方法製成的橄欖油更見珍貴。搗成的油之所以被採用，是因為它在兩個重要層面上都象徵著救主：首先，祂是受膏者，或者

說，祂已接受過橄欖油的膏抹，被稱為基督和彌賽亞，這兩個詞在希臘文和希伯來文中都意指受膏者（用的是橄欖油）。其次，搗成的油預示耶穌基督在十字架上死亡之前數小時的經歷：祂同樣遭受了擊打。馬太、馬可和路加都作了這樣的見證：

「他們就吐唾沫在祂臉上，用拳頭打祂，也有用手掌打祂的」（馬太福音26：67）。

「就有人吐唾沫在祂臉上，又蒙著祂的臉，用拳頭打祂，……差役接過祂來，用手掌打祂」（馬可福音14：65）。



「看守耶穌的人戲弄祂，打祂，

「又蒙著祂的眼，問祂說：『你是先知，告訴我們打你的是誰？』」（路加福音22：63-64）。

甘會長談到這次事件時寫道：「當他們吐唾沫在祂臉上時，祂寧靜、自制地站著，充滿聖者的尊嚴；祂沉著從容，口裡沒有吐出半句憤怒的話。他們掌摑祂的臉，拷打祂的身體，祂仍舊堅毅站立，毫不畏縮。」⁶

搗成的油預示耶穌基督在十字架上死亡之前數小時的經歷：祂同樣遭受了擊打。



七個世紀以前，以賽亞就曾預言人們會這樣虐待耶穌基督：

「人打我的背，我任他打；人拔我顫頰的鬚鬚，我由他拔；人辱我，吐我，我並不掩面」（以賽亞書50：6）。

按手禮

按手在某些獻祭動物頭上的儀式，是古代犧牲制度中很重要的一環。執行按手禮的人各式各樣，包括：

- 個別的以色列人：「你們中間若有人獻供物給耶和華，……他要按手在燔祭牲的頭上，燔祭便蒙悅納，為他贖罪」（利未記1：2，4）。

- 長老：「會中的長老就要在耶和華面前按手在牛的頭上」（利未記4：15）。

- 官長：官長要「按手在羊的頭上」（利未記4：24）。

- 住在同一地區的人：「〔那〕民……〔要〕按手在贖罪祭牲的頭上」（利未記4：27，29）。

- 大祭司：「〔亞倫要〕兩手按在〔活〕羊頭上」（利未記16：21）。

- 利未人：「利未人要按手在那兩隻牛的頭上；……為利未人贖罪」（民數記8：12）。

主命令要在幾項不同的犧牲



運用舊約研讀指南

黛薇拉·哈里斯的研讀指南上寫滿了筆記，她說：「我每星期都會用到我的研讀指南。我會閱讀上面所列的經文、回答問題，然後與子女及孫子女分享我所學到的事。」

哈里斯姊妹發現舊約班員研讀指南是學習福音一項很有用的工具。她說：「我見證只要遵從福音的教導，就能避免掉許多問題，使我們的生活充滿希望。」

你也可以用研讀指南來搭配經文閱讀，藉此讓福音的學習更有成效。在研讀指南的每一個主日學課程裡，都包括下面幾個輔助項目：

1. 指定閱讀的經文。
2. 帶動班員討論的問題。
3. 幫助我們思考如何將舊約經文應用到當今時代的問題。

舊約記載的各項預言及教導，來自於至少29位先知及其他受靈啟發的領袖。研讀指南是要幫助我們專注在各個篇章中，強調這些先知及領袖的預言與教導，以及他們生活中啟發人心的故事。

願我們在研讀舊約以及無價珍珠中的亞伯拉罕書和摩西書時，都能虔敬勤勉地善加運用研讀指南這項工具。願我們在研究和閱讀這部古代的經文時，都能記住總會會長團第一副會長墨林·羅慕義（1897-1988）所說的這番話：「舊約的信息就是有關基督及其來臨和贖罪的信息」（“The Message of the Old Testament,” *A Symposium on the Old Testament* [1979], 5）。

祭中執行按手禮，包括燔祭、平安祭及贖罪祭（見利未記1：4；3：1-2；4：3-4；24：10-16）。

按手在獻祭動物頭上的儀式，教導了替代律法，也就是

由一人替代另一人行事的能力。這個例子象徵將人們的罪轉移到動物頭上。或者，有聖經學者指出，按手禮「是將罪人與將要宰殺的獻祭牲視為一體，象徵他要

獻出自己的生命。」⁷ 在犧牲祭中進行按手禮的象徵意義，已載明在利未記16：21-22，說明大祭司怎樣將以色列人的罪孽過犯都轉移到羊的頭上：

「〔亞倫要〕兩手按在羊頭上，承認以色列人諸般的罪孽過犯，就是他們一切的罪愆，把這罪都歸在羊的頭上。……

「這羊要擔當他們一切的罪孽。」

獻祭的動物當然就是耶穌基督的樣式和表徵，因祂在十字架上死亡之前，就已經承擔了我們的罪孽過犯。

了解舊約的文化能夠幫助我們讀懂舊約經文的全部意義，特別對於那些指向耶穌基督、以祂為中心的經文，更是如此。仔細研讀這部重要的經文會幫助我們對於救主、祂永恆的犧牲，以及那些期盼祂誕生的人更為感激。■

註：

1. Bruce R. McConkie, “The Purifying Power of Gethsemane,” *Ensign*, May 1985, 9.
2. 參閱賓塞·甘，「拿撒勒的耶穌」，1985年5月，聖徒之聲，第4頁。
3. 總會會長的教訓：約翰·泰來，第39頁。
4. William Gesenius, *A Hebrew and English Lexicon of the Old Testament*, trans. Edward Robinson (1977), 510.
5. *Hebrew and English Lexicon of the Old Testament*, 510.
6. 參閱1985年5月，聖徒之聲，第3頁。
7. *Theological Dictionary of the Old Testament*, ed. G. Johannes Botterweck and others (1995), 15 vols., 7:295.



保羅·西布勞斯基長老
七十員



「你們也應當 如此行， 為的是記念我」

願我們充滿主的靈，能配稱領受聖餐。

許多年前我在加拿大傳教時，看到蒙特婁分會的聖餐桌前方精美地刻著：「你們也應當如此行，為的是記念我」（路加福音22：19），讓我印象非常深刻。

在那個小小的分會裡，亞倫聖職的成員無論在穿著或舉止上，都提醒著聖徒們記得救主教導我們這項最有意義、最神聖的教儀。而現在，每個星期天在聖餐傳遞的時候，我的腦海裡依然會浮現那幾個雕刻出來的字：「你們也應當如此行，為的是記念我。」

我們身為主的約民，要提早幾分鐘抵達聖餐聚會，以表示崇敬並沉思這項神聖的教儀。在抵達教堂準備領受聖餐的時候，要利用這幾分鐘的時間遵從保羅對哥林多聖徒提出的忠告：「人應當自己省察，然後吃這餅、喝這杯」（哥林多前書11：28）。

制定聖餐

聖餐代表的是耶穌基督的贖罪犧牲。這項神聖崇高的教儀要依照規定的方式，由配稱的聖職持有人主理，讓配稱的後期聖徒領受。在準備、祝福及傳遞聖餐時，都要謹慎專注，以莊重的態度進行。

保羅提醒聖徒，聖餐制訂的時間，正是全盛時期的關鍵時刻，是在耶穌與祂的十二使徒享用逾越節的筵席上。

「我當日傳給你們的，原是從主領受的，就是主耶穌被賣的那一夜，拿起餅來，

「祝謝了，就擘開，說：『這是我的身體，為



「在世界組織以前，神已經制定一個計畫，要依照祂兒女服從祂誠命的程度來祝福他們。但祂也了解，我們有時會被

這世界的事物干擾分心，因而需要定期受到提醒我們曾經訂立過的聖約和祂的應許。……

「領受聖餐的目的當然是在更新我們與主所立的聖約。」

十二使徒定額組多馬·貝利長老。

你們捨的，你們應當如此行，為的是記念我。』

「飯後，也照樣拿起杯來，說：『這杯是用我的血所立的新約，你們每逢喝的時候，要如此行，為的是記念我』」（哥林多前書11：23-25）。

在那個時候，舊的律法，即摩西律法，就要成全了，而新的聖約——也就是更高的律法——就要制定了。聖餐的教儀至少會持續到耶穌基督的第二次來臨，那時我們的救主會與祂的聖徒一同領受聖餐（見哥林多前書11：26；教約27：5-14）。

為當時最後的晚餐所準備的祭品羊羔，正是每年逾越節筵席的主要部分。十二使徒在坐席的時候，身為逾越節羊羔的耶穌，拿起餅來、祝謝、擘開後，遞給了門徒（見馬太福音26：26）。

在新世界中，復活後的主把祂手上和腳上的釘痕給尼腓人看之後，也制定了聖餐，祂說：

「這件事你們要常常遵行，像我所行的一樣，就是像我剛才擘麵包，祝福麵包，並給你們那樣。

「你們應當這樣做，以記得我的身體，這身體我已給你們看了。這樣也是要向父證明，你們一直記得我。如果你們一直記得我，就必有我的靈與你們同在」（尼腓三書18：6-7）。

關於那杯，祂說：「你們要常常為悔改並奉我名受洗的人做這件事；你們應當這樣做以記得我為你們流的血，使你們得以向父證明，你們一直記得我。如果你們一直記得我，就必有我的靈與你們同在」（尼腓三書18：11）。

救主也告訴尼腓人：「凡吃這麵包的，就是將我的身體吃進他的靈魂；凡喝這葡萄酒的，就是將我的血喝進他的靈魂；他的靈魂永不饑渴，卻要飽足。」群眾領受過聖餐後，記載上說：「他們都充滿了靈」（尼腓三書20：8-9）。



配稱地領受

十二使徒定額組的多馬·貝利長老教導：

「在世界組織以前，神已經制定一個計畫，要依照祂兒女服從祂誠命的程度來祝福他們。但祂也了解，我們有時會被這世界的事物干擾分心，因而需要定期受到提醒我們曾經訂立的聖約和祂的應許。……

「領受聖餐的目的當然是在更新我們與主所立的聖約。……

「……配稱地領受聖餐會使我們有機會獲得屬靈的成長。……

「……如果我們心不在焉地領受聖餐，就會失去使靈性成長的機會。」¹

保羅在新成立的哥林多教會教導，教友之所以變得「軟弱……患病」，並且「死的也不少」，可能是因為他們不配稱地領受聖餐，「不分辨是主的身體」（哥林多前書11：29，30）。救主宣告：「凡不配稱地吃喝我的肉和血的，就是把罪罰吃進喝進他的靈魂裡」（尼腓三書18：29）。



為聖餐作好準備

- 我們穿著得體，包括穿上適當的鞋子，以顯示我們了解這項教儀的本質是很神聖的。
- 我們帶著破碎的心和痛悔的靈來到聖餐聚會。
- 我們在聚會開始前安靜就坐。
- 我們懷著虔敬、溫柔和忠誠的態度。
- 我們虔敬地沉思、懷想救主的使命，並反省自己是否配稱領受聖餐。
- 我們一起崇拜，唱出聖餐聖詩。
- 我們沉思：更新聖約是多麼重要。
- 我們避免在主理聖餐的時候閱讀書籍或雜誌。
- 我們避免交頭接耳，也避免傳送簡訊。
- 參與主理教儀的聖職持有人要有整潔的儀容、穿著白襯衫、打上領帶，並懷著配稱、虔敬、莊重的態度來準備、祝福及傳遞聖餐。
- 聖職持有人要緩慢清楚地說出聖餐祈禱文。

摘自十二使徒定額組達林·鄔克司長老，「聖餐聚會及聖餐」，2008年11月，利阿賀拿，第17-20頁。

家庭第一

克莉絲塔·施密茲

新的一週開始了，我望著全家的日程表，心裡直發慌。我們怎麼可能把這些安排好的事都做完？

我總是全心投入，盡己所能地到學校擔任志工、送孩子出席他們的各項體育活動及社團、在日益緊湊的行程中設法餵飽大家的肚子，並且每天準備好我的晨間福音進修班課程。外子總是趕著去工作、參加教會聚會、探訪支會教友、擔任足球教練。我們努力熱心做好事，並在教會保持活躍，但我們總是好像還缺少些什麼。許多家庭對於種種活動都能應付自如，但我們卻做不到：繁忙的行程正逐漸傷害到我們的家庭。

想到這個問題，我才注意到很多時候孩子有所要求或需求時，我們都必須對他們說「不行」。這點讓我很不安，我開始思考我們應該怎麼辦。

我翻開經文，閱讀摩爾門經，看到了便雅憫王的講道。他說：「注意，所有這些事都要做得明智而得體，因為人不須跑得比體力所能負荷的更快。還有，他必須努力，才能贏得獎賞。所以，做什麼事都必須得體」（摩賽亞書4：27）。

我們所要的獎賞是一個更快樂、更團結的家庭。我們希望少一點壓力，多一點樂趣，但是看起來我們所走的路顯然並不會帶來這些獎賞。

我知道我們無法再依照這樣緊湊的時程表做事。我們該做哪些改變？

我們都很勤奮，但卻忙得團團轉。我們忙著準備每一件事情，卻沒有做到每一項必需做的事情。我為這個情況祈禱，但一開始並沒有獲得任何答案。

生活一如往常，召喚的事工必須專心去做，碗盤必須清洗，而每個人都需要有人載去參加活動。我每天在準備教導福音進修班時，開始從近代先知和領袖的智慧中找到需要的答案。我無意間讀到一篇賓塞·甘會長（1895-1985）的演講，鼓勵聖徒舉行家人家庭晚會。他說：「但在我們這時代，主已為祂那歷久不衰的計畫換上新的面貌，並且應許能使世人回歸到健全的生活，回歸到真正的家庭生活，並讓家人互相依靠。那就是父親要回復到他的正統地位，擔任一家之主，母親要從社交生活和職場中回到家裡，孩子要遠離無休無止的嬉戲玩鬧。」¹

我領悟到，在我們繁忙的生活中，首當其衝受害的就是定期舉行的家人家庭晚會。過沒多久，主教在聖餐聚會中讀出一封總會會長團信函，提醒我們要明智地選擇活動，不要讓我們所做的好事把家庭晚會擠掉了。

外子和我在討論這項忠告時，領悟到我們的許多活動雖然都很有趣，卻非必要，刪掉那些額

外的活動，會讓我們受益良多。我們將各項活動列成清單，歸類為「必要的」、「不必要的」，或「需要改進的」。

審視列出來的清單時，我們開始擔心孩子的感覺。我們考慮刪掉的，大部分都是孩子的活動，如體育活動和社團。我們決定舉行一次家人家庭晚會，和孩子討論這個問題。當我們和他們討論到這個問題，令我們驚異的是，他們都寧可跟我們在一起，而不願意我們去擔任球隊教練或是主持他們的社團。

有了這樣的了解後，我們的「家庭俱樂部」就誕生了。

我們把現有的活動參加完之後，就不再報名參加任何新的活動了。晚上若是沒有教會事務，外子下班回到家後就會宣布：「今晚是家庭俱樂部時間！」然後孩子就急忙把該做的功課和家事做完，以便全家能聚在一起。

我們的孩子喜歡參與特別的計畫，尤其是和他們的父親一起進行的計畫。有個晚上他們用散

裝的零件組成一台電腦。有時候每個人腰繫工具袋，修理家裡的東西。重點是，我們有時間、有精神，也有渴望聚在一起。

我跟孩子在一起的時間也多了起來，並且會為全家準備更有營養的食物。家庭俱樂部無須我們四處奔走、無須為活動而拆散家人，也無須在外用餐，也似乎沒有人懷念過去匆忙的生活和速食餐飲了。我們都很喜歡家人聚在一起的時光，孩子甚至不想再參加那麼多的課外活動。

我們恢復舉行家人家庭晚會和每日的家庭祈禱。我們也會收拾家裡、進行個人的經文研讀、舉行家庭休閒活動。我們了解到，孩子逐漸長大，自然會有更多的活動，只要有必要，我們就會納入那些活動，但在那之前，我們正享受著家庭俱樂部的每一分鐘。■

註：

1. Spencer W. Kimball, "Home: The Place to Save Society," *Ensign*, Jan. 1975, 4.



割斷繩索！

我 12歲的時候，有個寒冷的星期六早上，爸爸叫我發動曳引機，準備運送牧草去餵那些餓了一夜的馬。但天氣實在太冷了，以致曳引機只動了幾下，後來電池就沒電了。我把這情況告訴父親後，他叫我把藍兒套上馬鞍，掛上雪橇，先趕緊拉幾捆草過去給馬匹充飢，之後再想辦法

就 在爸爸逐漸失去知覺之際，他喊著要我趕緊去求救。

發動曳引機。

藍兒是一匹純種、正值壯年的種馬，十分美麗健碩。我還記得牠那天早上四處騰躍，期待著奔馳一番的樣子。

把兩捆分別重達90磅（41公斤）的牧草放到雪橇上，爸爸騎到藍兒馬背上，我們就出發了。我走在雪橇後面，確保雪橇的平穩。不久我們走上小路，前往冬季牧場。

在我們走了大約三分之一的路程時，一切都

還算順利。那時積雪已經很深了，我看到雪橇前方的雪越堆越多，套在藍兒胸前那條馬鞍帶子也越拉越緊，讓牠無法喘息。突然間，牠反彈了。

藍兒猛然旋繞了兩三圈，企圖除掉牠胸前的壓力。爸爸立刻試著下馬，不料卻一下就被甩到馬的身邊。更糟的是，積雪下方已結成冰，藍兒站立不穩，失足往旁一摔，正好把爸爸壓在下面。

就在爸爸逐漸失去知覺之際，他喊著要我趕緊去向卡爾叔叔求救，這就是說，我必須爬過兩道籬笆，跑過一大片牧場後才能找到救兵。

我轉身正要離去，卻聽到一個聲音告訴我說：「不要走。割斷繩索！」

我立刻照辦，從口袋裡掏出童軍刀，在套繩上不停地割。不一會兒，藍兒突然掙扎著站起來，揚長而去。繩索應聲而斷，爸爸



從繩圈中脫身逃過一劫，否則他可能會被一路拖行，導致性命不保，這時我趕緊跑到他身邊。

爸爸恢復了意識，站起身，向我保證他沒事。於是我們去找藍兒，清除了雪橇前面的積雪，重新套上繩索，再次朝向牧馬場前進。餵過馬匹後，我

們就回家了。

我通常都會毫不遲疑地服從父親的話，那時也已準備好要跑10分鐘的路程到叔叔那裡求救。但是等到他來救援，可能就太遲了。而那一天，聖靈的聲音及時來到。■

傑瑞·賀森，美國猶他州

我對主的承諾

幾年前我的家庭有一段時間很不順遂。父母分居後，我們一家開始忘記了神的愛。

極幸運地，母親的一位朋友見到我們需要接近主，於是把我們介紹給了全部時間傳教士。他們教導我們福音，使我們了解到，神為我們準備了一個計畫，我們雖經歷了許多考驗，祂也未曾離棄我們。認識到這些原則後，我的母親、姊妹們和我都決定接受洗禮。

我們出席星期日的聚會，對福音的見證不斷增長。很快地，我渴望去擔任全部時間傳教士。然而，這並不是個容易的決定，因為我是家裡的男人，母親需要我幫忙。此外，我開始有了許多工作機會，有幾間大學也接受了我的入學申請，最後我決定要祈求神幫助我、指引我。

祈禱之後，我翻開經文，看到了下面這幾節經文：

「因此，你的家庭必能生存。
「看啊，我實在告訴你，只要離開他們一段短時期，去宣揚我的話，我會為他們準備一個地方」（教約31：5-6）。

在那一刻，我強烈感受到聖靈，知道我所讀到的這些正是天父要對我說的話。

那次經驗後不久，我就接到了傳道召喚書。在按手選派為全部時間傳教士之前，我向天父許下一個承諾，要在傳教時遵行祂的旨意——我會勤勉工作，為祂犧牲所有的一切。我惟一祈求的祝福，是有一天能見到家人再度團聚。

傳教的第一年充滿了挑戰，但是同伴和我仍付出全部心力工作。約在這時，我接到母親一封奇妙的信，說父親已經回家了！在那一刻，我想起了我向主作的承諾，也想起了祂在教義和聖約中的應許：「你們若做我所說



傳 教的第一年充滿了挑戰，但是同伴和我仍付出全部心力工作。約在這時，我接到母親一封奇妙的信！

的，我，主，就是受約束的；但是你們若不做我所說的，你們就得不到應許」（教約82：10）。

傳道結束至今，已經過了好幾年，今天我的家人和我仍因福音以及我們與神所立的聖約而感到喜悅。我知道祂活著。我知道祂愛我們。我知道祂差遣祂的愛子來拯救我們。我也知道，當我們向祂許下承諾，並忠於那些承諾，祂也會對我們信守祂的諾言。■

璜安·格美斯，墨西哥格雷羅

我奪取了神之物嗎？

我在30歲那年受洗，過了幾星期之後，我們在祕魯皮烏拉的分會會長就邀我去面談，看看我是否配稱接受亞倫聖職。我坐下來後，喬治·賈西亞會長就先作了祈禱，然後問我：「你相信神嗎？」

我回答：「相信。」

「你是否遵守智慧語？」

我回答：「是的。」

「你遵守貞潔律法嗎？」

「是的。」

對這幾點，我信心滿滿，但他接下來問了一個問題：「你是否繳付十足的什一奉獻？」

我就啞口無言了。我的腦海中浮現出傳教士在教導我什一奉獻時所用的那幅圖畫。他們說，我們收入的十分之一是屬於主的。然後我聽到另一個問題：「傳教士沒有教過你什一奉獻律法嗎？」

我回答：「他們確實教過我了，但我沒有繳。」

賈西亞會長停了一會後，說：「很遺憾，但你必須繳付什一奉獻才能接受聖職。從現在開始，向主繳付你的什一奉獻吧。」

我心事重重地離開了他的辦公室。那天稍晚，我重溫了什一奉獻律法後，進到房間，跪在地上，開始禱告：「天父啊，如果

天父啊，如果我因為沒有繳付什一奉獻而奪取了您的供物，請您原諒我。」

我因為沒有繳付什一奉獻而奪取了您的供物，請您原諒我。我承諾，我絕對不會再不繳了。」

隔週的星期日我到了教會，請求和分會會長再次面談。我告訴他，我覺得主已經原諒我了，

並且接受我繳付什一奉獻的承諾，那個星期日我已經開始履行這個承諾。我問他：「我是否配稱接受聖職？」

他回答：「是的，今天我就會授予你亞倫聖職，並按立你到執事的職位。」

今天我對於什一奉獻以及那隨著繳付這奉獻而來的豐盛祝福都有著強有力的見證。自從35年前的那個星期以後，我在無數次的面談中，每逢領袖問我是否繳付了十足的什一奉獻，我都快樂地回答，是的！■

希多·佛洛斯，祕魯皮烏拉

他們都是我的

這些都是你的嗎？」這是個我經常會聽到的問題，因此，當超級市場裡那位排在我後頭的女士提出這個問題時，我一點也不覺得奇怪。我看著六歲和五歲的女兒站在堆滿物品的推車兩側，正在學步的女兒快樂地坐在推車前方座位上，晃盪著雙腿，四個月大的寶寶則用揸巾兜掛在我的胸前。

我笑著說：「沒錯，他們都是我的。」

從外子與我開始共組家庭時，對於我們要生幾個孩子、以及什麼時候要生孩子的種種選擇，就經常成為大家的話題。我

們要生第一個孩子的決定就不合常理，至少根據世俗的標準來看是如此。我們那時都才20出頭，外子剛從大學畢業，正在尋找一份「真正的工作」。我們的收入微薄，也沒有保險。然而我們都有一種無可否認的感覺，覺得有些靈體正熱切地等著要來到我們家中，因此我們滿懷信心照著我們的想法去做。

我們蒙福懷孕的過程都很順利，生了一個漂亮的女娃，也得到一份可能成為終身事業的穩定工作。我很感激能夠專心在家撫育女兒和後來的三個孩子。每一個孩子的來到，都經過強烈的聖靈指引，確定時機正確，

但要向別人解釋為什麼這麼多孩子接二連三到來，並不是件容易的事。

大家的問題層出不窮，時常質疑我的判斷力：「為什麼要生這麼多孩子？」「你們難道不知道把一個孩子養到18歲要花多少錢嗎？」「你們真的能夠給予每個小孩必要的關懷和機會嗎？」還有少不了的：「你們生完了沒？」

我希望我們還沒生完——雖然撫育幼兒的歲月是那麼緊湊繁忙，無論在體力、情緒、智力及靈性上都充滿重重挑戰。那些日子裡，要張羅孩子吃飯、換尿布、哄嬰兒，還要幫忙擤鼻涕——而且是通通一起來。在這樣的時候我會懷疑自己是否明智，是否真的知道自己在做些什麼？在這樣的日子裡，世人的聲音也似乎都在嘲

笑著，彷彿在說：「早就告訴過你了！」

但在那些時刻裡，我又是多麼感激耶穌基督福音的教導，以及這福音對家庭的重視。每一天我都倚靠著古往今來的先知所教導的福音原則，來知道我身為母親的工作——這的確是工作——才是我一生中所能做的最重要的事，並且值得我全力以赴。我的熱切祈禱獲得了回答，我每天都接受到神的佑助，幫助我完成家裡需要做的事。慈愛的天父用祂溫柔的慈悲，在我那些筋疲力竭的日子中，點綴了無數閃爍喜悅的時刻。

因此，無論是對那位超級市場裡的女士，或對其他想知道我為何要奉獻心力與靈魂來養育兒女的人，我都會自豪地回答：「是的，他們都是我的——我滿心感激、全心全意、毫不遲疑地想擁有他們！」■

卡琪蓀·克瑞尼，美國加州

時 常有人問我為什麼要接二連三生這麼多的孩子，這些層出不窮的詢問往往都在質疑我的判斷力。

在主前 長大

凱薩琳·休斯

於2002~2007年間擔任
總會婦女會會長團第一副會長



我再次閱讀摩爾門經的時候，讀到希拉曼書裡首次提到希拉曼兒子的那一章經文：「事情是這樣的，他有兩個兒子。他給最大的起名尼腓，給最小的起名李海。他們在主前逐漸長大」（希拉曼書3：21）。

這兩個男孩不僅僅在認識主、深愛主、為主服務的過程中長大成人，而且終其一生都持守在同一條的道路上。我想針對這個理念——這個忠信持守的理念——分享我的看法。

既使你是家裡接受福音的第一代，我也能想像你在成長過程中感受到靈性上的渴望。我們所有的人遲早都

會長大，離開原先滋養我們、照顧我們的地方。我讀大學時還住在家裡，一直等到開始教書、父母也搬走了之後，才開始像個大人一樣自食其力。

這段轉變的時期往往是個關鍵，決定我們是否會承諾遵行福音。世界充滿了各式各樣的誘惑，有的直衝著我們而來，有的難以察覺。我們都必須常常自問，我們對自己的靈性做了什麼。我們內在的神性是否獲得了滋養？或者，我們的舉止是否阻擋了聖靈，致使祂無法成為生活的主要影響力？

要過不正義的生活輕而易舉，也不用花太多時間，正如我們所看到發生在摩

爾門經人民身上的那樣。在尼腓三書前幾章中，我們見到絕大部分的尼腓人都墮落了，而拉曼人在變成比較正義的一群人後，也同樣偏離了道路。摩爾門記錄道：

「他們有許多子女已經長大，開始逐年茁壯，有了自己的主張，竟〔被〕……引誘，……

「拉曼人因此也十分苦惱；他們的信心與正義因為新生一代的邪惡開始減弱了」（尼腓三書1：29-30）。

我們都必須警惕，以免「有了自己的主張」。這個說法很有趣。在我看來，這句話暗示著他們先是自作主張，沉溺於眾先知警告他們應加以規避的種種慾求。他們屈從於撒但的慫恿和誘惑。我們每一個人在生命中的某個時刻，也都必須作出選擇，或選擇持守信仰，或選擇「在不信中衰落」，或「故意違背基督的福音」（尼腓四書1：38）。

我真希望能告訴你們有種一勞永逸的方法，能確保我們不會落入這些誘惑，但實際上，這種方法並不存在。不過，的確有一種模式能在我們加以依循之後，確



隨著身體成長、日趨成熟的同時，我們還必須確使我們內在的神性也獲得滋養。我們的舉止應能邀來聖靈，使之成為我們生活主要的影響力。

使我們一旦選擇了天父的計畫，就能保持安全，保持忠信。

在尼腓四書中，我們認識到有一些人既保持了忠信、見證也有所成長。那些人「不斷禁食祈禱，並且經常聚在一起祈禱和聆聽主的話」（尼腓四書1：12）。因此，祈禱和禁食正是這模式的第一個部分。對我而言，耶穌基督福音中最使人感到安慰和放心的部分之

一，就是每個人都有機會和祝福去祈禱。我們經常處在無法出口禱告的環境中，但正如艾繆萊克在阿爾瑪書34：27中教導的，我們可以讓我們的心「不斷傾注在……祈禱中。」

禁食時若伴隨著熱烈的祈禱，就能夠直接而有效地打動天庭。有些時候禁食能夠使病弱的身體恢復健康活力；有些時候能夠開啓心智和胸懷，去幫助需要幫助的

人；有些時候能夠中止乾旱與饑荒。並且禁食總能夠帶給我們平安——知道主認識我們，也了解我們需求與心意的那種平安。

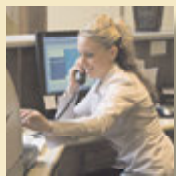
這模式的第二個部分，是他們經常聚在一起「祈禱和聆聽主的話」。在許多地方，單是上教會就困難重重，需要犧牲許多時間和資源。然而世界各地仍有數以百萬計的忠信聖徒在每個安息日都這麼做。

我想在這個模式中另外加上一個部分——我相信這很能幫助我們安然留在福音懷抱中。我指的是聖殿。正如我們每週領受聖餐，更新與主所立的洗禮聖約一樣，參與聖殿教儀也提醒我們這些聖約多麼重要，並增強我們的力量來克服世上的邪惡。

祈禱與禁食、經常聚在一起祈禱和聆聽神的話、到聖殿去，並且研讀經文（我希望這點不用多說）——這些就是我們有能力遵行也應該遵行的模式，這樣我們就能保持忠信、堅定不移地在主前長大。■

摘自2008年4月29日百翰·楊大學愛達荷分校祈禱會講辭。英文版全文請見<http://web.byui.edu/DevotionalsandSpeeches>。

使他們在您裡面成長：



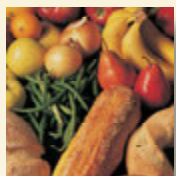
成年的指標

溫蒂·烏利齊及克莉絲汀·派克

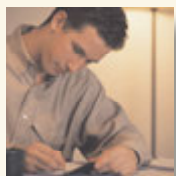


溫蒂·烏利齊博士是開業心理學家。克莉絲汀·派克是有執照的專業輔導員。他們經常輔導年輕成人，自己也有已達年輕成人年紀的子女。

在嘉德蘭聖殿的奉獻祈禱文中，約瑟·斯密祈求神能讓那些在聖殿裡崇拜的人「在您裡面成長，獲得聖靈的充滿，按照您的律法組織起來，準備好獲得一切必需的事物」（教約109：15）。



我們是專業的心理諮商師，在輔導後期聖徒年輕成人時我們發現，他們對於要怎樣才能成長，尤其是怎樣在主裡面成長一事，會覺得茫然無措。無論是單身或者已婚的年輕成人，如果能思考成年人必須有哪些擔當，便可以積極地為成長而努力，而不止是徒增歲數而已。成年的關鍵指標包括下列幾點：



1. 有一種成年的使命感

創造一種使命感，並從諸多職業選項中作出決定是非常艱鉅的挑戰。成年人藉著嘗試不同的選擇、提出問題、作志工或從事初階工作來獲取經驗，並且致力於自己喜愛也最起勁的事情，才能明確知道自己求學、做事的方向。立定這樣的志向，即使是在充滿未知數的情況下，也能夠幫助我們對自己的能力更有信心，減少我們對其他人事物的依賴。

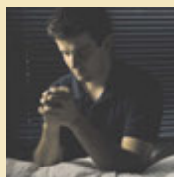
2. 設立個人的目標及例行事項

成年人學到從下列事物中得到成就感，如：設立目標、自律、體會歷程甘苦、建立每日例行事項與模式，

以及根據內心深處的價值觀來決定人生的方向。目標和例行事項能使人避免陷入沮喪和誘惑，也能使人在枯燥乏味與過度壓力這兩個極端的隱憂之間駕馭自如。我們一旦學會堅持完成困難的任務，就會因為獲得最想要的事物感到快樂，而不僅是因為獲得眼前想要的事物而快樂。

3. 妥善規劃身體的保健

妥善規劃自己的牙齒及醫療保健，以及理髮、運動、攝取營養的食物和獲得規律的睡眠等，這些都是使你真正享有身體這項恩賜的正當作法。作好身體的保健讓我們能為自己的健康和福祉負責。



4. 在財務方面更加自立

賺錢的能力增加並開始自己理財後，我們未來的財務就有了保障，同時也能負擔目前的需求。年輕成人聽取父母和領袖的建議來繳付什一奉獻、作預算、投資、將部分收入儲蓄起來並了解債務，可以受益無窮。



5. 建立一所家宅

年紀增長之後，就有能力建立一所能反映出我們品味、生活方式及個性的家宅。有個自己專屬的地方是多麼令人滿足啊——不管是小至在房間一角擺放書籍或工具的地方，或是大到一間公寓、甚或一棟房子。我們將居家環境整理得井然有序、美觀大方，就是與創造主一同參與創造的過程。



6. 培養其他的關係

婚姻和親職理所當然讓人跨進成人的世界，然而單身成人也可以靠著其他的關係而「成長」。儘管結婚和生兒育女的理想是無法取代



的，單身人士仍可享有與手足、親戚、友人、同事、鄰居及支分會教友間的關係。朋友能提供長久的關係、經常的互動和彼此的照應。

7. 學習維繫情感的技巧

主動釋出善意、回應他人邀請、欣賞不同年紀的人，都是成年人的社交技巧。在我們更有能力照料他人、解決衝突、坦誠地分享自己的感受之後，就能享有充實的人際關係。

有些年輕成人對於社交上的互動會覺得恐懼不安，可能因此轉向酒精、毒品、色情、飲食失調，或其他不健康的行為，以逃避恐懼或抗拒恐懼。學習如何與人交談、如何逐漸強化友誼、如何解決人際衝突等，都能幫助我們克服社交方面的弱點。

8. 打造社區

年輕成人可以真正為這個世界帶來長遠的影響。參與社區服務、請人共進晚餐、邀請他人來訪、進行家庭教導或探訪教導、參加運動團隊、光大教會召喚等，都會使自己的生命——以及他人的生命更見豐盛、更富有意義。

9. 支持下一代

一個人一旦從被照料者轉換成照料人者時，我們就知道他真的成年了。年輕成人造福他人的方式，是將知識、經驗和關懷傳承給下一代。定期和子姪輩、社區小孩或兒童會及青少年班級成員一起活動，能建立跨越兩個世代的良好關係。我們也可透過指導工作上的新手、貢獻專長、做傳道事工，以及認識教會的慕道友等，來支持下一個世代。

10. 在屬靈的責任中成長

建立成年人的例行事務時，我們會明確列出屬靈的優先項目如祈禱、經文研讀、教會服務及聖殿崇拜等。聖殿強調跨世代以及上下兩世代之間家庭的重要，也清楚顯明了神與我們的關係是個別的。有資格取得聖殿推薦書意謂著我們在神的屋宇中會受到歡迎，在那裡我們得以繼續在祂裡面「成長」。

引領方向

卡德榮家的孩子加入教會，當開路先鋒，為全家帶來重大的改變。

梅麗莎·梅羅

教會雜誌

卡德榮家的孩子讓全家有了重大的改變。15歲的雅列率先加入教會，13歲的妹妹安琪也在隔年加入，他們的父母則在安琪受洗三年後加入。

起初，這個哥斯大黎加家庭絲毫沒有想到耶穌基督的福音會對他們的生活造成哪些影響。他們在2002年透過一個親戚的介紹認識了教會，之後好幾個月，卡德榮家庭固定請傳教士到他們家裡，為的是進一步學習福音知識。就這樣，他們體驗到一種轉變——一種真正的歸信。

更充實的屬靈生活

在全家加入教會之前，卡德榮夫婦很擔心雅列和安琪在這漠視宗教的大環境裡無法得到道德和靈性方面的教育。

卡德榮夫婦發現，針對他們面臨的種種難題，都可以從福音中找到解答。卡德榮弟兄說：「我們了解福音、開始實踐福音教導的原則以後，這些知識改變了我們的生活。我們了解到自己的身分，也知道如何才能回到天父身旁。正因為有了這些體認，我們現在在屬靈方面的生活更加充實了。」

要立刻接受傳教士教導的事並不是都很容易，但在對福音原則作了一番試驗後，他們開始對福音有了見證。卡德榮姊妹說：「我們知道福音的標準以後，就試著謹守配稱的規範，我不再喝咖啡，（之前我很愛喝咖啡！）全家也設立了共同的目標：不說髒話、對彼此講話要和善，以及遵守其他的美好原則。」

卡德榮姊妹接著說：「我們最需要犧牲的，就是放棄自己的



驕傲。我們需要學習謙卑，但也就在我們懷著謙卑的態度學習和生活之後，個人、夫妻和整個家庭都得到很多祝福，也獲得許多成長。」

決定受洗

雅列·卡德榮是全家第一個加入教會的，他在2003年6月受洗，接著安琪在2004年7月受洗。他們的父母則在2007年4月受洗，最後，全家年紀最小的雅各在2007年滿八歲的時候也受洗了。

接下來，這一家人開始為接受聖殿裡更進一步的聖約和教儀作準備。卡德榮姊妹說：「我們知道洗禮只是第一步。我們設立了目標，決定要繼續進步，這包括去聖殿，全家印證在一起，準備有一天能和天父住在一起。」

仰望聖殿

為了準備去聖殿印證，他們全家安排時間祈禱和禁食，雅列也參加了好幾次代替已逝者洗禮的教儀。然後，在2008年5月10日那天，他們全家在哥斯大黎加的聖荷

雅列（左）於2003年受洗，是卡德榮家中最先加入教會的，妹妹安琪（下）一年後也受洗，他們的父母和弟弟陸續在2007年加入教會。



西聖殿印證了。

雅列記得那天的感受。他說：「當我走進印證室的時候，聖靈的感覺非常強烈。能和家人一同在印證室裡，我心裡感覺很踏實。」

弟弟雅各也回想起他等了很長的一段時間才能進印證室，但是他認為那是值得的：「我感覺很快樂、很喜悅。每當想起可以跟家人永遠在一起，我就很快樂。」

聖約的影響

他們全家為了準備接受聖殿聖約，在生活中作了許多改變，他們也發現聖殿教儀確實一直在改變他們。

比方說，安琪記得他們全家印證之前，她告訴過媽媽她不想在聖殿裡結婚。她說：因為「我當時還不了解聖殿

婚姻的應許。現在我能看到更宏偉的願景，因而有了更崇高的目標。我要在聖殿裡結婚。我希望有一天能有自己的家庭，並

且永遠和他們住在一起。」

安琪經歷的另一個改變是她更有意願為已逝的祖先做家譜和聖殿事工。她和媽媽到當地教會的家譜圖書室搜尋祖先的名字，內心感覺對祖先有一份深摯的愛，她隨時隨地都願意做家譜事工。

雅列也注意到自己對待家人的態度有些改變。他解釋：「去過聖殿以後，你對事情的看法會更清楚。我感覺聖靈帶領著我，要我對父母和弟妹更和善，與他們和睦相處。以前我有時候會生氣，認為都是別人的錯，但是現在每當我想起我們是一個永恆的家庭時，我知道為一點小事爭吵實在不值得。」

他扮了個鬼臉，笑著說：「更何況，如果要永遠和他們住在一起的話，我最好還是學著習慣他們！」

極大的快樂

卡德榮一家都明白光是訂立聖約還不夠，遵守聖約也很重要。他們努力做到持續地一起讀經文和作家庭祈禱，一起上教會、擔任事工、互相支持。卡德榮姊妹說：「這些事能幫助我們記

住我們立下的承諾，也能在屬靈和屬世兩方面都帶給我們許多祝福。」

他們全家已經在生活中面對了許多考驗，以後也還會有新的挑戰，但是聖約讓他們對事情的看法有了很大的轉變。卡德榮弟兄回想他的家庭所作的這些決定時，

感到無比快樂：「在我們了解福音並且實踐福音以後，我們都培養出一種堅定的信念，確定這就是耶穌基督的福音，福音能幫助我們正確地作出重大的決定。我們一家更接近救主，也在靈性上更加進步，我們現在過得比以往更快樂。」■



卡德榮弟兄
談到福音聖約
給他們家帶來的
轉變時說：
「我們現在
過得比以往
更快樂。」

護佑我們躲過無妄之災

我知道主會看顧我們的聖殿之旅，但是沒有想到我們會這麼需要祂的保護。

費南多·帕瑞亞

經過61小時的車程之後，我們的男女青年終於抵達菲律賓馬尼拉聖殿。爲了慶祝聖殿落成20周年，菲律賓納卯支聯會的青年爲這趟旅程準備了九個月。他們參加家譜課程、積極參與教會活動、搜尋並準備親人的名字，還幫助籌措旅費。那是一個星期一的晚上，我們一行63人步出巴士的時候，空氣中洋溢著興奮的氣氛。我們在聖殿副殿舉行了一個盛大的家人家庭晚會，包括音樂表演和靈性信息，然後設法入睡。

接下的兩天當中，我們的男女青年代替2,000多位祖先受洗和證實，讓他們有機會接受復興的福音。我們在聖殿一小時接一小時地工作，不覺得餓，也不覺得累。聖靈的感覺非常強烈。有的男女青年臉上散發著榮光，有的則掛著喜悅的淚水。

很快就到了該回家的時候。我們上路沒幾分鐘，巴士上寧靜的氣氛就被警笛聲

打斷。巴士外有警車將我們團團圍住，我們只好停車。接著，我們看到巴士四周的武裝警察槍口朝著前方。在那緊張的時刻，我們得知前方僅僅幾呎之遙有一輛巴士裡面的乘客被劫爲人質，警察正用我們巴士作爲掩護！

我們這些領袖盡量讓大家保持鎮定，但是有些人開始慌張起來。一片混亂中，警察叫我們全都趴在地板上。過了恐怖的幾分鐘，我們聽到有人大喊，要我們撤離巴士。我們照著指示迅速疏散，下了巴士，躲到附近一棟無人的建築中。

我們在漆黑的建築中坐了一個多小時，不斷祈禱，也豎起耳朵聽著外面的槍響。最後，終於有人告訴我們可以回到巴士上去了。槍戰已經結束，兩名人質和兩名劫匪均告喪生。

我們膽顫心驚地繼續上路，驚魂甫定之後，我們體會到我們是受到保護的。我們每一個人

無傷，知道這是主的手眷顧著我們。我們當時感覺有股神聖的力量在場，不由得心中猜想，或許我們代爲受洗的那些已逝者當中有一些靈就在我們身邊。

我想到經文中說的：「你們若做我所說的，我，主，就是受約束的」（教約82：10），我很感謝主信守了祂的承諾。只要我們遵守誠命，並且繼續忠實地履行職責，包括聖殿和家譜事工，就配得主的祝福——包括在最需要的時刻得到祂的保護。■



「我要如何讓朋友相信：我們的標準其實是讓人更自由，而不是一種負擔？」

生活中有許多選擇；有些是對的，有些是錯的。天父賜給我們標準、規範來幫助我們作好的選擇。我們按照這些標準生活，就會得到祝福和保護（見羅馬書8：28；摩賽亞書2：41；教約130：21）。不按照標準生活，就會失去這些祝福，也會在靈性上、甚或在身體上受到傷害。

那些按照福音標準過生活的人，並不是放棄他們的選擇權；而是選擇去做那些能夠帶給他們祝福和內心平安的事。他們知道不服從只會在生活中帶來麻煩——所以他們選擇避免那些麻煩。

教會的標準，就像鞏固青年中的那些標準一樣，是以教義或永恆真理作為基礎。例如，我們的身體是我們靈體的殿（見哥林多前書3：16）。智慧語就是根據這項教義而來的一項標準：妥善照顧身體，要攝取健康食物、避開會上癮和有害的物質。

因此，如果你按照這些標準來生活，就是與天父賜給我們的永恆真理和諧。「真理必叫你們得以自由」（約翰福音8：32）。■

服從帶來自由



每當我盡力聽從先知的話語，都會得到神所賜予的身體和靈性上的祝福。這讓我在作決定時更有自信，我的朋友也看得出我用服從來換取更大的自由。身為服從的教友，你要勇敢地為你得到的這些祝福作見證。你的言語和榜樣可以說服朋友，讓他們相信遵守標準並不會限制選擇權，不好的選擇才會讓選擇權時常受到限制。這些受靈啟發的標

準會指引我們作好的選擇，讓許多機會之門保持敞開。我的朋友經常渴望能有這種自由。

麥德遜長老，21歲，印尼雅加達傳道部

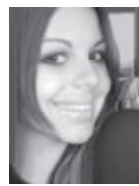
說明你的快樂



我也常常有朋友、同學，甚至老師問起我們的標準，他們說我們教會的標準太嚴格了。我不跟他們辯論，而是請他們花些時間聽我一解釋教會的標準。我只是告訴他們，我很快樂、覺得遵守我們的標準很平安自在。我也從不以我們的標準為藉口而不參加學校的活動，反而會建議一些想法，用合乎教會標準的方式來籌辦活動。我還會跟他們分享遵守這些標準的好處。

艾琳，19歲，菲律賓納卯

邀請你的朋友參加活動



天父將選擇權賜給祂所有的兒女。我們的標準和世界的標準不同，所以我們常會覺得自己不能做某些事情。但是我們有能力作選擇，我們應該一直都選擇對我們最好的事物，才不會損傷身體，也不會阻礙靈性的成長。

邀請你的朋友參加教會活動，讓他們看看我們如何在不違背標準的原則下，從事許多有益身心又好玩的活動。要努力時時與聖靈和諧，這樣你會更容易作出正確的決定，並且樹立好榜樣。

娥曼達，18歲，巴西古里提巴

依義而行



去年，我有一些朋友不尊重我的標準，他們說我很沒趣，我的標準讓我無法享受自由或生活的樂趣。我思量、禱告、研讀經文，好讓聖靈與我同在，給我更多力量。之後，我決定告訴朋友，我用不同的方式享受生活樂趣——我享受的是不抽菸、不喝酒的樂趣。這些標準帶給我很大的自由，比他們更自由，因為其實是他們受到了酒精和煙草的束縛。他們聽了我的話以後就了解了，但我還是決定換新的朋友。我孤獨了一陣子，不過後來找到一些和我有同樣標準的朋友，現在我覺得很高興。如果你依義而行，天父就會祝福你。

畢蘭，15歲，烏拉圭哥倫尼亞

設立標準，是為了我們的好處

我也有些朋友對教會的標準有那樣的觀感。起初，我有點遲疑，不想多做解釋，但後來我發覺，如果不告訴他們，他們就無法了解。讓他們知道主之所以賜予這些標準，是為了我們靈魂的

好處，讓我們不致於受到不良影響的傷害。標準就像是考試的考題規則，如果不遵守規則，你一定考不好。就像在考試的時候一樣，你可以選擇要不要遵守那些規則。總有一天，你的朋友會對你遵守教會標準的那份堅持大表讚賞，你也一定會蒙受祝福的。

柯林，18歲，菲律賓坦捷

誠命會保護我們

有些誠命可能看似束縛，其實是對我們的保護。神賜給我們指導方針是為要在生活的各方面（身體、情緒和靈性）保護我們。我們都知道有一條保護身體安全的法則，就是不要去碰很燙的爐子。當然，你可以碰它，只是你必須接受燙傷的後果。如果你選擇去看有害身心的電影或違反智慧語，也需要接受痛苦不堪的「燙傷」。誘惑會讓我們把注意力從主的身上移開，尋求短暫的滿足而不顧犯罪的後果。我們每做一個決定，也就選擇了後果，即使那不是我們事先想見的結果，

也得接受。就像我媽媽常說的：「如果你想觸犯誠命，那是你的選擇，你也會得到結果，只不過，那不會是你想要的結果。」遵守誠命會帶來我想要的真正快樂。

約瑟，13歲，美國猶他州



誠命是為了讓我們快樂

誠命不是負擔，也不是限制。主的每條誠命都是為了我們的發展、進步和成長而賜予的。先知約瑟·斯密教導：「神已經為我們準備了幸福。……祂從不會為祂人民制定任何一項教儀或賜下任何一條誠命，不是以促進祂所準備的那些幸福為出發點的。」

參閱十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老，「你若進入永生，就當遵守誠命」，1996年7月，聖徒之聲，第40頁。

下次的問題

「我在教會裡覺得很孤單，我應該怎樣學著讓自己有被接納的感覺？」

請在2010年3月15日以前將你的回答寄至：

Liahona, Questions & Answers 3/10
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

或以電子郵件寄至 liahona@ldschurch.org

因篇幅或文意上的考量，來函可能酌予編輯潤飾。

請務必於電子郵件或信函裡附上下列資料及同意書：(1) 全名，(2) 出生日期，(3) 支會或分會，(4) 支聯會或區會，(5) 你的書面同意書。如果你未滿18歲，請同時附上家長同意書（電子郵件亦可），表示同意刊登你的回答及照片。

寶庫 的比喻



陶美芝長老擔任使徒長達22年，寫過的兩本教會書籍至今仍廣為教友使用：耶穌是基督和信條。陶美芝長老還出版過一系列的寓言故事，書中以他個人的經驗教導福音原則。下面這則寓言故事刊登於1914年10月份的進步時代（Improvement Era），第1108-1109頁。

靈魂的價值是什麼？靈魂是無價的，必須好好珍藏。

雅各·陶美芝長老（1862-1933）

十二使徒定額組

最近新聞報導了一個竊盜案，其中有些情節在各種犯罪報導上實屬罕見。這兩名竊賊覬覦的目標是一家首飾珠寶批發倉庫的保險庫。從小偷精心部局的計畫看來，可知他們是這個不法行業的老手。

這兩個人設法藏匿在這棟建築裡，等商家晚上打烊、將重重鐵門緊鎖之後，就讓自己關在裡面。他們知道這個銅牆鐵壁鑄造的保險庫是所有保險庫最堅固的一種，保證防盜，也知道保險庫裡的東西價值連城。他們從過去多次潛

入保險庫略試身手的經驗中累積了頑強的耐力和技巧，打算在這次一舉得手。他們的設備齊全，鑽子、鋸子和其他工具一應俱全，都是專門用來鑽透強化鋼鐵的厚重鐵門，因為只要能破得了這扇鐵門，就能進入保險庫。這種地方的通道都設有武裝的守衛站崗，戒備森嚴的保險庫各個入口都受到嚴密的監視。

漫漫長夜裡，竊賊拼命地在保險庫鎖四周又鑽又鋸，庫鎖構造精密複雜，在定時裝置設定的時刻之前，就連知道密碼的人都無法開啓。據他們估計，如果毫不鬆手，這一夜的時間足夠把保險庫的門打開，把能帶走的貴重物品裝好，然後再靠自己的運氣、膽量和武力脫身。如果遇到阻力，他們決定不惜大開殺戒。雖然過程比想像中的艱難，這些犯罪老手終於靠著工具和炸藥攻破了庫鎖的最內層，把鎖敲開，強行打開沉重的鐵門。

他們看到裡面是什麼？你以為是一抽屜一抽屜的翡翠，一盒又一盒的鑽石、寶石、珍珠嗎？他們自信滿滿，以為能找到、鐵定能

帶走的不止這些；但是萬萬沒想到，出現在他們眼前的卻是另一個內層保險庫，這個寶庫的門比前一扇更堅實、更難破解，上面的鎖也比之前他們費力打開的那個鎖更複雜。這第二扇門鎖用的金屬質地堪稱一流，把他們鑄造精良的工具斷成碎片。不管他們怎麼試，鐵門絲毫無損。他們大大失算，白忙了一場，所有不名譽的詭計一一破滅。

寶庫的那道外門就像是一個人的名譽，而那道內門則像是人的品格。好的名聲是一個堅強的防禦，但是在名聲被攻擊，甚至被玷污或破壞的時候，只有堅不可摧的內在品格才能保護靈魂的安全。■



如何建立堅強的品格



品格顯示出你會成為怎樣的人。堅強高尚的品格源自於不斷地在人生的考驗和試探中作出正確的選擇。你的信心可以

引導你作出正確的選擇。……

「……品格的根基是正直，高尚的品格會使你更有能力順從靈的指引。你要成為一個有正義品格的人，這比財產、學識、人生的成就更為重要，也讓你值得信任。正義的品格是靈性力量的根基，能讓你在面對考驗、試探的時刻，在面對困難及極為重要的決定上做正確的選擇，無論這些決定帶給你多大的壓力。我見證無論是撒但或任何其他人，都無法削弱或摧毀你日益成長的品格，除非是由於自己的不服從。

「我們天父的計畫奇妙無比，只要運用信心就能鍛鍊品格。堅強的品格能擴展你運用信心的能力，因此提升你的自信，進而克服人生的考驗——就依照這樣的循環模式，你的品格越經過鍛鍊，就越能運用信心的力量。」

參閱十二使徒定額組李察·司考德長老，「信心在動盪、考驗的時刻所帶來的支持力量」，2003年5月，利阿賀拿，第77頁。

請讀下頁一個年輕人的例子，他透過正確的選擇來鞏固自己的品格。

為什麼 你不來參加聯歡會？

陳奕順

我是馬來西亞的歸信者。馬來西亞的基督徒很少，有時候我覺得要堅持自己的信仰很難。十二月的某一天，老闆對我說，公司會舉辦一年一度的歲末聯歡會，要我務必參加。我開始擔心，很不想去，

錢，還是要爲了你那可笑的信仰跟錢過不去？」聽他這麼一問，我感到有些害怕。我知道如果我不在聯歡會上喝酒，就會丟了工作。就在這時候，我腦海裡突然浮現一節經文：「惟有我，是安慰你們的。你是誰，竟怕那必死的人？怕那要變如草的世人？卻忘記鋪張諸天、立定地基、創造你的耶和華？」（以賽亞書51：12-13）。

當下，我知道我應該懼怕的是神，而不是同事或老闆。我也明白，我在世上的目的不是賺錢，而是在靈性上成長。所以，我回答同事：「我會選擇我的信仰，也請你尊重我的信仰。」

幾個星期之後，我辭去了那份工作。在我上班的最後一天，我和同事們好好地談了談。我解釋耶穌基督後期聖徒教會和其他的教會有什麼不同，也告訴他們有關我的信仰，和我想遵守誠命的意願。

大約一星期後，我找到了另一份工作，薪資比辭去的那份工作更高，這份新工作也讓我有時間準備去做全部時間傳教士。

這次經驗不但教導我遵守誠命能讓我有一天回到天父那裡，而且給我信心，不論每天面對什麼挑戰，主都會爲我準備好道路（見尼腓一書3：7）。■



大家開始催促我，我得作個選擇了。

因爲我們公司有個慣例，在這種場合一定會喝酒，我也知道同事準會想辦法強迫我喝酒。

但是經理堅持我一定要到，我不知道該怎麼應付這樣的難關。

後來，有一位同事叫住我，問：「爲什麼你不想來參加聯歡會？」我告訴他，我因爲信仰的關係，不喝酒。

他很生氣地回答：「你應該擔心的是你當下所居住的這個世界，而不是一個可能根本不存在的世界。你是要賺

這是 十誡

不是十項建議。

(見出埃及記20：1-17)

我們的天地



練習與準備

有一個星期天，我受邀在聖餐聚會上演奏小提琴，我拉琴的時候緊張得手腳發抖。會眾都認為我拉得很好，但是我覺得還可以更好。就像教義和聖約38

：30中說的：「你們若準備好，你們就不會害怕。」我從這次經驗學到練習的重要。

這個原則不僅適用於彈奏樂器，也適用於生活

「你們若準備好，你們就不會害怕。」

中的每件事。例如，在上幾何學課時，我對老師教的內容不太了解，但我用功練習以後，終於有了收穫，我跟上了進度。福音也是一樣，如果我們練習作見證，就更知道怎麼作見證，在分享見證時也不會太緊張或畏縮不前。其實，我有時還跟學校裡那些無神論的同學分享福音知識呢！

我知道只要我們好好練習，就可以在生活中表現得更好。■

泰法俄，15歲，
美國維吉尼亞州

當我傳遞聖餐時

我擔任執事後第一次傳遞聖餐時，從開始到結束都很緊張，擔心會走錯方向或傳錯排。就我記憶所及，我一直很期待能傳遞聖餐。每星期我看著那些執事時，都覺得他們看起來是那麼地穩重。

聖餐是一個重要的時刻，在這段時間我們記念耶穌基督，想著自己有哪些可以改變、進步的地方。執事們只要穿著合宜的衣服，保持虔敬、腳步沉穩、謹慎地拿著聖餐盤、不跟旁人嬉笑，就能幫助別人在領受聖餐時保持心思專注。

我第一個星期傳遞聖餐時都沒有出錯，所以現在我再也不緊張了。從此，我傳遞聖餐時，都能感到虔敬和快樂。

我有四個弟弟，我要盡量多去幫助他們，而且不跟他們爭吵。作好榜樣很重要，如果我不作好榜樣，他們可能會以為聖職不重要。可是聖職真的很重要，我得到聖職以後有了一些改變。一個配稱的聖職持有人應該遵守誠命，對人友善，並且無論是在學校或是在星期天，都要時時記得自己持有聖職。■

吳昊禎，15歲，台灣

我最喜愛的經文

主所應許我們的就是永生」（約翰一書2：25）。

我喜歡讀這節經文，因為它提醒我，天父應許我們可以永遠活著。也因為復興的福音，

我知道只要我們保持配稱，到聖殿去，並且遵守在聖殿立下的承諾，就可以永遠和家人在一起。■

瑟莉絲姐，12歲，印度

善用時間

我喜歡2008年8月多馬·孟蓀會長寫的總會會長團信息：「願我們如此生活」。這篇文章讓我想到有時候我們沒有善加利用時間，反而白白浪費了。孟蓀會長提到的故事尤其讓我感觸良多，他談到有兩位婦女彼此為敵，卻不知道對方竟是她們大半生的祕密筆友。直到其中一位

去世之後，她的朋友才悲嘆著虛擲的時光再也無法挽回。■

維多，17歲，厄瓜多爾



這是你們的天地

這是你們的天地——在這個天地裡，你可以與其他青少年分享福音對你的意義。下列是你可以期待在這裡讀到並且可以投稿的內容：

- 幫助你更加了解福音、奉行福音的經驗或見解。
- 一張你所拍攝的高解析度照片，以及一段作為輔助說明的經文。
- 你努力完成「對神盡職」及「個人進步」計畫的一次美好經驗。
- 你被某段經文啓發的心得感想，也可以附上個人照片。
- 對利阿賀拿的意見：你喜歡哪幾篇文章？

以電子郵件把你的故事、照片或意見寄至 liahona@ldschurch.org。請在主旨欄註明「Our Space」，附上父母同意書，同意我們刊登你寄來的內容。因篇幅或文意上的考量，來稿可能予以編輯潤飾。



我的足球 夢

我很想加入一支戰鬥力強的足球隊，
但是代價可能太高了。

提摩太·赫佐

我很喜歡踢足球。我現在14歲，從五歲就開始踢足球了。參加體育活動讓我學到要保持自己所訂的高標準和價值觀，雖然有時候要作這樣的決定很難，這其中一項困難的決定就是要不要在星期天踢球。

我九歲的時候，就很喜歡我的教練哈申先生，也很敬重他。可是我又想跟一位同學加入同一個球隊，所以我去那一隊參加選拔。這支球隊非常厲害，我知道如果我被選上的話，一定需要全心投入、很認真踢球。有很多男孩子都想進這支球隊，在幾次的篩選過程中，我都很幸運地入選。

決選的日子來了。我非常賣力地踢球，也覺得很有把握。之後，教練來跟媽媽和我說，他很希望我能加入他那支球隊。我高興極了，但是他接著說：「你星期天能踢球嗎？我必須組一支球隊去打聯盟賽，聯盟賽有的時候需要在星期天比賽。」

媽媽讓我回答這個問題。

「不行，教練，我在星期天不踢球。」我知道這是正確的答案，但也知道，這樣一來，我恐怕沒辦法在這支球隊裡踢球了。



那天晚上，我始終沒有接到通知入選的電話，因此感到非常失望。

不過，我加入了社區裡的一支球隊，跟許多朋友在一起。第一年，我們打得很愉快，成績很好。但是到了第二年，球隊踢得很吃力，而且有時候不是很專心比賽，我很洩氣。我每場球賽都很賣力，但是我們幾乎每次都輸。

有一次比賽慘敗之後，哈申教練在足球場上來找我——他的那支球隊一直都表現得很好。他問我最近情況如何。我說：「不太好。」我告訴他我很懷念我的老隊友。哈申教練訓練球員很有一套，似乎總能讓球員充分地發揮實力。

哈申教練問：「你想不想到我們球隊來當客座球員，跟我們一起打聯盟賽？」

我興奮地回答：「我想啊，那太好了！」

哈申教練笑著說：「好極了！可是我需要問你一個問題，你可以在星期天踢球嗎？」我的胃突然一陣絞痛，整個人很難受，而且想起了上次我被問到這個問題以後的結果。

我看了看媽媽，再看了看爸爸，他們也都在等我回答。我看著教練。

我說：「不行，很抱歉，我星期天不踢球。這有什麼差別嗎？」

哈申教練在那裡站了一會兒。我回答他的問題時，他看到我原本滿是期待的表情突然間消失無蹤。

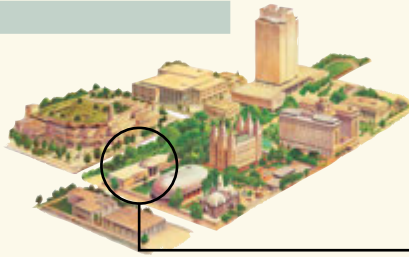
哈申教練回答：「沒有，沒差別。反正我們大概打不進星期天的總決賽，我們很高興你能加入我們。」

不久，我開始在哈申教練的球隊踢球。這整個球隊的態度都非常認真，他們很歡迎我回來，我也很喜歡跟他們一起踢球。

我們在聯盟賽沒有贏過球，但是我們都盡力了，而且也非常盡興。沒多久，我成為哈申教練這支球隊的正式球員。雖然他們知道我不在星期天踢球，還是很看重我在其他比賽時間為隊上作出的貢獻。

我現在是亞倫聖職的教師，也仍然是正規足球隊的球員，但還是選擇不在星期天踢球。這對我或我的球隊來說都不成問題。我相信遵守安息日為聖的重要，對我來說，這意味著不在星期天打球。■

來和我們一起參觀
聖殿廣場的一個
重要景點。



北訪客中心



柴德·菲爾斯
教會雜誌

凱敏和依卡尼（「柯比」）對先知的事懂得不少，但是到聖殿廣場的北訪客中心參觀之後，讓他們從全新的角度了解先知為耶穌基督作的

見證。

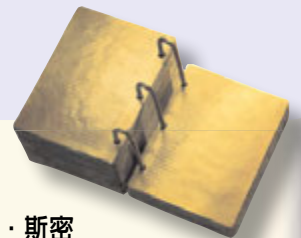
那天，柯比和凱敏看到經文中許多先知的人像，就像真人那麼大。他們學到：雖然這些先知活在各個不同的時代，但都見證耶穌基督是我們的救主，是神的兒子。

以賽亞是舊約裡的先知，生於耶穌降生之前，他曾經談到耶穌的降生和祂成為救主的使命。以賽亞寫道：「因有一嬰孩為我們而生；有一子賜給我們。政權必擔在祂的肩頭上；祂名稱為『奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君』」（以賽亞書9：6）。



摩爾門生於耶穌降生後約400年。他把摩爾門經中許多先知刻在金頁片上的寫作集結在一起，也加進了一些自己的寫作。摩爾門教導我們要「相信

耶穌基督，相信祂是神的兒子」（摩爾門書7：5）。他把紀錄交給他的兒子摩羅乃，然後由摩羅乃把金頁片埋藏起來。



摩羅乃死後，世上有好幾百年都沒有先知，直到1823年，天使摩羅乃告訴約瑟·斯密到哪裡去把金頁片找出來。約瑟藉著神的能力翻譯了這些頁片，並印製成書，就是摩爾門經。聖經是耶穌基督的一部約書，摩爾門經則是耶穌基督的另一部約書。



圖示和地圖，迪翁·馬西繪；除非另行註明，否則照片皆由克麗斯汀娜·斯密攝；斯密攝；傑德·羅伯遜攝；基督像，羅伯特·凱西攝；金



包括約瑟·斯密在內，我們共有16位總會會長。他們是神所召喚的先知，要教導我們有關耶穌基督的事；我們今日的先知是多馬·孟蓀會長。

柯比和凱敏在學習先知們針對基督所教導的事之後，沿著迴旋坡道走到訪客中心的最上層。在那裡，他們看到一尊巨型的耶穌雕像，名為基督像，也聽到一段有關耶穌的教導的錄音。眾先知們教導有關耶穌的事，和耶穌教導有關祂自己的事都是一樣的。



上網瀏覽，還有更多

請至 www.friend.lds.org 網站看一段柯比和凱敏參觀訪客中心的影片。



基督像和圓廳

- 基督像位於北訪客中心二樓的圓廳中，圓廳是一個有圓頂的圓形大廳。
- 基督像的原作由藝術家巴特爾·托爾瓦森於19世紀在丹麥哥本哈根完成。
- 聖殿廣場的基督像用義大利出產的白色大理石雕刻而成。
- 圓廳的牆壁上畫著浩瀚太空的壁畫。救主的雕像後面畫著一個地球，北極星就在祂的頭頂正上方，大小北斗七星等星座也都可以於壁畫裡見到。
- 圓廳中的星象圖描繪的是1830年4月6日午夜時分在北半球的天空所看到的景象，那天正好是耶穌基督後期聖徒教會成立的日子（見教約第20篇）。
- 圓形屋頂離地面46呎（14公尺）。壁畫有166呎（51公尺）長，一共用了150加侖（568公升）的油漆才完成全圖。



馬利亞的新洋裝

「不論身在何處，都用心靈和誠實崇拜神」（阿爾瑪書34：38）。

根據真實故事改寫
安琪·米勒

馬利亞穿上外婆為她做的一件新洋裝轉了一圈，那是特別要在星期天穿的，這件粉紅色的洋裝上面還有白色的絲帶。這是馬利亞最漂亮的一件洋裝，她覺得自己穿上它真是美極了。她對鏡子裡的自己笑了笑，然後又轉啊轉，裙襬也隨著飛揚起來，馬利亞好高興可以在星期天穿新洋裝到教會去給朋友看。

在教會裡，馬利亞聽到朋友們稱讚她的洋裝，心裡好高興。在兒童會，她撥弄著洋裝上的絲帶，沒有注意聽桑奇士姊妹上課。

馬利亞在聖餐聚會中也沒有專心聽別人作見證。她忙著玩洋裝上的蝴蝶結，拆了又綁、綁了又拆。

聚會結束後，她注意到有

些教友在離開會堂時，眼裡帶著淚水。

馬利亞問：「媽，那些人為什麼哭呢？」

「他們今天感受到聖靈了，」媽媽一邊說著，一邊擦去自己的眼淚。「有時候我們受到聖靈感動就會流淚。今天的見證都很感人，不是嗎？」

馬利亞沒有回答。她想不起來任何人說的話。

那天晚上，媽媽幫馬利

亞蓋好被子的時候，馬利亞問：「媽，我今天怎麼沒有在教堂感受到聖靈呢？」

媽媽說：「聖靈是用微小的聲音說話的，我們需要很專心才注意得到。我們去教會的時候，很專心想著天父和耶穌基督，這樣就能感受到聖靈了。」

馬利亞想到那天她在教堂的時候心裡所想的事情。她一直在想著她的新洋裝，而不是天父和耶穌基督。

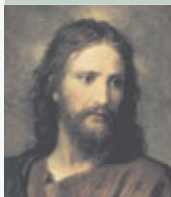
過了一個星期，馬利亞又穿著她美麗的粉紅洋裝去教會了。但是她在兒童會仔細聽桑奇士姊妹說話，在聖餐聚會也盡量想著天父和耶穌基督。離開教會的時候，馬利亞心中感受到聖靈了。她很高興自己去教會不是只為了炫耀新洋裝而已。■



在聖餐聚會裡……我們應該專心崇拜，停下其他一切活動。」

十二使徒定額組達林·鄔克司長老，「聖餐聚會及聖餐」，2008年11月，利阿賀拿，第18-19頁。





天父 和耶和華 創造了世界

黛安·曼根

耶和華*說：「要有光！」一下子，光明就從黑暗中出现。天父和耶和華看到了那光是好的。他們稱光為晝（白天），稱暗為夜（晚上），一個新世界就這樣開始了。

天父指示耶和華創造世界。祂們一起仔細地計畫，確定世界上會有食物、水、動物、以及我們在塵世的家庭裡需要的每一樣東西。

耶和華用聖職的力量組織物質，萬物都服從祂的命令。祂創造了一個星球，星球上有岩石、土壤和水，祂把水聚集起來變成海洋。

當祂說：「要有乾地」的時候，高山、丘陵和山谷就在海洋旁邊升起，祂還在陸地和大水之上創造了天空和雲朵。

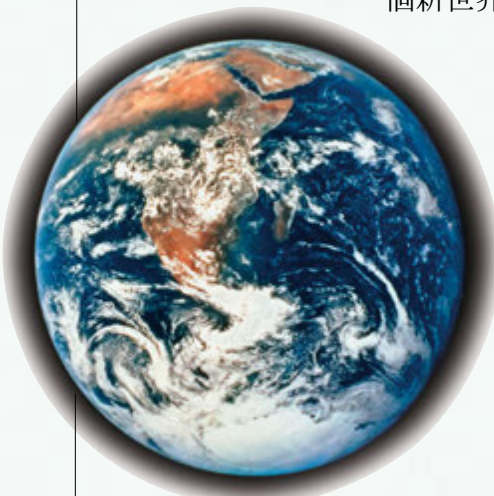
整個地球變成了神的庭園。種子種在地裡，長成大樹，樹上結滿了美味多汁的橘子，樹叢裡長了漿果讓鳥兒啄食，山林裡長滿了小草。

耶和華創造太陽在白天照耀，讓植物可以生長，也創造月亮和星星在晚上發光。祂讓地球在一定的軌道上運轉，所以會有日夜、季節和年月的分別。

祂創造了各種在水裡游的動物和天上的飛鳥。鯨魚會噴水、水母會擺動、鴨子會划水，鵝鵝會拍動翅膀飛翔。

耶和華創造了袋鼠，袋鼠跳躍的時候，會把小寶寶放在肚子的育兒袋裡。祂也創造了猴子，猴子會用尾巴吊在樹上盪鞦韆，此外，還有每種會蠕動的昆蟲，會爬行的蜥蜴，每一種會吼叫、會奔馳、會嘶鳴的動物——這所有的動物都是耶和華創造的。神創造的每一種生物都會生出小寶寶，而且長得跟牠們的父母很像。最後，世界終於準備好了，成為天父兒女的家。

亞當和夏娃是天父靈體兒女中最先來到世上、得到身體的人，天父祝



耶和華造了一個有陸地、有海洋、有天空、有雲朵的星球。

給父母的建議

這些資料大多出自創世記，不妨和孩子們一同閱讀這一章並且加以討論。



耶和華創造太陽
照耀大地，
讓植物生長。

福他們結為夫妻。耶和華看到所有創造出來的東西都是那麼的美好！

天父告訴亞當和夏娃要「生養眾多」，好讓他們的子女、他們子女的子女住在世界上的各個地方。

每一個新生的嬰兒都從自己世上的父母得到一個骨肉的身體，而他們的父母也是天父的靈體兒女。每個來到世上的孩子都能透過天父和耶和華創造的美麗世界得到祝福。■

*在舊約中，耶穌被稱為「耶和華」，這是祂誕生在伯利恆之前，在靈的世界的名字。



每個孩子來到世上都能享受天父和耶和華創造的美麗世界。

左起：基督與富有的年輕官吏局部圖，亨利·霍夫曼繪，哈里遜·康洛公司惠予提供；地球照片© CORBIS；昆蟲照片© GETTY IMAGES；種子照片：約翰·路加；撒姆·拉羅繪；攝影插圖：奎格·戴蒙

我們的園地

去年我開始上小學，我很擔心媽媽會忘記在放學的時候來接我。我一到學校就哭了起來。就在開始上課前，我作了一個禱告，祈求天父幫助我不要哭，也幫助媽媽會記得來接我。

我作完禱告之後心情好多了，也不想哭了。放學的時候，我看見媽媽在校門口等我。我好高興天父聽到了我的禱告，也回答了我的禱告。

瑀亭，7歲，台灣



坎德，10歲，哥斯大黎加



10歲的艾迪來自馬來西亞西部，他喜歡跟學校的同學和教會的朋友打籃球和羽毛球。他在2008年代表學校參加羽毛球錦標賽，為校隊贏得了冠軍。他喜歡釣魚，愛跟著爸爸到處走。他喜歡去動物園，也喜歡上教堂。



3歲的耶若斯拉夫來自烏克蘭，他喜歡利阿賀拿的兒童園地。他喜歡聽爸爸噫故事給他聽，也努力效法耶穌，他也很喜歡幫忙！

凱倫，5歲，菲律賓



我們和迪妮

莎姨婆在一起一整天，了解了更多有關祖先的事。我們把學到的事情和家人分享，之後還使用教會的家譜網站。



以利亞和以馬內利，10歲，阿根廷

如果你想把圖畫、照片、個人經驗、見證或信件投稿到「我們的園地」，請用電子郵件寄至 liahona@ldschurch.org，並在主旨欄註明「Our Page」。或請郵寄至：

Liahona, Our Page
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

每件來稿務必附上兒童全名、年齡、父母姓名、所屬支會（分會）及支聯會（區會）以及父母的書面同意書（電子郵件亦可），表示同意刊登兒童的照片和文稿。因篇幅或文意上的考量，文稿刊登前可能予以編輯潤飾。

學習 聆聽



荷西·德西拉
長老
七十員

我九歲的時候，我們在葡萄牙柯英布拉的家舉辦了一次家庭團聚。我的父母忙著招待親戚，大家有說有笑的。我決定趁大人忙碌的時候，自己也找些好玩的事去做。

我的家離蒙德哥河很近，我心想，去河邊釣魚應該很好玩。可是我又不想一個人去，所以就帶著四歲的妹妹跟我一起去。我心裡感覺應該告訴爸媽我們要到哪裡去，但是他們都忙著講話，所以我決定直接去，不跟他們說了。

我們沿著河邊走著，終於找到一個好地點。我給妹妹幾個小石子，讓她在她釣魚的時候丟在水裡玩。

沒多久，我父母就發現我和妹妹都不見了。他們開著車在城裡四處找我們。好幾個小時之後，我父親注意到我的釣具不在，所以和媽媽來到河邊，最後終於找到了我們。

我的父母找到我們雖然鬆了一口氣，但是對我很不高興。我們沒

有父母陪同，自己到河邊玩耍是很危險的，尤其對我妹妹來說更是如此。

從這次經驗我學到我們一定要告訴父母我們要到哪裡去，並且聽他們的話，他們是最關心我們的人。我也學到聆聽聖靈的重要，當時聖靈曾經試著告訴我，不應該在沒有告訴父母的情況下去釣魚，但是我沒有聽從。雖然我和妹妹玩得很高興，但是那也很危險。如果我們仔細聽從父母和聖靈的話，就會很安全。■

「聽我的話；行走
在我靈的溫順中，
你必在我裡面
得到平安」
(教約19：23)。



耶穌基督 是我的救主和救贖主

珊卓拉·譚納及克麗斯汀娜·弗朗克

救主和救贖主都是耶穌基督的名字和頭銜。這些名字說明了祂為神所有的兒女做了哪些事。

亞當和夏娃墜落了，所以每個人都會經歷肉體的死亡。我們死的時候，靈體和身體會分開。耶穌基督復活以後，祂的身體和靈體重新結合，不再分開。因為祂復活了，所以我們每個人都會復活。

耶穌也為我們的罪付出代價，因此，如果我們悔改，就能得到寬恕，再與祂和天父住在一起。這項犧牲就是世人所知的耶穌基督的贖罪。因為耶穌的犧牲，所以成為我們的救主和救贖主。贖罪是天父愛我們的最偉大表現，也是救主愛天父和愛我們每個人的最崇高表現。

本月的經文教導有關贖罪和神對我們的大愛。願你的心對神的兒子耶穌基督充滿愛和感激，因為祂是神賜給我們的最偉大禮物。

2010年2月經文日記

閱讀新約約翰福音3：16。

祈禱能夠了解這節經文是真實的。祈求能感覺到神對你的愛。

背誦這節經文。

選出下列的一個活動，或自己設計活動：

- 兒童會歌曲「祂差遣愛子」（兒童歌本，第20頁）讓我們知道天父如何顯示祂對我們的愛。學唱這首歌，並且試著照其中所說的話去做，來表達你對救主耶穌基督的愛和感激。

- 把右邊的拼圖剪下，然後拼出來，這個拼圖告訴我們，贖罪能為我們每個人的人生帶來什麼。與家人分享這個拼圖。

你過去做過哪些事幫助你了解這節經文？

在你的日記中寫出或畫出你過去做的那些事情。■



由於耶穌基督的贖罪，我們才能
跟天父和耶穌在一起。



贖罪

天父
和
耶穌基督

地球

「神愛世人，甚至將祂的獨生子
賜給他們，叫一切信祂的，
不致滅亡，反得永生」
(約翰福音3：16)。

什一奉獻

最好的選擇

謝頓·柴德長老



於1996~2008年間
擔任七十員

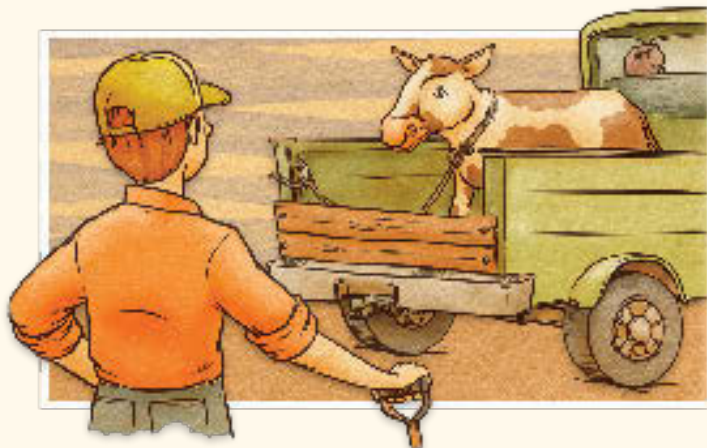
「你們要將當納的十分
之一全然送入倉庫」
(尼腓三書24:10)。



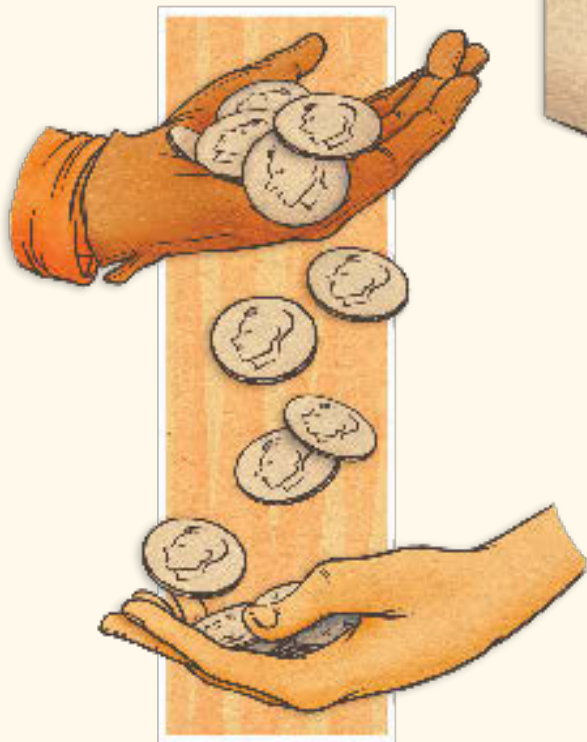
2. 養小牛是一件很辛苦的工作。
我照顧牠、餵牠吃東西。



1. 我小的時候，鄰居送給我一頭
剛出生的小牛。



3. 爸爸把小牛賣掉的那天，我的
心情很複雜。我會想念我的小牛，
但是也很期待辛苦工作之後能得到
酬賞。



4. 爸爸回來的時候，在我手裡放了20塊錢銀幣，我覺得好像全天下的財富都握在我手裡了。



6. 星期天去教會之前，我放了兩塊銀幣在口袋裡要去繳什一奉獻。



7. 我很捨不得把什一奉獻交給主教，但是服從主讓我有很好的感覺。



8. 媽媽說她以我為榮。她告訴我，我會因為繳付什一奉獻而得到祝福，而且這會是我做的最好的投資。■

摘自2008年4月總會教友大會演講。



5. 我一一點數，然後擦得光亮，覺得如獲至寶。

給父母的建議

繳付什一奉獻會得到祝福（見尼腓三書24：10-12）。你可以用下列活動來幫助你教導什一奉獻的原則。

- 你可以用柴德長老的故事或你自己的經驗，來教導奉行主的什一奉獻律法之後心中會有何感受。

- 你可以運用下一頁的藏寶遊戲或你自己設計的遊戲來教導應該繳付多少什一奉獻。
- 你可以利用下一頁的設計或你自己做的什一奉獻罐來鼓勵兒女現在就開始繳付什一奉獻。
- 你可以用第73頁的迷宮遊戲來教導什一奉獻的用途。

製作什一奉獻罐

寶拉·威德

需要的材料：一個小玻璃瓶、彩色橡皮筋或毛線，以及色紙。

1. 把玻璃瓶洗淨、擦乾。
2. 用橡皮筋來裝飾瓶子外面。沒有橡皮筋的話，可以用彩線或毛線。
3. 把紙剪成兩個大圓形。把圓形紙蓋在玻璃瓶口上，然後用橡皮筋圈住固定，再把多餘的紙修剪掉。
4. 在紙中間割出一道縫口，作為投錢口。



亞倫·考佛德繪



找銅板

馬利亞賺了10個銅板，可是都掉在公園裡了。請幫她把這10個弄丟的銅板都找出來。馬利亞會拿出幾個銅板來繳付什一奉獻？

什一奉獻 迷宮

安娜·柯普

1. 繳付什一奉獻是神給我們的誠命，我們要把賺得的十分之一拿出來。阿茂賺了10個銅板，他要拿出



一個銅板來付什一奉獻。



2. 阿茂填寫一張什一奉獻單。



3. 阿茂把什一奉獻單和銅板放在信封裡。



4. 阿茂把信封交給主教團或分會會長團的一位成員。

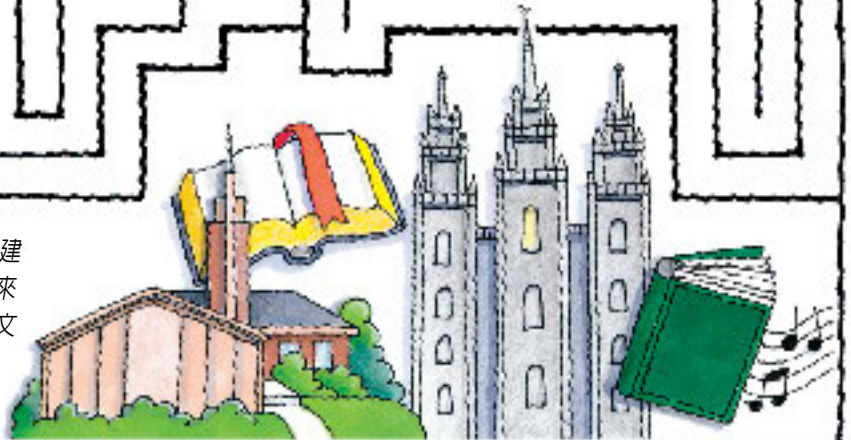


5. 什一奉獻的錢會送到教會領袖那裡。



6. 教會領袖會決定哪裡最需要用這些錢。

7. 什一奉獻的錢會用來建造聖殿和教堂，也會用來支付像是聖詩選輯和經文等等的印刷費。



唱一首 新聖詩

黛博拉·藍道

那個星期天，主教唸出即將卸免召喚的支會教友名單時，我嘆了口氣，低頭看著自己閒放著的手。我被卸免婦女會會長團第一副會長的職位，很難想像自己就要離開這個心愛的召喚，不能再和會長團其他姊妹們密切合作了。

當我聽到主教唸出新會長團的名字時，我得到聖靈的證實，讓我知道這樣的安排是對的，這些新上任的姊妹是主揀選來擔任這些事工的。我舉起手來表示支持，心裡明白她們會做得很好，而我也會有其他的服務機會。我內心很感謝、也很平靜。

接著，開始唱聖餐聖詩了。主教宣布要唱這首大家都喜愛的老聖詩「當我們參與聖餐時」（聖詩選輯，第107首），但是要用另一個版本來唱。我聽著司琴彈著前奏，感覺平靜的心被打亂了。我心裡納悶著：「為什麼我們不能用熟悉的調子唱？我比較喜歡那樣唱。」但是當我開始唱時，那些陌生的旋律是那麼優美，感動了我的靈魂，我發現這個曲調配上這些歌詞非常適合。整個音樂讓我以嶄新的方式來思考這首聖詩的意義。

將聖詩老調新唱讓我明白：我可以一直重複做著或是學習我既有的事物，或者我可以用主才想像得到的方式去成長。



突然間，聖靈帶來一股強烈的感覺，讓我把這首聖詩和被卸免這兩件事聯想在一起。

新的會長團要做的和我以前做的是同一件事工，只是由不同的人、以新的觀點去做而已——就像這首聖詩，有著相同的信息，卻搭配了不同的旋律。而我以後也會接受新的召喚，用自己的方式去做事。這個改變將會幫助

我以想像不到的方式在各方面有所成長，我如果老是待在同一個職務，是無法有這樣的成長的。

我一直都知道福音和教會組織能在許許多多方面祝福教友。我們學習怎樣領導他人，也學習怎樣支持他人，這種學習過程會在我們一生中不斷地重複。我從那次聖餐聚會領悟到，只要聽從聖靈，我們就會發現，每一回的改變都有天父對我們始終不變的美意在其中。■



我留下平安給你們，瓦特·雷恩

我留下平安給你們；我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。

「你們聽見我對你們說了，我去還要到你們這裡來。

你們若愛我，因我到父那裡去，就必喜樂，因為父是比我大的。

「現在事情還沒有成就，我預先告訴你們，叫你們到事情成就的時候就可以信。

……

「……但要叫世人知道我愛父，並且父怎樣吩咐我，我就怎樣行」（約翰福音 14：27-29，31）。



保羅·西布勞斯基長老寫道：「為當時最後的晚餐所準備的祭品羊羔，正是每年逾越節筵席的主要部分。十二使徒在坐席的時候，身為逾越節羊羔的耶穌，拿起餅來、祝謝、擘開後，遞給了門徒。」

想要了解救主的這些象徵與我們今日的生活有何關聯，見「舊約中的基督及文化」，第22頁，以及「你們也應當如此行，為的是記念我」，第30頁。