

亨利·艾宁会长  
总会会长团第一咨理



# 一直记得祂

**请**各位和我一起想象，先知摩罗乃在金页片上刻写摩尔门经最后几句话的情景。他孤单一人，看着自己的国家、人民和家庭败亡。地面上的战争「循环不已」（摩尔门书8：8）。但他仍然怀抱希望，因为他看到了今日的我们！他当时能写的事情很多，而他所写的是邀请我们记住（见摩罗乃书10：3）。

宾塞·甘会长（1895-1985）很喜欢教导说，字典里最重要的词汇可能就是记住一词。由于我们已经与神立约，所以他说：「我们最需要做的就是记住」这些圣约。<sup>1</sup>

经文中处处都可以找到记住（记得）这个词。尼腓在劝告他的兄长时，往往是请他们记得主的话，并记得神是如何拯救他们祖先的（见尼腓一书15：11，25；17：40）。

便雅悯王在他那篇感人的告别演说中，说了七次的记住（记得，纪念）。他希望他的人民记住「神的伟大、……祂对〔他们〕……的良善和恒久忍耐」（摩赛亚书4：11；亦见2：41；4：28，30；5：11-12）。

救主制定圣餐时，邀请门徒领用这个象征物，以「纪念」祂的牺牲（路加福音22：19）。我们每次听到圣餐祈祷文时，一直这两个字都在记得的前面（见教约20：77，79）。

我要以这篇信息邀请，甚至恳求各位「记得」。以下是建议各位在每星期领受神圣圣餐

时可以记得的三件事。这些建议对我很有帮助，希望也对各位有益。

## 记得耶稣基督

首先，要记得救主。记得祂在世时的身份，祂对人说话的方式，以及祂如何用行为显示仁慈。记得祂花时间和哪些人相处，以及教导了哪些事情。救主「周流四方，行善事」（使徒行传10：38）。祂探访病人，立志行祂父的旨意。

我们尤其要记得，祂出于对我们的爱而偿付了伟大的代价，以除去我们罪行的污点。我们只要记得祂，就会更有渴望要服从祂的旨意。我们会想要更仁慈一点，更愿意宽恕，更乐意寻求神的旨意并去实行。

## 记得你在哪些方面需要做得更好

一想到救主的纯洁与完美，相形之下，自然也不由得想到自己的缺陷和不完美。我们已经立约要遵守祂的诫命，却又经常无法达到这样的高标准。不过，救主知道会有这样的状况，这也是祂赐我们圣餐教仪的原因。

圣餐源自旧约时代所做的认罪献祭（见利未记5：5）。我们虽然不再献祭动物，但还是可以弃绝罪。经文称这种献祭为献上「破碎的心和痛悔的灵」（尼腓三书9：20）。要带着悔改的心来领用圣餐（见教约59：12；摩罗乃

书6：2）。只要你这么做，罪就会得到宽恕，使你不再偏离那条回到神面前的道路。

## 记得你在进步当中

我希望各位在圣餐教仪中反省自己的生活时，不仅要想着做错的事情，也要想着你做得对的事情，就是你感觉到天父和救主悦纳你的那些时刻。在圣餐教仪中，你甚至可以花一点时间祈求神帮助你看到这些事情。只要你这么做，我保证你一定会有所感觉。你会感受到希望。

在我这么做的时候，圣灵曾向我保证，虽然我离完美还有一段距离，但是今天的我比昨天的我更好。这让我信心大增，因为救主的缘故，明天的我还可以更好。

一直是一段很长的时间，意味着需要非常专注地努力。大家从经验中都知道，要随时专注于一件事情并不容易。不论你对「一直记得祂」的这个承诺做得如何，祂总是一直记得你。

救主知道你的挑战，也知道你承担生活烦恼的情形。祂知道你迫切需要获得因一直记得祂和服从祂而来的祝福，也就是「使〔你〕能一直有祂的灵与〔你〕同在」（教约20：77）。

因此，祂欢迎你每星期回到圣餐台前，再次给你机会在祂面前证明你会一直记得祂。■

### 注：

1. Spencer W. Kimball, "Circles of Exaltation" (address to Church Educational System religious educators, June 28, 1968), 5.

## 本篇信息的教导

繁忙的生活可能让我们很难一直记得救主耶稣基督。不过，领受圣餐让我们每周有一段特别的时间，能省思救主的生平及教训。与家庭教导的对象一起思考，你们现在是如何运用这些安静的时刻，并且讨论如何更专注在救主身上。你如何运用这些时间来反省个人需要改进的事项？「记得」你每周的进步，有何重要意义？

## 青年园地

### 要记得的三件事

**记**得一词在摩尔门经中出现过许多次。尼腓鼓励他的哥哥们要记得神是如何拯救他们的祖先，便雅憫王要他的人民记得神的伟大，摩罗乃是指示读者要记得主是多么慈悲。

记得救主是很重要的一一我们甚至在每次领受圣餐时，都立约要记得祂。艾宁会长邀请我们在圣餐仪式中记得以下三件事：

1. 记得耶稣基督：阅读有关救主为人服务及表达爱心的经文。你如何去感受祂的爱？你如何像救主那样为人服务及表达爱心？
2. 记得你在哪些方面需要做得更好：用悔改的心反省过去一星期的作为。选择你可以改变的一件事，写下你的改进方法，然后把目标放在经常看得到的地方。
3. 记得你在进步当中：祈求神帮助你看到你有很好的进步；把你的感受记录下来。

我们都不完美，但救主知道这一点，那正是祂要我们记得祂的原因。「记得祂」让我们怀有希望，让我们想要改进。艾宁会长说，即使我们有时会忘了记得祂，「祂总是一直记得你」。

「要记住……主……一直多么慈悲。」（摩罗乃书10：3）

## 儿童园地

### 记得耶稣

**经**文教导我们要一直记得耶稣基督，也就是说，我们应当经常想到祂，并且效法祂的榜样！

将一张耶稣的图片放在你会经常看见的地方。

「如果你们一直记得我，就必有我的灵与你们同在。」（尼腓三书18：7）



## 认识她和她的家人

探访教导就是要真诚地去认识并关爱每位姊妹，这样我们才能帮助她巩固信心，并提供服务。

**莉**塔·杰普森和她的探访教师因为探访和分享福音原则而结成好友。她们在探访时也一起玩拼字游戏。这是莉塔喜欢她的探访教师的地方，因为她知道她们是朋友，探访也绝对不只是划掉清单上的项目而已。姊妹们在探访时可以做很多事情，例如：一起散步，或是在孩子们玩耍时，一起拔院子里的杂草。

十二使徒定额组的杰佛瑞·贺伦长老说：「把自己当成主的特使，去照顾祂的儿女。……我们倒是希望各位，能够培养出以福音为出发点的真诚态度，去关心教会成员，彼此看顾，互相照顾，用各种可行的方法，去处理属灵和属世的需求。」<sup>1</sup>

耶和华透过摩西命令以色列人：「和你们同居的外人，你们要看他如本地人一样，并要爱〔她〕如己。」（利未记19：34）我们刚开始探访姊妹时，可能彼此都是「外人」，但是认识了她和她的家人以后，我们会更渴望「承担彼此的重担，使重担减轻」，让我们的「心在合一和彼此相爱中交织在一起」（摩赛亚书18：8，21）。

总会慈助会会长团第二咨理雷娜·亚伯图记得自己刚离婚，而且在教会是新成员的情景。她说：「探访教师到我家来，我心里感受到她们带来的爱与温暖的归属感。」<sup>2</sup>

### 思考要点

在你探访教导的姊妹家中，近期有哪些事情是你需要知道并记得的？

#### 注：

1. 杰佛瑞·贺伦，「教会的特使」，2016年11月，利阿贺拿，第62页。
2. Reyna I. Aburto, "What Has Relief Society Been for Me?" Brigham Young University Women's Conference, May 5, 2017, LDS.org.

### 施助

我们一旦去认识、去爱所探访的每位姊妹及她的家人，就会得到个人灵感，知道如何回应她们每个人在属灵和属世方面的需求。