耶穌基督後期聖徒教會・2019年3月

利阿賀拿

了解婦女和聖職能力的連結，第34頁

在考驗時應該問自己的3個問題，第12頁

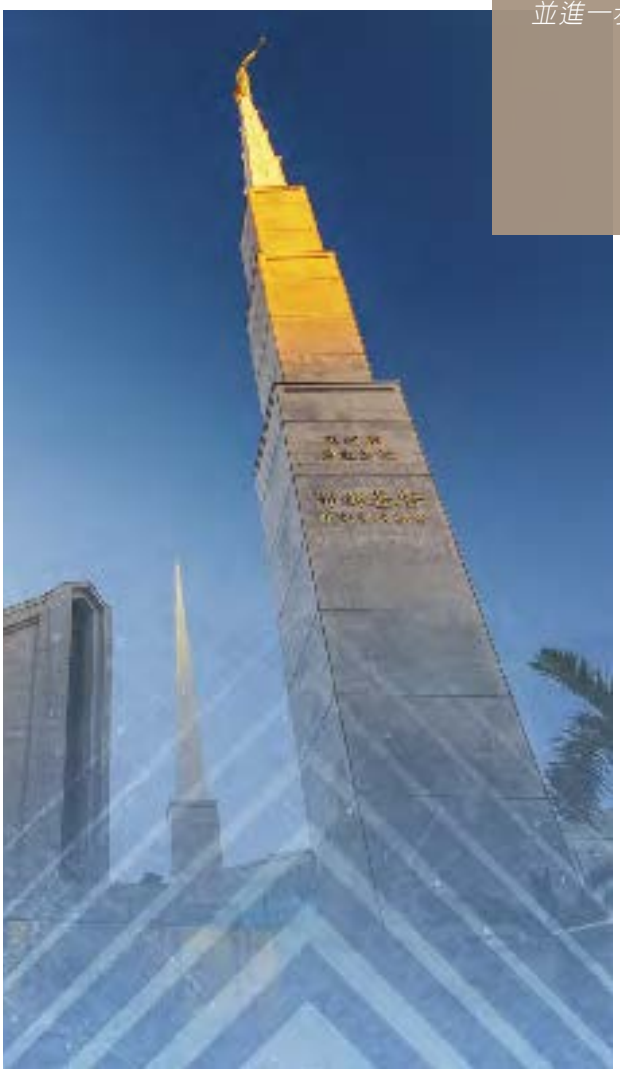
你的人生是大師畫筆下的傑作，第16頁

年輕成人園地

在聖殿中崇拜

了解穿著聖殿加門的祝福，並進一步認識你的聖殿聖約。

42



青年園地

如何分辨真相

52，55

星期日課程

現代的奇蹟是怎樣的呢?

60

總會大會

你準備好了嗎?

56，64

CHINESE TAIWAN
02186033265

耶穌基督
後期聖徒教會

這裡
有教會

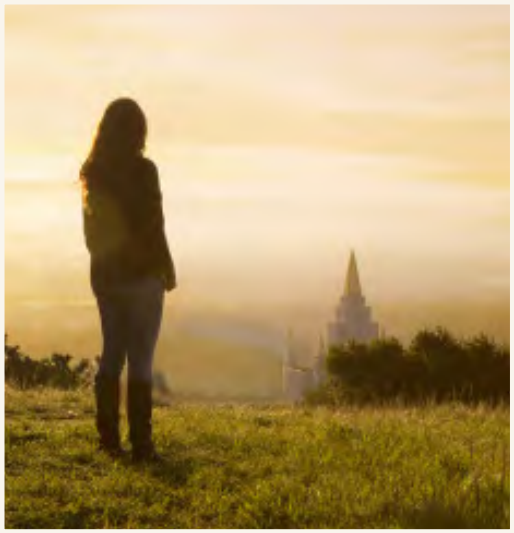
義大利
羅馬

義大利羅馬聖殿將在2019年3月10-12日那週奉獻。屆時，全球的後期聖徒都將一起歡欣慶祝，尤其是義大利的聖徒。除了主的殿之外，這座「永恆之城」還能擁有什麼更深具意義的建築呢?

這是義大利的第一座聖殿，座落在羅馬的東北方。這座聖殿是一個宗教與文化中心的一部分：這個中心包括了一座多功能的教堂（內有康樂廳以及召開大會的設施）、訪客中心、家譜中心和副殿，每一處都有花園環繞。

義大利的傳道事工始於1850年，但由於反教會活動和嚴格的法律要求，使得此事工一度中斷。教會最後在1964年獲准重啓傳道事工。1993年，義大利授予教會正式的合法地位。2012年，教會取得「國家合作伙伴」的正式地位，讓教會能以教會及社會組織的身份，更自由地從事善舉。

- 義大利目前有將近27,000名後期聖徒，劃分為101個教會單位。
- 多馬·孟蓀會長（1927-2018）於2010年主領義大利羅馬聖殿的動土典禮，羅馬副市長也參與該場盛典。
- 義大利有兩個傳道部：義大利米蘭傳道部及義大利羅馬傳道部。



關於聖職，我要學的還很多

將神的女兒與祂的聖職能力連結起來
芭芭拉·賈納
34

我記得自己在女青年以及之後在傳教的時候，會納悶：身為女性，某些特定的經文章節是否適用在我身上，尤其是提到傳道事工和聖職的經文。現在，我在教會從事各個召喚和擔任宗教課程教師時，其他人也問我類似的問題，想知道聖職跟他們個人的關係。

正如我在第 34 頁的文章中提到的，在過去幾年中，教會領袖要求成員去更了解聖職。羅素·納爾遜會長提到，他擔心「有太多弟兄姊妹並未充分了解聖職的能力和權柄的概念」。[1]

如何更自然地分享見證
8

「資訊激發靈感」這句話說得很對。我在研究聖職並教導大學生有關聖職的資訊時，不僅了解到自己所知不多，同時也敞開心扉，接受有關聖職的永恆真理。

我希望各位在這期雜誌中學習更多有關聖職的真理時，會了解到天父渴望我們因聖職而蒙福，而後期時代的先知也呼籲我們要好好利用這些特權，尤其是在聖殿中賜予配稱男女的特權。

芭芭拉·賈納
敬上

學一種新的學習法
總會主日學會長團
26

註：

1. 羅素·納爾遜，「藉著神的能力和權柄施助」，2018年5月，*利阿賀拿*，第69頁。

你們的塵世冒險旅程
迪特·鄔希鐸長老
16

5 **聖職權柄的來源**
今日教會的聖職從何而來。

6 **信心的化身：**黃綱鍵和黃莊嘉娜——中國香港
神在我們的關係中扮演著非常重要的角色。
如果沒有祂，我們可能早就分手了！

8 **施助原則：**如何更自然地分享見證
用簡單、平常的方式分享見證，能產生很大的影響。

12 **平安和力量的來源**
嘉祿·格朵意長老
當獲得力量的所有其他來源都行不通時，我們可以信靠基督。

16 **你們的塵世冒險旅程**
迪特·鄔希鐸長老
你生命中的每個點或許現在還沒有串聯起來，但如果你信賴主，全力以赴，有一天，你將會看出所有的點是如何串聯起來的。

26 **來跟從我：**學一種新的學習法
總會主日學會長團
這五個原則能指引我們作更好的福音學習與教學。

30 **後期聖徒的心聲**
排好椅子，又收起椅子；在工作時哼唱聖詩；在黑暗中失去家人；他不斷對我按喇叭和閃頭燈。

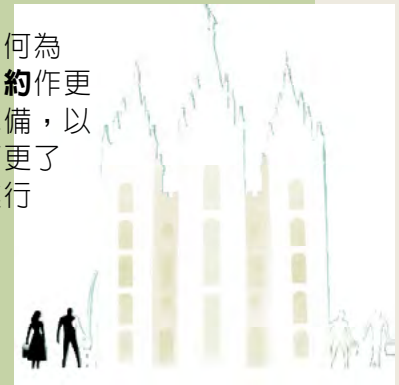
34 **將神的女兒與祂的聖職能力連結起來**
芭芭拉·賈納
女人可以和男人一樣，獲得所有相同的聖職祝福，這裡說明怎麼做。

快速閱讀

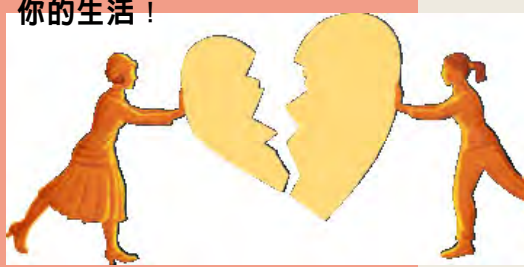
封面
馬太·雷爾攝

單元

年輕成人園地
42
學習如何為**聖殿聖約**作更好的準備，以及如何更了解並遵行聖約。



青年園地
50
發掘做**家譜、尋找問題的答案**，以及注意小**奇蹟，會如何祝福你的生活**！



兒童園地
了解祈禱和愛別人怎樣幫助你**變得更像基督**！

進一步了解

你可以在福音圖書館應用程式和 liahona.lds.org上：

- 找到當期雜誌。
- 發掘「只有電子版」的內容。
- 搜尋以前的雜誌。
- 提交你的故事和意見。
- 訂閱或贈閱。
- 用數位工具來加強研讀。
- 分享最喜歡的文章和影片。
- 下載或列印文章。
- 聆聽你最喜歡的文章。

聯絡我們

把問題和意見用電子郵件寄到 liahona@ldschurch.org。

把你能激勵信心的故事投稿至 liahona.lds.org，或寄到：
Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

「只有電子版」精選文章

羅馬訪客中心的彩繪玻璃

雀可・瓦德雷及海瑟・柯雷治

在義大利羅馬的聖殿訪客中心，帶隊協助製作整片彩繪玻璃的藝術家，說明這件作品所代表的意義和象徵。

單身的人應參與聖殿印證的5個理由

艾力士・雨吉

參與印證教儀對所有已接受恩道門的成員，包括單身的成員在內，都是具有啓發意義的經驗。

夠配稱去聖殿嗎?

撒利亞・英尼斯

來自巴貝多的年輕成人得知，她不需要完美無缺也能配稱進入聖殿。

多明尼加共和國聖多明哥聖殿照片

2019年3月，第3期
利阿賀拿18603 265
耶穌基督後期聖徒教會國際版雜誌

總會會長團：羅素・納爾遜，達林・鄔克司，亨利・艾寧

十二使徒定額組：羅素・培勒，傑佛瑞・賀倫，迪特・鄔希鐸，大衛・貝納，昆丁・柯克，陶德・克理斯多，尼爾・安德森，羅納德・羅斯本，蓋瑞・史蒂文生，戴爾・瑞隆，江文漢，尤理西斯・蘇瑞

編輯：藍迪・范克

顧問：布萊恩・艾希頓，藍道・班尼，貝琪・葛雷文，雪倫・尤班克，克麗斯汀娜・法蘭柯，唐諾・賀史東，賴瑞・凱瑟，艾易希・柯畢施凱，林恩・羅賓

總經理：理查・席頓

教會雜誌主管：亞倫・洛伯

業務經理：葛夫・肯農

主編：亞當・奧申

助理主編：萊恩・卡爾

出版助理：法蘭斯卡・奧申

編撰組：瑪麗莎・丹尼斯，大衛・狄克生，大衛・愛德華茲，馬太・富利頓，羅莉・傅勒，蓋瑞・葛夫，藍妮・高恩特，強・簡森，夏綠蒂・拉卡貝，米迦勒・莫里斯，艾力克・莫達，莎莉・奧笛克，約書亞・伯凱，珍・賓柏若芙，理查・羅慕義，歡蒂・梭魯，雀可・瓦德雷，瑪瑞莎・韋迪森

編輯實習生：艾力士・雨吉

美術總主編：史考特・納德森

美術主編：泰德・彼得生

設計組：珍妮特・安德魯，菲・安德勒斯，曼蒂・貝特利，甘・巴特，多馬・柴德，約書亞・丹尼斯，大衛・格林，科琳・興格萊，艾力克・強森，蘇珊・羅夫根，史考特・慕義，艾蜜莉・雷明頓，馬可・羅賓森，布萊德・提爾，妮可・沃肯霍斯

設計實習生：瑪莉莎・斯密

智慧財產協調員：珂莉特・歐尼

出版經理：珍妮・彼德斯

出版組：格藍・艾戴爾，茱莉・布德，多馬・克羅寧，布萊恩・蓋吉，吉妮・尼爾遜，德瑞克・李察森，瑪莉莎・斯密

印前作業：約書亞・丹尼斯

印刷主管：司提反・路易斯

發行主管：特洛伊・拔克

翻譯主任：蔡鈺龍

中文出版助理：黃鍾秀

地方新聞編輯：范陸平

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣320元

美加以外地區的訂閱事宜以及價格，請至網站store.lds.org查詢，或洽詢當地教會發行中心或支會、分會領袖。

投稿或有任何疑問，請至網站liahona.lds.org線上提交；或以電子郵件寄至：liahona@ldschurch.org；或是來函寄至 Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA。

利阿賀拿（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、簡體中文、克羅地亞文、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、匈牙利文、冰島文、印尼文、義大利文、日文、基里巴斯文、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、斯洛文尼亞文、西班牙文、斯瓦希里文、瑞典文、塔加洛文、大溪地文、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. © 2019 版權所有。美國印行。

版權資料：除非另有指示，*利阿賀拿*雜誌中的資料均可複製，供非商業的私人用途（包括為了教會召喚），此項權利得隨時予以撤銷。若有任何版權問題，請洽詢 Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

For Readers in the United States and Canada:
March 2019 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Chinese (ISSN 1522-9157) 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 all UAA to CFS (see DMM 707.4.12.5).NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O.Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

訂閱雜誌香港地區：+852-2756-5777，地址：香港九龍塘多實街18號。台灣地區：+886-(0)2-2192-4974，地址：台灣10642台北市大安區金華街183巷5號B1。如遇雜誌破損、缺頁，請寄回上述地址更換。

聖職權柄的來源

聖職就是神的能力與權柄。祂賜給我們聖職來協助推動祂的救恩事工（見*指導手冊第二冊：管理教會*〔2010〕，第8頁）。從亞當的時代開始，主就將祂的聖職賜給祂揀選的僕人。因為聖職是藉著按手禮賜給配稱的男性，而且教會保存了這些教儀的紀錄，因此今天的聖職持有人可以將其聖職權柄線往上追溯至約瑟・斯密；約瑟・斯密的麥基洗德聖職則是由耶穌基督的使徒授予的。

聖職權鑰

聖職權鑰是神賜給聖職領袖的權柄，用來指導祂的聖職在世上的運用，包括一位聖職持有人如何將聖職傳給另一個人。舉例來說，主教持有支會的聖職權鑰，因此只有他可以授權其支會中的一位男性或男青年接受亞倫聖職。1836年4月，摩西、以利亞和以來加在嘉德蘭聖殿中授予先知約瑟・斯密重要的聖職權鑰（見教義和聖約第110篇）。■

1. 彼得、雅各、約翰

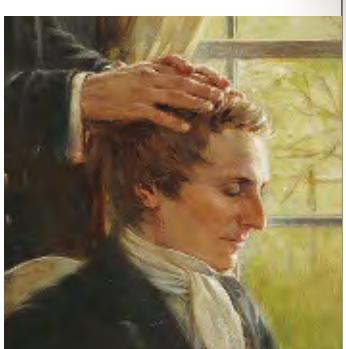
耶穌基督在塵世傳道時將祂的聖職權柄賜給使徒，包括彼得、雅各、約翰（見馬太福音第10章）。

2. 約瑟・斯密和奧利佛・考德里

1829年5月15日，施洗約翰向約瑟・斯密和奧利佛・考德里顯現，授予他們亞倫聖職。幾個星期之後，古代的使徒彼得、雅各、約翰授予約瑟・斯密和奧利佛・考德里麥基洗德聖職（見教義和聖約27：12；128：20；*約瑟・斯密先知的教訓*，約瑟・斐亭・斯密編〔1976〕，第158頁）。

3. 後期時代的使徒和領袖

先知約瑟・斯密將聖職授予其他配稱的男性，他們則在先知的指示下，將聖職授予其他配稱的男性，以此類推，直到今日。



聖職權柄線

要取得你的聖職權柄線，請寄電子郵件至lineofauthority@ldschurch.org，並在主旨欄中鍵入字母PLA（僅限英文、葡萄牙文及西班牙文）。

欲進一步了解聖職，見「將神的女兒與祂的聖職能力連結起來」，第34頁。

基督按立十二使徒，（局部），哈利・安德生繪
奧利佛・考德里按立約瑟・斯密（局部），瓦特・雷恩繪
「傾刻之後」，雕塑，崔佛・邵希製作

MWI

黃綱鍵和黃莊嘉娜

中國香港

各個文化對於性別角色的看法有很大的分歧，但是，新婚夫妻要成爲合一，所面臨的挑戰卻似乎是舉世皆然。綱鍵和嘉娜在一起努力的過程中，學到了一些重要的教訓。

萊斯利．尼爾遜攝

綱鍵：

從小到大，我都以為女孩子本來就應該做全部家事。我很快體會到那是不切實際的做法。嘉娜工作非常忙，壓力很大。雖然我的壓力也很大，但是我意識到應該開始幫忙做更多的家事。

嘉娜：

新婚是一個改變。說實話，神在我們的關係中扮演著非常重要的角色。如果沒有神，我們可能早就分手了！

綱鍵：

我們發現應該花更多時間相處。所以我們現在會一起做家事。這使我們能儘快完成，並有更多時間相處。

嘉娜：

我們也試著在晚上聊一聊當天的生活，然後在睡覺前祈禱和讀經文。過福音的生活祝福了我們的婚姻。

進一步了解

羅素．納爾遜會長為高榮婚姻作見證，請至 **lds.org/go/031906** 查看。

有關鞏固婚姻和家庭的資源，請至 **lds.org/go/031907 查看**。

請至 **lds.org/go/18** 媒體資料庫，觀看更多「信心的化身」的故事。

施助原則

如何**更自然地分享**見證

施助就是分享見證。

施助的彈性讓我們更有機會以正式及非正式的方法分享見證。

我們已經立約要「隨時隨地，在所有的事上作神的證人」（摩賽亞書 18：9）。分享見證是作證人的方式之一，也是邀請聖靈感動人心、改變他人生活的有力方法。

十二使徒定額組代理會長，羅素 · 培勒會長曾說：「見證——眞正的見證，是從聖靈而來且經由聖靈證實，會改變人們的生活。」[1]

不過，有些人覺得分享見證壓力很大，或是覺得不自在。這可能是因爲我們認爲分享見證是在禁食見證聚會，或教導課程時才會做的事。在那些正式的場合中，我們常常會使用某些不太會在自然對話中出現的詞句。

但如果我們知道在日常情境中提到自己的信仰可以多麼簡單，分享見證就能使我們和他人的生活更常獲得祝福。以下有幾個建議，能幫助你開始。

簡單就好

開口見證的時候，不必說：「我要分享我的見證」；結束的時候，也不必說：「奉耶穌基督的名，阿們。」見證就是說出我們相信而且知道是眞實的事。所以，在街上見到鄰居，討論她正面臨的一個問題時，你可以說：「我知道神會回答祈禱」。這句話會和在教會講壇上分享的見證一樣有力。這種力量並非來自華麗的詞藻，卻是藉著聖靈證實眞理而來（見教義和聖約 100:7-8）。

救主的榜樣

救主在行經撒馬利亞時感到疲累，便在一座井邊休息，遇到一位婦人，於是由井中打水的話題開始聊起。婦人每天都要做的這件差事，讓耶穌有機會見證：相信祂的人能得到活水和永生（見約翰福音 4：13-15，25-26）。

順著自然的對話分享

我們如果願意分享，周遭便會有許多機會讓我們可以順著日常的對話分享見證。例如：

- 有人問你週末過得好不好。你回答：「不錯啊，教會正是我需要的。」
- 有人聽到你的生活遭遇挑戰，同情地說：「眞替你難過。」你回答：「謝謝你關心我。我知道神會幫助我通過考驗。祂以前也是這樣幫我的。」
- 有人說：「眞希望這個壞天氣快點變好」，或是說「公車遲到也太久了吧」，或「路況眞糟」。你可以回答：「我相信神會讓所有的事好轉。」

尼爾 · 魯伯繪

作好準備

對一些人來說，突然要作見證，會是一件很有壓力的事。我們可以採取一些方法事先計劃，「有人問〔我們〕心中盼望的緣由，就要常作準備」（彼得前書 3：15）。

首先，作好準備可以是指檢視自己的生活方式。我們是否藉著正義的生活，每天邀請聖靈來到生活中，並鞏固自己的見證？我們是否透過祈禱和研讀經文，讓靈有機會對我們說話，在我們需要的時候賜給我們話語？正如主勸誡海侖·斯密的：「不要尋求宣講我的話，先要尋求獲得我的話，然後你的舌頭必被鬆開」（教義和聖約 11：21）。

第二，作好準備可以是指往前看，思考你在當天或當週可能有哪些機會分享見證。想一想你要如何運用這些機會分享自己的信念，然後作準備。

分享你的經驗

我們常常聊到彼此遇到的挑戰。有人把遇到的問題告訴你時，你可以分享神曾經如何幫助你面對考驗，並見證你知道祂也會幫助他們。主說，祂會在我們的苦難中增強我們的力量：「使你們今後可爲我作見證，確知我，主神，的確在我人民苦難時拜訪他們」（摩賽亞書 24：14）。當我們見證神如何在我們遇到考驗時幫助我們，就可以爲祂作證。

一直專注於救主和祂的教義

培勒會長教導：「雖然我們可以爲許多事情作見證，但身爲教會成員，有幾項基本的眞理，我們要經常彼此教導並與教會外的人們分享。」他列出了幾個例子：「神是我們的父，耶穌是基督；救恩計畫是以基督的贖罪爲核心。約瑟·斯密已復興耶穌基督永恆圓滿的福音；摩爾門經可以證明我們的見證是眞實的。」當我們眞誠分享這些眞理時，就會邀請聖靈來證明我們的所言屬實。培勒會長強調：「有人作了對基督的純正見證時，聖靈不得不發生作用。」[2]

簡單的見證可以改變生命

羅素·納爾遜會長還是納爾遜醫師的時候，有護士在一個很困難的手術後，問了他一個問題。「你爲什麼跟其他的外科醫師不一樣？」她認識的一些外科醫師，在進行這種壓力極大的程序時，脾氣會變得很壞、爆粗口。

納爾遜醫師可以有好幾種答案。但他只是回答：「因爲我知道摩爾門經是眞實的。」

他的回答激勵這位護士和她的丈夫研讀摩爾門經。納爾遜會長之後爲這位護士施洗。幾十年後，在納爾遜會長剛被按立爲使徒，到美國田納西州主領一場支聯會大會時，與同一位護士開心地意外重逢。她回憶自己如何因爲他的簡單見證和摩爾門經的影響而歸信，而她又幫助其他 80 人歸信。[3]

採取行動的邀請

不要害怕分享自己的見證。你的見證會造福你所施助的人。你今天會如何應用這些建議或自己的想法，來分享你的見證呢？■

註：

1. 羅素·培勒，「純正的見證」，2004年11月，*利阿賀拿*，第40頁。
2. 參閱羅素·培勒，「純正的見證」，第41-42頁。
3. In Jason Swensen, "Be Ready to Explain Your Testimony Using the Book of Mormon, President Nelson Says," Church News section of LDS.org, Feb. 6, 2018, news.lds.org.

「施助原則」文章的用意在於幫助我們學習彼此關懷——不是在拜訪時當作一篇信息來分享。我們逐漸認識服務對象時，聖靈就會提醒我們，讓我們知道除了我們的關懷和愛心之外，他們可能需要什麼信息。

分享你的經驗

把你曾為人施助或受人施助的經驗寄給我們。到liahona.lds.org，點選「提交你的作品」。

面臨挑戰的人
如何依然
能夠感到
平安、心情
愉快和堅強?

嘉祿·格朵意長老
七十員會長團

平安和力量的來源

在我擔任總會持有權柄人員期間，令我極爲感動的一個經驗，就是能在心愛的委內瑞拉聖徒當中服務。那裡的人，包括教會成員，生活環境極爲艱困。然而，儘管存在這樣的現實情況，在我經常的造訪中，我還是可以看到這個國家的一般大眾與後期聖徒之間的區別。

委內瑞拉的經驗

委內瑞拉的聖徒竭盡全力，做到最好。確實有許多人在受苦和在困境中掙扎，而教會也一直積極透過禁食捐獻基金、福利計畫和自立計畫，支援有需要的人。雖然當地聖徒很容易就可以找到悲傷難過的理由，但即使面臨種種挑戰，他們還是一群快樂的人民——他們自在安詳、笑臉常開，並且期盼未來的日子會更好。

委內瑞拉教會中的青少年也是如此。他們個人和家庭所遭遇的挑戰，使他們變得更堅強，也爲未來作好準備。教會在委內瑞拉的傳教士也是如此。他們需要爲自己、慕道友和家人，保持堅強。而他們確實很堅強。他們讓我們想到希拉曼的 2,000 名青年戰士。他們人數雖少，卻「非常勇敢」（見阿爾瑪書 53：20-21）。主正在委內瑞拉準備一代堅強的母親、父親和領袖。每次與當地聖徒在一起，我們都發現自己對福音和未來充滿了信心。

在艱難時刻有平安

這些成員面對許多的挑戰，何以依然能夠感到平安、心情愉快和堅強？我相信，他們許多人所經歷的，就是變得更仰賴神。因此，他們從一切力量的來源獲得力量。他們看出自己從天父那裡得到的祝福，他們信靠耶穌基督和祂贖罪的力量，他們藉著聖靈得到安慰、支持和鞏固。因此，他們的重擔變得輕省，他們的憂傷減輕，他們在面臨考驗時找到平安。

委內瑞拉的成員所經歷的，正是摩爾門經中阿爾瑪和他人民的經歷的現代例子：

「事情是這樣的，阿爾瑪和他弟兄身上的重擔減輕了；是的，主增強

了他們的力量，使他們輕易地挑起重擔，他們愉快且耐心地順服主所有的旨意」（摩賽亞書 24：15）。

耶穌基督的救贖能力

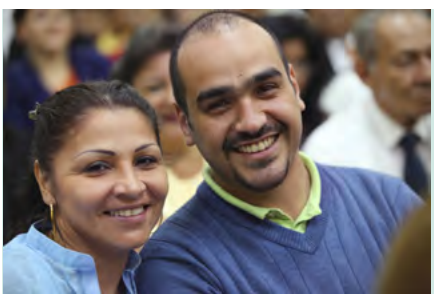
我知道神渴望祝福我們，這項見證因爲與委內瑞拉的教會成員相處，而變得更堅強。就像阿爾瑪和他的跟隨者的經驗一樣，委內瑞拉的聖徒被強化，他們的能力增加了，使得所承擔的重擔變得輕省。如果我們正背負重擔，救主邀請我們歸向祂而使我們得安息（見馬太福音 11：28-30）。這些美好的成員獲得能力，靠主的力量挑起重擔。

- 我們是否仰望神，來幫助我們克服那些艱難時刻？
- 我們是否願意付出代價，以成爲更好的人，和培養個人進步所需的基督般品格？
- 我們是否了解，透過救主贖罪的力量，我們可以找到力量和希望？

救主如何及爲何能夠提供這樣的安慰和力量呢？經文告訴我們：「祂必到各處去，受盡各種痛苦、折磨、試探，以應驗祂要承擔人民痛苦、疾病的預言。

「祂要承受死亡，使祂能打開束縛祂人民的死亡枷鎖；祂也要承擔他們的軟弱，使祂的心腸能因肉身而滿懷慈悲，這樣祂才能因肉身，了解如何依照祂人民的軟弱來救助他們」（阿爾瑪書 7：11-12）。

委內瑞拉的聖徒是一群快樂的人民——他們自在安詳，笑臉常開，並且期盼未來的日子會更好。



他們保持堅定的一個方式，就是聽從先知使徒的忠告；2013年昆丁・柯克長老在委內瑞拉卡拉卡斯演講時，這些聖徒都去聽了。

由於他們的考驗，也因爲他們信賴救主和祂的恩典，他們得到祝福，他們經歷了內心的變化，每個人變得「像小孩一樣，順從、溫順、謙卑、有耐心、充滿愛心、願意順從主認爲適合加諸於〔他們〕的一切，就像小孩順從他父親一樣」（摩賽亞書 3：19）。

簡而言之，他們從考驗中培養出基督般的品格，那是基督所有的門徒都盼望獲得的。

發生在他們身上的轉變過程，也應當發生在我們每個人身上。我們在生活中都會有挑戰和逆境，這時，我們應當自問：

主都知道

誠如十二使徒定額組的大衛・貝納長老所教導的：「救主不僅爲我們的罪行而受苦，祂也爲那些經常困擾我們的不平等、不公平、痛苦、磨難和情緒上的折磨而受苦。……我們在軟弱的時刻或許會呼喊：『沒有人了解。沒有人知道。』或許沒有人知道，然而，神子都知道，也完全了解，因爲在我們感受、背負自己的重擔之

軛讓動物可以齊心使力拉，同樣的，耶穌基督的軛能使我們與祂救贖及使人增添能力的力量連結起來。

前，祂就已經先行體會、承擔了。祂已償付了最終的代價並且背負起那重擔，因此祂能完全體會我們的處境，並在我們人生的各種不同階段，向我們伸出祂慈悲的臂膀」（「贖罪與塵世生命的旅程」，2012 年 4 月，*利阿賀拿*，第 19 頁）。

貝納長老接著引述這段經文，幫助我們了解，由於耶穌基督的贖罪，我們每個人都可以找到平安：

「凡勞苦擔重擔的人可以到我這裏來，我就使你們得安息。

「我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必享安息。

「因爲我的軛是容易的，我的擔子是輕省的」（馬太福音 11：28-30）。

對於貝納長老的這番話，我要加上自己的見證。經由親身經驗，我也知道，我們可以在救主慈愛的懷抱中找到力量和平安。救主救贖及使人加添能力的力量，不只是我們的罪獲得赦免的來源，同時也是獲得希望、平安、力量、安慰、才能、靈感和其他所需的一切的有力來源，能幫助我們通過今生的旅程，並獲得成功。我們確實可以倚靠「神聖彌賽亞的功勞、慈悲和恩典」（尼腓二書 2：8）。

應用在個人生活中

我們要如何從這來源汲取力量呢？我們必須做什麼，才能獲得所需的幫助？

首先，我們應當對耶穌基督和祂的贖罪有信心。我們需要了解，祂和祂的父是平安和力量的來源。祂們能促成一切。

接著，我們必須採取行動，盡全力去面對我們目前所經歷的一切。我們可能正在克服某項弱點，尋求脫離悲傷，或努力想要培養某項才能。即使有時我們盡全力仍似乎有所不足，但如果我們眞的盡全力，主會透過祂的恩典祝福我們，賜給我們所需的一切。

我們也應當記住，只要做到自己的部分，主會在我們身邊。我們在面對戰役時，不需要獨自奮戰。

大衛·貝納長老說：「你我一旦了解贖罪中那使人加添能力的力量，並且在個人的生活中加以運用，就會祈求能尋求獲得改變我們處境的力量，而非祈求有人讓我們的處境能夠改變。我們會成爲採取行動的主動者，而不是受行動支配的被動者（見尼腓二書 2:14）」（「贖罪與塵世生命的旅程」，2012 年 4 月，*利阿賀拿*，第 15-16 頁）。

我們也應當記住，只要做到自己的部分，主會在我們身邊。我們在面對戰役時，不需要獨自奮戰。祂從開始到終了，都會與我們同在。我見證以賽亞的話是眞實的：「因爲我耶和華——你的神必攙扶你的右手，對你說：不要害怕！我必幫助你」（以賽亞書 41：13）。對委內瑞拉的聖徒是如此，對世界各地的聖徒也是如此。■

迪特·鄔希鐸長老
十二使徒定額組

你們的塵世冒險旅程

要相信，神就必與你們同在。要全心歸向祂，祂就會在旅程中指引你們。

摘自鄔希鐸長老夫婦於 2018 年 1 月 14 日，在會議中心舉辦的全球年輕成人祈禱會所作的演講：「塵世旅程的冒險」。

很高興今天能和大家聚在一起，感受你們的靈性、力量和蓬勃的朝氣。我很高興你們有機會聽到鄔希鐸姊妹演講。海荷瑞確實是我生命中的陽光，每個認識她的人都愛她。她會讓周遭的人變得更好，也更快樂，我當然也受到了這樣的影響。

我們剛慶祝了結婚 55 週年，看著我們的兩個孩子和他們的伴侶、六個孫子女和他們的家庭，以及四個曾孫子女，不禁讚嘆我們在今生經歷了多麼偉大的冒險。

「想要立刻有答案」的時代

我在思考今天能和你們說什麼的時候，一個有趣的想法來到我的腦海中。的確，我 18 到 30 歲的那段時光，從我的後照鏡已經看不見了，但是，儘管我的歲數大了，我的心還很年輕。事實上，我們這些較年長的人大多覺得自己只是活了很久的年輕人。

當你們看著我們這批「舊世代」，你們可能會感到訝異，我們與你們的世代之間的共通之處，比你們所想的還要多更多。我相信，天父的兒女，不管年紀大小，相同之處遠超過不同之處。舉例來說，你們很多人對於神和自己，都有一些發自內心深處的根本問題；比你們年長許多的人也曾問過類似的問題：

聖特塔茲的松樹，保羅．西涅克繪，GETTY IMAGES提供

「要得到〔上天給的〕答案，往往需要付出犧牲、努力和耐心，」鄔希鐸長老說。在會議中心裡，與鄔希鐸姊妹及年輕成人合影。

「神眞的存在嗎？祂在乎嗎？」

「我走的路是對的嗎？」

「爲什麼有時候我會感到空虛、無力、被冷落或孤獨呢？」

「爲什麼神還沒有介入我的生活？」

「爲什麼祂不回答我的祈禱？」

「爲什麼祂讓我遭遇憂愁、疾病或悲劇？」

這些問題可能很難回答。

在這個「想要立刻有答案」的時代，也就是只要一查 Google，就可以得到似乎是絕對且不容置疑的答案的時代，個人最切身、最重要、最迫切的問題若是遲遲得不到答案，我們有時候就會感到沮喪。我們向神傾訴心聲，似乎只得到一個令人氣餒、轉動中的「等待游標」。

我們不喜歡等待。

如果必須多等個幾秒鐘，讓搜尋引擎回應，就可能認爲連線中斷或故障了，甚至會挫折到放棄搜尋。但是，面對永恆的問題，關乎靈魂的事，我們必須更有耐心。

並非所有的答案都有同等的價值。透過世人的智慧或社會流行輿論而來的答案很容易得到。不過，一旦新的理論或趨勢出現，這些答案也會很快失去其價值。上天的回答——永恆的答案——是珍貴無價的。要得到這些答案，往往需要付出犧牲、努力和耐心。

這些答案值得我們等待。

我的目的是要提出我確信的見證，那就是：天父認識你們，祂會聽你們祈禱，而且絕不會撇下你們。只要你們全心歸向祂，努力遵循祂的道路，祂就會介入你們的生活，在塵世這趟偉大精采的冒險之旅中爲你們指引道路。

串聯起每個點

我們這時代的一位偉大創新者，蘋果公司的史蒂芬·賈伯斯提出這番

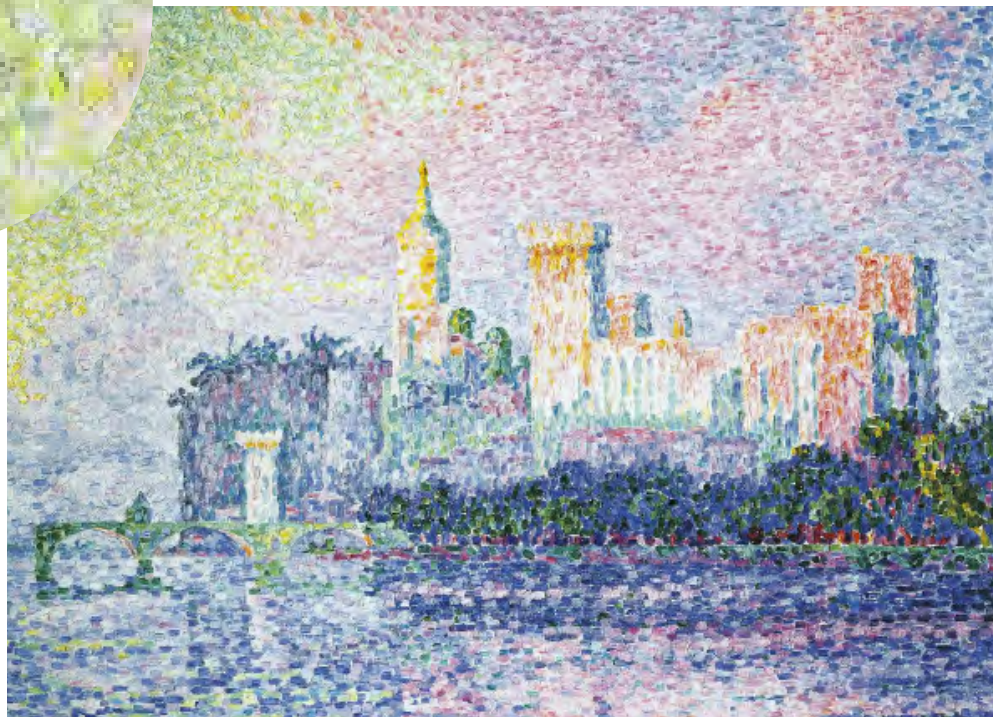
我們若在耶穌基督福音的框架下看生活，就會開始看到生活中的每個不同點，是如何連結起來的。

見解：「你沒辦法預見每個點如何串聯起來，唯有透過回顧，才看得出它們的關聯。所以你必須相信每個點在未來都會連在一起。」[1]

他這番話的意思是什麼？在十九世紀末，喬治·秀拉和保羅·西涅克開創了一種嶄新的繪畫風格，這種畫法日後被稱作新印象派。他們所使用的技法是在畫布上點出一個個小小的色點。近看，這些色點似乎是隨機出現，彼此不相關。但是看整幅畫，會看到色點融合成不同的顏色，再構成不同的形狀，呈現出美麗的圖案。原本看來雜亂無章，甚至讓人困惑的圖畫，現在可以看得出端倪來了。

有時候，我們的生活就像新印象派的畫作。那些構成我們生活中各種時刻和大小事的色點，乍看之下可能毫不相關而且雜亂。我們看不出任何秩序，也想像不到這些色點有什麼作用。

然而，我們若後退幾步，在耶穌基督福音的框架下，用永恆的角度看我們的生活，就會開始看到生活中的每個不同點，是如何連結起來的。我們可能還看不到整幅圖畫，但只要有耐心，我們所看到的，已經足夠讓我們相信這幅畫有美麗宏偉的構圖。只要我們信賴神，並跟從祂的



亞維農的教皇宮，保羅·西涅克繪，GETTY IMAGES提供

你們必須問問自己：「我能鼓起足夠的信心來相信神嗎？我願意信賴祂愛我，會指引我的道路嗎？」

兒子耶穌基督，將來有一天我們會看到最後的作品，我們也會知道，是神的手在帶領和引導我們的每個步伐。

我們將會知道，那位藝術大師對這些看似隨意排列的色點，一直都有計畫。我們將會明白，祂幫助我們發揮才能，獲得各種機會，讓我們提升到無法想像也無法憑自己的力量達到的榮耀境地。我確實在自己的生命中看到了這一切。

我的塵世冒險旅程

在我很小的時候，我們全家兩次被迫拋下一切、逃離家園。新地方的人很顯然都看不起我們，兩次都這樣。在同年齡的小孩當中，我因爲口音的緣故被排擠，經常受到他們嘲弄和取笑。

數度搬遷所帶來的挫折和壓力，使得我的學業大幅落後了一整個學年。之前在東德，我學習俄文當作第二外語；俄文很難，不過我熬過來了。這時候在西德，我必須學英語。

我覺得自己不可能學得會！我相信我的嘴巴不是用來說英語的。

在青少年時期，我喜歡上一個既優秀又有著美麗棕色大眼睛的女孩。可惜的是，她似乎對我一點興趣也沒有。

這就是當時的我：一個很普通、生活困苦的年輕人，住在戰後的德國，人生看來沒什麼成功的機會。

然而，兩件好事讓我滿懷希望。我知道我的家人愛我。在學校和教會，老師們都鼓勵我永遠都要胸懷大志。我還記得有位年輕的美國傳教士教導了經文裡的這個原則：「神若幫助〔你〕，誰能敵擋〔你〕呢？」[2]

這個原則似乎有一股強大的力量，震撼了我。我心裡想：「如果是這樣，我何必害怕呢？」

我相信了。而且我信賴神。

有一段時間，我在當學徒。有位老師鼓勵我更上層樓，就讀夜校，學習機械工程。這要額外付出很多的努力，但我也因此發現了自己對飛行的熱情！後來得知當飛行員需要懂英語時，簡直是晴天霹靂！但是我立志成爲飛行員，而奇妙地，我的口舌似乎改變了，英語不再是學不會的語言。

憑藉著新的動力和新的決心勤奮努力，再加上對天父的信賴，我踏出

每一小步，也因此建立了自信，相信自己做得到。當然，這不表示事情一直都很順利。

19 歲的時候，我前往美國德州聖安東尼奧，開始接受空軍飛行員的訓練。在飛機上，我聽到隔壁座位的男士說話，他帶著德州的口音。我很驚恐地發現，我從前努力學習的英語，跟他說的英語不一樣！

在飛行員訓練學校，我也遇到了很多困難。那是競爭激烈的課程，每個人都希望以最優異的成績畢業。我立刻知道自己處於劣勢，因爲大部分同學的母語是英語。

我的飛行教練提醒我注意另一個可能不利的情況，就是我花很多時間在教會。當地的成員很歡迎我搬到他們的分會，去他們的家拜訪，我們甚至一起在德州的大泉蓋一座教堂。我的教練擔心這些活動會讓我拿高分的機會大減，但我不這麼認爲，所以我信賴神，並且全力以赴。

最後，我學會了英語，儘管現在仍在精進當中。我也完成了飛行員的訓練，而且以班上第一名畢業。我成爲戰鬥機飛行員，後來擔任航空公司的機長。我夢寐以求的那位棕色眼睛女孩也成爲我的妻子。

畫筆圖像由 GETTY IMAGES 提供

把微小的事做得盡善盡美

這裡頭有值得學習的事嗎？我認爲有好幾樣！

其中之一可能是：不要因爲生活中許多重大、困難的工作而灰心喪志。如果你們決心去做「容易」的事，也就是神要你們去做的「微小」的事，而且盡力做得完美，自然能成就大事。

你們可以做得盡善盡美的一些微小而簡單的事，就是研讀經文、遵守智慧語、參加教會聚會、眞心誠意祈禱，繳納什一奉獻與禁食捐獻。

即使在不想做這些事的時候，也要去做。這些「犧牲」，看似微小卻非常重要，因爲「犧牲……帶來上天的祝福」。[3]

就某方面而言，微小而簡單的犧牲就是日常生活中的每一個點，組合起來就是你們人生的出色畫作。你們現在可能看不出這些點如何串聯起來，也還不需要看出來。只要在你們活著的當下有足夠的信心就行了。信賴神，然後「偉大的事〔將出於〕微小的事」。[4]

信賴神

你們現在可能在想：「是呀，鄔希鐸會長，這些對你來說都不是問題，但你是使徒，我只是普通的教會成員。神沒有回答我的祈禱，也沒有帶領我的生活。如果神對我有個計畫，也是二手版本的計畫，一個別人用過的計畫，一個『拍拍你的頭，要

你知足』的計畫。」

親愛的朋友，你是活神的孩子，祂是全宇宙的神。祂愛你，祂希望你成功，祂爲你的成功準備了一項計畫。要記住史蒂芬·賈伯斯說的話：「你沒辦法預見每個點如何串聯起來，唯有透過回顧，才看得出它們的關聯。」

我在你們這個年紀的時候，還不知道自己的人生方向。我根本沒看到在我面前有什麼相連接的點。

但是我信賴神，聽取親愛的家人和睿智的朋友所給的建議，運用信心踏出每一小步，相信如果我在當下盡力而爲，神會看顧整體的發展。

祂的確這樣做了。

我不知道結局，但是神從一開始就知道。

我不能看到未來，但是祂能。

即使在艱困的時刻，在我以爲自己被遺棄的時候，神都在我的身旁——而我現在看到了。

我們在箴言中讀到這項偉大的應許：「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明。

在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。」[5]

我想，這節經文的最後應該不是問號。不是，應該是個驚嘆號！

所以，你們必須問問自己：「我能鼓起足夠的信心來相信神嗎？我願意信賴祂愛我，會指引我的道路嗎？」

事實上，你靠著自己，在許多事情上可能做得非常好。但是我勸你們，要相信只要你們仰賴神來引導你們的步伐，生活必定能過得更好。祂知道你們絕對無法知道的事情，也爲你們預備了一個絕對無法想像的未來。偉大的使徒保羅曾作證：「神爲愛他的人所預備的是眼睛未曾看見，耳朵未曾聽見，人心也未曾想到的。」[6]

你們希望天父給予指引、祝福和支持嗎？

那就要相信。

愛祂。

全心全意尋求祂。

行走在祂的道路上，也就是遵守誡命，遵行聖約，跟從先知的教導，並聽從聖靈的提示。

如此一來，神就會「使你們比如今更多千倍，照他所應許你們的話賜福與你們」！[7]

我能理解，對一些人而言，這一點說來容易，要做卻很難。在今日的文化中，你們很容易聽到反對的聲音，阻擾、甚至嘲笑對神的信仰，特別是我們的宗教。

這時代在傳播上前所未有的進步，更讓這種聲浪越發猛烈。這是各位的挑戰，但也是你們的特權。

我相信你們會找到方法，用主的方式處理這些事！這是你們塵世冒險旅程的一部分。你們怎麼做，對你們的未來，對你們參與神在世上的事工，都會有重大的影響。

你們在生活中經歷的，其實並不全然罕見。你們並不是唯一因爲相信神而被挑戰和嘲弄的世代。事實上，這似乎是神所有的兒女塵世考驗的一部分。

耶穌告訴祂的門徒：「你們若屬世界，世界必愛屬自己的；只因你們不屬世界，乃是我從世界中揀選了你們，所以世界就恨你們。」[8]

你們倒不如接受這樣的可能性，就是一旦你們承諾跟從救主，那些住在巨大廣廈裡的人一定不以爲然，不時還會疾言厲色地反對。[9] 他們甚至可能試圖欺凌並羞辱你們。

但是要記得，你們不用向他們負責，卻要向神交代。有一天你們會站在祂面前，爲你們的人生負起責任。

祂會問你們是否克服了世上的誘惑並遵循正義的道路。祂會問你們是否跟從了救主，是否愛你們的鄰人，是否努力留在門徒的道路上。

要記住，我們不能腳踏兩條船，我們不能既領受門徒身份無比的祝福，同時又在巴比倫第一支會保留教籍。親愛的朋友，現在就是向基督立下承諾並遵循祂道路的時候。

有一天，神所有的兒女，包括現在嘲弄眞理的人，將會知道什麼是對的。他們會屈膝跪拜，承認耶穌確實是基督，是救贖主，世界的救主。[10] 他們會知道祂爲他們而死。

到那天，世人會清楚知道只有祂的聲音才是眞正重要的聲音。

你們會很肯定地知道，由於你們持守信仰，遵守神的誡命，爲同胞服務，並在世上建立神的國度，你們是多麼蒙受祝福。我親愛的朋友，要相信，神就必與你們同在。要全心歸向祂，祂就會在你們經歷塵世這趟偉大精采的冒險之旅時給予指引。

「都沒關係」

談到讓神指引我們的生活，我想要說明一件事。我接下來要說的事可能不太中聽。如果你們求問神在生活中該怎麼作決定，包括怎麼作一些重要決定，祂可能不會立刻給你們明確的答案。其實，只要持守基本的聖約和福音原則，有時候你們作什麼決定都沒關係。

有很多情況是，作決定之後所採取的行動要比作什麼決定更重要。

舉例來說，一對情侶在有些家人認爲他們並不匹配的情況下，仍然選擇結婚。不過，這對情侶作了決定以後，要是能完全做到對彼此和對主的承諾，那麼我是看好他們的。藉著彼此相愛，相敬如賓，關注對方在情感、靈性和屬世上的需要，持續做這些小事，他們就可以成爲完美的伴侶。

對照另一種情況來看，有些人覺得自己選了「完美的」對象，就大功告成了。如果不再表達對彼此的愛意，停止一對一溝通，逐漸過著驕傲自我的生活，他們便會走向憂傷和遺憾的結局。

選擇職業也適用相同的原則。有些人選擇了較不顯

赫的職業，卻盡力找方法讓工作變得有趣且具有挑戰性；我大大地看好這些人。

有些人選擇了聽起來很厲害的職業，卻漸漸喪失了工作成功所需的熱情；我就不怎麼看好他們。事實上，能夠順應職場的變化，是你們這世代面對未來必須培養的一個重要能力。

所以，主希望你在面對重大決定時怎麼做？

主給奧利佛．考德里和約瑟．斯密的指示倒是提點了我。主告訴他們：「你必須先在意念中仔細研究；然後求問我那是否是對的。」[11]

天父給了你們頭腦和心思，只要信賴神，祂會幫助你們適當運用頭腦和心思來作決定。

在作決定時，很多時候，好的選項不只一個。約瑟和他的同伴遇到這種情況，向主尋求指引時，主說了一句耐人尋味的話：「都沒關係。」[12]

但是主立刻又說：「只要忠信。」[13]

你們有責任按照所能獲得的資訊，並根據福音的價值觀和原則，去作最好的決定，然後盡全力完成所要做的事，而且保持忠信。

如此一來，所有點都會串聯起來。

聽到神不一定會鉅細靡遺地指引你們的人生旅程，也許會讓人感到失望。但是你們真的希望生活中的每件小事都要聽從指示嗎？你們真的要在自己找到方法之前，有人先給你一份人生密笈嗎？這怎能算是冒險呢？

我親愛的朋友，你只會經歷這個塵世的冒險一次。如果給你們一份量身訂做的走台細節，還交代了人生大哉問的所有劇情和解答，難道不會剝奪你們的成就感，以及對神和對自己的信心嗎？[14]

神已賜給你們選擇權，所以你們有很多方向可以選擇，也都能擁有充實的人生。塵世旅程沒有特定的結局，而是一個自己選擇的冒險故事。你們有誡命，你們有聖約，你們有先知受靈啓發的忠告，你們還有聖靈的恩賜。要獲得今生的幸福和永恆的喜樂，這些就綽綽有餘了。除此之外，如果你們作了不理想的決定，也不要沮喪。就是要這樣才能學習。這是冒險的一部分！

冒險從起點到終點都不會是順順利利的，不過只要有信心，一定會有快樂的結局。請想想埃及的約瑟這個例子。從很多方面來看，他的人生很不幸。他被哥哥們賣到埃及當奴隸。又因爲莫須有的罪名而被關進監獄。儘管處在險惡的環境中，飽受威脅，他仍然守住信心。他信賴神。他全力以赴。年復一年，即使約瑟似乎已被遺忘和拋棄——他仍舊相信著。約瑟始終全心歸向神。於是，神讓約瑟知道，祂能夠扭轉劣勢。[15]

在 4,000 年後的今日，我們仍在稱頌約瑟的名字和故事。

你的故事可能不會像約瑟的這樣戲劇化，

但同樣會有高低起伏。所以要記得約瑟的榜樣：保持忠信。要相信。要誠實。不要憤世嫉俗。不要欺壓人。愛神。愛你的同胞。信賴主，即使事情看來渺無希望。

也許你很久以後才看到，但將來你回顧時，會明白主的確指引了你的道路。

這些色點確實串連在一起。

要牢記的五件事

在此之前，可否容我要求各位記住五件事？

第一，要知道神給你的回答可能需要一點時間，而且可能不是用你期望的方式來到。神的答案有永恆的價值，是值得等待的。

第二，運用一點信心。全心歸向神。要相信你對神很重要，要相信神會造就你，遠勝過你造就自己。學習祂的事。愛祂。相信祂。定期且懇切地跟祂說話。傾聽祂的聲音。

第三，竭盡所能走在門徒的道路上。不要灰心喪志。只要把微小的事盡力做得完美，重責大任就會隨之而來。

第四，不要受那些令人氣餒的聲音影響，偏離了你的信心旅程。要記得，你不是向批評者交代，你是向天父交代。祂的價值觀才是重要的。

第五，盡力作出最好的決定。跟從進入你心思和意念中的那些提示，盡全力去遵循。要有信心，神會聖化你爲自己永恆的福祉所作的眞心努力。[16]

只要這樣做，最後的景況一定會很好。

只要你努力跟從救主，你的自信就會增加。[17] 只要你行爲配稱並打開你的心接受基督的光，你對神的愛會成長，也會更有能力去愛人。

這些都會爲你帶來幸福和喜樂，

爲你帶來平安。

將來有一天，也會帶給你永恆的榮耀。

將來有一天，你們會回顧這珍貴又刺激的塵世冒險，並且有所領悟。你們會看到所有的點確實都串聯起來，構成美麗的圖案，比你們

所能想像的更精緻。

你們會懷著無法言喻的感激，看見充滿愛心、恩典與憐憫的神，一直親自在你們身邊，看顧你們，祝福你們，指引你們的步伐歸向祂。■

註：

1. 史蒂芬·賈伯斯，2005年6月12日，史丹佛大學畢業典禮演講。
2. 羅馬書8：31，新國際版（1984）。
3. 「讚美先知」，*聖詩選輯*，第15首。
4. 教義和聖約64：33。
5. 箴言3：5-6。
6. 哥林多前書2：9，新國際版。
7. 申命記1：11，新國際版。
8. 約翰福音15：19。
9. 見尼腓一書8：26-28。
10. 見羅馬書14：10-12；腓立比書2：10。
11. 教義和聖約9：8。
12. 教義和聖約60：5；62：5；80：3。
13. 教義和聖約62：5。
14. 見教義和聖約121：45。
15. 見創世記37：39-46。
16. 見尼腓二書32：9。
17. 見尼腓二書32：9。

總會主日學會長團

學一種新的學習法

在使用新課程的過程中，思考一下福音學習與教導的這五項指導原則。

從我們開始在初級會、主日學和家中使用來跟從我，到目前已經兩個月了。你最初的感想有哪些？這些新資源對你和你的家庭有哪些幫助？

在閱讀以下能幫助我們成功使用這些新資源的原則時，想一想你會如何回答這些問題。我們將討論學習者和教師可以如何應用這五項原則。

原則1：

新教材提升在家中學習的品質。

給學習者的話：

一星期有 168 小時，而其中只有幾個小時會花在教會裡。儘管你可能在教會班級中學到很多，但你也要在一星期當中的其他時間，努力學習並奉行福音。把靈性學習想成運動：你會看到一星期運動數次的效果要比一星期只運動一天來得更好。如果你在家研讀經文，就會充滿使生活蒙受祝福的見識和靈性理解力，如果你與人分享所學，也會造福他們的生活。

給教師的話：

只是在每星期日好好教一堂課是不夠的。教師的目標之一應該是鼓勵個人與家庭研讀經文。班員這星期研讀經文的時候，有哪些經驗？有哪些見解可以分享？把你的角色看成唱詩班的指揮或許會有幫助。指揮要教導歌唱，帶出每一個聲部，唱出美妙和諧的歌聲。你可以教一堂課，帶領討論，講述你所知道的一切來提升課程經驗，但是如果班員不分享自己的見解和啓發，你也創造不出鼓舞人心的樂音。

原則2：

主希望我們了解教義，從中學習和成長。

給學習者的話：

你在研讀經文時，會找到福音眞理，也就是教義，幫助你更認識神，也更有理解力，去面對挑戰。你可能也發現，經文中有些福音眞理講得清楚直接，有的則是隱含的。把尋求眞理想成是挖掘深埋的寶藏。你可能需要努力挖掘，才能發現和找到眞理，但你終究會擁有「人與神都所共趨」的「最高賞賜」。[1]

給教師的話：

教師不只是輔導員和引導者；他們有義務教導教義——作見證、引導和啓發。你藉著研讀、沉思並祈禱爲教學作準備時，也就是在準備幫助你的教導對象，更明白經啓示而來的教義，並採取行動。要對你在耶穌基督後期聖徒教會中身爲教師的角色有堅定的信心。心力專一時，你就能更像救主那樣教導。

原則3：
個人的啓示是教會中福音的學習與教導的核心。

給學習者的話：

羅素·納爾遜會長不久前懇請教會成員「增強獲得啓示的靈性能力」。[2] 你在研讀神的話語時，就是在向祂表明你想要獲得啓示。研讀主已賜給眾先知的啓示時，通常會得到個人的啓示。讓我們把信條第九條改寫一下：你在研讀神「已經啓示」的一切時，就是在準備自己接受「祂現在啓示的一切」，以及「祂仍要啓示」的一切。

你接受啓示時，要養成記錄靈感心得並採取行動的習慣。這樣不僅能向主表示你看重祂所教導的事，而且，爲了能透過學到的事情而有所改變，我們必須加以應用才行。[3]

給教師的話：

在課堂上要教什麼，針對這一點，啓示會以許多方式來到，可能在你自己研讀經文的時候，可能在你們全家閱讀*來跟從我*教材的時候，也可能在你爲教會課程備課的時候。靈光乍現時，要把靈感心得記錄下來，並根據靈感採取行動。

即使你可能已經準備好教案，也不要害怕在課堂上按照所得到的靈感行動，以因應班員的需求。

原則4：
新教材是資源，不是來源。

給學習者的話：

神的話語是靈性知識與力量的來源。*來跟從我——供個人和家庭使用*是用來輔助各位作個人和家庭經文研讀的資源。你在研讀新約時，把它當作指南或輔助資料。如果你是父母，可以用它來規劃有啓發性的家人家庭晚會，輔助你的家庭經文研讀。單身成人可以聚在一起，用它來進行小組的經文研讀。以各種方式來運用這項資源，幫助你和你的家庭，去汲取那來自學習並實踐神話語的力量。

給教師的話：

要記住，你的班員在家中研讀時已經得到有意義的經驗。每次上課時花點時間了解他們學到的事物。主日學和初級會使用的*來跟從我*提供了建議活動，幫助你爲教導對象創造有趣的學習經驗。但是，不要被書頁上的文字侷限了。可以修改活動，或自創你覺得能以班員的信心、理解和見證爲基礎的活動。如果有班員不想多說，也沒有關係。讓他們知道，他們的出席和渴望聆聽神的話，就已經表達出他們的信心了。

原則5：
我們可以改進施助他人的方法。

給學習者的話：

在施助他人方面，你將受惠於從經文中學到的事物。你在研讀時可能有某些發現，是你可以跟別人分享的。尤其在新約中，你會找到救主和其他人用有意義的方式來施助的一些經文實例。主提出「來跟從我」（路加福音 18：22）的邀請，要我們想一想讀完了以後要怎麼做，也就是要我們把學習並感受到的事情付諸實行。因此，各位今年在研讀耶穌基督的生平時，找出祂的生活在哪些方面教導你如何施助他人，也留意你的施助如何造福周遭人們的生活。

給教師的話：

教師不僅有責任爲來上課的人服務，也有責任爲沒來上課的人服務。擔任教師的人要知道誰來上課，誰沒來上課。你可以在課堂外施助成員，如親自登門拜訪沒來上課的成員，給他們打電話或寄發電子訊息，鼓勵他們在家中和教會中參與福音學習。你的影響力遠大於你所想像的，你對其他人的愛與關心關係重大。

只要我們專注在新教材*來跟從我*背後的指導原則，就能成功地把它融入生活中，讓它以神希望的方式來改變我們的生活。■

註：

1. 「甚麼是眞理」，*聖詩選集*，第173首。
2. 羅素．納爾遜，「給教會的啓示，給我們生活的啓示」，2018年5月，*利阿賀拿*，第96頁。
3. 見李察．司考德，「獲得屬靈的指引」，2009年11月，*利阿賀拿*，第6-9頁。

*你可以在**comefollowme.lds.org**找到課程和相關資源。*

重點不在椅子

當我擔任女青年會長時，有一天到教堂康樂廳，爲隔天晚上的女青年活動排椅子，那時教堂裡沒有其他人。我當時懷孕七個月，幾乎所有的椅子都得由我一個人排好。但過了不久，我的祕書和一位諮理抵達教堂，幫助我完成工作。接著我們開始懸掛布置的裝飾。

那時有位女士探出頭來，她說：「很抱歉，慈助會今天晚上預約了這個房間，要上瑜伽課。」

我們詢問她是否可以用其他的房間，但是其他的教室都有人在用。所以我們唯一能做的，就是把椅子放回去。我那天晚上回到家時，感到很疲累，也知道明天早上我需要再去排椅子。

人生有時就像這樣的感覺。我有個剛出生的嬰兒和四個小孩，覺得自己整天忙得團團轉，然後隔天醒來，又做同樣的事。無論何時，都有孩子的肚子要塡飽，成堆的衣服、玩具和碗盤要收拾——我擺好椅子，又把椅子放回去。這就是我的生活。

但重點是在椅子嗎？當我在女青年活動結束後把椅子放回去時，想到我逐漸喜愛的那些有趣、美好的女孩，臉上不禁浮現笑容。我很感謝和她們在一起的時光。

在家裡也是一樣。重點不在花生醬把沙發弄髒，或似乎從來無法配對的襪子。重點在我的小家庭，他們使我的心充滿喜樂。

主說：「因此，不要厭倦行善，因爲你們正在奠定偉大事工的基礎。偉大的事都源自微小的事」（教約 64：33）。

對我來說，微小的事逐漸變得深具意義：互相擁抱，自己編的歌曲，蠟筆畫，跳著走到郵箱再走回來，吃特別爲我做的烤焦的吐司。

我們可能日復一日做著平凡單調的事，像是把椅子擺好，又再放回去。但重點不在椅子——重點在椅子上坐著的，我們所愛的人。重點不在手邊的工作——重點在我們所服務的人。當我想到他們，以及我多麼愛他們時，我感謝主賜予的美好生活，還有明天，我會起床，愉快地再把那些椅子擺好。■

珍．歐吉爾，美國愛阿華州

但．貝爾繪

我們可能日復一日做著平凡單調的事，像是把椅子擺好，又再放回去。但重點是在椅子嗎?

你認為你會再見到你的哥哥嗎?

那時是深夜，我是唯一值班的收銀員，整個雜貨店裡沒有其他人。我擦拭結帳櫃台，開始哼歌。

我哼沒多久，就唱起歌來。我開始唱「聖徒齊來」（*聖詩選輯*，第 18 首）。我通常不會爲了樂趣而唱聖詩，但我那時活力十足地唱出這首歌，直到眼前有人出現。

有位年長的男士走過來。

他說：「我知道那首歌，你怎麼會唱 ?」

我說：「那是我們在教會裡唱的一首聖詩。」

「你是摩爾門嗎 ?」

我回答說是的。

他告訴我，他的妻子是後期聖徒，在 2011 年因癌症去世。他說，在她的喪禮上有人獻唱「聖徒齊來」這首聖詩。我表達哀悼之意，並告訴他，我的哥哥於 2011 年在智利傳教時去世，我們在他的喪禮上也唱這首聖詩。那時聖靈感動了我們的心，我們爲這樣的「巧合」感到驚奇。

他問道，「所以你認爲，你會再見到你的哥哥嗎 ?」

我曾經無數次問自己這個問題。哥哥去世後那幾個月很難熬，我因懷疑而掙扎糾結。最後，天父使我蒙福獲得甜美的知識，知道家庭是永恆的。我仍有一些疑問，但是我看著這個人的眼睛說：「是的，我會！」

這位男士說：「你有很大的信心，我的妻子經常說，我們都應該『懷著完全光明的希望』。」我同意他所說的，並引述尼腓二書 31：20 其餘的部分說，我們應當愛神和所有的人，努力前進，飽享基督的話，並持守到底。

這位男士含著淚光說：「就是這段話！我太太就是那麼說的，你怎麼知道的 ?」

我告訴他，那是摩爾門經裡的一段話。他問我，要怎樣才能得到一本，我告訴他如何在線上索取。這位男士跟我握手，叫我的名字向我道謝，隨後就離開了。

有信心意謂著信賴神，就算我們不知道所有的答案。我很感謝，在我需要回答那位男士的問題時，我能憑著信心和我確實知道的眞理來回答。我的信心並不完全，但是我知道那在主的眼中是足夠的。■

溫蒂．簡寧（口述給利亞．巴頓），美國猶他州

我通常不會爲了樂趣而唱聖詩，但我那時活力十足地唱出這首歌，直到眼前有人出現。

插圖：卡恩．斯恩

大約在我停止去教會一年後，某個星期五晚上，我做了一個夢。

明天，我會去教會

我和妻子瑪德蓮接受洗禮和證實兩年後，我變得比較不活躍，不再去教會。每個星期天早上，我的妻子都會鼓勵我起床，和她一起去，但我都說不要。

我會說：「我很累，讓我睡覺。」之後我會去踢足球。

瑪德蓮會獨自起床，帶著我們的兒子路卡斯去教堂。不論是下雨或天氣寒冷，她都會去。

回顧以往，我知道是撒但在攻擊我。他讓我相信，沒有教會，我的生活還是會過得很好。他對我說：「你很好，平靜又自在。」但事實上，我失去了許多祝福、進步和幸福。很感謝的是，我的妻子和天父幫助了我看清事實。

大約在我停止去教會一年後，某個星期五晚上，我做了一個夢。我夢到自己在一個美麗的鄉間，和妻子及兒子手牽著手散步，我們非常快樂。

但是後來天色開始變暗，暗到我看不見任何東西。突然間，我發覺自己不再緊握著妻子和兒子的手。我呼喊他們的

柯絲汀・貝瑞加德攝

名字，希望他們會回來。我不但希望他們回來，也希望黑暗會消失。

那一刻，我體驗到什麼是眞正的悲慘。我失去了瑪德蓮和路卡斯。他們已經走在前頭，留下我獨自一人，被黑暗籠罩。

第二天早上醒來，我明白天父已經給我一個徵兆。如果我不回到教會，帶著妻子和兒子去聖殿印證，我就會失去他們，我在來生不會擁有他們。我會處在迷失、悲慘的狀態。

我告訴瑪德蓮：「明天，我會去教會。」

從那時起，每個星期日早上，我都會和家人一起去教會。自從五年前做了那個夢之後，我沒有錯過任何一次聚會。2016 年 9 月，我們終於在聖殿印證。

我很感謝自己所得到的一切祝福。我要特別感謝家人和妻子的勇氣、堅強和榜樣。我很感激她和天父從來沒有放棄我。多虧了他們，我才能成爲今日的我。■

哈明．高查利，智利奇洛埃

一堂駕駛課

在一個風和日麗的星期日下午，我參加完年輕成人聚會後開車回家。我感到很輕鬆自在，思索著自己所聽到的信息，關於如何發揮自己身爲神的兒女所具有的潛能。我問自己：我可以做什麼來發揮自己所具有的潛能。

在回家的路上，會經過一條狹長的雙向道。反方向的來車大排長龍，而在我身後則沒有任何車輛。後來突然間，我聽到有輛汽車一直在按喇叭，非常刺耳。有位駕駛在我後面，不斷地閃頭燈，並對我大吼大叫，要我讓路。看起來，他想要開快一點。

我認爲這個人需要學習耐心和尊重別人，所以我開始放慢速度。我們這樣經過了幾條街，他不斷地按喇叭和閃燈。後來，他把車子停到路邊。我從後視鏡查看，想知道他對於無法把車開得更快的反應。我很高興自己爲他上了一課。

突然間，那位駕駛跳出車外，打開乘客的車門。一位婦女很快下車，懷裡抱著一個嬰孩。我看著他們要往哪裡走，然後看到遠處的燈光標示寫著「醫院急診室」。

「我到底做了什麼？」我問自己。一回到家，我便跪下來，淚水盈眶地祈求神寬恕我。

那天我學到，我們不一定總是都能看出或明白周遭人們的行爲背後的動機。如今，當我看到有人用我認爲是錯誤的方式做事時，我會先想：我並不完全了解他們目前經歷了什麼。我試著去展現愛和憐憫，因爲耶穌基督吩咐我們要如此待人，並且把焦點放在去了解和協助周遭的人。

我該如何發揮身爲神的兒女所具有的潛能呢？我可以用愛和諒解去回應別人的行爲。這麼做讓我在生活中更常感受到救主的愛，也讓其他人可以感受到我對他們的愛。■

胡立歐．米契爾，墨西哥齊瓦瓦

開車回家時，我感到很輕鬆自在。後來突然間，我聽到有輛汽車一直在按喇叭，非常刺耳。

理查．米亞繪

將神的女兒與祂的聖職能力連結起來

芭芭拉．賈納
楊百翰大學教會歷史及教義副教授

我比以往更深刻體察到，了解聖職和聖職爲婦女所帶來的祝福，有多麼重要。我們活在一個推崇平等、權力、公平和寬容的時代，經常抬高這些價值甚於其他美德。不僅如此，對許多人而言，身份、權柄、靈性，甚至神，都是讓人感到非常困惑的主題。

> 在神透過祂的聖職能力所完成的事工中，婦女是不可或缺的參與者。

許多婦女由於不知道她們可以獲得哪些祝福，因此並未善用爲她們所提供的靈性饗宴。許多男性對這個主題也不甚了解。

我們如何能夠更了解婦女與聖職能力之間的關連，幫助她們比以往更「勇往直前」，「更加努力地光大〔她們〕在家中、社區中，及神的國度中應有的地位及職責」呢？[1] 第一，我們可以謙卑地尋求了解與聖職有關的眞理，尤其是教會領袖最近的教導。第二，我們可以設法了解，爲何有些婦女並未充分認知她們可以獲得神的聖職能力。第三，我們可以留意要如何幫助婦女更充分地參與神透過祂的聖職能力來完成的事工。

婦女仰望加州奧克蘭聖殿的照片

1. 關於婦女和聖職，有哪些真理已被釐清?

使徒和總會輔助組織的婦女領袖，最近更加強調婦女和聖職的關係。以下是需要正確了解和教導的一些重要眞理。

聖職是神的能力和權柄。

神透過聖職這項能力完成祂偉大的救恩事工，促成「人的不死和永生」（摩西書 1：39）。男人和女人在神的事工中皆扮演著重要角色，而且男人和女人都可以獲得祂的能力，來完成祂的事工。

在救恩的事工上，婦女扮演著至關重要的正式角色。

前任總會女青年會長邦妮·奧斯卡森說：「所有婦女都需要將自己視爲聖職事工中不可或缺的參與者。本教會的婦女是會長、諮理、教師、議會成員、姊妹和母親，除非我們奮起，憑信心來履行我們的職責，否則神的國度就無法運作。」[2]

戈登·興格萊會長（1910-2008）教導：「神已賜給這教會的婦女一份事工做，來建立祂的國度。那和我們三大責任有關——也就是：第一，將福音教導給全世界；第二，鞏固信心，協助教會成員建立幸福；第三，爲死者執行偉大的救恩事工。

「教會的婦女要與她們的聖職弟兄聯手推進主的這項偉大事工。……婦女們身負重任，並且負責履行那些任務。她們帶領自己的組織，而那些組織穩固、不斷擴充，是世界上很重要的一股向善力量。她們和聖職〔持有人〕息息相關，共同爲建立神在地面上的國度而努力。我們尊敬和敬重你們的才幹。從你們負責管理的團體組織中，我們期望能看到領導才能的表現、力量和顯著的成果。我們支持你們——神的女兒們，作爲偉大的夥伴，幫助神促成祂所有兒女的不死和永生。」[3]

男人和女人都從持有聖職權鑰的人那裡，被委派能力和權柄。

聖職權鑰是「神授予聖職領袖的權柄，來指導、支配及管理祂的聖職在世上的運用」。[4] 總會會長團第一諮理達林·鄔克司會長說明：「教會裡的每一項行動或教儀，都是在一位持有相關權鑰的人直接或間接授權之下進行的。」[5]

在持有聖職權鑰者的指導下，婦女有權柄來執行她們的召喚，就像男人一樣。十二使徒定額組的代理會長羅素·培勒會長說：「那些持有聖職權鑰的人……都確實能使所有在他們指導之下忠誠服務的人，運用聖職權柄，並且獲得聖職能力。」[6]

鄔克司會長說：「我們通常不會說婦女在教會召喚上擁有聖職的權柄，但那還會是什麼權柄呢？當一位年輕或年長的婦女被按手選派作全部時間傳教士去宣講福音時，她就被賜予了聖職權柄，去執行一項聖職的職責。當一位婦女在持有聖職權鑰之人的指導下，蒙按手選派在教會組織裡擔任職員或教師時，也是同樣的道

理。」[7]

我在向學生教導這個概念時，常常會問：「如果支聯會舉行男女青年會長團聯合會議，那麼是由誰主領？」由於支聯會女青年會長和支聯會男青年會長都是由一位持有聖職權鑰的人（支聯會會長）召喚和按手選派的，因此在召喚上，這兩個人具有同樣的聖職權柄，所以不是由其中一位來主領另一位。如果讓他們輪流主持會議，就很合理。

主藉由祂的聖職，平等地祝福男人和女人。

主透過祂的聖職提供了許多祝福，這些祝福會臨到所有訂立和遵守神聖聖約的成員身上。培勒會長教導：「凡是已經與主訂立神聖聖約，並遵守這些聖約的人，都有資格獲得個人啓示，得到天使施助的祝福，並且能與神溝通，接受圓滿的福音，最後，與耶穌基督同作後嗣，享有我們的父所擁有的一切。」[8]

約瑟·斐亭·斯密會長（1876-1972）教導：「聖職的祝福不光是賜給男人而已，這些祝福也傾注在……教會所有忠信婦女身上。……主把祂的兒子們所能獲得的每一項屬靈恩賜與祝福，全都提供給祂的女兒們。」[9]

婦女從事天父的事工時，也會蒙福成爲「神的後嗣，和基督同作後嗣」（羅馬書 8：17；亦見第 16 節）。

男人和女人，不論單身或已婚，都可以在聖殿藉由恩道門獲賜聖職能力。

主在 1833 年應許約瑟·斯密，聖徒——不論男女——都會被賦予「高天的能力」（教義和聖約 95：8）。培勒會長澄清：「恩道門就是能力的恩賜。所有進入主屋宇的人都會執行聖職的教儀，男女皆同。」[10] 所有接受過恩道門，並遵守在聖殿裡所立的聖約的配稱成員，都有聖職能力。因此，已婚或單身的婦女，都可以在家中擁有聖職能力，不論是否有聖職持有人去拜訪。

曾任總會慈助會會長團諮理的雪麗·杜問道：「何謂獲得聖職能力？這表示我們可以接受啓示，獲得施助天使的祝福和幫助，學習掀開使我們與天父隔離的幔子，獲得力量去抗拒誘惑；受到保護，受到啓發，以及變得更聰明——而且不需要任何世人做中間人。」[11] 這股能力所帶來的最重要的結果是什麼，以及要如何獲得這結果呢？主已啓示，「神性的能力」——包括變得像祂一樣的能力——是透過聖職教儀顯現的（見教義和聖約 84：20）。

姊妹傳教士就是一個例子，這些婦女在接受按手選派時，獲賜聖職權柄，去執行聖職的一項職責。

2. 絆腳石

有哪些絆腳石會讓婦女無法充分了解，她們可以獲得神的聖職能力？

聖職權柄在家中的運作方式，有時與在教會中不同。

教會的組織屬於階層制，家庭則屬於教長制。鄔克司會長教導：「聖職權柄在家中和教會中的運作方式有……一些不同的地方」。[12] 依照神的安排，丈夫和妻子雖有不同的責任，但是卻以「平等的夥伴」的身份一起工作。[13] 十二使徒定額組的多馬·貝利長老（1922-2015）教導：「要記住，弟兄們，你是家中的領袖，而你的妻子是你的同伴。……從太初起，神就指示人類，婚姻應當使夫妻團結合一。因此，他們並非是家庭裡的總裁或副總裁，而是夫妻一起不斷地爲家庭的益處而努力。他們在帶領、管理、指導自己的家庭時，要在言語、作爲和行動上團結一致。他們是平等的夥伴，要共同和諧一致地規劃與安排家庭裡的各項事務，一同向前邁進。」[14]

那麼，當配偶過世時，會發生什麼事？鄔克司會長教導：「我的父親過世後，我的母親主領我們的家庭。她沒有聖職職位，但身爲婚姻中仍健在的家長，她便成爲家中的主領者。在此同時，她也總是完全敬重我們主教和教會其他領袖的聖職權柄。她主領著她的家庭，而他們主領教會。」[15]

男女對聖職同感困惑不解之處。

鄔克司會長教導：「麥基洗德聖職不是一種身份或標籤。它是托付給持有者的一種神聖能力，用來協助神爲祂兒女所籌劃的事工。我們應該永遠牢記，聖職持有人並不等同於『聖職』，『聖職弟兄和婦女』這種說法並不適當，我們應該說『聖職持有人和婦女』。」[16]

我們若說「聖職弟兄現在要唱一首歌」或「我們需要聖職弟兄志願參加女青年露營」，無論我們的用意多麼良善，都會造成自己和他人的損失，帶來困惑並使困惑持續下去，也貶低神的能力。

認為聖職與女性無關。

有些姊妹在受邀研究聖職時，會回答說：「我不需要了解那個主題，跟我沒有關係。」但是，由於聖職造福神所有的兒女，因此每個人都會因更了解聖職而受益。我們都會因更了解聖職而受益。想想看，如果教會的婦女和弟兄在了解和教導有關聖職的眞理方面，都同樣地純熟精通，那麼教會和我們的家庭會蒙受何等的祝

福。

前任總會慈助會會長琳達・柏頓強調，婦女和男人一樣，都必須研究聖職這項主題。她說：「姊妹們，我們無法站起來教導自己不了解和不知道的事。」[17]

將實際不存在的限制，加諸在婦女身上。

我們很清楚，教會中的某些召喚需要被按立到聖職職位，但我們必須小心謹慎，不可只根據文化、歷史、錯誤的觀念或傳統，而限制了我們的婦女。比方說，婦女可以成爲有能力的領袖和教師、在教會議會中的重要聲音，也可以爲各個年齡層的成員樹立門徒身份的強有力榜樣。

3. 我們能做什麼？

以下一些方法，可以讓我們每個人幫助福音中的姊妹們，更充分參與神透過祂的聖職能力來完成事工。

聆聽總會弟兄和婦女領袖最近的話語。

在最近幾年，十二使徒定額組的資深成員，特別針對婦女在教會中的角色提出看法。我們是否仔細聆聽這些演講？

例如，羅素・納爾遜會長在 2015 年宣告：「神的國度若沒有訂立聖約、遵行聖約，以及能夠帶著神的能力和權柄說話的婦女，就不會也無法成爲完全！」[18]

幫助所有成員了解婦女在聖職事工中的獨特角色。

培勒會長提醒慈助會的婦女，她們的「影響力是獨特的——是男人無法複製的。沒有一個人能比你們，即神的女兒在捍衛救主上更有說服力或更有力量，因爲你們具有如此強大的內在力量和信念。歸信的婦女所發出的心聲是無可衡量的，教會現在比從前任何時候都需要你們的心聲」。[19]邦妮・奧斯卡森聲明：「在聖職領導的救恩事工中，教會的〔婦女〕需要將自己視爲不可或缺的參與者，而非僅僅是旁觀者和支持者。」[20]

信任婦女領袖。

理所當然的，我們非常注意我們支持爲先知、先見、啓示者的人所說的事。他們持有神國的權鑰，主透過他們指導祂的事工。除了他們的教導之外，教會的女性領袖已被按手選派和賜予聖職權柄，來對教會中的男人和女人說話。我們想要聆聽她們的教導，並且聆聽神藉由她們，想要給予我們的忠告。

讓婦女參與議會，不僅是名義上參與，而是實際參與。

培勒會長說：「聖職領袖若不能全然尊重並讓姊妹領袖參與，則無法榮耀及光大所被賦予的權鑰；在他學會主的方式之前，他的能力和影響力將有所縮減。」[21]

針對主尚未親自回答的問題，切勿提供「權威性」的解答。

鄔克司會長警告教會成員，要避免回答主尚未答覆的問題：「不要犯下過去曾犯的錯誤，……企圖爲啓示找理由。這些理由後來有很大的程度，都是人爲想出來的。我們支持啓示爲主的旨意，那才是安全之道。」[22]

關於這一點，培勒會長提出一個絕佳的例子：「爲何是男人被按立到聖職職位而不是女人呢？……主並沒有向我們啓示爲何祂這樣組織祂的教會。」[23] 培勒會長也告誡我們：「切勿傳達一些看似增加信心，卻沒有事實支持的傳聞，或是一些對我們教義和做法過時的理解和詮釋。把研讀活著先知和使徒的話當成習慣是最明智的；透過瀏覽mormonnewsroom.org和LDS.org等網站以對目前教會的議題、政策和聲明獲得最新的資訊；查看受人敬重、有見地又忠信的後期聖徒學者的作品，以確保自己沒有教導不實、已不適用、奇怪或詭異離奇的事。」[24] 要記住：有時候，「我不知道」的確是最好的回答。我們必須憑著信心之光努力探求，去學習神聖眞理。

幫助女性和男性更了解聖職。

幫助男人和女人有自信，相信自己有能力去研究和學習聖職，是至關重要的。在這個過程中，下列經文會有所幫助，但不只這些：阿爾瑪書第13章，以及教義和聖約第2，13，20，76，84，95，107，110，121，124篇。爲了這個主題去聖殿，其重要性再怎麼強調都不爲過；不僅爲了忠信地尋求答案，還特別是爲了能獲得受靈啓發的問題。

十二使徒定額組的布司·麥康基長老（1915-1985）教導：「聖職的教義——這項不爲世人所知，甚至連成員也不太清楚的教義——無法單從經文中學會。……

「聖職的教義只能藉著個人的啓示明白，並藉著聖靈的力量，以律上加律，令上加令的方式，臨到那些盡心、盡能、盡意、盡力愛神和事奉神的人（見教約98：12）。」[25]

4. 結語

幫助婦女了解，她們必須與主和祂的先知站在一起。

這個世界變得越來越分歧、對人猜疑。婦女在許多方面彼此反對，發表強烈的意見，產生激動的情緒。請想像一下，如果教會所有的成員都能了解，他們像以斯帖一樣，是「爲現今的機會」（以斯帖記 4：14）被保留下來，而且他們個人和整個團體需要去帶領世人而不是跟從世人，那麼這股良善的影響力會對這世界產生多麼大的影響啊！

愛瑪．斯密說：「我們將成就不平凡的事。……我們會遇到一些特別的狀況，也會應付許多緊急的需求。」[26] 教會領袖在最近幾年向姊妹們提出的這些緊急的需求，甚至是懇求，比以往更多。當我們更了解與聖職有關的眞理，找出許多婦女未能充分享有其特權的可能原因，並了解婦女，知道她們有哪些機會參與聖職事工之後，根據我們的知識採取行動，我們就能「獲得喜樂和平安，知道在這趟返回天父身邊的人生旅程中，你曾藉著你的教導感動過某人的生命，鼓舞了天父的一個孩子」。[27]■

註：

1. 羅素．納爾遜，「對姊妹們的一項呼籲」，2015年11月，*利阿賀拿*，第97頁。
2. 邦妮．奧斯卡森，「錫安的姊妹，憑著力量奮起吧！」，2016年11月，*利阿賀拿*，第14頁。
3. 參閱*總會會長的教訓：戈登．興格萊*（2016），第101頁。
4. *指導手冊第二冊：管理教會*（2010），2.1.1。
5. 參閱達林．鄔克司，「聖職的權鑰與權柄」，2014年5月，*利阿賀拿*，第49頁。
6. 羅素．培勒，「主事工中的男人和女人」，2014年4月，*利阿賀拿*，第48頁；亦見*我國度中的女兒：慈助會的歷史和事工*（2011），第138-139頁。
7. 達林．鄔克司，「聖職的權鑰與權柄」，第51頁。
8. 羅素．培勒，「主事工中的男人和女人」，2014年4月，*利阿賀拿*，第48頁。
9. *總會會長的教訓：約瑟．斐亭．斯密*（2013），第163頁。
10. M. Russell Ballard, "Let Us Think Straight" (Brigham Young University devotional, Aug. 20, 2013), 7, speeches.byu.edu.
11. Sheri Dew, *Women and the Priesthood: What One Mormon Woman Believes* (2013), 125.
12. 達林．鄔克司，「家庭和教會中的聖職權柄」，2005年11月，*利阿賀拿*，第26頁。
13. 「家庭：致全世界文告」，2017年5月，*利阿賀拿*，第145頁。
14. 參閱多馬．貝利，「父職，一項永恆的召喚」，2004年5月，*利阿賀拿*，第71頁。
15. 達林．鄔克司，「家庭和教會中的聖職權柄」，第26頁。
16. 達林．鄔克司，「聖職的能力」，2018年5月，*利阿賀拿*，第65頁。
17. Linda K. Burton, "Priesthood: 'A Sacred Trust to Be Used for the Benefit of Men, Women, and Children'" (Brigham Young University Women's Conference, May 3, 2013), womensconference.byu.edu/transcripts.
18. 羅素．納爾遜，「對姊妹們的一項呼籲」，第96頁。
19. 羅素．培勒，「男人、女人和聖職能力」，2014年9月，*利阿賀拿*，第37頁。
20. 邦妮．奧斯卡森，「錫安的姊妹，憑著力量奮起吧！」，第14頁。
21. 參閱羅素．培勒，「男人、女人和聖職能力」，*利阿賀拿*，第35頁。
22. Dallin H. Oaks, *Life's Lessons Learned: Personal Reflections* (2011), 68–69.
23. 參閱羅素．培勒，「男人、女人和聖職能力」，*利阿賀拿*，第35頁。
24. 羅素．培勒，「教會教育機構的教師在二十一世紀的機會和責任」（對教會教育機構宗教教育者的演講，2016年2月26日），broadcasts.lds.org。
25. 參閱布司．麥康基，「聖職的教義」，1982年7月，*聖徒之聲*，第52頁。
26. 愛瑪．斯密，見*我國度中的女兒*，第14頁。
27. 羅素．培勒，「教會教育機構的教師在二十一世紀的機會和責任」。

欲了解有關聖職之祝福的深入探討，見布司．麥康基，「聖職的十大祝福」，1978年2月，*聖徒之聲*，第43-46頁。

渴求更強的理解力

有一次，我和支會裡的一個女孩第一次約會。第二天早上，支會聖殿之旅竟然只有我們兩個人參加。我們自願協助最需要與會者的教儀，……結果竟是印證教儀。

我非常緊張，但出乎意料的是，和那個女孩在第一次約會後12個小時內一起作替代的印證教儀，並沒有我以為的尷尬。說起來，那個經驗讓我對**聖殿事工各方面**的重要性都更加了解——包括印證教儀（請讀我的電子版文章）。

我們所有人的情況都是獨特的，但是如果我們**更用心去了解在聖殿裡所立的聖約**，那些教儀就不會是我們靈性核對表上待完成的事項，反而像是能夠為我們提供靈性力量的**活水**的必要來源（見教義和聖約63：23）。生活在這個動盪的世界上，我們需要所有能取得的力量。

在本期雜誌中，**年輕成人分享了與聖殿有關的經驗**。琪羅希拉妮分享忠信地穿著聖殿加門如何為她的生活帶來祝福（見第44頁）。撒利亞在電子版文章裡，講述自覺達不到聖殿標準的擔心。如果你也在準備第一次進聖殿，我們收集了一份問與答，你應該會覺得很受用（只有網路版）。瑪黑西談到他回聖殿去更了解在那裡所立的聖約（見第48頁）。

雖然我真的很努力盡可能常去聖殿，**灌注我的靈性蓄水池**，但最重要的是，我在聖殿內外都**讓聖靈來教導我，改變我**。然後，流自聖殿並透過聖約而來的那股「活水」，就可以每天解我的渴。

乾杯！

Alex Higgie

年輕成人園地

最好的建議……

關於讓聖殿成為生活的一部分，年輕成人分享了他們得到過的最好的建議。

「主教告訴我，我希望聖殿的經驗有多神聖，就可以有多神聖。聖殿對我的生活會有多大的影響力，全由我自己決定。」
——潔思敏．奈，美國猶他州

「家附近就有聖殿是很棒的事，但是，如果成員不去聖殿，那麼聖殿一直都是很遠的。不論路程有多遠，我們都必須與聖殿接近。」
——柯爾．莫菲，美國加州

「要有目的。帶一個問題去聖殿，為一位祖先作教儀，尋求平安，或者聆聽提示。」
——席德妮．歐頓，美國猶他州

*關於知錯能改，你得到過的最好的建議是什麼？請於2019年3月31日前，在**liahona.lds.org**提交你的想法。*

分享你的故事

有精彩的故事要分享嗎？或是你想看某些特定主題的文章？若是如此，我們希望收到你的來信！請將文章或意見，投稿至**liahona.lds.org**。

年輕成人園地作者群

琪羅希拉妮．華勒斯從個人生活和信仰中汲取靈感，寫出符合主流青少年閱讀的清新小說。她是楊百翰大學夏威夷分校的校友，活躍於所屬的單身成人支會。

瑪黑西．維督汝帕卡來自印度的安得拉邦，已婚，有二個可愛的孩子。他擁有電腦工程學士學位，目前是資深軟體開發工程師。他喜歡與家人出遊，學習新的科技，以及烹飪。

撒利亞．英尼斯來自巴貝多，21歲，是全家五個孩子裡年紀最大的。她從小就是教會成員，喜歡寫作和玩音樂。

艾力士．雨吉來自美國奧勒岡州，畢業於楊百翰大學，擁有英文學士學位。他尤其熱衷研究青少年文學，寫搞笑的短篇故事和小說，還喜歡喝牛奶。

在本期園地

44 **受聖約的庇護**
琪羅希拉妮．華勒斯

48 **仍要仰望聖殿**
瑪黑西．維督汝帕卡

只有電子版

聖殿恩道門問與答

夠配稱去聖殿嗎？
撒利亞．英尼斯

單身的人應參與聖殿印證的5個理由
艾力士．雨吉

從以下資訊找以上文章或更多文章：

- 在**liahona.lds.org**
- 在（福音圖書館，「年輕成人」）**年輕成人週訊**
- 在**facebook.com/liahona**

東尼．德穆羅繪

受聖約的庇護

琪羅希拉妮．華勒斯

應許給忠信穿著聖殿加門之人的力量與保護，不是來自魔法，而是來自神。

文字無法完全表達我多麼喜歡穿著聖殿加門。加門的質料輕薄，穿習慣了，幾乎感覺不到。不過，加門所代表的意義，隨加門而來的祝福，以及加門如何讓我將內心對神的承諾，以及對神的愛，以外在的方式呈現出來，在在都讓每天穿著加門成為一種美好與靈性的經驗。加門帶來平安，帶來力量，帶來寧靜，帶來能力。它是聖潔的。我怎樣看待它，它就為我生活帶來怎樣的祝福。

有時候，人們覺得加門不過就是內衣，或只是一種衡量端莊的標準，用意在於讓人們知道該不該穿什麼樣的衣服，是用來評斷得體與否的界線。適當穿著加門雖然有助端莊（尤其從世俗標準來看），但神聖聖職的加門卻有更多的意涵。

強有力的永恆觀點

我 19 歲那年，準備在聖殿結婚時，接受了個人恩道門。這段婚姻雖然因種種令人遺憾的因素而結束了，但我一直忠於聖約，始終保有我與主所立的聖約。我牢牢守著這些聖約，這也給我支持的力量。我在考驗中並沒有孤軍奮戰，反而因此被造就得更堅強。

我得到過無數的祝福，是因為一直持有聖殿推薦書，按指示適當穿著加門，以及遵守我在聖殿訂立的聖約。雖然不可能細數因這樣的服從而得到的每項祝福，但我注意到最明顯的是，有能力保有屬神的觀點並經常得到實際的提醒，讓我在周遭的人不作正確的選擇，甚至因他們的選擇造成我痛苦的時候，依然能作正確的選擇。

過去 11 年來，我的生活中有諸多不順（最糟糕的有離婚、經濟拮据、事業瓶頸、個人挫折等）；但是，始終穿著加門和經常到聖殿去，讓我知道，除了當時所遇到的考驗外，不論每個當

照片由GETTY IMAGES提供

下有多麼艱難或痛苦，人生一定不只是這些。

由於這兩個因素幫助我與聖靈接近，讓我選擇服從內心得到的提醒而免去身體上的危險，也得到強烈的希望和永恆的眼光，讓我在情感上或身體上覺得沒有力量再在旅途上向前踏出一步時，指引我走出黑暗。這平安在新挑戰和考驗出現時持續支持著我。

我體驗到的來自聖殿的祝福，從有時候被忽略的日常祝福（像是內在的平安和提醒），到激動人心的、長久的和明顯的祝福（像是永遠與家人印證在一起）都有。每個人的經驗都是獨特且屬於個人的，但只要我們遵守聖約，祝福總會在主完美的時間內賜給我們（見教義和聖約 82：10）。穿著加門是我們個人向主表示我們記得聖約的一種很重要的方式。

常有的靈性保護

十二使徒定額組會長培道・潘會長（1924-2015）說明我們適當穿著加門時，就可以期待獲得的一項祝福：「加門代表神聖的聖約，鼓勵人們保持端莊，並且是一面盾牌，保護穿著者。」[1]

這面盾牌能保護我們，不被尼腓說的「敵人……帶火的箭」（尼腓一書 15：24）所傷。我們要是可以計算撒但每天向我們投擲了多少支箭，我相信那數量一定很可觀。我們所生存的這個世界正處心積慮地摧毀我們的信念。我們除了受到壓力要使用有害物質或違反貞潔律法外，周遭也盡是不堪入目的影像與信息。更常見的壓力和誘惑，是要我們與人爭執或對人不友善，尤其在網路上；因為別人所表達的意見或信念而加以嘲弄或鄙視；或者因犯文法錯誤這樣的小事而揶揄一個人。如果我們受誘惑去做這些靈性上的攻擊，靈性的覺知就會變得遲鈍，感受聖靈警告的能力也會降低。

撒但向我們投擲的「帶火的箭」實在是無窮無盡，而且都很危險。七十員泰尼拉・沃克羅長老說：「生活中許多令人分心的事物和誘惑就像是『殘暴的狼』。」那我們要如何保護自己呢？在同一篇演講最後，他說：「我應許各位，參加教儀和遵守相關的聖約，會在這日漸黑暗的世界裡帶給你奇妙的光明和保護。」[2]

撒但每天向你投擲的「箭」，如果真是看得到也感覺得到的尖銳物品，你還會把盾牌放在家裡不用嗎？你會忽視自保的知識，或不顧去到避難所的路嗎？神承諾這些聖約會幫助你得勝，你還要拖延與神立約和遵守聖約嗎？

聖約在我們進步過程中能帶來的力量

有些人誤以為加門所給的保護來自於其本身的某種魔力。不是的，那應許的保護是我們每天遵守聖約，向主表達忠誠的承諾時，祂在屬世和屬靈上所提供的保護。

聖殿聖約與加門不是給完美的人的，而是要庇護和保護盡全力成為更好的那些不完美的人，那些在跌倒以後悔改並繼續向前

走的人，那些像你和我的人。

就像我們每星期都會親自領受聖餐以記得並更新洗禮聖約一樣，每天穿著加門也實質提醒著我們記得在聖殿訂立的聖約。這些都是我們在變得更像基督的這條路上所需要的。

除了上天的保護以外，遵守聖約和穿著加門是每天向神表達我們有多愛祂的一種方式。我們遵守祂的誡命，是因爲我們愛祂，這也是我們接受神要給我們諸多祝福的一種方式。祂對我們的愛真的超乎我們所能理解的，祂希望我們安全，擁有祂所應許的保護。

每天得到祝福

不論我們是否意識到，但我們每天都在靈性的戰場上打仗。在聖殿訂立並在生活中遵守的聖約，會幫助我們贏得對抗邪惡和撒但的戰役，但關鍵在於我們是否有所準備，然後忠信持守。

我非常高興我決定去聖殿，而且後續也決定遵守聖約。我每天都因我所作的決定，以及按照所立的聖約適當穿著加門而得到祝福。加門讓我一直很安全，提醒我記得我的聖約，也向神表達我愛祂勝過愛這個世界，而且我願意去做祂要我做的事。■

作者現居美國夏威夷州。

註：

1. Boyd K. Packer, *The Holy Temple* (1980), 75.
2. 泰尼拉・沃克羅，「拯救的教儀會帶給我們奇妙的光明」，2018年5月，*利阿賀拿*，第40，41頁。

進一步了解

- 到 temples.lds.org，進一步了解聖殿、聖殿準備和聖殿教儀。
- 到mormonnewsroom.org/article/temple-garments，收看教會製作的有關聖殿加門的一部影片。這部影片能幫助我們向別人說明加門的意義。

右：照片由GETTY IMAGES提供

中國香港聖殿照片

仍要仰望聖殿

瑪黑西．維督汝帕卡

我知道我需要回到聖殿去，更了解並記得我所立的聖約。

四年前，我的福音研究所教師，蘇爾立．納塔拉強弟兄，問班員：「你們有多少人去過了聖殿？」在那之前的一年，我和妻子阿南莎第一次去聖殿，是旅行 10 個小時到中國香港聖殿，因此我很驕傲地把手舉起來。然後，他問了另外一個問題：「你們還記得在聖殿裡立過什麼聖約嗎？」

這個問題讓我陷入了沉思。第一次去聖殿，有太多的東西要學習。雖然我當時試著很專心，但是過了這麼久，我發現自己已經忘了在聖殿裡立過的聖約。就在那一刻，我決定要第二次回到聖殿去，這回要留意並記得所立的聖約，以及其他對我的救恩也很重要的事情。

時間過去了。我在生活中遇到了困難的考驗。不過，我還是註冊去上福音研究所的課。有一天，我們上了一堂有關先知約拿的課。約拿沒做主命令他去做的事。有一節經文引起了我的注意，在約拿書 2：4：「我說：我從你眼前雖被驅逐，我仍要仰望你的聖殿。」

這節經文觸動了我的心，我祈求天父再給我和內人一個去聖殿的機會。

過了四年，天父祝福我們再次進入祂的殿，這一次去的是台灣台北聖殿。

我在那裡有機會為一個死於癌症的親戚執行教儀。我代替他受洗時，思索著他透過這項聖殿教儀能獲得的祝福。我很快樂，而且也想起聖殿會長在我第一次懵懵懂懂地到聖殿去時對我說的話。他告訴我：「弟兄，你或許無法了解現在所做的一切，但終

有一天，你會感覺到你在這裡做了重要的事。」

我有了答案。我用了四年的時間，在第二次去聖殿時才明白他說的話。

如今，我在每星期領受聖餐時，都會想起耶穌基督的贖罪是多麼大有能力，想起我在聖殿所立的聖約是多麼神聖。

今年是我和內人結婚第 10 週年。我想去聖殿為祖先執行印證教儀來慶祝。為了達到這個目標，我除了正職的工作以外，又在不影響與家人相處的情況下做了第二份工作。

我知道也感受到聖殿事工是真實的，沒有任何事物可以取代。能夠到聖殿去，為自己和幔子另一邊的靈魂做天父的事工，任何犧牲都是值得的。■

作者現居印度安得拉邦。

瑪黑西和阿南莎·維督汶帕卡在台灣台北聖殿前留影。

台灣台北聖殿照片

聖殿恩道門問與答

如果你在為第一次去聖殿作準備，請讀福音圖書館或 liahona. lds.org中本文電子版的問與答。你會找到五個問題，以下是其中一個。

如何能更了解聖殿恩道門，以及在聖殿裡訂立的聖約呢?

作個人研讀時，把注意力放在聖殿的教導和聖約。在經文、總會大會講辭和教會其他資料中，留意與恩道門的原則和聖約有關的參考資料。在個人研讀中複習這些真理，能幫助你更了解聖殿的教儀和聖約。舉貞潔律法為例，讀到約瑟被波提乏的妻子引誘時，他的正直如何幫助你遵守這項律法?（見創世記第39章。）你又可以如何運用尼腓遵守神誡命的那種決心，去從事你的召喚服務?（見尼腓一書3：7。）

個人情況許可時，盡可能常常回到聖殿去。

「我們每個人所接受到的教導皆相同，但只要我們能抱持學習的態度經常回到聖殿，沉思其中教導的永恆真理，那麼我們對於教儀和聖約的意義的了解就會隨之增加了。」

絲薇雅·歐瑞，前總會慈助會會長團第一諮理，「神聖聖殿，神聖聖約」，2008年11月，*利阿賀拿*，第113頁。

到 **lds.org/go/031949**，閱讀一篇能幫助你了解我們與神立約的文章。

54

青年園地

我愛家譜！

我以前不是很喜歡家譜事工。不過，我在智利聖地牙哥聖殿為一位祖先執行洗禮之後，想法就改變了。

我第一次去聖殿時還是個執事，就在要進入洗禮池的時候，感覺有人進了房間。我抬起頭，看到一個身穿舊衣服的老人，感覺到他對我的愛和感謝，因為我在為他執行替代的教儀。代替他接受了洗禮，從水中走出來的時候，我看向四周，他卻不見了。

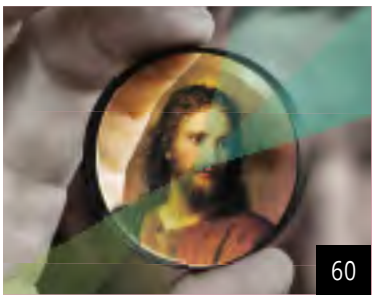
以前我覺得聖殿會提供名字作聖殿事工，所以對家譜搜尋並不感興趣。但是這次的經驗讓我想要去尋找自己的家庭名字。

有一天，我在使用電腦時，發現收到了一封由教會寄來的電子郵件，附有一個家庭名字。我感覺自己需要搜尋更多的名字，於是問媽媽要如何才能有效地尋找名字，收集更多關於祖先的資訊。

到目前為止，我找到了 11 個家庭名字，我知道我還可以找到更多。這些人在世時從未有機會受洗，他們期盼自己的聖殿事工可以完成，已等待很久了。我很高興可以透過聖殿及家譜事工來幫助他們。

盧卡斯，
16歲，智利聖地牙哥

在本期園地



52 **什麼才是真實的?**
卡爾．柯克長老

55 **「它是真實的，是真實的」**
大衛．穆安達

56 **養成觀看總會大會的習慣**

58 **再次肯定自己的價值**
姓名保留

60 **在日常生活中找到奇蹟**
布恩娜．赫伯，艾力士．雨吉，亞斯潘．史坦德

63 **海報：在聖殿內的時間**

64 **最後的叮嚀：在總會大會上聽見主的聲音**
尼爾．安德森長老

卡爾·柯克長老
七十員會長團

什麼才是真實的？

我最近遇到一位非常優秀的女青年——17歲的凱麗，她在支聯會大會上分享了內心的真摯感覺，說神是真實的，教會是真實的，羅素·納爾遜會長是神的先知，還有力地見證，有些人對於教會和耶穌基督福音的負面言論是錯誤的。

凱麗堅定的信心以及她辨別是非的能力令我印象深刻。

大會結束，我與凱麗一番交談後，發現她的見識和堅定的信心來之不易，就更驚歎不已。事實上，她的信心曾經受到嚴峻的考驗。

以下是她的分享。

努力找到答案

凱麗在教會一直很活躍。然而，隨著她開始深入思考福音和教會，一些嚴肅的問題也隨之而來。她為質疑感到內疚，因此開始尋找答案。

「我的問題是，」凱麗說，「我在錯誤的地方尋找答案。我沒有在經文或是總會大會的演講中尋找答案，也沒有跟父母講，而是在網路上看一些號稱能回答我問題的文章。」

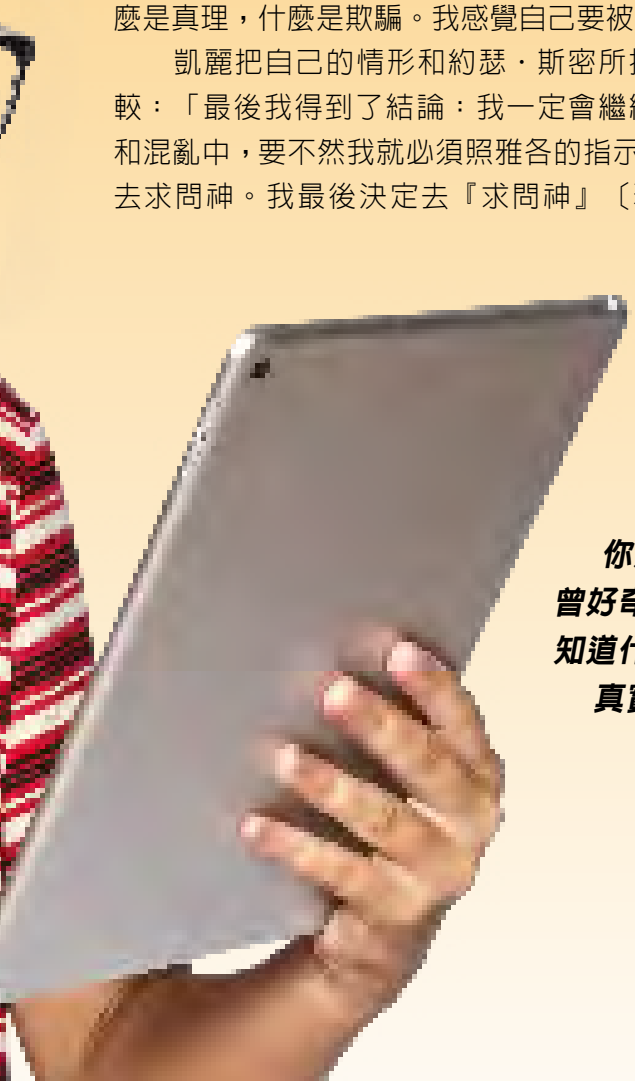
起初，凱麗覺得網路上的那些文章能夠解答她的問題。然而，她說：「當我繼續探究問題時，

讀的越多，問題也越多，懷疑也越來越多。」

凱麗開始失去信心和希望。「我的見證之光在變暗，」她回憶著，「漸漸地，我不再做那些曾被教導的事——讀經文、做禱告以及參加福音進修班。」

最後，她所感覺到的黑暗和混亂令她不知所措。她說：「我無法判斷哪些是來自於神的，哪些又是某個人編造的使人迷惑的瘋狂想法。我再也無法分清什麼是真理，什麼是欺騙。我感覺自己要被撕裂了。」

凱麗把自己的情形和約瑟．斯密所描述的相比較：「最後我得到了結論：我一定會繼續處在黑暗和混亂中，要不然我就必須照雅各的指示做，就是，去求問神。我最後決定去『求問神』〔雅各書 1：5〕，斷定，如果祂將智慧給與缺少智慧的人，且厚賜又不斥責，我當一試」（約瑟．斯密——歷史 1：13）。



你是否曾好奇要如何知道什麼才是真實的?

與信任的人交談

在這關鍵的時候，凱麗找到福音進修班教師以及外婆和母親，與她們交談。福音進修班教師向她保證，她的感覺沒有錯，她不是唯一提出質疑的人。她的教師分享了自己的見證，推薦她閱讀一些能幫助她找到答案的資料。

凱麗的外婆並沒有說教，只是勸她要思考哪些信息來源會提升她——是網路上的信息還是教會的教義？凱麗開始比較：「哪一個曾提升我？哪一個為我的靈魂帶來喜樂和平安？哪一個教導我，如果我遵守神的誡命，就會和我的家人永遠在一起，處在一種永遠幸福的狀態？哪一個將令人困擾的聲音放入我的心中？」

藉著祈禱和經文尋求神

凱麗的媽媽鼓勵她祈禱。最後，凱麗進到她的房間，向神傾訴心聲。她說：「什麼事也沒發生，沒有天使降臨，我的心也沒有充滿平安和感謝。我又去找媽媽。我們一起禱告，她鼓勵我花 10 分鐘時間讀一讀摩爾門經。我讀的時候，感覺心中有一個應許，就是如果我繼續這麼做，就會看到祝福。我會清楚地看到並知道哪些教導是來自神的，哪些

不是。」

凱麗開始每天祈禱及讀摩爾門經。她遠離了推特和當初使她產生懷疑的網站。她抱著學習而不是挑剔教會的心態去參加福音進修班。

辨別是非

她努力持續了大約兩個星期，覺得負面的聲音漸漸平息了，功課進展得更順利了，工作更令人愉快，與父母的關係也更好了。她變得更快樂。

由於這樣的快樂，她說：「我終於找到了答案。我能夠認出哪些是來自於神的，哪些不是。因為當我去做祂所命令的事時，我親眼看到祂為我做的事。」

「唯有如此，」她得出結論說，「你才能分辨出什麼是來自神的真理，什麼不是。我們可以研讀、沉思並質疑任何事，但是只有當我們照著雅各所指示，以及效法約瑟 · 斯密所行的去做：求問並行動——只有這樣，我們才能真正知道什麼才是真實的。」

那麼，我們可以從凱麗的經驗中學到什麼？這裡有幾項建議：

- 如果有疑問，不應該覺得是不好的。
- 尋求答案時，永遠不要停止祈禱。
- 應當研讀摩爾門經並加以沉思。
- 藉著謹慎選擇所讀和所聽的內容，我們可以關掉科技與媒體的嘈雜聲音，那些聲音會帶我們背離真理，將我們毀滅。
- 應該找我們認識、敬愛和尊重的人諮詢，而不是向陌生人尋求建議。
- 神終將會依照祂的方式和時間回答我們的問題。祂愛我們。
- 遵行天父所吩咐的事，而非跟從世人的建議時，答案就會來到。

各位女青年、男青年，你們和凱麗都是神為這個世代所準備的，你們令我深受啓發。凱麗同你們當中的很多人一樣，正是羅素 · 納爾遜會長希望看到的典範：「我們需要有辨別恩賜的婦女，能夠檢視世界潮流，認出那些流行但卻膚淺或危險的趨勢。」[1]

你們是追求真理的人，遵守聖約的人，也是建立國度的人。在神的幫助下，藉著耶穌基督和祂的贖罪，你們可以獲得分辨的恩賜，知道什麼是真理，並奉行和分享真理。■

註：

1. 羅素 · 納爾遜（引述培道 · 潘），「對姊妹們的一項呼籲」，2015年11月，*利阿賀拿*，第96頁。

攝影插圖：大衛 · 史托克

我曾經祈禱，想獲得對摩爾門經的見證，結果什麼事也沒有發生，直到我開始閱讀聖經。

大衛．穆安達

我大概在 12 歲時，想確實知道摩爾門經是否是真實的。我在一次演講中見證摩爾門經是神的話，因為我的初級會教師是這麼說的。然而我在內心深處並不了解那是什麼意思。

我知道摩羅乃的應許，就是如果我研讀、沉思和祈禱，我也可以知道（見摩羅乃書 10：3-4）。我讀了幾個星期，感覺到平安，但是沒有光，沒有天使，也沒有聲音，什麼特別的事情也沒有發生。最後，我不讀摩爾門經了。

有一天，我在研讀出埃及記時，讀到當以色列人缺少食物時，神就賜嗎哪給他們。每個人每天收一定份量的嗎哪。祂給他們食物，但是他們得自己想辦法收取食物。

我想到尼腓的話：「主決不命令人類兒女去做任何事情，除非祂為他們預備道路，來完成祂所命令的事」（尼腓一書 3：7）。由此，我了解到，神已經命令以色列人離開埃及，也預備了方法使他們免受飢餓。摩爾門經的這節經文啓發了我對聖經的理解，我斷定摩爾門經是神的話語。

就像十二使徒定額組的大衛．貝納長老形容的，個人啓示不像突然用開關打開燈，卻更像那破曉之際的陽光。[1]我開始以不同的角度來看摩爾門經。

在接下來的幾個月裡，我比以往任何時候都更加確信摩爾門經是神的話。透過聖靈的聲音，我一次又一次地感覺到：「它是真實的，是真實的，的確是真實的。」

我還是幾乎每天都讀摩爾門經，每一次都會聽見這句話：「它是真實的。」■

本文作者住在剛果民主共和國。

註：

1. 見大衛．貝納，「啓示之靈」，2011年5月，利阿賀拿，第87-90頁。

「它是真實的，是真實的」

養成
觀看總會大會的習慣

或許你可以透過以下幾件事來養成觀看總會大會的習慣：

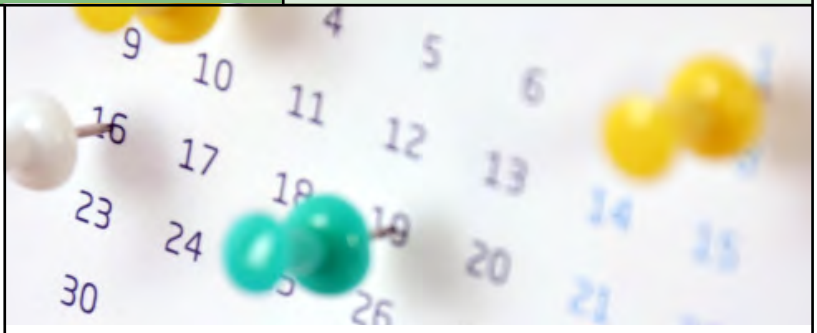
總會大會在每年的四月和十月召開。或許你已經習慣了半年一次的步調。但你要怎麼確定它確實能成為今後你生活中的一部分呢？

將來，當你獨立生活時，每隔半年一次，到總會大會的時候，你會做什麼呢？現在就選擇加入，善用每年兩次總會大會所帶來的力量。不要只是說：「我會找個時間在網路上看。」要讓它成為你生活中一件特別的事，要養成習慣。

1

訂立目標。

在許多非常重要的事情當中，有一件你可以做的就是聆聽活著的先知和使徒的話語。盡快觀看每一場大會。試著設定一個日期和時間，在那之前看完全部的場次。



2

保留一天。

盡可能空出時間來觀看總會大會，不安排任何體育比賽、與朋友的活動或其他衝突事項。如果你無法收聽總會大會直播，還是可以把它當作一件重要的事，找一個日期來觀看。

在筆記本上寫字的照片取自 GETTY IMAGES

3

建立傳統。

一些有意義的傳統可以包括：家庭成員討論喜歡的演講，在一場大會前作家庭祈禱，或是編一本個人的引文摘錄集。有趣的傳統可以包含食物 ——以跟大會有關的名字命名的有趣的餐點或零食（大會洋芋片，nachos grandes de conferencia，受靈啓發的冰淇淋，或是總會大會胡蘿蔔）。

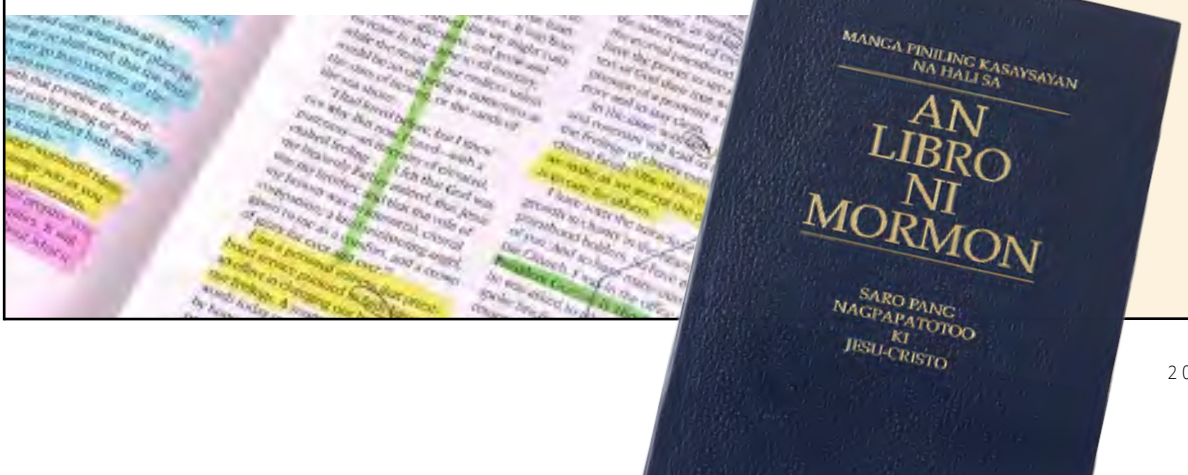
4

擬定會後計畫。

將總會大會演講納入日常的福音研讀計畫。你可以在接下來的六個月內每個星期天讀一篇演講，連續幾個星期每天在公車或汽車上聽一個演講，或是在個人經文研讀時查考總會大會的所有經文。無論你怎樣決定，都訂個計畫去執行。■

「我敦請各位在接下來的六個月，經常——甚至反覆地——研讀本次大會的信息。認真地找出方法，將這些信息納入你們的家人家庭晚會、福音教導、與家人朋友的對話，甚至納入你與其他信仰的友人的談話當中。」

羅素．納爾遜會長，「大家齊向前」，2018年4月總會大會。



了解我的祖先使我有勇氣，去對抗自己的靈性戰爭。

再次肯定自己

姓名保留

我大概是在 11 歲的時候，開始接觸到色情。從那次以後，問題越來越嚴重，後來成為我在青少年時期最大的掙扎。到了高中時期，我已經遠離色情，轉向耶穌基督的贖罪。雖然我經歷了一項奇蹟，讓污穢的事從我的腦海中去除，但我的心中仍有強烈的罪惡感。

大約在那段時期，祖母把高祖母提亞親筆寫的自傳借給我。才短短幾天，我就感覺與提亞．瓦根（1883-1967）密切相連。提亞的父親不幸在她出生前幾個月去世，於是她由移民自挪威的寡母撫養長大。成長的過程雖然艱困，但是她從採野草莓，以及在當地的路德教會裡彈管風琴找到喜樂。提亞的母親再婚，提亞在繼父的幫助下就讀大學。後來，提亞和家人歸信教會，搬到美國猶他州。對提亞來說，很多事情並不容易。她與丈夫離婚。她非常傷心，罹患了嚴重的憂鬱症，但是她仍然忠於自己的見證。

我認識了提亞的為人，得知她在逆境中選擇堅持下去時，感受到一股強烈的愛，讓我再度肯定了自己的價值，也幫助

艾力士．拿波恩繪

的價值

我克服那讓人深深無力的罪惡感。我了解到，如果她能做困難的事，我也可以。

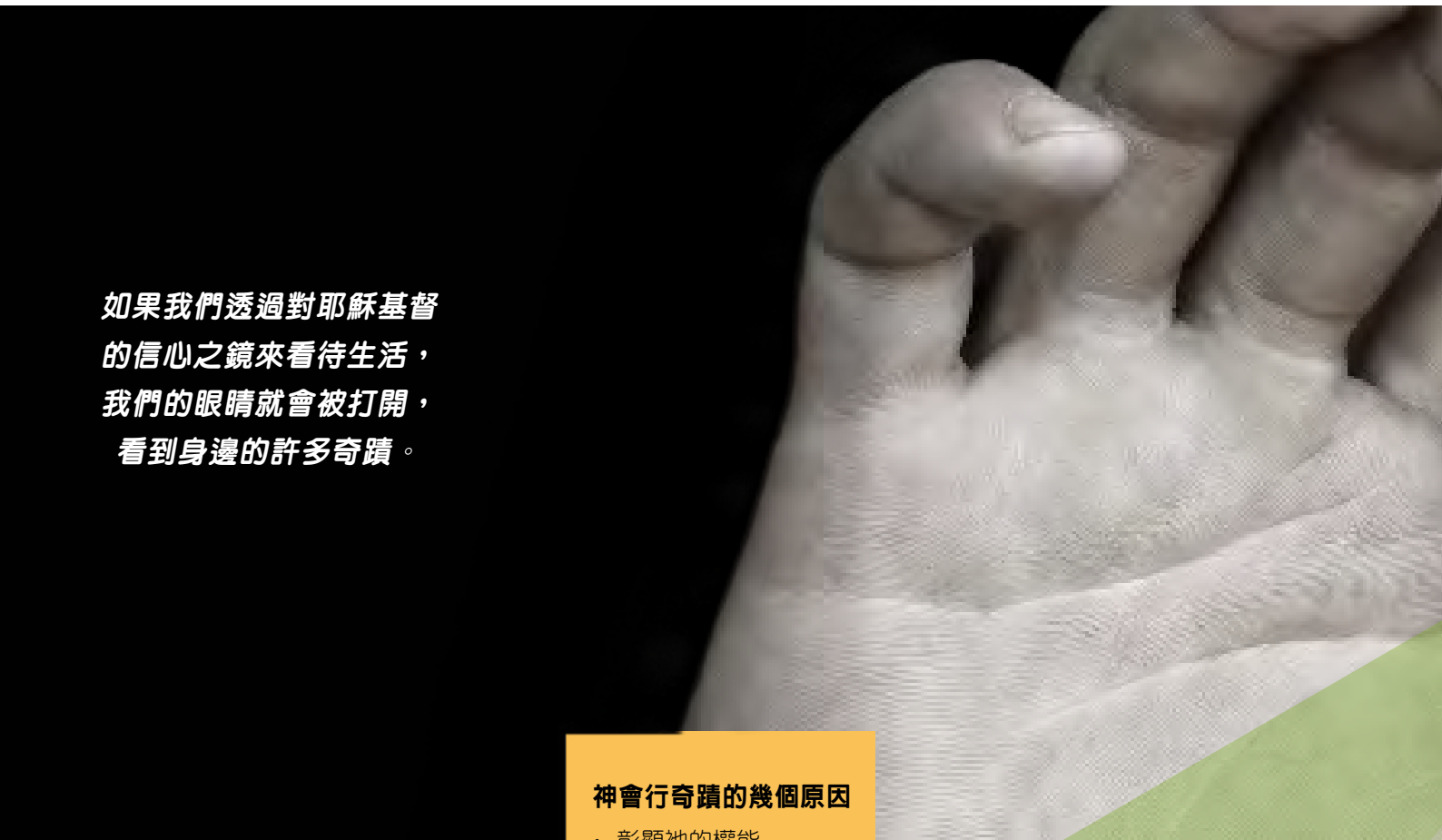
我到 LDS.org網站上申請提亞的教長祝福辭。當我讀到：「你的後裔必起來，在錫安婦女中稱你為有福」，又更感動了。我發現我對她的深摯敬意，應驗了那句簡單的話。提亞的愛醫治了我充滿罪惡感的心，使我的心轉向祖先。這是我第一次對大衛·貝納長老的應許獲得見證，藉著參與家譜事工，我「受到保護，能夠對抗敵對者日漸猖狂的影響力」（「兒女的心轉向父親」，2011 年 11 月，*利阿賀拿*，第 26 頁）。

當我繼續找出我的家族和了解他們的故事，我在生活中感受到加增的力量，凡事也看得更清楚。藉著持續不斷地參與家譜活動，我感受到自己彷彿獲得整個盟軍的協助，幫助我對抗這場靈性戰爭。我可以毫無懼怕地生活，因為「與我們同在的〔我們的祖先〕，比與他們同在的〔撒但的徒眾〕更多」（列王紀下 6：16）。

雖然我還沒有找到成千上萬的家庭名字帶去聖殿，但是我學到自己祖先的故事，並透過仔細研究來找出他們的家人。我花時間去記住他們的生平，也敬佩他們的傳承。我知道在對抗撒但時，我已獲得鞏固和保護，因為我的生活中充滿了家族之光。■

在日常生活中找到**奇蹟**

布恩娜．赫伯，艾力士．雨吉，
亞斯潘．史坦德
教會雜誌



如果我們透過對耶穌基督的信心之鏡來看待生活，我們的眼睛就會被打開，看到身邊的許多奇蹟。

神會行奇蹟的幾個原因

- 彰顯祂的權能
- 教導一項靈性的原則
- 證實一項先前的啓示
- 證實並鞏固信心
- 推動祂的事工

何謂奇蹟？

我們都知道什麼是奇蹟，不是嗎？摩西使紅海分開，救主使瞎子復明，一位婦人的絕症得以痊癒。最不尋常的一個奇蹟是耶穌基督的贖罪，從未有任何奇蹟像它一樣影響如此深遠、如此強大。然而只有這樣的經驗才稱得上是奇蹟嗎？

總會會長團第一諮理達林．鄔克司會長曾說：「每天都有許多奇蹟發生在我們教會的事工上，以及我們教會成員的生活中。」[1] 然而，你上一次將山移開或是看到幾條魚或幾塊麵包餵飽上千人是什麼時候？我們大多數人很可能從未見過那樣的事。那麼鄔克司會長的話怎麼可能是

照片由GETTY IMAGES提供；基督與富有的年輕官吏（局部），亨利．霍夫曼繪

真的呢？

根據聖經字典（Bible Dictionary），奇蹟就是「神的能力或靈性能力的顯現」。[2] 根據這個定義，讓我們睜開雙眼，看看身邊或許尚未認出的許多奇蹟。

透過經文所記載的奇蹟，我們確實可以看到神在祂人民生活中的影響。然而，當我們藉著祈禱獲得答案，鞏固見證，或發生心的改變時，也可以看到祂的靈性能力。

儘管如此，還有其他一些奇蹟是我們容易忘記的：每天的日出日落；小小的種子長成參天大樹；我們人體的許多器官協同運作，使我們能呼吸、奔跑、做夢及進食。在醫學和科技領域，受靈啓發的進步日新月異，我們幾乎可以與世界各地的所有人通訊。神的能力遍及我們生活的每一個細節。

有一些奇蹟是我們容易忽略的：每天的日出日落；小小的種子長成參天大樹。

神為何要行奇蹟？

奇蹟會以多種形式出現，然而神行奇蹟的目的卻是一樣的。有時候奇蹟可以醫治、安慰或在身體上保護神的兒女，但是這些外在的效果並非神行奇蹟的唯一原因。通常，奇蹟完全不會阻止痛苦或悲劇的發生。神行奇蹟有兩個主要原因：鞏固信心及成就好事。

通常，奇蹟會彰顯神對祂兒女的能力，或是教導一項靈性原

則。聖經字典提到，耶穌基督的許多奇蹟「是為了向猶太人證明耶穌是基督」，並教導責任、悔改、信心和愛等原則。[3]

其他時候，奇蹟可以證實一項先前的啓示，例如出現在美洲大陸的基督誕生的徵兆。神也可以藉著奇蹟來推進祂的事工——家譜事工、傳道事工以及更多。

但是，如果我們懷著錯誤的目的尋求奇蹟，就會陷入麻煩。如果我們尋求徵兆來證明神的存在，就會出現最常見的問題。如果我們對這個等式不加絲毫信心，這些徵兆就永遠不會帶來真正而持久的歸信。看看摩爾門經中所發生的事：許多人看到了徵兆和奇蹟，但沒有信心，他們的服從如同曇花一現。

如果尋求奇蹟是為了名聲或金錢、尋求報復或是想要改變神的旨意，那也是錯的。

百翰．楊會長（1801-1877）教導：「奇蹟，或是神的權能的偉大顯示，並不是給不信之人的；是用來安慰聖徒，用來增強和堅定那些愛神、敬畏神，事奉神之人的信心，而非給局外人的。」[4]了解神為何要行奇蹟能幫助我們在生活中認出它們。

我能做什麼?

花些時間回顧剛剛過去的一週。你是否在日常生活中見到了平凡的奇蹟? 如果你期望的奇蹟沒有發生，是否有其他經驗使你感覺到安慰、靈性的成長或更接近救主?

我要如何認出奇蹟?

唯有依照神的旨意和我們對祂的信心，奇蹟才會出現。先知摩羅乃寫道：「任何人在有信心之前，不論何時都無法行奇蹟，所以他們都先相信了神的兒子」（以帖書 12：18）。有信心能讓我們將生活中的美好之事看成是神的事工，而不是巧合或是運氣。認出奇蹟正是奇蹟本身的一部分！如果我們透過對耶穌基督的信心之鏡來看待生活，我們的眼睛就會被打開，看到身邊的許多奇蹟。

然而，奇蹟的大小、發生的時間以及結果並不是衡量我們信心的標準。假設有兩個家庭都獲悉他們的一個小孩患了癌症。兩個家庭都祈禱他們親愛的小孩能夠盡快康復。兩個家庭都運用了對耶穌基督醫治大能的信心。

第一個家庭的小孩完全康復了，推翻了醫生之前認為她的生命只剩下幾個月的診斷。第二個家庭的小孩接受了一次又一次的治療，最後去世了，然而全家人都充滿平安和安慰，而不是絕望。

第一個家庭不一定比第二個家庭更有信心。兩個家庭都以各自的方式獲得了奇蹟，而且在此過程中，這兩個奇蹟都持續地確證神為祂的每個兒女都預備了計畫。

在我們的日子，主既行貌似平凡的奇蹟，也行極為不凡的奇蹟。在每個福音期中，耶穌基督忠信的信徒都經歷過戲劇性的痊癒和無法解釋的成功。然而，我們不應該忽視那些日常小事，因為它們會提醒我們想起神在生活中的影響力。有時我們只需要認出它們！■

註：

1. Dallin H. Oaks, “Miracles,” *Ensign*, June 2001, 6.
2. Bible Dictionary, “Miracles.”
3. Bible Dictionary, “Miracles.”
4. *總會會長的教訓：百翰．楊*（1997），第255頁。

「奇蹟，或是神的權能的偉大顯示，並不是給不信之人的；是用來安慰聖徒，用來增強和堅定那些愛神、敬畏神，事奉神之人的信心，而非給局外人的。」

——百翰．楊會長

興建和維護聖殿也許不會
改變你的生命，但

你在聖殿內的時間肯定會。

羅素·納爾遜會長，
2018年10月總會大會。

照片：哥倫比亞巴蘭圭拉聖殿

在總會大會上聽見主的聲音

尼爾·安德森長老
十二使徒定額組

我要向各位見證耶穌是基督，祂指導這項神聖事工的各項事務，總會大會是非常重要的時刻，祂會在這時賜給祂的教會和我們每個人指示。

現在，我們在多馬·孟蓀會長的指示下聚在一起，我們預期會聽到「主的旨意，……主的心意，……主的聲音，是神救恩的能力」（教義和聖約 68：4）。我們信靠祂這應許：「無論是藉著我自己的聲音，或是我僕人們的聲音，都是一樣」（教義和聖約 1：38）。

在這混亂和騷動的現代世界，信賴和相信總會會長團和十二使徒定額組的話語，對於我們的靈性成長和持守到底至為重要。

我們來參加總會大會之前都做了祈禱和準備。許多人有著急迫憂心的事和真誠的疑問。我們都想重振對救主耶穌基督的信心，也希望更有能力抗拒誘惑，避免會分心的事。我們來這裡蒙受天上的教導。

我應許各位，只要準備好你的靈，並在前來時預期你會聽到主的聲音，有些特別為你提供的想法和感覺就會進入你的腦海裡。

總會大會的所有信息中，都有一個裝著天上指示的藏寶箱等著你去探索。我們每個人的考驗，就在於我們會如何回應我們所聽到、讀到和感受到的事。

我應許各位，只要聆聽主的聲音在總會大會上給你的教導，然後照著聖靈的提示去做，就會感受到上天的手在護祐你，你的生活和周遭之人的生活都會蒙受祝福。

摘自 2017 年 10 月總會大會講辭。

尼爾・安德森 長老

會說**英語、法語、葡萄牙語**及**西班牙語**。

在楊百翰大學讀一年級時，會在上課之前於凌晨4點去打掃
洗手間。

高中時期，曾與來自37個國家的青少年一起參加
學生自治會大會，
並與其他人分享教會的訊息。

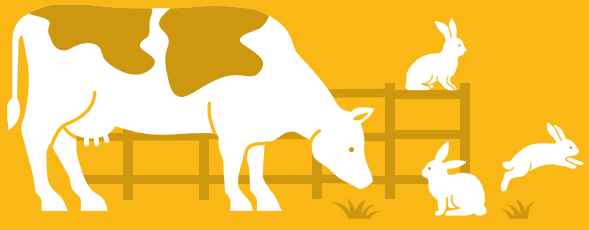
曾被選為楊百翰大學的
學生會副會長。

喜歡在下班後和家人
打籃球。

畢業於
楊百翰大學
和哈佛商學院。

1975年3月20日和凱西・威廉斯在
鹽湖聖殿
結婚。

在美國愛達荷州波卡特羅的一個
乳牛場長大。



在農場最喜歡的一項工作是幫忙
照顧兔子。

每個月都會帶每個小孩
吃一次早餐，
給每個孩子他全部的關注。

蒙召喚在
法國傳道部
服務，之後擔任法國波爾多傳道部會長。

2009年4月，接受支持為
十二使徒定額組
成員。

1951年8月9日生於
美國猶他州洛干。

育有
4名子女和**17名孫子女**。

圖示由安得烈・羅伯茲設計

2019年3月

利阿賀拿雜誌的兒童園地，由耶穌基督後期聖徒教會發行

朋友

義大利的一座新聖殿！

見第8-11頁

亨利·艾寧會長
總會會長團第二諮理

效法耶穌基督

有個星期天，我看著一屋子的小孩唱著：

我願效法耶穌基督；我願跟隨祂道路。
我願在言語行爲中，眞心愛人並服務。
有時邪惡的力量誘我犯錯。
但我願聽微小的聲音在我心中說：
「像耶穌愛你般彼此相愛，
你的言行都要充滿關懷，
一舉一動都溫和善良仁慈，
我願遵行耶穌訓示。」

每個孩子的身體都向前傾，幾乎坐在椅子的前緣。我可以看到他們眼裡的光采和臉上的決心。耶穌基督是他們的典範，變得像祂一樣是他們的目標。

藉著奉行耶穌基督的福音，我們所有人都能變得像救主一樣。我希望各位今天可以找尋機會去效法祂、像祂一樣愛人。祂領導我們變得像祂一樣的方式就是愛。我們都還不完美。但是我們可以知道自己正跟隨祂的道路。祂引導我們，祂想要我們跟從祂。●

摘自「完美的典範」，2009年11月，利阿賀拿，第70-73頁。

你要如何對別人展現愛？
寄一朵花到我們的仁慈園子來！
傳送電子郵件至：
liahona@ldschurch.org。

安德魯·博斯利繪

山上寶訓

經文教導我們，耶穌作了一個特別演講（或是「講道」），叫做山上寶訓。查找下列經文，將其與耶穌的教導配對。

馬太福音6：6-15

馬太福音5：44；7：12

馬太福音5：14-16

馬太福音7：7-11

馬太福音5：2-11

丹尼・瓊斯繪

祈禱的力量

你今天會為誰祈禱?

大衛・狄克生
教會雜誌
根據真實故事改寫

「互相代求」（聖經雅各書5：16）。

爸爸叫大家到電腦前。露西丟下她正在玩的絨毛長頸鹿，飛奔過去。是什麼事呢?是要跟奶奶視訊了嗎?

爸爸指指電腦屏幕，「我想要給你們看一段總會大會演講。」

露西瞇著眼睛，不是奶奶，是艾寧會長！他是總會會長團成員。

爸爸按下播放鍵。艾寧會長教導要支持你的教會領袖。他說明教會領袖爲何需要我們爲他們祈禱。

「所以我們要爲先知祈禱，對嗎，爸爸?」弟弟大衛問道。爸爸和媽媽都點點頭。

「是的，沒錯，」爸爸說，「但是我還一直想到我們的分會會長團。我想阿瓦雷茨會長和他的諮理也需要我們的禱告。」

露西很愛阿瓦雷茨會長和他的諮理。他們向來都對她很好。她想要幫助他們！

「我要爲他們禱告，」露西說，「我們也可以在家庭祈禱時爲他們禱告！」

「我覺得這主意不錯，」媽媽說，「就這麼辦吧。」

在接下來的幾天，露西無論何時祈禱，都很努力地記得爲分會會長團禱告。每次只需要多幾秒鐘的時間。很容易！

在接下來的星期日聖餐聚會中，阿瓦雷茨會長在聖詩結束後站了起來，說了一些話，讓露西的眼眶濕潤了。

「我們分會會長團要感謝你們爲我們祈禱，」他說，「我們從那些禱告中感覺到非常眞實的力量。我們眞的需要你們的信心和祈禱來履行我們的召喚。謝謝你們！」

露西開心地笑了。她看著大衛，他也在笑。她簡直不敢相信！她非常興奮，幾乎無法安靜坐好。她靠

「我祈禱時，覺得自己和天父及耶穌基督更接近。」

洛瑞娜·艾杜瓦達，5歲，巴西聖保羅

過來拉著媽媽的衣袖。

「媽媽！」她低聲說，「你聽到阿瓦雷茨會長說什麼嗎?！」她高興得想跳上跳下。「禱告有用耶！我們的禱告眞的有用耶！」

午餐後，露西一家一起步行回家。

「神確實垂聽我們的禱告，」媽媽說，「當一群人爲他人禱告時，力量是很大的，這不是很奇妙嗎?」

荷莉·希伯特繪

露西心裡覺得很溫暖、很快樂。她和大衛從人行道上跳下來，爸爸和媽媽跟在他們的後面。她知道天父聽到了他們家庭的祈禱。他們眞的可以幫助他人。透過祈禱就可以！

那天晚上，露西準備好要祈禱了。她想到初級會的教師和教會其他領袖，他們可能會需要更多的祝福。或許她也要爲他們祈禱！露西雙臂交叉，低下頭，她知道該說什麼了。●

著色頁

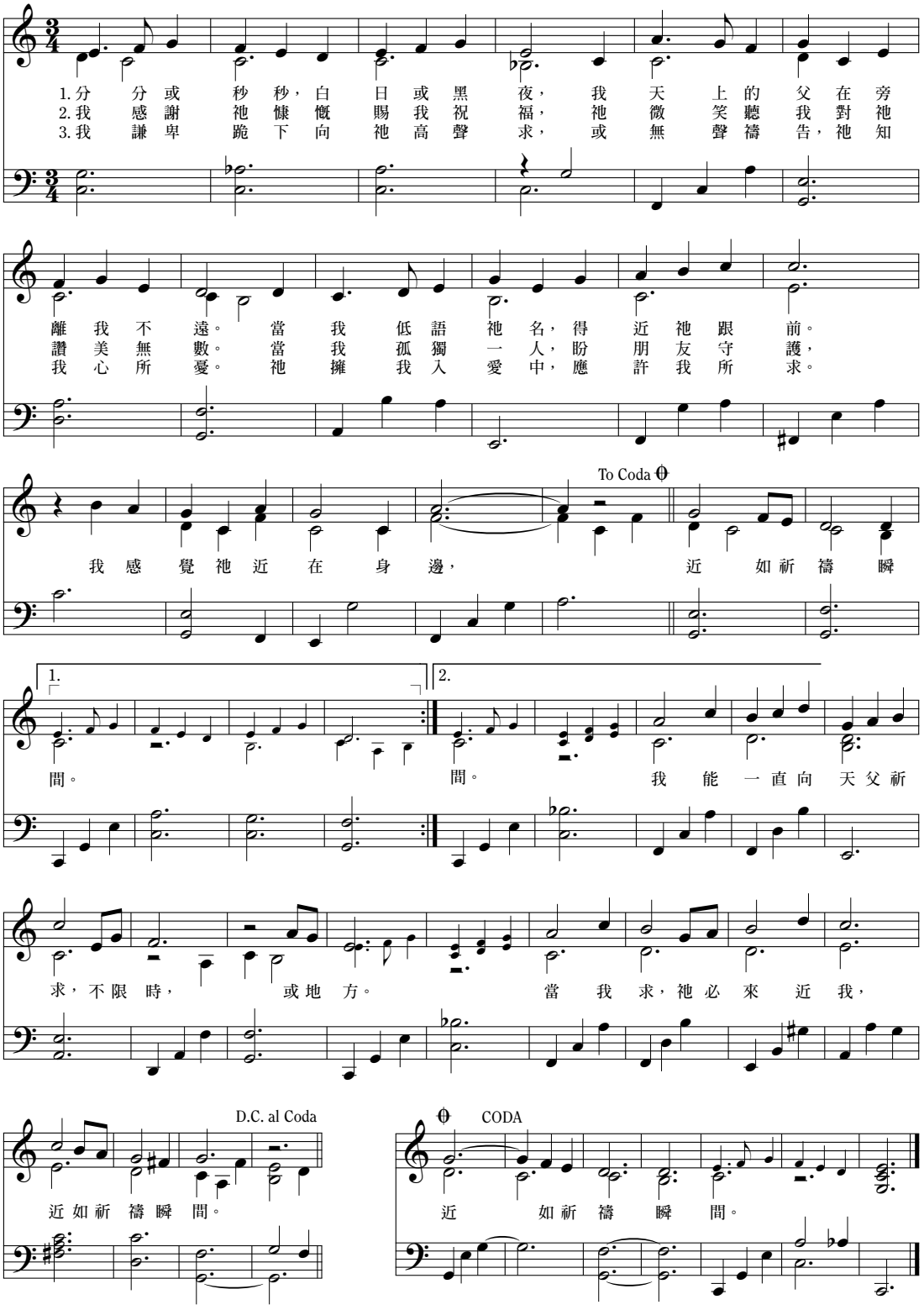
當你觀看總會大會

觀看四月份的總會大會時，當你聽到圖案中出現的這幾個詞語，就塗上顏色。

近如祈禱瞬間

寧靜地 ♩. = 48–58

詞與曲：莎莉・迪佛



莎莉・迪佛 © 2019 版權所有。
本曲可複印，供教會或家庭偶爾作非商業目的之用。
每份樂譜皆須列出此行說明。

來自義大利的問候！

我是瑪歌，我是保羅，
我們正在世界各地
旅行，去認識一些
神的孩子。和我們一起
拜訪義大利吧！

義大利位在南歐，
在地圖上，它看起來
就像一隻靴子！
有六千多萬人住在
這個國家。

你知道義大利文「我是神的孩子」怎麼說嗎？*Sono un figlio di Dio*。這個女孩正在閱讀義大利文的摩爾門經。

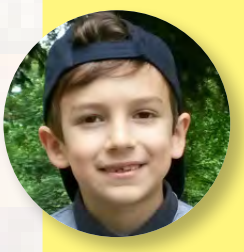
大部份的義大利人信奉天主教。儘管他們的信仰和我們有些不同，但是他們也相信天父、耶穌基督和聖靈。

很多義大利家庭喜歡在晚餐前，趁著傍晚一起出門散步，稱為 *passeggiata*。他們會穿上舒適的衣服，一起繞著廣場四周漫步，而且還可能順道享用一點義大利冰淇淋——*gelato*。真美味！

在義大利，很多小孩會在學校的 *pausa pranzo*——午餐休息時間，回家和家人一起吃午餐。他們可能會吃通心粉或米飯，肉和蔬菜。

這個月會有一座新聖殿在羅馬啓用！這座聖殿是在 2008 年 10 月總會大會宣布興建的，它是義大利的第一座聖殿。

來認識一些義大利的朋友！



「我知道耶穌基督活著，而且祂帶領著先知。去教會聚會真的很重要，因為我們可以學到更多有關耶穌的事。我已經開始每天讀摩爾門經，因為我想要更了解福音。」

朗佐，7歲，義大利，皮德蒙

「每當我走近聖殿，就會想到耶穌，也會感到興奮。我們終於不必花12個小時開車去聖殿。現在只要50分鐘，我就能到聖殿！當我滿12歲，就可以去聖殿作洗禮的教儀。」

奧莉薇，8歲，義大利，拉吉歐

凱蒂．麥克迪繪；國旗、彩繪玻璃和廣場影像由 GETTY IMAGES 提供

瑪瑞莎・韋迪森
教會雜誌
根據真實故事改寫

看著羅馬聖殿蓋起來

喬埃勒和米歇爾十分專心地看著對街的建築工地，他們看到好多的鋼樑和混凝土層。

喬埃勒說：「那看起來還不像聖殿。」

「等到蓋好的那天就像了，」米歇爾說。

這是他們兄弟倆第一次看到正在建造義大利羅馬聖殿的地方。那時候，他們家庭還必須大老遠跑到瑞士的聖殿，可是這座新聖殿距離他們家只要30分鐘！

「我喜歡看到聖殿。有一天我要去」（兒童歌本，*第99頁*）。

米歇爾和喬埃勒看著黃色大卡車來回搬運成堆的泥土。

「我想那個地方會蓋其中一座尖塔，」米歇爾指著建築物前方的一個位置這麼說。

喬埃勒點點頭。「看！爸爸來了，」他說。他們父親穿著平常的工作服——教會標準服裝加上一頂白色的工地帽。他是聖殿裡的電機工程師。兄弟倆很喜歡聽有關於父親每天工作的事。例如有一天，他告訴他們基督像運到聖殿了。還有一次，他告訴他們聖殿洗禮池的模樣。

那天晚上，米歇爾很用心地作祈禱，感謝天父賜給他們聖殿。每次他爲聖殿祈禱時，心裡都有溫暖的感覺。

幾個星期過去了，聖殿的弧形牆面舖上堅硬的石版，還有兩座高聳的尖塔指向天際，鄰近蓋了一間小型的訪客中心。喬埃勒和米歇爾三不五時就會到那裡，把臉貼上窗戶去觀看屋裡的變化。

有一天，他們收到一個大驚喜。

「你們想去看天使摩羅乃的雕像是怎麼放在聖殿頂端嗎?」媽媽問。建築工程人員的家人都受邀去觀看置放雕像的過程。

喬埃勒和米歇爾簡直不敢相信，他們興奮極了！

隔天早上，他們穿上白襯衫，戴上領帶，和其他人的家庭在聖殿四周走訪參觀。大家還跟金色的天使摩羅乃雕像一起合照，那雕像眞大！

接著，工作人員開始搬移雕像，喬埃勒看著巨大的吊車小心翼翼地把天使摩羅乃雕像放在其中一座尖塔的頂端。嗡嗡作響的無人機正在周圍進行實況錄影。這眞是太酷了！

喬埃勒想到所有來參觀聖殿廣場的人，都能因此而認識教會，還有很多人會到聖殿結婚，以及人們可以代替死去的人接受洗禮。

「現在它看起來就像聖殿了，」他告訴米歇爾。米歇爾微笑著，點點頭。

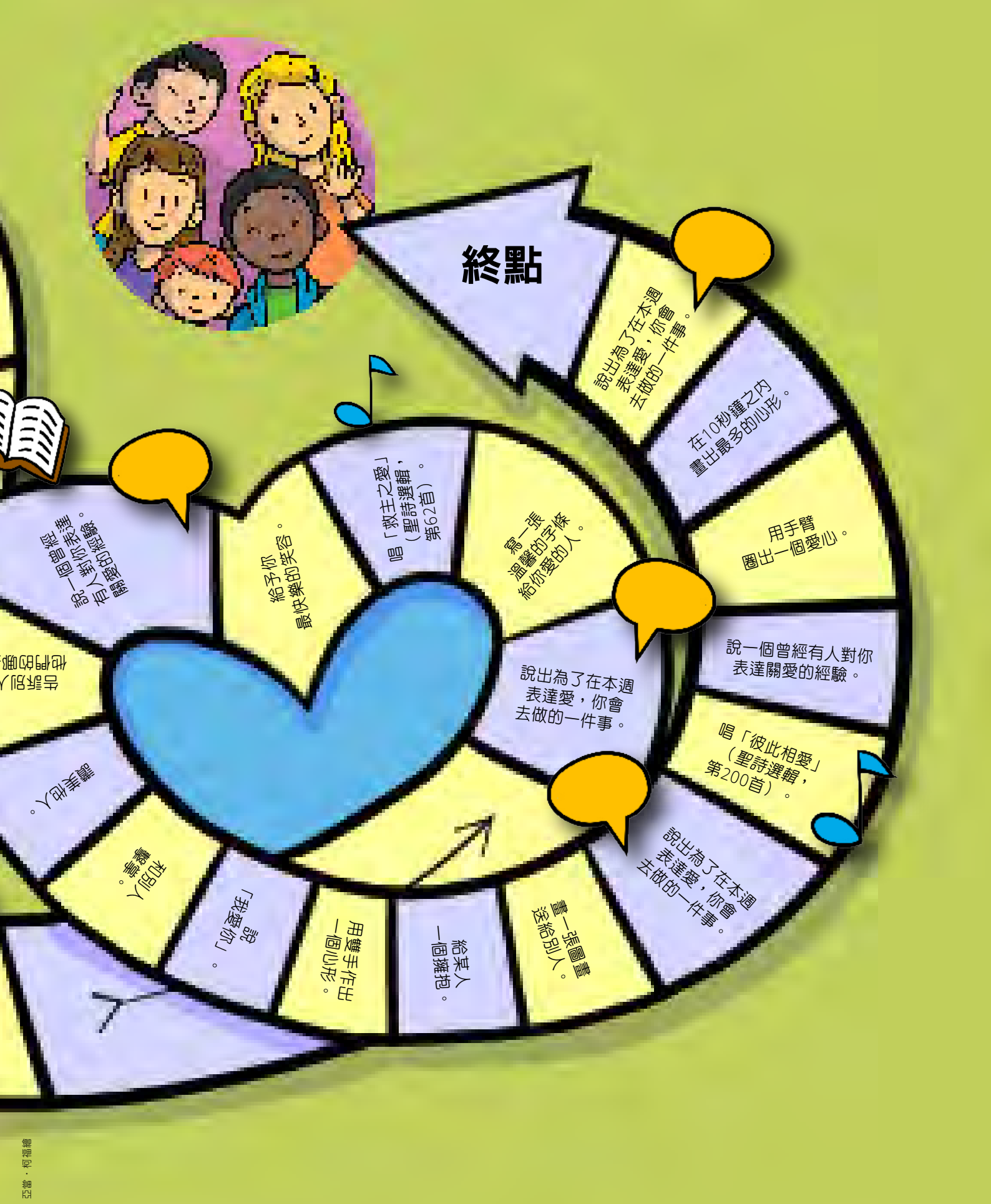
兩兄弟都很開心，他們都很興奮不久就可以進去聖殿了！隨著聖殿逐漸完工，他們的見證也一直在成長。●

義大利羅馬聖殿將在3月10-12日當週舉行奉獻典禮。

凱文・基歐繪

蒂芬妮・雷瑞

對家人和朋友說「我愛你」有很多種不同方式！和一組人一起玩這個遊戲，用鈕扣或者小圓石來標記每個人的位置。擲骰子，按照點數前進到某一格，然後作出指定的動作。


終點
說出為了在本週表達愛，你會去做的一件事。
在10秒鐘之內畫出最多的心形。
用手臂圈出一個愛心。
說一個曾經有人對你表達關愛的經驗。
唱「彼此相愛」（聖詩選輯，第200首）。
說出為了在本週表達愛，你會去做的一件事。
畫一張圖畫送給別人。
給某人一個擁抱。
用雙手作出一個心形。
說「我愛你」。
和別人豐富。
讚美他人。
告訴別人他們的哪
說一個曾經有人對你表達關愛的經驗。
給予你最快樂的笑容。
唱「救主之愛」（聖詩選輯，第62首）。
寫一張溫馨的字條給你愛的人。
說出為了在本週表達愛，你會去做的一件事。

亞當・柯福繪

鄔希鐸長老訪問俄羅斯

使徒前往世界各地，施助人們，
教導他們關於耶穌基督的事。

迪特·鄔希鐸長老和妻子海荷瑞·鄔希鐸姊妹造訪俄羅斯，幫助當地的教會成員。鄔希鐸長老在成爲使徒之前，經常駕駛客機飛到俄羅斯。

俄羅斯是一個很大的國家，那裡一直沒有聖殿。去年，納爾遜會長宣布將在俄羅斯興建聖殿，每個人都很興奮！

鄔希鐸長老首先抵達俄羅斯的首都莫斯科，那裡的人很高興與鄔希鐸長老會面，聆聽他的教導。他說我們可以藉著為人服務，來幫助他們認識耶穌。

俄羅斯

聖彼得堡

莫斯科

接著他前往一個大城市，叫做聖彼得堡。在俄羅斯，傳教士被稱為「義工」，他們每天都會找機會去幫助人，而且他們只能在教會的建築物裡教導福音。鄔希鐸會長和一些即將結束傳教返鄉的義工共進晚餐。

雅列·貝克斯川繪

雖然我們不知道會在何時何地興建新的聖殿，但鄔希鐸長老鼓勵俄羅斯的每個人，要在生活中為將有聖殿的日子作好準備。

為聖殿作好準備

你可以用哪些方法來準備將來有一天去聖殿?

在你的房間裡放一幅聖殿的圖片。

從你的家譜樹中找出還沒有接受洗禮的人。

和已經去過聖殿的人聊一聊有關聖殿的事。

認識瑪蒂醫生

喬登．賴特
根據真實故事改寫

16歲的瑪蒂．休聽到先知宣布的消息，高興極了。當醫生是她的夢想，而百翰．楊會長現在實際在鼓勵婦女當醫生！

她知道有些醫學院首次招收女學生。當然，她必須先取得大學學歷，才能讀醫學院。不只這樣，她還得存到一大筆錢，投入很多時間，非常努力才能做到。她很清楚這一點。

但瑪蒂想到妹妹安妮，安妮在搭篷車前往猶他的旅程中死了。她患病時，周遭沒有醫生能出手解救。接著，瑪蒂的父親也死了。瑪蒂在鹽湖城當地認識很多患病或受傷的人。如果她能成爲醫生，就可以幫助他們。

瑪蒂決定努力保持信心。先知已經宣布婦女可以受訓成爲醫生，她也想成爲其中的一份子！神一定會幫助她找到方法就讀醫學院。

瑪蒂爲了存錢，非常努力工作。她找到一份爲報社排版的工作。她必須仔細地排鉛字版，確保每個字都拼對了，報紙才能付印。下班後她繼續到大學上課，準備醫學院的考試。

往返家裡、報社和學校之間，瑪蒂每天要走上10公里的路！她穿著厚重的男靴，因爲她平常的鞋子不夠堅固，無法在泥濘中行走。她當然希望可以搭乘由騾馬拉的車來代步，但她的每一分錢都要存起來繳學費。

瑪蒂擔心自己沒辦法存到足夠的錢。她知道母親和繼父願意幫助她，但是他們也有其他孩子需要照顧。她還可以做什麼?

瑪蒂決定發起募款活動，請求朋友和支會成員捐助多餘的金錢，不論多少。結果他們都樂意慷慨解囊。瑪蒂是第三位響應楊會長呼籲的婦女，他們希望她能達成目標，作一位醫生。

募款結束之後，瑪蒂順利募集到足夠的錢，可以進醫學院了！她橫越美國去一所大學就讀，而且非常用功。

兩年後，瑪蒂昂首闊步地走上畢業典禮的講台，領取她的畢業證書。她終於成爲醫生了！她從來沒有那麼興奮過。

瑪蒂的視線往歡呼的群眾裡搜尋，只見一張張陌生的面孔，她的親朋好友沒有一人到場，但是她知道他們都以她爲榮。她很快就能返鄉，奉獻所學去照顧和教導他們。

回到猶他州之後，瑪蒂開始在鹽湖城的慈助會醫院裡工作。她愛極了住在靠近洛磯山脈的地方！她也熱愛醫生的工作。她協助治病、療傷，甚至授課教人如何接生。

成爲醫生的過程非常艱辛，但天父愛她，也幫助了她。從今以後，瑪蒂會將餘生用來幫助別人。●

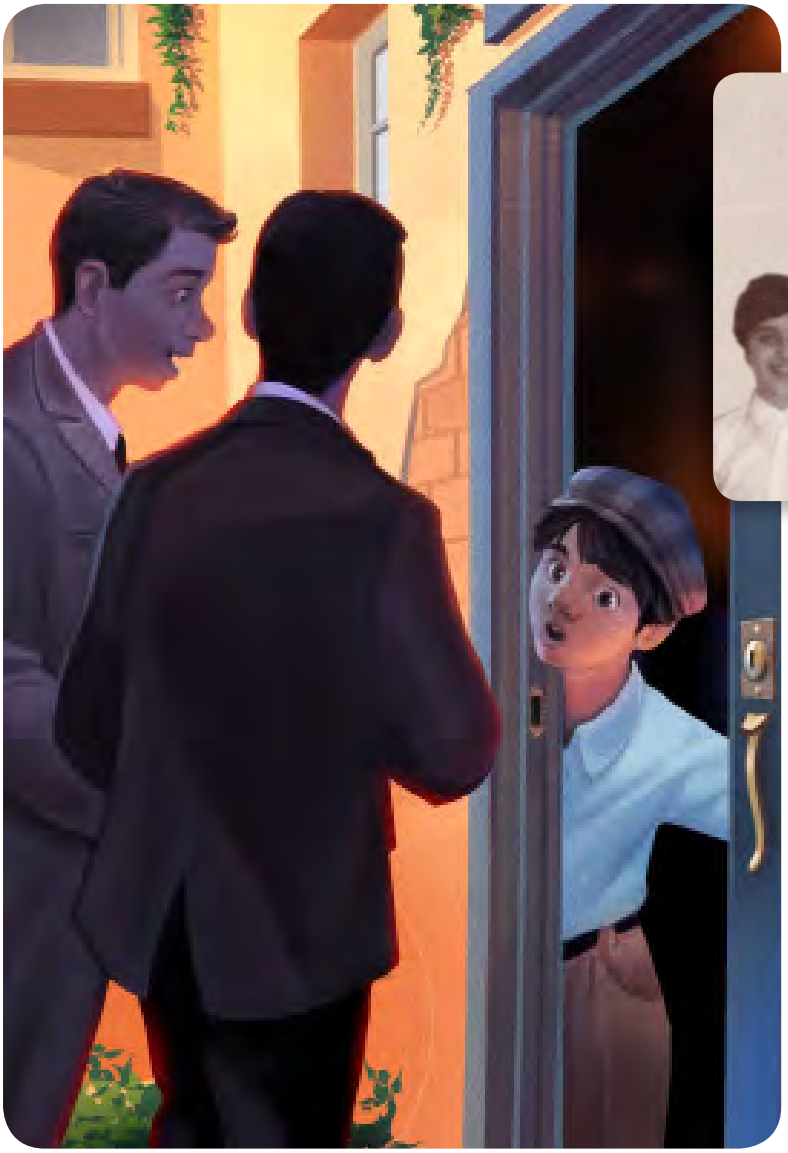
作者現居美國密西根州

瑪莎（瑪蒂）·坎農（1857-1932）是先驅者、醫生和政治家。她是美國第一位當選州參議員的婦女，她很努力去造福他人的生活。

布魯克·司馬繆

馬西莫・德費歐
長老
七十員

父母親給我的教誨



我在義大利南部的一個小鎮長大，家人都不是教會的成員。在我九歲時，有一天兩位傳教士來敲我家的門。

我的父母對傳教士分享的事情不感興趣，但我想進一步了解，我哥哥艾伯特也是。我的父母准許我們繼續和傳教士見面。後來我們受洗了，也接受了證實。我那時10歲，艾伯特11歲。

當我滿18歲後，我問父親能不能幫我支付傳教費用。起初他回答：「不可能，那太多錢了。」但是兩天後，他問我：「你眞的想去傳教嗎?」我說：「是的。我全心全意想去。」父親說他願意幫我的忙。

我原本不明白父親爲何願意爲我付這一大筆錢，後來我了解，那是因爲他愛我。這讓我想到耶穌基督爲我們所作的犧牲。因爲祂愛我們，所以祂償付了最大的代價。

當我返鄉後，我母親罹患癌症，病的很重。有一天，她請我教她怎麼作祈禱，因爲她想爲我禱告。即使在病痛中，她還是一直爲別人著想。母親也讓我想到耶穌。當耶穌爲我們贖罪，承受極大的痛苦時，祂也爲我們向父禱告。

儘管我父母一輩子沒有加入教會，但他們是我的好榜樣。我感謝他們給我的教誨。只要我們敞開心胸，就可以從父母、師長和領袖身上學到很多事情。●

看我做，聽我說

我們在一些家庭和傳教士的協助下，為初級會週年慶舉辦了一場才藝表演。每個家庭都演出摩爾門經中的一個故事。

初級會活動，科利馬支聯會，哥倫比亞卡利

我的洗禮對我來說是很特別的經驗，我和母親一起祈禱，希望父親會同意我接受洗禮。天父回答了我的祈禱，我父親同意了。我受洗了，而且很高興能屬於這地面上唯一真實的教會，也就是耶穌基督後期聖徒教會。我每天都學到更多關於天父的事，我的見證也因此增長了。

艾咪，9歲，厄瓜多爾埃爾奧羅

我的弟弟妹妹在吵架的時候，我提醒他們，耶穌教我們不要吵架。能成為好榜樣的感覺真好。

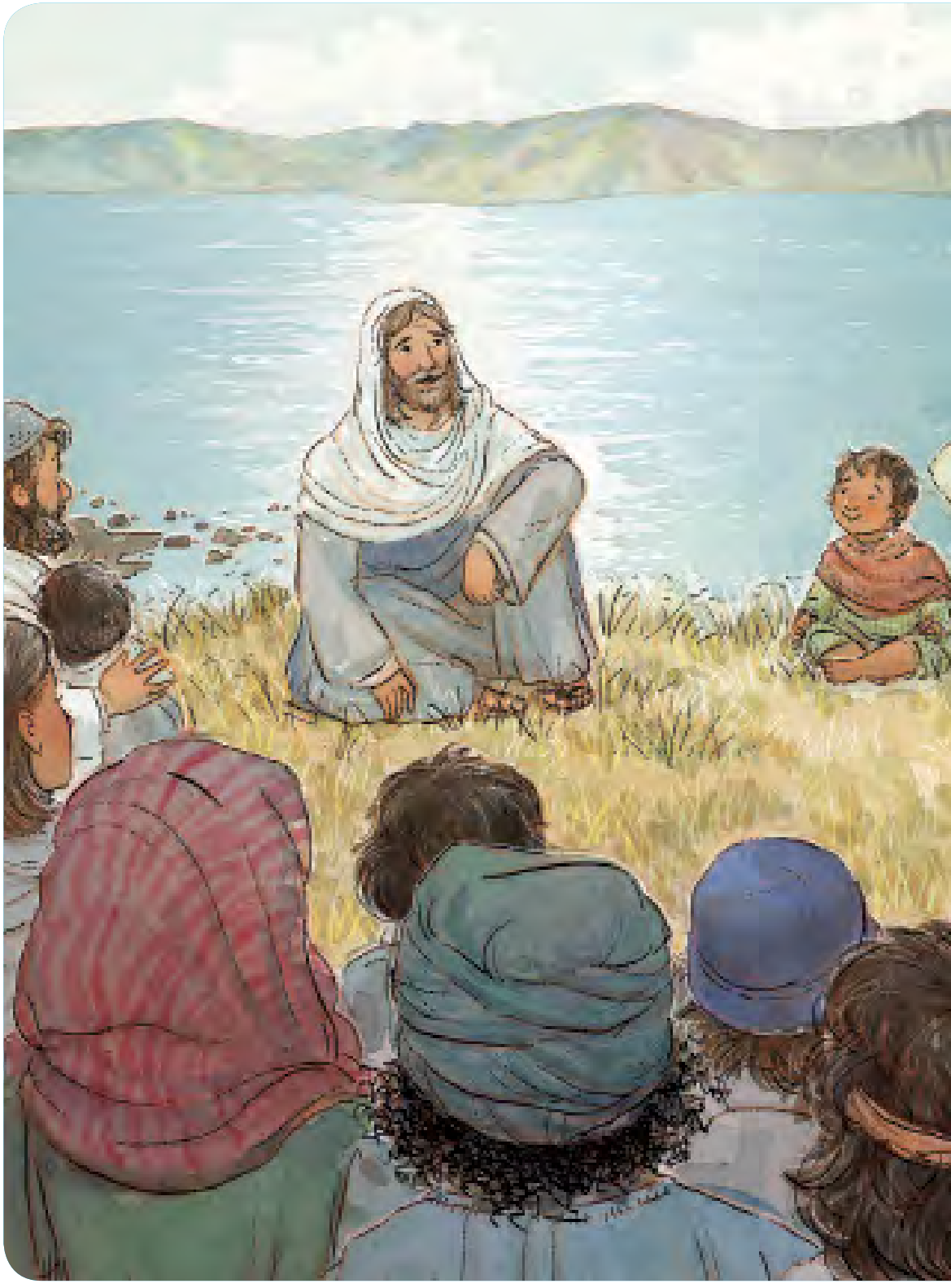
提寬，10歲，尚比亞路沙卡

我們學到神的軍裝、信條、教會的領袖、摩爾門經，和李海的夢。

初級會活動，西班牙聖地牙哥區會

耶穌教人祈禱

耶穌在海邊的一個山丘上教導人民。祂教他們要仁慈待人，要成爲好榜樣。祂也教人祈禱。



耶穌說，我們應當透過祈禱向天父說話。

我們可以爲我們擁有的一切感謝神，也可以向祂祈求我們需要的事物。

我們可以祈求能寬恕別人，也可以祈求神寬恕我們，和祈求作好的選擇。

艾波・史塔特繪

我可以效法耶穌。我可以每天都向天父祈禱。●

你可以在馬太福音6：5-13讀到耶穌的這些教導。

我會祈禱

艾波・史塔繪

耶穌基督
後期聖徒教會

親愛的父母親

閱讀是一項寶貴的技巧，能開啓一扇扇大門。這裡有一些運用*朋友*雜誌來幫助別人學會閱讀的方法。

- 使用插圖。讓你的孩子描述他們所看到的內容，然後在他們閱讀或聆聽的時候找到那一部分的故事。
- 大聲地讀出故事，唸到哪裡，就讓孩子跟著用手指指到哪裡。
- 當他們遇到一個不認識的字，說明這個字的意思，讓他們把它寫下來，稍後再練習。
- 問一些和故事有關的問題來幫助他們理解。「露西現在的感覺如何?」「關於祈禱，耶穌教導了什麼?」「你認爲接下來會發生什麼事?」
- 讀完一個故事後，談談它。讓你的孩子告訴你內容經過。他們學到什麼? 他們喜歡什麼?

我們很樂意聽聽你對與家人一起運用這些故事來教導別人的想法！

New *Friend* section
50 E. North Temple St., Room 2393
Salt Lake City, UT 84150 USA
liahona@ldschurch.org

我們愛你們！
朋友

找到藏在裡面的利阿賀拿！

***朋友*封面**
娜塔莉．霍普繪

目次

F2 來自總會會長團：效法耶穌
F3 山上寶訓
F4 祈禱的力量
F6 著色頁：當你觀看總會大會
F7 音樂：近如祈禱瞬間
F8 來自義大利的問候！
F10 看著羅馬聖殿蓋起來
F12 說「我愛你」的許多方式
F14 使徒在世界各地：鄔希鐸長老訪問俄羅斯
F16 勇氣的榜樣：認識瑪蒂醫生
F18 父母親給我的教誨
F19 看我做，聽我說
F20 跟從基督：耶穌教人祈禱
F23 著色頁：我會祈禱

INTELLECTUAL RESERVE, INC. © 2019 版權所有。

CHINESE, TAIWAN
02186033603