

利阿賀拿

聖職能力在家中
穩固不移，第28頁

年輕成人中心：聚集、學習
和交友的場所，第42頁

我知道的已經足夠了嗎？
第48頁

瑪蓮妮是真正的朋友，
第60頁





©2011 雅各·柯丁森繪，版權所有。THE GREENWICH WORKSHOP, INC 授權

美德，雅各·柯丁森繪

「要不停地以美德裝飾你的思想；然後你的自信必在神面前愈發堅強；……

聖靈必成為你經常的伴侶」（教約121：45-46）。

多馬·孟蓀會長談到美德時，說：「活在認同世俗思想的現代社會裡，要保持貞潔和美德需要莫大的勇氣」（參閱「願妳們具備勇氣」，2009年5月，利阿賀拿，第125頁）。

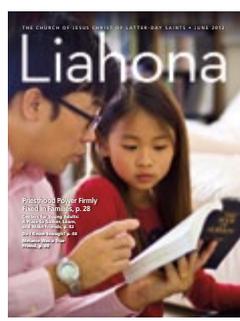


利阿賀拿，2012年6月

信息

- 4 總會會長團信息：蒙神召喚並受神的人民支持
亨利·艾寧會長
- 7 探訪教導信息：探訪教導——神聖的指派

封面
前：攝影插圖，奎格·戴蒙。後：麥基洗德聖職復興，瓦特·雷恩繪©IRI。



特稿

- 13 守安息日的喜悅
馬可仕·艾度凱長老
由於我們在度假時也從不缺席教會聚會，奇妙的事情發生了。
- 20 按照聖靈的提示採取行動
你能在生活中辨識出聖靈的影響力嗎？
- 28 聖職的尊榮與體制
培道·潘會長
一位使徒針對聖職能力所作的教導和見證。

專欄

- 8 微小而簡單的事
- 10 我們的信仰：禁食能在屬靈和屬世上鞏固我們

- 12 教會服務：青年帶頭的服務大有可為
諾曼·希爾
- 16 福音經典之作：選擇權和靈感
布司·麥康基長老
- 24 我們的家，我們的家人：在婚姻中一起商量
在婚姻中一起商量
- 38 後期聖徒的心聲
- 74 教會新聞
- 79 家人家庭晚會建議
- 80 直到再相會：雷鳴巨響，或寂靜無聲
克莉絲汀·柏艾思



42

42 在合一的信仰中聚集

史蒂芬妮·柏恩斯
年輕成人中心已經成為聚集之地——讓人進行交誼、體驗到合一，以及學習和分享福音。



看看你能不能找到隱藏在這期雜誌裡的利阿賀拿。提示：要找到它很困難。



56

34 你的亞倫聖職職責

保羅·范登堡
執事、教師和祭司有哪些責任？

46 答問篇

一想到遵行福音所必須做的一切事情，有時我會感到壓力沉重不堪。我該從哪裡做起？

48 你知道的已經足夠

尼爾·安德森長老
要是你覺得自己的屬靈知識很有限，也許你的知識已經比你認為的更多。

50 傳教時間到了

伊萊絲·何梅茲
威廉·霍坡特18歲時，有人要和他簽訂職業橄欖球員的合約。他必須作出決定。

53 傳道地區信息：

屬靈醫治的奇蹟
伊利莎白·史迪特

54 海報：謙卑地跪下

55 律上加律：教義和聖約135：3

56 我的選擇會有什麼後果？

亞當·奧申
卡莉娜過去的選擇讓她偏離正道，而新的選擇將她帶回來。

58 更好的榜樣

夏寧·克勞德
一個痛苦的經驗讓我學到教訓，知道要更願意聽從教會領袖。



63

60 真正的朋友

撒拉·周
真正的朋友會互相幫助對方遵守誠命。

62 我們的園地

63 工作的祝福

柏·馬恩長老
誠實的勞力工作是行正義的一種方式。

**64 把初級會帶回家：
我會遵守福音原則來選擇正義**

66 卡莉的遊戲場

柴德·菲爾斯
卡莉很會幫助別人，她的一些朋友也決定要幫助她。

68 看少棒賽的心得

林賽·史蒂文
琳賽學到要為她的弟弟加油打氣。

70 幼兒園地

81 摩爾門經中的經文人物

2012年6月, 第6期
利阿賀拿10486 265

耶穌基督後期聖徒教會的國際版雜誌

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：保羅·派普
顧問：奇斯·愛德華茲，小克里斯·戈登，柏·馬恩
總監：大衛·費雪
編輯主任：文森·沃恩
圖像編輯主任：亞倫·洛伯

主編：法爾·強生
助理主編：珍妮佛·葛林伍，亞當·奧申
副編輯：蘇珊·巴瑞特，萊恩·卡爾
編輯人員：布特妮·碧提，大衛·愛德華茲，馬太·富利頓，藍尼·高恩特，凱莉·卡斯頓，珍妮弗·麥迪，莉亞·麥克納罕，梅麗莎·梅羅，米迦勒·莫里斯，莎莉·奧苗克，約書亞·伯凱，柴德·菲爾斯，珍·賈柏若美，保羅·范登堡，梅芮莎·魏迪森，梅麗莎·珍特諾

美術主編：J. 史考特·納德森
美術主任：史考特·坎本
出版經理：珍妮·彼德斯
資深設計師：甘·巴特，科琳·興格萊，艾力克·強森，史考特·慕義
出版人員：珂莉特·歐尼，康妮·布利治，豪德·布朗，茱莉·布德，布萊恩·蓋奇，凱瑟琳·豪德，丹妮斯·柯比，吉妮·尼爾森，泰依·皮爾契
印前作業：傑夫·馬丁

印刷主任：奎格·塞威克
發行主任：伊凡·拉森
翻譯主任：李昌華
出版助理：黃鍾秀
地方新聞編輯：吳謝桂蓮，李世榮

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣305元
美加以外地區的訂閱事宜以及價格，請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，來函請寄至 **Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA;** 或以電子郵件寄至：**liahona@ldschurch.org**。

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、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、斯洛文尼亞文、西班牙文、瑞典文、塔加羅文、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。）

© 2012 Intellectual Reserve, Inc.版權所有。台北發行中心印行。

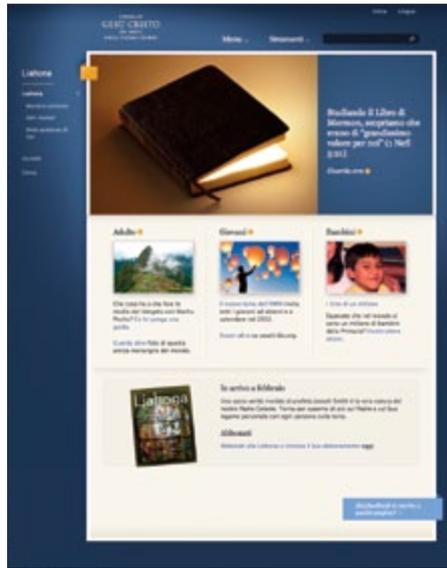
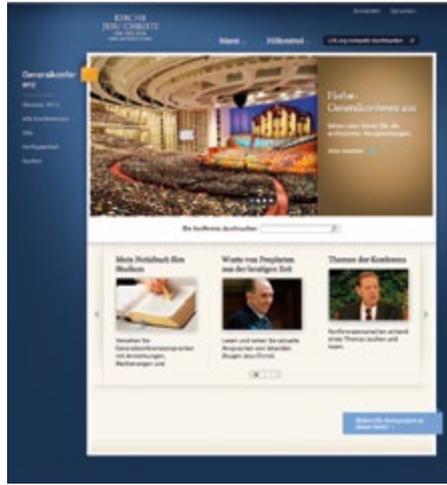
利阿賀拿雜誌的文字與圖案可以複製，供教會或家庭作為非商業、附帶使用之用途。載有限制字樣的美術作品皆不得複製。若有任何版權問題，請洽詢 Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA；電子郵件信箱：**cor-intellectualproperty@ldschurch.org**。

For Readers in the United States and Canada:
June 2012 No. 6. 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 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。

上網瀏覽，還有更多 Liahona.lds.org



青年園地

如果你喜歡尼爾·安德森長老在第48頁的文章，你可以在網站 **conference.lds.org** 聆聽整篇演講。請搜尋2008年10月總會大會。

兒童園地

閱讀卡莉的故事（第66頁），到網站 **liahona.lds.org** 看看她在新遊戲場上玩耍。

本期主題

數字代表文章起始頁。

- 工作, 63
- 什一奉獻, 64, 73
- 友誼, 60, 66
- 支持（領袖）, 4
- 合一, 42
- 安息日, 13
- 見證, 48
- 服務, 12, 66
- 服從, 13, 56, 58, 60
- 青年, 12
- 信心, 48, 70
- 祈禱, 54
- 家庭（家人）, 68
- 悔改, 56
- 祝福, 70, 72
- 婚姻, 24
- 探訪教導, 7
- 教會領袖, 4, 28, 58
- 斯密，約瑟, 54, 55
- 智慧語, 60
- 傳道事工, 40, 50, 53
- 愛, 66, 68
- 禁食, 10
- 聖職, 28, 34, 70
- 聖靈, 16, 20, 80
- 摩爾門經, 81
- 選擇權, 16, 56
- 優先順序, 46, 50, 56
- 議會, 24
- 靈感, 16, 20, 38, 39, 41

你的語言

多種語言的利阿賀拿和教會其他出版品均可在網站 **languages.lds.org** 取得。

亨利·艾寧會長
總會會長團第一諮理

蒙神召喚

並受神的人民支持

身 為教會成員，我們經常受邀在人們蒙召喚服務時表示支持。多年前，一位 18 歲的學生讓我明白了支持主的僕人所代表的意義。他謙卑的榜樣至今仍然使我蒙受祝福。

他那時候剛上大學一年級。他受洗不到一年，就離家到一所規模很大的大學就讀，我在那裡擔任他的主教。

開學的時候，我在主教辦公室和他作了一個簡短的面談。我已不太記得我們第一次交談的內容，只記得他談到了在新環境裡的挑戰，不過我永遠忘不了我們第二次的交談。

他要求在我辦公室和我見面。他當時說：「我們可以一起祈禱嗎？由我來作，可以嗎？」這讓我感到很驚訝。我原本打算告訴他我已經祈禱過了，而且希望他也已經作過祈禱了。不過我還是答應了。

在祈禱的一開始，他作了見證，說他知道主教是神所召喚的。他請求神告訴我，在一件屬靈上攸關重大的事上，他應該怎麼做。這位年輕人告訴神，他很確定主教已經知道他的需求，也必定會獲得他需要聽取的忠告。

他在說話的時候，我想到了他將面臨的某些危險。神賜予的這個忠告很簡單卻也十分清楚明確：要一直祈禱，遵守誡命，而且不要懼怕。

這位年輕人加入教會一年，他從別人的榜樣

中學到：當一位領袖被召喚時，他蒙召領導的人若是藉著信心和祈禱給予支持，神能夠藉著這位領袖成就什麼樣的事。這位年輕人的作為讓我明白教會中這項一致同意的律法所具有的力量（見教約 26：2）。雖然主是藉著啓示來召喚祂的僕人，但他們唯有在接受了他們蒙召喚去服務的人支持後，才能行使其職權。

藉著進行支持表決，我們鄭重立下承諾。我們承諾為主的僕人祈禱，祈求主帶領並鞏固他們（見教約 93：51）。我們許諾要在他們給予忠告以及履行召喚時，尋求並期待從中感受來自神的靈感啓發（見教約 1：38）。

我們要經常在心中更新這項承諾。你的主日學教師會努力藉著聖靈教導，不過就像你可能犯錯一樣，你的教師在上課時也許會犯下一些錯誤。不過，你可以決定要好好聽課，用心留意你感受到靈感啓發來到的那些時刻。你會逐漸地較少注意到錯誤，而且會更常注意到神支持這位教師的明證。

無論主召喚某人是要達成什麼目的，當我們舉手支持此人時，就是承諾要為此目的而努力。我的妻子在我們的子女年幼時蒙召喚教導支會裡的兒童。我不僅舉手支持她，也為她祈禱，然後徵求同意幫助她。我在這過程中學會對婦女所作的事表達感激，也體會到主對兒童的愛。我學到的這些



事至今仍使我的家庭和我的生活蒙受祝福。

最近我和這位多年前支持主教的年輕人交談，我知道主和人們已先後支持他擔任傳教士、支聯會會長和父親的召喚。我們在談話快結束時，他說：「我還是每天為您祈禱。」

我們可以立下決心每天為某個蒙神召喚來為我們服務的人祈禱，我們可以感謝某個藉由服務而使我們蒙福的人。當某個我們所支持的人徵求志願者時，我們可以決定主動幫忙。¹

凡在主的國度中支持祂僕人的，就會受到祂無比力量的支持。我們大家都需要這項祝福。■

註：

1. 見總會會長的教訓：約瑟 F· 斯密（1998），第 211-212 頁

本篇信息的教導

分享信息後，不妨考慮讀出下列這段話：「若你謙卑、忠信和勤勉，主將使你成為祂手中的工具。……當你接受會眾支持、獲得選派之後，你會得到加增的力量」（教導，沒有更偉大的召喚 [1999]，第 20 頁）。讓教導的家庭圍著一件重物，請其中一人試著把它抬起來。再邀請一位幫忙抬，以每次增加一人的方式進行。討論：每個人都來幫忙時，結果如何。不妨考慮強調艾寧會長的忠告，就是我們可以在他人擔任召喚時，以一些實際的作法給予支持。

虔敬地研讀這些資料，運用適合的部分與探訪對象討論。善加運用本文的問題，協助妳鞏固姊妹，也讓慈助會成為妳個人生活中一股積極正面的力量。

探訪教導—— 神聖的指派

身為探訪教師，我們要完成一項重要的屬靈使命。「主教被按立為支會的牧羊人，但是他無法在同一時間看管主所有的羊，必須仰賴受啟發的探訪教師來給予協助。」¹這其中有項事情是不可或缺的，就是要尋求並獲得啟示，以便知道應指派哪個人去看顧哪位姊妹。

慈助會會長團成員透過祈禱來討論個人和家庭的需求時，靈感啟發便開始到來。然後，經過主教的核准，慈助會會長團給予指派，這些指派要能幫助姊妹們了解探訪教導是一項重要的屬靈責任。²

探訪教師要真誠地認識每位姊妹、愛她、幫助她鞏固信心，並在必要時提供服務。她們要尋求個人的靈感，以便知道如何回應每位探訪對象在屬靈和屬世上的需求。³

「如果我們將焦點放在人的身上，而不是所完成的探訪比率上，探訪教導就成為主的事工。事實上，探訪教導是永遠做不完的。它比較像是一種生活方式，而不是一項指派工作。」⁴



經文出處

馬太福音22：36-40；約翰福音13：34-35；阿爾瑪書37：6-7

註：

1. 茱麗·貝克，「慈助會：神聖的事工」，2009年11月，利阿賀拿，第113頁。
2. 見指導手冊，第二冊：管理教會（2010），9.5；9.5.2。
3. 見指導手冊，第二冊，9.5.1。
4. 茱麗·貝克，2009年11月，利阿賀拿，第114頁。
5. 伊莉莎·舒，我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工（2011），第108頁。
6. 伊莉莎·舒，我國度中的女兒，第46頁。

我能做什麼？

1. 我如何提升自己的能力，來完成身為探訪教師的重要責任？
2. 身為探訪教師，我如何幫助其他姊妹完成她們的探訪責任？

信心，家庭，慈助



歷史回顧

第二任總會慈助會會長伊莉莎·舒教導：「我認為探訪教師是一項崇高神聖的職位。」她勸告探訪教師在接受探訪的家庭面前「應充滿神的靈，懷著智慧、謙卑和愛心的態度」，以便能查明和滿足這些家庭在屬靈和屬世上的需求。她說：「妳會想要說出平安與安慰的話語，如果妳發現姊妹的感覺冷淡，就要真心地關心她，像妳讓孩子靠在胸前那樣，使她感到溫暖。」⁵

我們若是像早期慈助會姊妹那樣憑著信心向前進，聖靈就會與我們同在並且啟發我們，讓我們知道如何幫助我們的探訪對象。舒姊妹說：「讓〔我們〕尋求智慧而非力量，〔我們〕擁有多少智慧，就能發揮多少力量。」⁶

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)。

摩爾門大會堂唱詩班精采介紹



不論是透過在總會大會的演出，或者是透過有83年歷史、每週播放的聖樂嘉言節目，全球各地有數百萬的人對於摩爾門大會堂唱詩班都耳熟能詳。然而，這群歌者平時的生活細節，可能就比較不為人知。

摩爾門大會堂唱詩班是由360位25到60歲、義務演出的歌者所組成。幾年下來，這個唱詩班已經造訪了28個國家，並且在美國的37個州及首都華盛頓特區演唱過。他們通常是全體一起搭乘飛機到要演出的那個區域。抵達之後，他們要在那裡改搭11輛遊覽車，尾隨在後的是4輛載著行李的



巴士，和4輛運送器材的半拖掛式貨運車。然後他們前往不同的城市，車程有時候長達6到10小時。

外出表演時，每個唱詩班成員都要配戴藍色的名牌，上面印有唱詩班的標記以及成員的姓名。唱詩班及管弦樂團的所有成員都已蒙按手選派為「音樂傳教士」，因此，不論他們到哪裡去，都代表著教會。

唱詩班成員如果沒有外出表演，他們每週的平常日至少有一天要練唱，還要參與聖樂嘉言的錄製，這個節目每週日早上會傳送到世界許多國家的電視台及電台播放。

唱詩班趣聞軼事

- 唱詩班女性成員所穿著的禮服是由一個服裝委員會設計和縫製。
- 唱詩班及聖殿廣場管弦樂團的成員中，大約有20對已婚夫婦。
- 唱詩班至今已榮獲2張白金唱片及5張金唱片。
- 唱詩班至今已在五位美國總統的就職典禮中演唱。

錄取加入唱詩班的教會成員都視之為召喚。在加入這個唱詩班時，他們就被告知要考量到一件事，那就是：他們投入唱詩班的時間，相當於擔任支會的長老定額組會長或慈助會會長所投入的時間。錄取加入唱詩班的成員最久可以在裡面服務20年，或是直到他們年滿60歲為止。

左：布薩攝影公司攝；其他照片：除非特別註明，否則皆由© IR攝；摩爾門大會堂唱詩班名譽於澳洲雪梨歌劇院外(局部)；右：在伯利恆路的路上(局部)；約瑟·布利奇© 2000；李海的女子排班(局部)；拿單·畢諾克攝；信心的寶座(亞拿)；愛絲諾·楊攝；不得複製；亞當和夏娃在聖地牙哥(局部)；岱爾·帕森© 1988 IR；讚美耶穌(局部)；瓦特·霍恩攝；生於世而不屬於世(局部)；保羅·麥亞攝；以新帖王后；羅娃；鐵匠 © WILLIAM AND BETTY STOKES；馬利亞的讚美詩；瓦特·霍恩攝© 2001；愛瑪·斯密；格林·理查德© 1941 IR；路得與拿俄米(局部)；朱迪絲·米爾© 1992

為教會聚會 選擇音樂

- 聚會開始前，務必先讓主領的持有權柄人員核准已選定的音樂。
- 聚會的前幾天，先聯絡司琴的人，讓他（她）知道要練習哪幾首聖詩。
- 對於聖餐聚會，要考慮到每首聖詩所營造出的氣氛。聖餐聚會的開會聖詩要能對神、對福音的復興表達讚美和感恩；聖餐聖詩要使人沉思聖餐所代表的意義或救主的犧牲；閉會聖詩要能鼓舞會眾承諾遵守他們所更新的聖約，並且為成員們所學習的福音原則作見證。
- 對於慈助會或聖職聚會，要與教師商議所選用的聖詩。教師或許會想建議選用與課程內容相關的聖詩。如果教師沒有特別想選用的聖詩，該組織的領袖可以建議選擇一首能輔助傳達課程主題的聖詩。

見聖詩選輯，第260，261頁；
指導手冊第二冊：管理教會
(2010)，14.4；14.6。

你認識 經文中的婦女嗎？

以下有幾則文字是描述經文中的婦女，試試看將這幾則文字與這些婦女的名字配對。如果需要，可以使用附上的參考經文。



A. 馬利亞，
主的母親



B. 撒拉亞



C. 亞拿



D. 夏娃



E. 艾別絲



F. 撒拉



G. 以斯帖



H. 馬利亞，
馬大的妹妹



I. 愛瑪·斯密



J. 路得

- 我的兒子們踏上危險的旅程時，我為此感到悲傷，而我的丈夫安慰了我（見尼腓一書5：1，6）。
- 我是拉摩那王家裡的僕人，在他歸信前的好幾年，我就已經歸信了。（見阿爾瑪書19：16）
- 我的丈夫去世後，我「捨不得」離開我的婆婆，我告訴她，我會將她的國視為我的國，將她的神視為我的神（見路得記1：14，16）。
- 新約及摩爾門經都有提及我的名字。我被形容為「極為美好白皙」和「寶貴而精選的器皿」（見尼腓一書11：13；阿爾瑪書7：10）。
- 當耶穌基督來到伯大尼拜訪我的家人時，我聆聽祂的話語，因而「選擇〔了〕那上好的福分」（見路加福音10：42）。
- 當我冒著生命的危險懇求亞哈隨魯王饒過我族人的性命時，我的族人為我禁食（見以斯帖書4：16）。
- 我名字的意思是「眾生之母」（見創世記3：20）。
- 在教義和聖約中，我被稱為「蒙揀選的女子」，並且我製作了「一本……聖詩選輯」（見教約25：3，11）。
- 我在聖殿迎見嬰孩耶穌，當時我已經守寡了大約84年（見路加福音2：36-38）。
- 主更改我丈夫的名字時，也更改了我的名字，這名字的意思是「王后」（見創世記17：15）。

參考：1. B, 2. E, 3. J, 4. A, 5. H, 6. G, 7. D, 8. I, 9. C, 10. F

禁食

能在屬靈和屬世方面鞏固我們

從舊約時代起，禁食便是耶穌基督福音的一部分（見但以理書9:3；約珥書2:12的例子）。禁食能鞏固人們的靈性，增加祈禱的功效（見以賽亞書58:6-11）。今日耶穌基督後期聖徒教會的成員會禁食，再將節省下來的食物費用捐給教會，來幫助貧窮和有需要的人。

「教會訂出每月一個星期日，通常是第一個星期日，作為禁食日。遵行禁食主日適當的方法包括〔在24小時內〕連續兩餐不吃不喝，參加禁食見證聚會，以及繳付禁食捐獻來協助關懷貧困者。

「你的禁食捐獻至少應為兩餐不吃省下的金額。可能的話，應慷慨繳付比該金額更多的捐獻。

「除了遵行教會領袖所訂立的禁食主日以外，你也可以根據你的需要和他人的需要，在其他任何一天作禁食。不過，

你不應該禁食太頻繁或時間過長。」¹對於正在接受醫療的人而言，禁食若會加重病情，則要運用智慧，調整禁食的方式。

教會成員會為不同的目的禁食。舉例來說，我們可以為生病的家人禁食祈禱，也可以為了向神表達感謝、為了要變得更謙卑、為了克服某項缺點或罪過、

為了要為教會職責獲得靈感啟發等等目的而禁食。禁食幫助我們對經常飽受饑餓之苦的人心懷憐憫。禁食也能使我們的靈性凌駕於肉體之上。■

註：

1. 忠於信仰（2004），第133頁。

欲知更多有關這項主題的資料，見馬太福音6:16-18；阿爾瑪書5:46；6:6。



禁食主日所做的事還包括
在聖餐聚會上作見證。



禁食是自願在一段時間內
不吃不喝，以更加接近主，
祈求主賜予祝福。

教會鼓勵我們要慷慨繳
付禁食捐獻：教會運用
這筆錢來幫助貧窮和有
需要的人。



伴隨著祈禱的禁食，往
往更有功效。



真正的信徒都會作禁食。
例如，古代的猶太人曾為
以斯帖禁食，好讓她有力
量請求國王保護她的族人
(見以斯帖書 4：16)。

「〔禁食律法〕簡單而完美，既合理又有智慧，不僅為資助窮人的問題找到解決之道，更為那遵行律法的人帶來益處。這律法會……使身體順服於靈體，從而促進與聖靈之間的交通，使這國家的人民獲得他們所需要的靈性力量與能力。由於禁食應永遠伴隨著祈禱，故此一律法會使人民更接近神。」

參閱約瑟F·斯密會長（1838-1918），
總會會長的教訓：約瑟F·斯密
（1998），第197-198頁。

青年帶頭的服務 大有可為

諾曼·希爾

奈及利亞人喜歡說自己生活在「非洲的炎炎日頭」下，因為赤道附近的氣溫並不會因季節的變化而有什麼差異，因此當我們要在八月於非洲各地進行服務計畫時，我們把時間訂在早上七點，想趁早上比較涼爽的時候盡可能把所有的事做完。

我們帶著鏟子、耙子、大鏟刀到奈及利亞拉哥斯支聯會亞壩支會附近的一處空地，鏟除雜草、清運垃圾。工作了三小時後，這片面積四英畝（1.6公頃）的土地，已有三英畝（1.2公頃）被我們整理乾淨了。

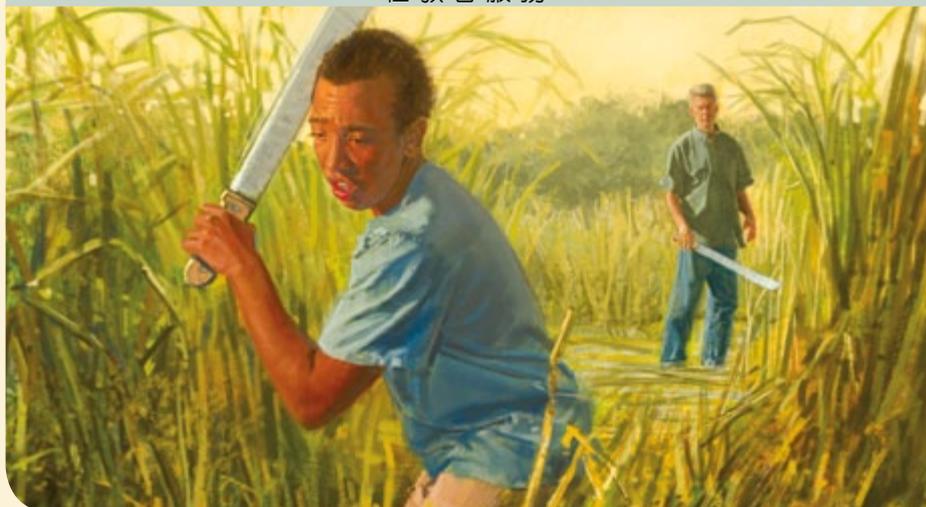
主教問：「你們覺得要不要再安排一天時間，把剩下的這一小塊地也整理乾淨？」

教師定額組會長以馬內利在一旁聽到主教這麼說時，露出了失望的表情。

他說：「如果這一部分沒做完，所有的青年一定會覺得今天沒多大的貢獻。拜託您，就讓我們一口氣做完吧。」

由於大部分地方的雜草大約有六呎（1.8公尺）高，擋住了我們的視線，因此我們很難判斷到底還有多少事情沒做完。

以馬內利說：「希爾弟兄，讓我們看看你我要花多少時間才能整理出一條小路來，大概只要兩呎（0.6公尺）寬。如果



我們的動作夠快，其他人或許可以看出來，他們可能會比原先想像的更快完成。」

這些男青年分成兩組，今天一整天各自在空地的兩端賣力地工作，但是還是穿越不了這個雜草迷宮，抵達另一端。我繼續拿著大鏟刀除草，但整個背痛到挺不起來，只好蹲下來稍微休息一下。有些青年擔心我的狀況，於是過來看看是否能幫忙，但他們看到以馬內利和我朝著彼此的方向大揮鏟刀，努力工作，也紛紛加入了我們的行列。不到幾分鐘，我們就穿過雜草，看到對方，此時一陣小小的歡呼聲響起。其他人因為看到開出一條小徑，也開始兩人一組這麼做。

不到一小時的時間，我們就大功告成了。我們大家都露出滿足的笑容，跟對方（特別是以馬內利）道賀，他確實開闢了一條道路，讓其他人遵循。

主教和我原以為，憑著我們的人生經驗和見識，很清楚



讓青年有 服務的機會

「在執事和教師定額組會長團裡，有多少人只受邀做個祈禱或

傳遞聖餐而已？弟兄們，這些人確實是特別的靈，如果給他們機會，他們可以有一番了不起的作為！」

十二使徒定額組尼爾·麥士維長老（1926-2004），「Unto the Rising Generation,」
Ensign, Apr. 1985, 11.

這些年輕人能完成什麼樣的事。我們只看到一群又熱又累的男孩，以馬內利卻看到讓朋友建立自尊和自信的機會。他知道與其留待日後再做，現在多付出一些努力把工作完成，會帶給他們更大的滿足。他提醒我們記得教會青年的力量，以及當他們貢獻心力、帶頭做事時，所有的人如何因此而受惠。

我體會到我們不需要等到青年長大，只要我們放手讓他們去做，他們現在就可以有不同凡響的作為。■



守安息日的喜悅

我從小就是個後期聖徒，但在我的生長環境裡，很多人不是後期聖徒，這是我童年時期一個很有趣的經驗。我清楚記得那時會跟家人朋友共度生日和節慶，一起踢足球，參加偶爾舉辦的家族烤肉活動。另一個讓我非常懷念的經驗是在星期日跟家人一起去教會。

對我們全家來說，守安息日為聖、崇拜天父和祂的愛子耶穌基督是很基本也很自然的事情。當年還是男青年的我，總是盼望著星期二晚上去踢足球，盼望著星期日去參加聖餐聚會、主日學和聖職聚會。我們全家都很喜歡和福音中的弟兄姊妹們相處，所以在聚會結束後都不會馬上回家。

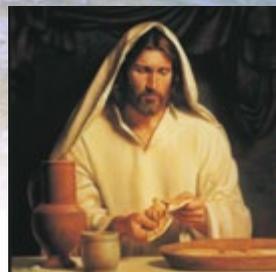
我一直到結婚，有了自己的家庭以後，才真正體會到父母親在我成長過程中所樹立的好榜樣。身為一個家庭裡的父親，我更加體認「在〔主〕的聖日到祈禱之家獻上〔我們〕的聖餐」（教約 59：9）是多麼重要，也更加明白主應許賜給遵守誠命之人的各項祝福。

我清楚記得，我和幾個朋友在青少年時期，要是能告訴對方自己一整年沒錯過任何一次教會聚會，會是多麼開心。我們那時候或許不是很清楚知道全勤出席聚會能為自己帶來了什麼樣的潛移默化，但是我們一直很努力使自己不被世俗玷污，而且，我們有快樂的心、愉快的面容和充足的喜樂（見教約 59：9，13-15）。

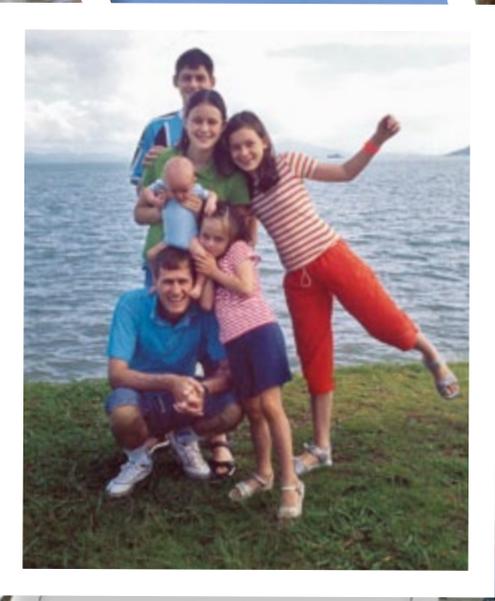
安息日的傳統

多年來每逢暑假，我和妻子兒女都在巴西南部我們家附近的一個小海灘度假。有時候，我們因為工作的關係搬家，但是不論搬離那個小海灘多遠，我們每年都懷著期待和興奮的心情去那裡度假一次。家族裡的親戚和朋友們也會不遠千里而來，每年團聚一次。大家不但盡量早到，也都盡量晚走。

我們家在那個小海灘有許多靈性成長和教導福音的美好機會。我們很多親戚都不是耶穌基督後期教會的成員，他們有不同的宗教信仰。對他們



我見證，在主的聖日崇拜神會獲得喜悅和祝福——包括我們現在尚未看到的祝福。



在我們每年到海灘度假期間，原本可以把這件事當作不守安息日的理由，但我們在星期天一定去教會，從不缺席。

而言，主日只是另一個玩樂的日子。由於在週末到海灘的親戚比平日多，所以大家都期待並堅持我們要出席和參加星期日的活動——連我們的兒女也這樣要求。

我們的兒女年紀都還小，才正在學習實踐福音真理。對他們來說，在星期日跟堂表兄弟姊妹及朋友們一起玩樂是很大的誘惑。花時間和家人相處是福音中很重要的一部分，人們很容易因此把不守安息日合理化。畢竟，當時離海灘最近的教堂在 96 公里以外的地方。我們和自己支會的朋友和鄰居相隔遙遠，假如我們星期日留在海邊，沒有開車去教堂參加聚會，他們也不會知道。我們一整年都去教會，但家族相聚一年就這麼幾個星期。

儘管如此，我們在星期日一定去教會，從不缺席——連一次也沒有！我們記得主的教導：

「為了更完全地保守自己不為世俗所玷污，你要在我的聖日到祈禱之家獻上你的聖餐；

「因為這實在是指定給你們放下工作而休息，並向至高者表達崇敬的日子；……

「但要記住，你要在這日，主日向至高者獻上你的供物和聖餐。……

「在這一天，不要做別的事，只要以單純的心準備食物，好使你的禁食完美，換句話說，好使你的喜樂充足」（教約 59：9-13）。

我們選擇遵守這條誡命並且教導兒女明白他們也應該遵守這條誡命。



他們很快就會了解，跟取悅家人朋友或滿足自己的欲望相比，在主的聖日崇拜神更為重要。

因服從而蒙福

在海灘的那幾個星期日，我們都一大早起床，穿上安息日崇拜的服裝，開車到距離最近的教堂去。我們在往返的路程上和那一整天裡，都享受著主應許給遵守誠命之人的平安與喜悅。我們學習到，這種平安與喜悅絕對不是來自這個世界。

這樣的做法持續了幾年，後來有件奇妙的事情發生了。我們的兒女不再質疑在主的聖日崇拜神的重要性，他們的幾個堂表兄弟姊妹也開始詢問是否可以和我們一起去教會！我們根本不知道，在我們聚會回家後，我們所感受到的那股平安和喜悅也感染了他們。最後，一個美好的祝福來到。這些孩子長大成人後，其中兩個來自同一個家庭的孩子對他們的父母說：「我們想成為後期聖徒。」不久後，他們全家都受洗了。最近，其中一個傳教返鄉的孩子已在聖殿中結婚了。

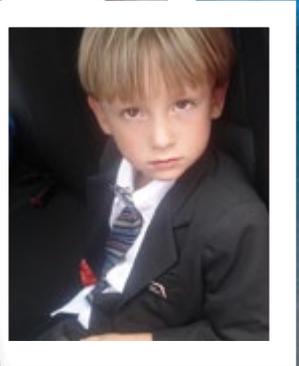
我們每年還是會到海灘去，不過大家都知道我們家庭不會在星期日去那裡玩，那天我們會和願意跟著我們

一起去的親戚去教會崇拜神——我們的人數一年比一年多！

我們回顧那些年的時光，想到我們所作的選擇，不禁感謝神讓我們有勇氣去做對的事情，並且教導我們的兒女也照樣去做。我們毫不懷疑地知道，這項決定不但鞏固了我們的兒女和親戚，讓我們獲得了主所應許的平安，成為我們的親戚歸信的重要關鍵，而且我們也蒙福擁有在星期日做一些對靈魂毫無助益的活動所得不到的滿足。

我見證，在主的聖日崇拜神會獲得喜悅和祝福——包括我們現在尚未看到的祝福，我也見證，「有耶和華為他們的神，這百姓便為有福」（詩篇 144：15）。■

我們每年還是會到海灘去，不過大家都知道我們家不會在星期日去那裡玩，那天我們會和願意跟著我們一起去的親戚去教會崇拜神。



選擇權 與 靈感



布司·麥康基於1915年7月29日出生在美國密西根州。他於1946年被支持進入七十員第一議會，於1972年蒙按立為使徒。他於1985年4月19日辭世。本文摘自他於1973年2月27日在百翰·楊大學發表的演講。

布司·麥康基長老(1915-1985)

十二使徒定額組

神期望我們在能力範圍之內全力以赴，然後向主尋求答案，確定我們的結論是正確的。

我們生活在神，我們的天父，面前時，蒙得了選擇權，這給我們機會、特權去選擇我們想做的事，也就是能自由且不受拘束地作選擇。……神期望我們運用所蒙得的恩賜、才幹、能力、理性、判斷力與選擇權。

但在另一方面，我們奉命應當求問主、尋求祂的靈，並在生活中獲得啓示和靈感之靈。我們加入教會時，一位合法的聖職持有人按手在我們的頭上，說：「接受聖靈。」這使我們獲得聖靈的恩賜，根據我們的忠信，我們有權獲得神組中這位成員的經常為伴。

所以，我們面對了兩項提議。一項是我們應當接受靈感之靈、啓示之

靈的引導；另一項是我們被指示要在這裡運用選擇權，自己決定我們要做什麼；……我們必須在這兩項提議中取得良好的平衡。……

我想舉出三個案例，也許我們能從其中獲得一些非常實用而且合理的結論，從而得知我們應當如何地生活。我將從主給我們的啓示中提出這三個案例。

「你還不了解」

案例一：從前有一個人，名叫奧利佛·考德里。……在翻譯的過程中（那時是翻譯摩爾門經），聖靈臨到先知身上，他就寫下先知口述的話。當時考德里弟兄的靈性比較不成熟，他想做超乎他當時靈性能力的事情，他想要翻譯。於是他〔央求〕先知，先知只好向主求問此事，他們得到一個啓示。主說：「奧利佛·考德里，我實實在在告訴你，像主你的神和你的救贖主活著一樣確實，你確實會獲得一切你求問的事情的知識，只要你憑著信心與誠意，並且相信你會獲得。」而他那時將獲得的一件事情，神明確地說是「有關古代紀錄鐫文的知識，那些紀錄古老且包含我靈的顯示所提到的我那些部分的經文。」



主這樣處理了此一特別的問題後，啓示了一項適用於當時的情況及其他類似情況的原則：「是的，看啊，我將藉著臨到你並住在你心中的聖靈，在你的意念和心中告訴你。現在，看啊，這是啓示之靈」（教約 8：2-3）。……

……於是他就這樣去求問了，而正如你們所知道的，他失敗了；他完全無法翻譯。……他們在嘗試了主先前的應許後，便向主提出了這件事；之後，為何他無法翻譯的回答和理由來到：「你還不了解；你以為不用思考，只要向我祈求，我就會給你」（教約 9：7）。

表面上，似乎他蒙受指示所要做的，就是憑著信心求問；事實上，憑著信心求問，所暗指的先決條件是，我們必須為達成所追求的目標而全力以赴。我們運用蒙賜的選擇權，以及所有的天資、才能與能力來獲得所期望的結果。這個結果也許是翻譯摩爾門經，或許是選擇妻子，選擇工作，或做任何一件我們一生中會遭遇的成千上萬的重要事情。……

「你為何問我呢？」

現在，案例二：……〔雅列人〕到達海邊，要渡過大海時，主對〔雅

當我們的靈性趨於成熟，就能學會在運用選擇權來決定自己應做的事情，以及接受靈感之靈的引領之間，努力取得平衡。

列的哥哥〕說，「造些平底船。」……

〔這些平底船〕將用於一些非常特別且困難的環境中，所以〔雅列的哥哥〕需要一些目前的平底船裡不足的東西：他需要空氣，而這是他所無法解決的問題。於是他向主求問此事，因為這是他的能力根本無法解決的事，於是主為他解決此事，說：「你這樣這樣做，就有空氣。」

這時候，由於雅列的哥哥與主交談而且得到回答，他有了信心，然後他又問了一個問題：……「我們要怎樣做，船裡才有光？」

主跟他談了一會兒，就這樣說：「你要我怎樣使你的船裡有光呢？」（以帖書 2：23）。換句話說，就是「……我已給你選擇權；你已蒙賜才能與能力。出去，去解決問題吧。」

雅列的哥哥懂了。他走到一座名為歇蘭山的山上，紀錄中說，他「從岩石中熔出十六顆小石子；那些小石子潔白晶瑩，就好像透明玻璃」（以帖書 3：1）。……

主做了雅列的哥哥所請求的事，那時候他看見了主的手指；而且，當他與神和諧時，他所獲得的啓示超乎當時的任何一位先知。主向他揭示有關祂的本質與品格。這都是因為他已竭盡所能去做，而且與主商量。

選擇權與來自於聖靈的啓發之間有很巧妙的平衡。神期望我們在能力範圍以內全力以赴，然後向主尋求答案，確定我們的結論是正確的；有時候，我們很高興能獲得意料之外的真理與知識。

「他們將彼此商議並與我商議」

現在，案例三：在教會早期歷史上，主命令聖徒們聚集到密蘇里的某一特定地點。……現在，注意什麼事情發生了。主說：

「正如我提到我僕人愛德華·裴垂治時說的，這塊地就是他居住的地方，也是他任命的諮理們住的地方，也是我指定看管我倉庫的人住的地方；

「因此，〔重點在此〕正如他們將彼此商議並與我商議的那樣，他們要帶他們的家人到這裡來」〔教約 58：24-25〕。……

主說「聚集」到錫安。但是，一切細節與安排，如何做與何時進行，以及當時情況等等，都要由那些蒙召聚集的人運用選擇權來決定，不過，他們也必須與主商量。……

現在，主對教會的總主教說過這件事之後，又授予此事的管理原則，而且此原則可運用在各種情況。這是神啓示給我們的一項榮耀真理。祂說：

「看啊，凡事都要我命令是不宜的；凡事都要被迫的人，就是懶惰而不聰明的僕人；所以他得不到酬賞。

「我實在說，世人應當熱心做好事，憑自己的自由意志做許多事，促成許多正義」〔教約 58：26，27〕。……

以上是三個案例；讓我們來談談神所啓示的這個結論。……

……如果你學習運用神已賜給你的選擇權，如果你試著自行作決定，如果你獲得了明智且判斷正確的結論，並且如果你與主商議，得到祂認可的印記，批准你所獲得的結論，那麼你已蒙得啓示；此外，你也將獲得永生這項莫大的酬賞，並在末日被高舉。……

願神讓我們在這些事情上有智慧；願神賜予我們勇氣和能力，使我們能自立自強，善用我們的選擇權、才幹和能力；然後讓我們謙卑、順從地接受聖靈的指引，讓我們的意思臣服於祂的旨意，獲得祂認可與證實的印記，藉此在生活中蒙得啓示之靈。如果我們這樣做，必然會獲致這結果；即今生的平安，來生的榮耀、榮譽與尊榮。■

標點符號皆已標準化。



按照聖靈的提示 採取行動

每位後期聖徒都有特權透過聖靈得到每日所需的靈感。我們只要保持配稱，願意注意屬靈的提示，就能蒙福獲得天父要給我們的指引。以下有三位教會成員分享他們如何傾聽和回應聖靈的提示，並因此蒙得豐盛的祝福。

我需要調頭回去

我在葡萄牙羅雷擔任支聯會聖職領袖的時候，有一天晚上在一個支聯會活動結束之後，我開車載一些青少年回家。當時已經很晚，我把那些青少年一一送回去，準備返家時，把車開往郊區一條車子較少但光線陰暗的路上去。我在途中經過一座小橋，看到在我右下方的河面附近有燈光在閃爍，宛如火光一樣。

由於晚上濕氣重，因此我認為即使有火光，也很快會因為潮濕而熄滅，於是我又把注意力轉回前方的道路上。

不過，我才開了短短幾公尺，就聽到一個聲音說：「停車！」我是一個人開車，因此這個聲音讓我嚇了一跳，但我不理會這個聲音，繼續開車。接著一個如雷鳴般的聲音響起：「停車，回去！」我立刻調轉車頭，把車開回原來

的地方。我這麼做的同時，也求問天父：「主啊，到底是什麼事？」我一抵達橋邊，便立刻下車，而主的回答也立刻來到，因為我聽到底下有人大喊：「請救救我們！」

那裡幾乎沒有燈光，除了底下有微弱的橘色燈光在閃爍，我什麼也看不到。橋底下有一個陡峭的深谷，但由於光線不足，我不知道該怎麼幫這個忙。我趕緊撥打緊急求救電話，不久救援人員就趕到現場幫忙了。

那個微弱的燈光是從一輛車子裡發出來的，那輛車載了五個人，卻不幸翻車跌入橋下，其中已有兩人死亡，要不是我聽從聖靈的聲音，情況恐怕更糟。

我見證主會透過聖靈跟我們說話，不管是輕柔的聲音，還是如雷鳴般的聲音。我感謝那天晚上我傾聽了那個聲





音。我知道主活著，祂愛我們，聖靈會跟我們溝通。我們只需注意聆聽祂的聲音。■

南斯特·奎洛士，葡萄牙

我決定傾聽

多年前，我開始有一種感覺，一直督促我去蒐集家族的食譜，包括來自旁系親戚的食譜。我對那個念頭並沒有加以理會。我經常在心裡想：「我哪有時間蒐集那些愚蠢的食譜啊！六個孩子已經夠我忙的了！那些會自己動手做麵包、肉桂卷的媽媽才會蒐集食譜吧。我才沒那閒工夫做這件事！」

這個迫切的感覺一直跟著我好幾年，最後我決定正視這件事。不過我懷疑家族中有誰想參與這種事。我是家族中唯一的教會成員，我的父母已經過世，我沒有兄弟姐妹，大部分的親戚都住在很遠的地方。雖然如此，我還是決定要傾聽那個聲音。

我聯絡了幾個親人，說明自己正在編寫家族的食譜，想請他們寄一些食譜給我。隔年，我陸陸續續收到一些食譜，有幾個親戚甚至還寄來一些家族的故事和照片。這也督促了我和幾位還健在的長輩進行訪談，蒐集我們的家譜，後來我決定將這些家譜收錄在食譜中。

在編撰這本書的過程中，我發現我對那些寄來食譜的親戚，有許多都不認識，因此我決定收錄家譜樹。我請大家



聖靈會指引你

「只要你們願意，聖靈的恩賜會指引和保護你們，甚至糾正你們的行為。這是屬靈的聲音，進入意念中，就是一種想法，進入心中，就是一種感覺。……沒有人期望你們一輩子都不會犯錯，但是在你們犯下大錯前，聖靈必定會先提醒你們，警告你們。這項應許適用於教會的所有成員。」

十二使徒定額組會長，培道·潘會長，「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第17-18頁。

提供資料，寫出了家譜樹，也將這些資料保留在手稿中。

在完成食譜、作最後檢查的過程中，我翻到家譜樹那一頁時，聖靈的感覺非常強烈，我才恍然大悟為什麼要蒐集這些「愚蠢的」食譜，不禁淚流滿面。重點其實不是食譜，而是我所蒐集的歷代祖先名字和日期。這些人現在都已經完成他們各自的聖殿教儀。除此之外，我也為後代子孫保存了美好的故事。

現在我仍經常與幾個表親聯繫，並和親戚保持良好的互動關係。我看到那本自製的食譜時，常想到這節經文：「因此，不要厭倦行善，因為你們正在奠定重大事工的基礎。重大的事都源自微小的事」（教約 64：33）。每當我停下來想想，由於留意聖靈的提示去製作一本簡單的食譜，竟帶來這麼多快樂美好的事物，仍覺得實在太不可思議了。■

南茜·吉布斯，美國科羅拉多州

就是這種感覺

聖靈用許多不同的方式跟我們溝通。我曾度過平安的時刻，感受過安慰，也曾得到清楚確定的想法，其中一些讓我印象最深刻的經驗，其實就只是體會到真理或是一種非對錯的感覺。這種感覺很難形容，但確實存在，能讓你很清楚知道某件事是對的，或是需要採取行動。

關於這種感覺，我感受最強烈的一次經驗是在我為了購屋而尋找房子的時候。那時我單身，有幾年的時間我一直在考慮購屋。我告訴房屋仲介我想找哪一類型的房子，她非常盡責，根據我的描述，找了一些房子。她帶我去現場看房子，我卻因感覺不對而一一回絕了。於是她開始問我，這些房子有哪些地方是我不喜歡的，這樣她才有辦法帶我去看符合我需求的房子。但很遺憾，我自己也說不清楚到底是少了什麼。

最後，就在一天的午後，我們去看一棟房子，這房子看起來比不上我們





之前看過的一些房子，而且房價比那些房子更高，不過倒也符合我說過的購屋條件，只是沒有之前看過的那些房子理想。然而，在我們進屋看過了之後，我告訴房屋仲介，我要出價買這棟房子。我這麼快就表示購屋意願，她似乎有點意外。想到我前幾個月那種猶豫不決的態度，她會感到意外是很正常的。不過，我確實強烈感覺到這棟房子就是我要住的地方，我不必暫緩下來，再加以考慮了。

我出了一個價錢，雖然出價不是最高的，賣方還是接受了。我告訴家人，

雖然不知道原因，但我知道自己應該住在那裡。

過了沒多久，我就明白我需要住在那裡的原因了。就在搬進去的那個月，我在單身支會認識了一位姊妹。大約過了一年後，我們跪在聖殿的祭壇上，印證為夫妻。

主確實以奧妙的方式在做事。祂在幫助我挑選房子的時候，我渾然不知祂正在引領我走向永恆婚姻。當時我只知道自己受到指引要這麼做，如今我已明白是主的靈在指引我。■

傑佛瑞·史塔基，美國猶他州

啓示的八個目的

+ 二使徒定額組的達林·鄔克司長老教導，聖靈與我們溝通有八個目的：

見證：聖靈會見證耶穌是基督，福音是真實的。

預言：一個人可以在個人的職責範圍內獲得靈感去預言將來會發生的事。先知、教長、甚至我們個人都可以蒙得預言的啓示。

安慰：正如聖靈在利伯地監獄安慰約瑟·斯密，聖靈也會安慰我們：「願你的靈魂平安；你的逆境和你的苦難不過是片刻」（教約 121:7-8）。安慰也會隨著聖職祝福、看到已逝的親人，以及因罪得到赦免而來。

鼓舞：聖靈會使我們振作，不再覺得沮喪、力不從心，或克服靈性的低潮。聖靈也會在我們閱讀經文或欣賞有益身心的音樂、藝術或文學作品時來到。

告知：你也可能獲得要在某個特別的場合

說出的話。主告訴約瑟·斯密和西德尼·雷格登：「就在那時候，是的，就在那時刻，必給你們當說的話」（教約 100:6）。在一些神聖的場合，來自天上的人物會當面給你一些訊息。有些時候，聖靈則會輕聲低語，向你傳達必要的訊息。

禁止：這類的啓示會帶領我們遠離不該做的事，往往在我們還沒有為某一特定事物祈求指引時，出乎意料地來到。

證實：在你提出特定的行動程序，然後祈禱求問這是否為正確的選擇時，你會透過聖靈得到證實。

催促：這類的啓示不請自來，會催促某人去做一些未提議要做的事。這種從聖靈而來的溝通形式很罕見，但也因為如此，更顯出其重要。

摘自「啓示」，*Brigham Young University 1981-82 Fireside and Devotional Speeches* (1982)，20-26。

在婚姻中 一起商量

蘭迪·齊斯

我在加拿大維多利亞市擔任婚姻與家庭治療師，曾經輔導過一對夫妻，鮑伯和瑪莉（名字已更改）。他們每當要一起作決定，經常都會吵架。有一次晤談時，鮑伯告訴我：「我想

主領家庭，把事情做好，但每次我針對我們必須做的事提出意見，她都不支持聖職！」

從他的言談中，我可以聽出他並沒有完全了解「主領」的意思。夫妻一旦結婚，就成了平等的夥伴，要努力在合一的氣氛中作決定。

我從聖職議會的模式中學到了有關一起商量的原則，我和這對夫妻分享了這些原則。儘管在家中以及在教會裡，議會的運作方式有些不同，但這兩者適用許多相同的原則。我們在家中



努力遵行這些原則，這些原則就能幫助我們以主所喜悅的方式鞏固婚姻。

原則 1：一致同意地作出決定

在聖職議會

會長團、議會及主教團都是根據一致同意的和諧原則運作。羅素·培勒長老解釋說，無論任何事情，十二使徒定額組都會同心協力作出決定，之後才會付諸行動。他說：「我們廣泛討論各種問題，從教會行政事宜到世界大事，而且是坦率公開地討論。有時候，一些問題要討論數週、數月，偶爾甚至長達數年，才有結論。」¹合一非常重要，因此他們在達到合一之前，絕不會冒然作任何項決定。

主也同樣教導了約瑟·斯密在議會中合一的原則：「這些定額組中，任何定額組所作的每一個決定，都必須經該定額組一致的同意；也就是說，為了使各定額組的決定彼此都有相同的能力或效力，每個定額組的每位成員，都必須同意該定額組的決定」（教約 107：27）。

十二使徒定額組的大衛·貝納長老也強調了這個原則，他教導說：「要是我們不合一，……便無法獲得靈感」²我們若是在目的和祈禱中合一，就能邀來聖靈的指引和啟示。

在家中

合一的原則不僅適用於聖職議會，也適用於婚姻。總會領袖教導，家庭議會是教會最基本的議會。³要注意，他們並不是教導，丈夫是最重要的基本議會，也不是教導，妻子是最重要的基本議會。這個議會是他們兩人共同組成的。



夫妻兩人為了達成一致的決定而有所爭執，是很尋常的事，尤其是面對重要的事情時更是如此。再者，當雙方比較在乎的是孰是孰非，而不是達成一致的意見時，「與天父的溝通停止，配偶之間的溝通也會停止。天父不會介入干涉。通常我們若沒有邀請祂，祂就不會插手干預。」⁴其關鍵在於，要真正地邀請——而非排除——天父參與我們的討論。我們若謙卑地一起努力，傾聽彼此說話，就會蒙得所需的祝福，享有主的帶領。

重要的是，要在聖靈的引導下作出合一的決定，尤其若該項決定依常理來看並非最好的決定時更要如此。總會會長團第一諮理，喬治·肯農會長（1827-1901）解釋說，領袖們和諧一致地商議，必會蒙得主的支持，而且若是他們所作的計畫不夠周全，祂也會使之更完善，還會「用祂的智慧和能力補足該計畫的不足，使之生效。」⁵這項應許是給所有的議會，包括夫妻在內。

然而，作決定未必都要透過一個正式的程序。培勒長老教導：「夫妻彼此對談時，就是在召開家庭議會了。」⁶

**正如聖職議會
努力在合一中
作出決定，婚姻
中的合一也是
必要的。**

此外，正如主並沒有凡事都命令我們，配偶雙方也不必為每項決定舉行議會。在一些不太具有永恆意義的日常事務上，夫妻應該信賴對方所作的決定。他們要在主、經文以及先知話語的引導下，針對那些必須互相討論的事情，一起作決定。

原則 2：完全參與 在聖職議會

2010年11月的全球領導人訓練會議中，總會慈助會會長，茱麗·貝克分享了以下這節經文：「在你們當中指定一位教師，不要讓大家同時作發言人；一次只讓一人發言，而大家都要聽他說話，好讓大家說完後，所有的人都能彼此啓發，而每個人都能有平等的特權。」（教約 88：122）。七十員會長團的華特·高查利長老聽了她的話之後表示，參與能激發靈感。⁷ 當每個人都有同等的機會貢獻心得時，這個由眾人匯集起來的思想就會變得更有力量。

在家中

參與的原則教導我們，在作決定的過程中，配偶雙方共同參與是很重要的。夫妻中的一方負責作一切的決定，而另一方只負責表示同意，這樣是不夠的。夫妻若能一起尋求靈感，傾聽彼此的想法和感覺，會獲致更大的成功。

豪惠·洪德會長（1907-1995）說：「持有聖職的人……接受他的妻子為領導家和家人的夥伴，能完全知道、完全參與和家庭有關的一切決定。……主的意思是讓妻子成為男人的配偶（配的意思是相稱、相等），也就是，在整個合夥關係中平等且必要的同伴。」⁸ 夫妻原本就應該互相扶持。我們邀請並接受配偶參與，便能享有婚姻的一大益處。

原則 3：以正義的方式主領 在聖職議會

有件事極為重要，就是：若要主持有成效的聖職議會，要先了解主領的正確意義。主領的人要「看顧教會」（阿爾瑪書 6：1），並負責確使會議在進行時運用到合一、平等參與以及商議的其他原則。培勒長老提醒我們：「持有聖職的人應不要忘了，他們沒有權力將聖職如同揮棒一樣，揮舞在其他人的頭上。……聖職是要服務，而非使喚；是要愛人，而非強迫人；是要照顧，而非控制。不做此想的人，都是僭越了其聖職權柄的權限。」⁹

在家中

丈夫在家中肩負著教長的责任，主領整個家庭，這不表示他要支配其他人，而是要確使婚姻和家庭昌盛。大衛奧·麥基會長（1873-1970）解釋說，總有一天，每個男人都要和救主進行一場個人的聖職面談。他說：「首先，祂會要求你針對與妻子之間的關係提出責任報告。你是否努力使她快樂，並確使她的個人需求都獲得滿足？」¹⁰

丈夫要為自己婚姻的成長與快樂負起責任，但這項責任並不代表他就有權支配妻子。夫妻雙方都對這婚姻有責任。在正義的婚姻議會中，夫妻雙方會有一些相同的美德，將這些美德發揮出來，能幫助他們多關注對方。

我們可以在教義和聖約 121：41 讀到這些美德當中的幾項：「任何能力或影響力都不能或不應藉聖職來維持，唯有藉著勸說、恆久忍耐、溫和、溫柔，和不虛偽的愛。」

我們不可因為運用聖職，就自認為擁有權力和影響力。因此，我們不可運用不正義的方式在婚姻中佔優勢。唯有在正義中一起努力，真正的

培勒長老提醒我們：「持有聖職的人應不要忘了，他們沒有權力將聖職如同揮棒一樣，揮舞在其他人的頭上。」



權力才會來到，也才有資格獲得來自主的祝福。

建立永恆的婚姻

夫妻若為由誰管控、支配的議題而爭吵，或為如何處理時間、金錢、子女、姻親或任何其他事情而意見不一致，就應當考慮對他們在經營婚姻方面所選擇遵循的那些基本原則重新加以評估。是否能建立一個模式，懷著無偽的愛心一起商量，藉此來改善婚姻？

合一、參與，以及以正義的方式主領的這些原則，都能讓我們和配偶達成適當的意見一致，並在生活中邀來聖靈。發揮愛心與仁慈的這些美德，能緩和許多的爭論，使我們在婚姻中獲得更多的滿足，並且建立一種能持續到永恆的關係。■

註：

1. 參閱羅素·培勒，「和議會商量」，1994年7月，聖徒之聲，第27頁。
2. 大衛·貝納，「專題小組座談會」，2010年全球領導人訓練會議，網站 lds.org/broadcasts/archive/worldwide-leadership-training/2010/11。
3. 見總會會長的教訓：賓塞·甘（2006），第211頁。
4. 羅素·培勒，「家庭議會：與培勒長老和培勒姊妹一席談」，2003年6月，利阿賀拿，第17頁。
5. *Gospel Truth: Discourses and Writings of George Q. Cannon*, sel. Jerreld L. Newquist (1957), 163.
6. 羅素·培勒，「家庭議會」，2003年6月，利阿賀拿，第14頁。
7. 見「專題小組座談會」，2010年全球領導人訓練會議。
8. 參閱豪惠·洪德，「作個正義的丈夫和父親」，1995年1月，聖徒之聲，第59-60頁。
9. 參閱羅素·培勒，「議會的力量」，1994年1月，聖徒之聲，第87頁。
10. 大衛奧·麥基，羅拔·海爾斯引述，「Understandings of the Heart」（1988年3月15日，百翰·楊大學祈禱會講詞），speeches.byu.edu。

在正義的婚姻議會中，配偶雙方都藉著尊重、仁慈和完全參與，努力建立彼此間的關係，並尋求合一。



聖職

的尊榮與體制

培道·潘會長
十二使徒定額組會長



十二使徒定額組會長，培道·潘會長說：「聖職的權柄和能力建構了我們在教會中所做一切的基礎。」¹潘會長擔任十二使徒的聖工長達 40 多年，他詳盡闡述這句話，廣泛地談論了聖職的重要、應如何適當運用聖職以及聖職的權鑰。以下節錄內容為他針對聖職一事所作的重要教導，包括他身為主耶穌基督的使徒所作的見證。

聖職的權鑰

在 1976 年有一場區域成員大會在丹麥哥本哈根舉行。最後一場大會結束後，賓塞·甘會長〔1895-1985〕想去參觀聖母教堂，那裡有托瓦爾森的基督像和十二使徒雕像。……

「那尊大家熟悉的基督像就矗立在教堂的前方，聖壇之後。雕像的雙臂向前伸展，略為向外張開，顯露出雙手的釘痕，祂肋旁的傷痕也清晰可見。使徒的雕像矗立在兩側，彼得是在右邊第一個，其他使徒則依順序排列。

「和我們一起來的人大多數和教堂管理員待在教堂後半部。我和甘會長，

還有瑞克斯·賓那嘉長老以及哥本哈根支聯會會長約翰·班森，站在彼得雕像前。

「彼得的手中有一串用大理石雕刻的沉重鑰匙。甘會長指著那些鑰匙，說明它們象徵的意義。接下來，他的一個舉動讓我永遠忘不了，他轉身面向班森會長，以一種少見的堅定態度，用手指著他說：『我要你告訴丹麥的每個人，我持有這些權鑰！我們持有真正的權鑰，而且我們每天都在使用。』

「我永遠忘不了這位先知的宣告和見證，這對我的靈性產生強大的影響，也在我的心中留下深刻的印象。

「我們走到教堂後面，其他人站著



除非聖職能力……
在家中穩固不移，
否則聖職便無法發
揮其應有的力量。

的地方。甘會長指著那些雕像，對親切的教堂管理員說：『這些是已故的使徒。』然後他指著我說：『我們有活著的使徒。潘長老是使徒，多馬·孟蓀長老，以及多馬·貝利長老是使徒，我也是使徒。我們都是活著的使徒。』

「『你在新約裡讀過七十員，這裡就有兩位活著的七十員，瑞克斯·賓那嘉長老和羅拔·海爾斯長老。』

「這位教堂管理員之前都面無表情，此時突然熱淚盈眶。

「我覺得自己獲得了一次畢生難忘的經驗。」²

聖職是不可分割的

「聖職比聖職的任何職位都大。當某人第一次接受亞倫聖職或麥基洗德聖職時，是以按手禮的方式授與。他被授與聖職後，再被按立到聖職中的某一職位。所有職位都從聖職取得

各自的權柄。

「聖職是不可分割的，長老持有和使徒一樣多的聖職（見教約 20：38）。當一位弟兄接受聖職，即接受該聖職的全部。然而聖職內有職位，是因權柄和職責上的劃分之故。一個人可以運用的聖職，是依據他被按立或按手選派到到哪項職位上的權利而定。……

「持有麥基洗德聖職（亦即高級聖職）的人，也同樣持有亞倫聖職（亦即初級聖職）的一切權柄。」³

預備聖職

「亞倫聖職雖被稱為初級聖職，但這絲毫沒有減少其重要性。主說，這聖職對麥基洗德聖職是必要的。（見教約 84：29）每位高級聖職的持有人都應深感榮幸能執行亞倫聖職的教儀，因為這些教儀具有重大的靈性意義。

「我雖然是十二使徒定額組的成員，但也曾傳遞聖餐。也許有些人認為這只不過是一項例行工作，但我向各位保證，在履行這項事工時，我既感到光榮，又自覺卑微。……

「古代的人以獻祭的儀式來期待基督的贖罪。今日，我們則以聖餐的儀式來記念基督的贖罪。

「以往的獻祭與之後的聖餐，都是以基督、祂的流血，以及祂為我們所作的贖罪為中心。執行這些教儀的權柄，從古至今都是屬於亞倫聖職。

「這確實是一項神聖責任，使我們與古代主的僕人同屬一個弟兄團體，因此我們在參與那些指定給亞倫聖職的教儀時會深感謙卑，並不足為奇。……

「你們在座的執事、教師、祭司當

中，將來有一天，有幾位將成為坐在這台上的使徒和先知，主領這教會。你們務必作好準備。

「稱亞倫聖職為預備聖職，真是一點也沒錯。」⁴

給準長老的一項邀請

「長老的職位是一項莊嚴而尊榮的召喚，帶有屬靈的權柄和能力。『準』這個字，意謂著希望、樂觀和可能性。我今天雖然是對這些人說話，但也知道這項信息可能同樣適用於許多其他的人。……

「只要你們肯回到講述屬靈真理的這個環境，你的腦海中必會湧現出你以為已經失去的事物。因為多年沒有使用或因為不活躍而隱蔽起來的事物，將再出現。你對這些事物的理解力也會增加。……

「只要你肯努力回到聖徒當中，很快就會再次了解靈感的語言。而且比你所知的更快，你會覺得自己彷彿從未離開過一般。你只要肯回來，就會像從未離開過一般；對你而言，知道這點是何等重要啊。……

「你很快就會覺得自己完全屬於祂的教會與祂的國度，並足以擔起重任。然後你就會知道，這兒多麼需要你，而且你的經驗可以成為多麼有力的聲音，來拯救他人。」⁵

聖職中的各項召喚

「召喚不只是邀請或要求，也是主透過祂揀選的僕人所發出的召喚。許多年前，甘賓塞會長擔任亞利桑那州的一個支聯會會長時，獲得了一個

與發出召喚有關的特別經驗。當時支聯會男青年組織的會長出缺，甘會長離開他在銀行的辦公室，走過幾條街，進入了一家公司，說道：『傑克，你願意在支聯會擔任男青年會長嗎？』

「傑克回答：『哎喲！賓塞，你不是指我吧！』

「他說：『當然就是你。你是個年輕人，也跟其他年輕人處得不錯。你會是個好會長。』

「事情的發展讓甘會長認為這是一次非常不愉快的交談經驗，因為傑克拒絕了這項召喚。甘會長回到銀行，坐在辦公桌前，為這次的失敗感到悶悶不樂。然後靈感來了，他離開辦公室，走上大街，進入同一個門、會見同一個人，叫著他的全名，說道：『上星期天，支聯會會長團聚在一起，思考男青年會長的人選。我們為此事禱告，也加以討論。最後，我們跪下來求問並得到從主而來的靈感，知道應當召喚你擔任這項事工。身為主的僕人的我，到這裡來向你發出這項召喚。』

「傑克說：『好吧，賓塞，如果你這麼說的話。』

「他說：『我是這麼說的。』」⁶

「每位長老都應該知道，召喚不僅是一項邀請或請求，甚至也不僅是一項指派。我們經常聽到有人說：『我接受要求，擔任長老定額組會長團的諮理。』較適當的說法是：『我蒙召喚擔任諮理。』

「我們不召喚自己擔任教會中的職位，而是對主領我們的人所提的召喚作出回應。關於教會中的職位，主領人員有責任祈禱求問主的旨意，然後啓示的

聖職是不可分割的，長老持有和使徒一樣多的聖職。當一位弟兄接受聖職，即接受該聖職的全部。然而聖職內有職位，是因權柄和職責上的劃分之故。

聖職的能力經由在生活中忠信服從地遵行聖約而來。這份能力也會因正義地行使和運用聖職而增強。

原則就會發生作用，之後再由為主行事的主領人員發出該項召喚。」⁷

按立的重要

「聖職是透過按立而授予，並非僅僅透過立約或經由接受祝福而來，從太初起就是如此。無論人們從過去或現在的書面紀錄或言談中作出任何假設、暗示或推論，從古至今，授予聖職的唯一方式，都是藉著明確按立到聖職中的一個職位。

「經文非常清楚地說明，唯一有效的聖職按立要來自一位『持有權柄的人……；而且教會知道此人具有權柄，而且已由教會領袖正式按立』〔教約 42：11〕。……

「請不要忽略那簡單、明顯且絕對的一點：從古至今直到永遠，聖職都要由持有正當權柄且教會知道他持有權柄的人來按立授予。即使是已蒙授予聖職的人，也無權超過他被按立的職位來行事，被按手選派到某個職位的人也同樣受此限制。未經合法授權所執行的按立及按手選派是無效的，不會得到聖職的能力或權柄。」⁸

聖職能力

「我們已經成功地散佈聖職權柄至各地，幾乎在每個地方建立起了聖職權柄。我們在世界各地有許多長老定額組和大祭司定額組。但是，我認為，我們散佈聖職權柄至各地的速度，已經超過了散佈聖職能力的速度。除非聖職能力按照應有的方式在家中穩固不移，否則聖職便無法發揮其應有的力量。……

「我們有聖職權柄。在我們完成所

有的協調和組織之後，現在我們必須負起責任，啟動教會中的聖職能力。聖職的權柄是經由按立而來；聖職的能力則是經由忠信服從地遵行聖約而來。這份能力也會因正義行使和運用聖職而增強。

「父親們，我要提醒各位注意此項召喚的神聖本質。你們有直接從主而來的聖職能力，可以保護你們的家。有時候，這能力還會成爲一面盾牌，保護家人抵禦敵人的傷害。你們會藉著聖靈的恩賜，接受來自主的指示。」⁹

「你會接受到多少能力，全靠你如何運用這份神聖、看不見的恩賜。

「你的權柄經由按立而來；你的能力則是經由服從和配稱而來。……

「聖職的能力來自於在一些平常的事情上履行職責，例如：出席聚會、接受指派、研讀經文、遵守智慧語。」¹⁰

主的真正僕人

「我們沒有聽過其他的基督教會行使聖職權鑰。我們是唯一擁有權柄的人，而且這教會是基督所建立的，但是卻有一些人說我們不是基督徒，這豈不是很奇怪。

「目前的十二使徒都是非常平凡的人，他們和最初的十二使徒一樣，都不是顯赫的人物，不過集合在一起，十二使徒卻成爲一股力量。

「我們使徒來自各行各業，有科學家、律師、教師。」

「〔羅素·〕納爾遜長老是心臟外科醫師的先驅。……

「這個定額組有幾位成員曾經當過軍人——有海軍水手、海軍陸戰隊員，以及飛行員。

「他們在教會中擔任著不同的職務：家庭教導教師、教師、傳教士、定額組會長、主教、支聯會會長、傳道部會長，以及最重要的職務——丈夫及父親。

「他們都是耶穌基督福音的學生，同時也是教師。使我們凝聚在一起的，是我們對救主以及對天父兒女的愛，而且我們有見證，知道祂是本教會的元首。

「幾乎所有的十二使徒都出身卑微，就像基督在世上時的情形一樣。活著的十二使徒在耶穌基督福音的聖工上團結一致。當召喚來到，每個人都拋下他的網，也就是說，跟從了主。」¹¹

「我向各位保證，十四位與我同蒙按立的弟兄確實是使徒。在宣稱此事時，我所說的話都符合主的教導，也符合真心誠意尋求聖靈給予個人見證的人會獲得的啓示。

「這些人都是主的真正僕人；要注意聽他們的忠告。」¹²

使徒的見證

「我欠缺很多的必備條件，我在服務方面所做的努力還有許多不足之處。但只有一件事，一個條件能夠解釋這項使徒召喚，那就是，正如彼得和所有已被按立的人一樣，我有那項見證。

「我知道神是我們的父，祂曾向約瑟·斯密介紹祂的兒子耶穌基督。我要向大家宣告，我知道耶穌是基督，我知道祂活著。祂在全盛時期降生，祂教導福音並經歷各種考驗。祂承受苦難，被釘在十字架上，並在第三天復活。祂和天父一樣，都有骨肉的身



體。祂完成了贖罪。我為祂作見證，我是祂的見證人。」¹³ ■

註：

1. 參閱「如何授予聖職：其教義、原則和做法」，2003年6月21日，全球領導人訓練會議，第1頁。
2. 「十二使徒」，2008年5月，利阿賀拿，第85頁。
3. 「每位長老、每位姊妹應知之事：聖職管理原則入門」，1994年11月，聖徒之聲，第17頁；亦見 *Ensign*, Feb. 1993, 8。
4. 參閱「亞倫聖職」，1982年4月，聖徒之聲，第45-47頁。
5. 參閱「對未來長老們的呼籲」，1977年6月，聖徒之聲，第10, 11, 12頁。
6. 「如何授予聖職」，2003年6月21日，全球領導人訓練會議，第2頁。
7. 參閱「每位長老、每位姊妹應知之事」，1994年11月，聖徒之聲，第22頁。
8. 參閱「聖殿、聖職」，1993年7月，聖徒之聲，第17頁。
9. 參閱「聖職能力」，2010年5月，利阿賀拿，第7, 9頁。
10. 參閱「亞倫聖職」，1982年4月，聖徒之聲，第48, 49頁。
11. 參閱「十二使徒」，2008年5月，利阿賀拿，第85-86頁。
12. 參閱「十二使徒」，1997年1月，聖徒之聲，第8頁。
13. 參閱「十二使徒」，2008年5月，利阿賀拿，第86-87頁。

父親們，我要提醒各位注意此項召喚的神聖本質。你們有直接從主而來的聖職能力，可以保護你們的家。

你的亞倫 聖職 職責

你已經被按立到亞倫聖職。現在你應該怎麼做？

保羅·范登堡

教會雜誌

你也許是個全新的執事，上一個星期天才剛被按立，或者，你是一位教師，每個星期都幫忙準備聖餐。或者，你可能是一位經驗豐富的祭司，熟知各項服務計畫，也知道如何引導較年輕的教師和執事履行他們的新責任。但每一位聖職持有人都有一項來自主的召喚：「每個人都要學會他的職責，十分勤奮地執行他被指定的職務」（教約 107：99）。

但你可以到哪裡學習這項職責呢？首先要看的是經文。明確地說，你要研讀教義和聖約中論及亞倫聖職職責的經文，即：20：46-60，72-79；以及 84：111。

另一項重要的資源是善盡我對神的職責：亞倫聖職持有人用本。這本小冊子將你的聖職職責劃分為三個部分：（1）「執行聖職教儀」，（2）「為人服務」，以及（3）「邀請所

有的人歸向基督」。在「聖職職責」的部分，執事、教師、祭司的職位都各自能找到要研讀的補充經文，也能找到一些建議，關於如何擬出計畫來幫助自己更了解聖職職責。

我們概略地看看亞倫聖職持有人的幾項主要職責。

執事

執事要為自己的定額組成員及教會的其他成員樹立好榜樣。他要過正義的生活，保持配稱，以行使聖職。

他要傳遞聖餐，這是執事最神聖的職責之一。執事在履行他的職責時，就是主的代表。他應當配稱，才能將聖餐的象徵物給教會成員領用。他的服裝和行為應當能反映出聖餐的神聖本質。可能的話，應穿著白襯衫。

執事是常駐事工人員，「被指派去看顧教會成員」（教約 84：111）。他也應當「警告、

被按立到亞倫聖職，會帶給你一些特定的權利、責任及職責。要知道詳細內容，首先要查考經文。另一項重要的資源是善盡我對神的職責：亞倫聖職持有人用本這本小冊子。



攝影插圖，寇迪·貝爾



講解、勸勉、教導，並邀請所有的人歸向基督」（教約 20：59）。這項責任包括：與自己的定額組成員及其他男青年交誼，向教會成員通知教會聚會的資訊、在聚會中演講、分享福音和作見證。

祭司要協助主教「主理……俗世事務」（教約 107：68）。這項責任可能包括：收集禁食捐獻、照顧貧窮困苦的人、照管教堂及四周庭園，並在教會聚會中為主教傳遞信息。

他要積極研習福音，參與定額組的課程教導。他的其他職責包括：協助成員滿足俗世的需求、準備及從事傳道服務、支持並協助定額組會長、幫助同一定額組年齡的男青年恢復活躍，以及學習福音。

教師

教師負有執事的全部責任。他也負有下列責任：



成為高尚的人

「我們呼籲美好的年輕弟兄們，要努力得到『重生』。要祈求在你們的生命中也有這種巨大的改變。要研讀經文，你們最大的渴望應該是認識神並成為像祂的神聖兒子一樣。好好享受你們的青春歲月，但要『把孩子的事丟棄』。

「不說褻瀆和愚蠢的話。

「遠離一切邪惡。

「避免紛爭。

「作必要的悔改。

「這麼做會幫助你們成為高尚的男子漢。你們會具備勇氣、可靠、謙遜、信心和良善等特質。朋友們會欽佩你們，父母會讚揚你們，聖職弟兄會倚賴你們，女青年會仰慕你們，並因為你們的緣故而變得更好。神會敬重你們，在你們從事聖職服務時，賜予高天的能力。」

奇斯·麥克蘇林主教，總主教團第二諮理，
「亞倫聖職的能力」，2011年11月，利阿賀拿，第48-49頁。

他要準備聖餐。教師的責任是每次都要為聖餐聚會準備好聖餐。準備聖餐是一個從事服務而不求讚美的好例子。教會成員通常不會注意到教師準備了聖餐，但他們依然作這項服務，而且主會感到喜悅，因為這是真正的服務。

「教師的職責是一直看顧教會成員，和他們在一起，並堅固他們」（教約 20：53）。他們要做到這點的方式之一，是擔任家庭教導教師。

他要「確使教會裡沒有罪惡，沒有冷酷相待，沒有說謊，沒有背後中傷，也沒有邪惡的言談」（教約 20：54）。這項責任包括做個使人和睦的人，要協助教會成員彼此和睦共處。他應該鼓勵周遭的人要經常注意他人的優點。

他要「確使教會成員時常相聚，確使每位成員各盡其職」（教約 20：55）。這項責任也包括要邀請他人參加教會聚會。

祭司

祭司負有執事和教師的全部責任。他也負有下列責任：

他要主理聖餐。祭司獲賜主理聖餐的榮譽，可以讀出聖餐祈禱文。祭司應熟知聖餐祈



禱文、穿著得體，並應在執行此一教儀之前洗淨雙手。最重要的是，祭司應該配稱，能以救主代表人的身份執行此一神聖教儀。

祭司的另一項職責是在主教或分會會長授權下，為人施洗。（見教約 20：46）。藉著適當權柄所執行的洗禮是本教會中最重要也最神聖的教儀之一，因為透過這教儀我們才成為這教會的成員、獲得罪的赦免，並走進那條通往高榮國度的道路上。

「祭司的職責是宣講、教導、講解〔和〕勸勉」（教約 20：46）。這是指祭司蒙召喚去教導他人各項福音原則。若要教導福音原則，當然必須先學習這些原則。在他為全部時間的傳道服務作準備時，這項責任會有極大的幫助。

他要「探訪每位成員的家，勸勉他們出聲和在暗中禱告，並負起一切家庭責任」（教約 20：47）。祭司履行責任，擔任家庭教導教師並探訪指派給他的家庭時，就是做到這一點。

他有權柄授予亞倫聖職並按立其他祭司、教師和執事，但只能在主教或分會會長授權時才可授予（見教約 20：48）。授予亞倫聖職的這項能力是很神聖的。

女青年與聖職

雖然聖職的權柄僅授予教會中配稱的男性成員，但每位成員都同樣享有聖職的祝福，而且無論是男女、老幼，富有或貧窮，所享有的這些祝福都一樣。天父的每個孩子都有特權接受相同的聖職教儀來獲得救恩。

身為神所揀選的女兒，每位已受洗的女青年，也已接受

聖靈的恩賜。她們有權利尋求屬靈的恩賜並蒙得其祝福，例如：「說方言、預言、啓示、異象、治病、譯方言的恩賜等等」（信條 1：7）。當女青年過著正義的生活，並努力藉著接受和培養這些屬靈的恩賜來為人服務時，她們向善的好榜樣將成爲一股強大的影響力，造福周遭的女青年。

女青年如何協助男青年成爲配稱的聖職持有人呢？有位男青年回答：「我想，她們可以做兩件很重要的事：穿著端莊，以及和善地對待每個人。端莊的衣服會幫助我保持思想純正，而且我說話時可以真正看著她們！」

天父會幫助你

當你們執事、教師和祭司開始了解並履行自己的聖職職責，就會從執行聖職教儀、爲人服務和邀請所有的人歸向基督的過程中，體會到快樂。總會會長團在一項致亞倫聖職持有人的信息中寫道：「天父非常信賴你；祂要你去完成一件很重要的使命。祂會幫助你，而你需藉著祈禱轉向祂，聆聽靈的提示，服從誠命，並遵守你訂立的聖約」（善盡我對神的職責〔2010〕，第 4 頁）。■



雖然聖職的權柄僅授予教會中配稱的男性成員，但每位成員，無論男女，都同樣享有聖職的祝福。

更多有關聖職的職責

請造訪網站 DutytoGod.Ids.org，以取得有關聖職職責及對神盡職的資料、影片及故事。

去傳道部辦公室！

我在象牙海岸傳教結束，返回迦納後的第二天早上，6點就醒來了。那天我跟支聯會會長有約，要卸任我的召喚，但那是在下午，因此我決定再睡一會兒。我快睡著時，一個清楚的印象閃入我的腦海：「去海岸角傳道部辦公室。」我知道迦納海岸角的傳道部辦公室在哪裡，但不知道為什麼必須在那天早上去。

心裡這樣想之後，我開始因為腦海中的那個印象而感到不安，於是出發前往傳道部辦公室。一路上我都在擔心該對

傳道部會長說些什麼。我知道他一定會問我去那裡的目的，因此我得先設想一個適當的回答。

我抵達時，還是不知道應該怎麼回答。傳道部會長馬文·薩貝請我進入他的辦公室，以為我是去找他卸任我的召喚。薩貝會長問了我幾個問題後，說我應該去找我的支聯會會長卸任召喚。

我回答：「會長，我知道。」他停頓了一下，然後問了

傳道部會長問了那個我一直想辦法要回答的問題：「你今天早上來這裡是為了什麼？」

那個我一直想辦法要回答的問題：「莫比歐長老，你今天早上來這裡是為了什麼？」

我說：「薩貝會長，我不知道該怎麼回答這個問題才好。今天早上我就是強烈感覺到應該來這裡。」

他再次停頓了一下，然後輕聲對我說：「莫比歐長老，你來這裡，正是我昨天祈禱求助的結果。」他解釋說，他的助理剛剛帶著新傳教士來報到，其中有個傳教士來自象牙海岸，那是他任內第一位講法語的傳教士，他不知道要怎麼跟他溝通。然後他說：「我確信天父聽到了我昨晚擔心的事。」

我終於得知為什麼那天早上我會有那個印象了。我們立刻去找那些新來的傳教士，由我為那位象牙海岸來的長老傳譯，幫助他開始他的傳道工作。

幾個月後，我回象牙海岸去換新護照時，和我的傳道部會長分享了那次美好的經驗。他告訴我：「我們是主手中的工具。祂知道要用什麼方式、在什麼時候，運用我們來做祂的事工。」

我知道，只要我們埋首在天父的榮耀事工中，就不必擔憂。我們只需要注意那微小聲音的提示，讓主帶領我們。■

費利西安·莫比歐，迦納



我第二次就聽從了

有一次，在要去旅行的前一晚，我快睡著的時候，突然覺得應該要為我們那輛車齡 15 年、沒有備胎的迷你箱型車買一個輪圈和一個輪胎。但第二天我很忙，就忘了這件事。我們把三個孩子叫上車，裝了一些物品後，就準備好出發前往四小時車程外的父親家。

半路上，這輛車的一個車輪爆胎了。我們叫人把車拖到最近的鎮上換輪胎，費用是我們在家時購買輪圈和輪胎的三倍，而且還多花了 90 分鐘等候。我體會到之前是聖靈給我提示，於是我決定以後一定要好好聽從這些提示。

四年後，我們家又添了兩個孩子。我們再次計畫去探視我的父親，他現在住在 13 個小時車程外的地方了。那時我們開的是另一輛箱型車，車齡 14 年。大約在出發前一週，我感覺到必須更換這輛箱型車的備胎。這次我記取先前的經驗，所以聽從了這個提示。兩三天後，我感覺到要購買幾條網綁帶，來固定住我們從前用繩子綁住的物品。我只需要兩條，但我買了一盒共四條。我把多餘的兩條放在我們的緊急用品袋裡。

我們探視過父親後，在回

程途中停下來買晚餐。我正要從放在車頂上的那個箱子裡拿出一些東西時，我三歲大的女兒碰觸到滑門，滑門就掉到地上了！我們很感激那扇門沒有砸到她。那時是星期五傍晚，我們離家大約 500 英里（805 公里），因此，我費勁地把門放回原處，以便繼續上路，但那扇門並沒有卡住軌道，車子一開動，就發出很吵雜的聲音。因此我再次把車停到路邊，用一條備用的網綁帶把門固定住。

幾個小時後，車子開始猛

車子開始猛烈搖晃。我把車停到路邊，發現有個輪胎的傳動皮帶不見了。

烈搖晃。晃動的車門處傳來砰砰作響的重擊聲，但門仍牢牢用網綁帶固定住。我把車停到路邊，發現有個輪胎的傳動皮帶不見了。我很快換上幾星期前買的備胎，再次上路。

我很感謝有聖靈的提示，讓我們在旅途中一路平安。我知道天父看顧著我們，只要我們傾聽那「微小的聲音」（列王紀上 19：12；亦見尼腓三書 17：45；教約 85：6），注意祂的提示，並在必要時祈求協助。■

馬太·弗利敦，教會雜誌



我在播種

我在德國海德堡的席勒國際大學攻讀碩士時，曾修了一門有關商業道德的課程。學期結束時，教授要求每位學生作一個 20 分鐘的口頭報告，並問我能不能從後期聖徒的觀點，談談有關道德的議題。

我 18 歲受洗，一年後被召喚到巴西傳教。之後我繼續和許多人分享福音。

我知道在大學裡討論宗教議題是一項挑戰，但我接受了這項挑戰。我決定用網站 Mormon.org 裡的資料來準備這報告。

我的大學同學來自世界各地，有 18 名學生來自不同的國家，我上的道德課程反映出了這種多元化的差異。

這次的道德報告，首先報

告的是兩位印度學生，然後是一位緬甸學生，我則排在最後一位。我談了關於「家庭：致全世界文告」、信條及其他福音主題。大部分的學生都是第一次聽到有關這教會的事。

結束時，我為福音作了見證，也見證，儘管周遭有許多壓力，行事正義仍是很重要的。最後，我依照每位同學所使用

我作完報告後，大家紛紛提出各式各樣的問題。原本 20 分鐘的報告，變成了一小時。



妳怎麼知道要來？

的語言，送給他們每人一本摩爾門經。我作完報告後，大家紛紛提出各式各樣的問題。原本 20 分鐘的報告，變成了一小時。

第二天上學時，有位印度的朋友告訴我，他對我的報告印象深刻，並且他已讀了一部分的摩爾門經。他一位同樣來自印度的朋友，也希望能有一本摩爾門經。後來一位來自緬甸的朋友告訴我，她很高興能聽到有關這教會的事，尤其是有關家庭及貞潔律法的教導，因為她也深信這些原則。她承諾了要閱讀摩爾門經。

我來自迦納的幾位朋友感謝我告訴他們有關復興的事，並承諾會去參觀位於阿克拉的聖殿。來自賴比瑞亞的朋友告訴我，我的信息鼓舞了他，讓他覺得未來充滿希望。

我很高興主的靈證實了我提出的信息。我們也許不一定會常親眼見到我們說的話會造成什麼影響，但我知道我那次上課時所作的報告會在未來結出果子。我希望班上有些人將來會接受福音，成為主手中的工具，將復興的信息傳給各國、各族、各方、各民（見教約 133：37）。■

亞伯·查維斯，德國

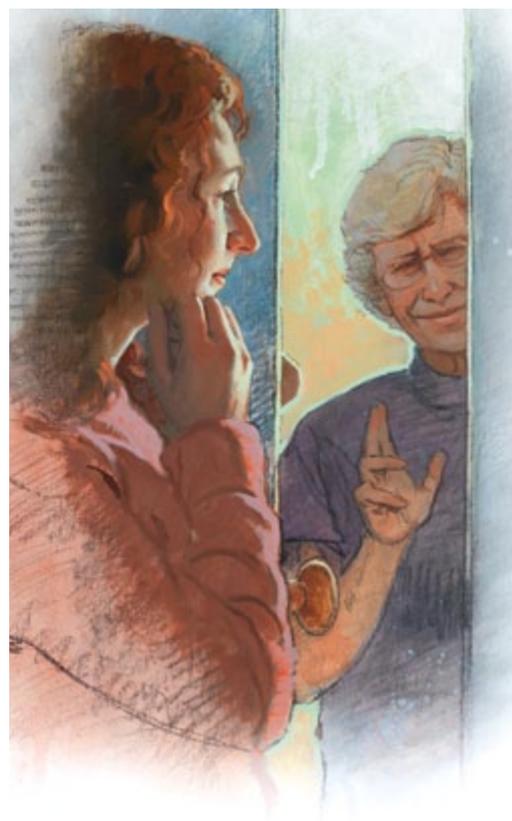
我 33 歲的時候，丈夫因腦瘤過世了。突然之間，我成了單親媽媽，要單獨撫養我們的三個孩子。那是我生命中一段充滿挑戰的時期，但主的這項勸誡：「這一切事情都將給你經驗，對你有益處」（教約 122：7）給了我繼續活下去的勇氣。

後來我再婚，搬到一個新的支會，在那裡被召喚為慈助會會長。有一天我在打掃房子時，很清楚感覺到應該去探訪一位較不活躍的姊妹，她的丈夫剛過世。我揮開那想法，心想自己當天還有其他的事要做。說來慚愧，我是在連續三次得到那同樣的感覺後，才付諸行動。

那天傍晚，我抵達那位姊妹家的時候，天色已經暗了。我按了門鈴，等了一會兒。然後用力敲門，又等了一會兒。

就在我轉身要離開時，走廊的燈亮起來，門也慢慢打開，那位姊妹遲疑地從門縫中探出頭來。我永遠忘不了她問的這句話：「妳怎麼知道要來？」她告訴我，她一整天都在哭泣，覺得失去丈夫，她的日子過不下去了。

那天晚上我們談了一兩個小時。我已經不記得當時我們大半都說些什麼，只記得我告訴她：「我真的了解妳的遭遇。」我向



就在我轉身要離開時，走廊的燈亮了起來，門也慢慢打開了，那位姊妹從門縫中探出頭來。

她保證，時間會帶走傷痛，而且主會看顧她。我們談話時，我注意到她不再滿面愁容，取而代之的是充滿平安的表情。

我們的談話結束後，我給了她一個真心的擁抱，我好感謝能接受到提示去探訪她。我知道是慈愛的天父允許我協助她，讓這位甜美的姊妹度過那段困難的時光。■

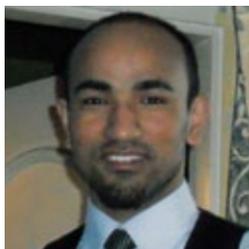
雪莉·吉列特，美國猶他州

在合一 的信仰中聚集



年輕成人中心提供了福音學習、社交活動、傳道事工，及使活潑事工的機會。

史蒂芬妮·柏恩斯



芭芭拉·馬多弗來自烏干達，薩姆·巴斯納來自尼泊爾，伊莉莎白·歐森來自挪威。三個不同的人，三個不同的國家。但芭芭拉、薩姆，和伊莉莎白在同一個地方相聚，他們聚集在挪威奧斯陸的年輕成人中心，並信靠著同一真理：耶穌基督的復興福音。

這三個人都是在奧斯陸加入教會，並且在年輕成人中心接受傳教士課程。像奧斯陸這個中心一類的場所，是專門用來提供場所，讓人可以在活動中進行交誼、在福音研究所中學習、使用電腦及網際網路、研讀學校課業，甚至烹煮晚餐。

1998年，芭芭拉9歲的時候，從烏干達搬到挪威。十年後，她住在奧斯陸時，兩位傳教士邀請她認識復興的福音，並告訴她說，他們可以在年輕成人中心碰面。芭芭拉那時對這點還很懷疑。

她坦言：「我心想，『這不過是另一種青少年中心罷了』。我以前去過許

多那類的地方，老實說，我在那種地方總覺得很不自在。」

但這個中心很不一樣。芭芭拉回憶道：「我跨進那門的第一步，就感到驚訝極了。我靜靜站了一會兒，想釐清自己的感覺，我感受到溫暖和愛。我很確信自己來對了地方，和對的人在一起，並且是爲了對的原因。」

到年輕成人中心聚集

這些年輕成人中心是從2003年起開始興建的。中心擴大了福音研究所的影響範圍，所提供的不僅僅是宗教教育課程，年輕單身成人也有機會在中心的活動議會中服務，和全部時間傳教士一起工作，協助教導同儕並幫助他們活躍起來，也可以和一對負責整個中心運作的年長夫婦交誼。當地的聖職領袖在區域七十員指導下，決定在其各自區域內成立此類中心。

「最初的4個中心分別位於丹麥哥本哈根，以及德國的柏林、漢堡，及來比錫。到了2011年，這最初的4個中心已擴展成141個中心，散布在瑞典和塞普勒斯各地。還有更多的中心正在世界上其他地方興建，包括美國和非洲。



上，從最上起：芭芭拉·馬多弗，薩姆·巴斯納，伊莉莎白·歐森。



年輕成人有機會在中心的活動議會中服務，和全部時間傳教士一起工作，協助教導同儕並幫助他們活躍起來；也可和一對年長的夫婦交誼。



傑瑞和南西·蘇倫森在挪威特倫汗的年輕成人中心服務。他們在那裡認識了來自全球各國的年輕成人，包括阿富汗、中國、迦納、伊朗、伊拉克、莫三比克、荷蘭、奈及利亞、俄羅斯、土耳其和烏克蘭。

蘇倫森弟兄說：「這裡的人說著許多不同的語言，風俗、教育及宗教背景迥異。但這些年輕成人有個共同之處：他們都想更認識天父和祂的兒子耶穌基督。我們認識了他們以及他們個人的夢想和挑戰後，就很容易將他們每個人視為神的孩子。」

挪威奧斯陸傳道部的亞曼·約翰森會長覺得，那些年輕成人之所以被引領到這中心，有其目的，包括為將來的責任接受訓練。約翰森會長說：「挪威的教會將逐漸趨於多元化。這中心能協助年輕成人知道如何因應這點，並了解到教會正是各個文化與民族之間維繫的一個非常重要的共通點。我將這些中心視為促成團結合一的重要場所，各種社交上的藩籬和偏見在這裡都大為降低。」

在基督裡合一

芭芭拉·馬多弗還記得傳教士第一次帶她到中心參加活動、認識其他年輕單身成人的情景。那時她還以為她知道會是什麼樣的情形。

芭芭拉解釋說：「我一生中各個階段都會隸屬於某個團體。那些團體總是帶著某種標籤——這是運動團體、國際團體，或是其他某種團體。因此，當人們剛開始來到中心時，會覺得很奇怪，因為似乎沒有人會在態度上顯



現出『我屬於受人歡迎的團體，因此不能跟你講話。』



起初，我想：「他們是在演戲嗎？這是一場表演嗎？但過了不久我就了解到，無論我們是誰、來自什麼地方，或講什麼語言，其實並不重要。我們的天父愛每個人。通常我都需要過一段時間才能找到屬於我的團體，但這次我覺得我好像不需要一個團體。我就是芭芭拉，對每個人而言，我都可以是芭芭拉。」



伊利莎白·歐森說，看到自己在天父家中有著一席之地，讓她深覺卑微。她說：「我們看到來自不同文化或社會的人時，很容易給他們貼上標籤。我學到要擴大視野，用基督的眼光來看人。在中心裡，我們有不同的文化背景，但大家都有一個共同點：我們都想再次和耶穌基督和神在一起。」

最初的4個年輕成人中心已擴展成141個中心，並且教會計畫在世界各地成立更多的中心。

成為一，而非成為一樣

有些人也許對合一的概念感到戒慎恐懼，因為他們以為，為了合一就必須

犧牲個人的特點。伊利莎白解釋道：「許多人害怕宗教，因為他們以為宗教會把我們大家都變得一模一樣，因為我們要遵守同樣的誡命。但事實絕非如此。神創造我們，賦予每個人特點。我們擁有相同的信仰，但仍能保有個人的不同特質和恩賜，。神希望我們每個人都不一樣，因為我們都有不同的使命。」

薩姆·巴斯納的一些朋友以為宗教的規定會讓人受限制，他也解答了他們的疑慮。他說：「有個朋友對我說：『如果去教會的話，就必須遵從其他人的規定。』」但撒姆遵從了教會的標準，因為他曾在祈禱中尋求個人啓示，來證實他這樣做是對的。

薩姆解釋說，神會個別對祂的子女說話，來促使他們的合一。他說：「神說，各國、各族都必崇拜祂（見摩賽亞書 27：31）。藉由認識不同地方的人，我學會欣賞不同的文化。但這些多元的差異也讓我體會到，神的確有一項偉大的計畫，要我們在和平的氣氛中團結合一。」



知道我們都是神的孩子所帶來的力量

「即使在我們個別的差異裡也有力量。但是有更大的力量蘊涵在神賜給我們每一個人的誡命裡，那就是，我們要為提升並造福神所有的兒女而努力，不論他們在種族或國籍或其他方面有何差異。」

戈登·興格萊會長（1910-2008），*Teachings of Gordon B. Hinckley (1997), 664*。

抵達最後聚集的地方

這些年輕成人體會到聚集到年輕成人中心的力量，同時這些未來的教會領袖也了解到，這裡只是個起點。正如十二使徒定額組的大衛·貝納長老所教導的，最重要的聚集地點之一是聖殿。¹

薩姆在這中心與一群好朋友相處，已幫助他準備好進入主的屋宇。他說：「認識來自許多不同地方的人後，讓我能以更積極樂觀的態度面對這世界。」

我希望成為朋友的好榜樣，而這幫助我與神更接近，也更準備好進入祂的聖殿。」

受洗後一個月，芭芭拉在中心參與家人家庭晚會的課程時，第一次開始思考去聖殿的事。課程結束後，她開始提出問題。

芭芭拉回憶道：「我的一些朋友了解聖殿對他們的意義，這也讓我了解到聖殿對我會有什麼意義。當他們對我解釋有關聖殿的事時，我感受到了聖靈。我了解到，我以前想到可以舉行婚禮的地方——無論是美麗的教堂或沙灘上——都無法和聖殿相比。從那時起，聖殿就不再僅是一棟建築物，而是我心嚮往、有一天要和未來丈夫一起進去的地方。」

伊利莎白也把聖殿視為她最重要的目標之一。她說：「每當我到了聖殿，都會笑得彷彿贏了一百萬美金一般。我知道神希望每個人都去那裡，接受祂為我們預備的所有祝福和恩賜。能去聖殿，並保持配稱去聖殿，才是真正的成功。在這世上，最能讓我接近神，接近天家的方式，就是進入聖殿。」

當然，高榮國度才是最終的聚集地，而芭芭拉希望那裡不會有任何人缺席。「基督說，唯有經由祂，我們才能回到天父身邊，但祂也說，我們今生所能做的最重要事情之一，是彼此服務〔見約翰福音 21：15-17〕。彼此服務就是協助某個人回家，回到天父身邊，因為你不會想單獨回去。」■

註：

1. 見大衛·貝納，「光榮地擁有名聲和地位」，2009年5月，利阿賀拿，第97-100頁。

在全球各地聚集

本教會的年輕成人中心是在聖職權柄（通常為區域七十員層級）的指導下成立的。在2011年，這類的中心已分佈在非洲3國、歐洲28國、美國7州，以及多明尼加共和國。如需更多資料，請洽詢你的主教或分會會長。



非洲

剛果民主共和國
南非
辛巴威

中美洲

多明尼加共和國

歐洲

阿爾巴尼亞
奧地利
比利時
維德角
塞浦勒斯
捷克共和國

丹麥

英國
芬蘭
法國
德國
希臘

匈牙利

冰島

愛爾蘭

義大利

摩爾多瓦

荷蘭

挪威

波蘭

葡萄牙

羅馬尼亞

蘇格蘭

斯洛文尼亞

西班牙

瑞典

瑞士

威廉斯

美國

亞利桑那州

加州

喬治亞州

印地安那州

路易斯安那州

新墨西哥州

威斯康辛州

「一想到遵行福音所必須做的一切事情，有時我會感到壓力沉重不堪。我該從哪裡做起？」

如果你想要一次做完很多事情，可能就會覺得生活壓力沉重不堪。例如，如果你想要在同一天去上福音進修班、去學校上學、去工作，並去聖殿，就會覺難以負荷。但如果你將福音活動列為優先，並安排時間去做，事情就會有所進展。諸如福音進修班、祈禱，以及對神盡職或個人進步等福音活動，都是你在青少年階段可以去做的重要事情。沒錯，這些都需要多花些時間去做，但你為了服從所作的每一項犧牲都會使你蒙得祝福。

若要知道如何為這些活動安排時間，可透過祈禱以及思考如何運用時間，來尋求靈感。星期天很適合用來規劃那一週的福音活動及其他重要活動。和你的父母及教會領袖討論這個問題也會有幫助。

你在思考必須去做的每一件事時，要記住，教會的課程、計畫及活動都是受神啟發的，能幫助你鞏固見證、遵守誠命、準備好去傳教並在聖殿結婚。

在你努力忠於福音時，主必「預備道路」（尼腓一書 3：7）來協助你遵守祂的誠命，即使在你覺得難以負荷時也是如此。遵守誠命會在你的生活中邀來聖靈；而感受到聖靈，會讓你知道自己走在屬靈的正確道路上。

做些微小簡單的事



主並不是期望我們在一切事上達到完全，但祂希望我們能夠盡力去做。如果那意謂著要去做一些最基本的事情，例如每天研讀經文及祈禱，祂就會喜悅我們所做的努力。我們若願意遵行福音，做些我們應該去做的微小簡單的事時，所有那些祂所要求的、看起來難以負荷的事，就不會再那麼難以負荷了。

洪德，17歲，美國田納西州

和你的家人一起遵行福音



和家人一起遵行福音非常重要。我們可以透過家庭祈禱、家庭經文研讀、家人家庭晚會，以及做家譜等等，來和家人一起遵行福音。這些基本的原則會幫助我們深切了解到，耶穌基督的福音會在我們的生活中發揮怎樣的力量。

雪莉，19歲，菲律賓達沃

全力以赴



我學習到，要是你想同時做每一件事，就會覺得壓力沉重。要是你只是每天都盡力去做，就會覺得很順利。要是你聆聽聖靈，並透過祈禱和研讀經文與主接近，事情自然順利，你也會很快成為主所期望的那種人。我曾想要達到近乎完美的地步，老是擔心自己還不夠好，但那並不是主所期望的。感覺到自己不夠好，因而灰心失望，並不是主的方式。因此，只要向祂呈獻出你最好的部分，你就會在生活中找到平安喜悅。

珊迪，16歲，美國懷俄明州

尋求主的幫助

要每天讀經文、祈禱，時時努力與聖靈和諧，天父會幫助你遵行福音。要常常尋求祂的幫助，懇求祂指引你，好讓你能做到祂所希望的事。你每做出一項正確的決定，都會感覺到聖靈的同在。這會使你渴望做出更多正確的決定。

泰伊思，15歲，巴西南里奧格蘭德

信賴主



福音的目的是要幫助我們，而非使我們感到憂慮。要是我們信賴主，我們就會信賴祂的福音。有這樣的信賴，遵行福音就不會顯得難以負荷，因為你了解自己為什麼要這樣做。

夏洛蒂，14歲，美國猶他州

專注在手邊的工作



不要去想你這一生中必須完成的所有事情；要想現在必須做些什麼。盡力去做，天父就會幫助你。舉例來說，當我在為教導福音進修班，準備有關多馬·孟蓀會長的課程時，不知道要如何做才能讓

班上的七個孩子（他們每個人都比我年長）專心聆聽、學習，並感到興趣。我決定盡力讓每個人都參與這課程。結果一切順利！因此，要盡力去做你眼前的工作。

貝塔妮，15歲，美國肯塔基州

逐漸進步

主說，祂必「律上加律，令上加令，這裡一點，那裡一點」（尼腓二書28：30）地，賜給我們教義。我們無法一下子就了解全部的福音，但若我們從最基本的事情開始做起，即：仁愛、信心和希望，並且每天研讀經文、應用在生活中、常常祈禱，就會逐漸進步，也會發現自己越來越接近基督。

萊利，16歲，美國猶他州

下次的問題

「我的兄弟有接觸色情的問題。他正在和主教一起努力解決此事，因此，我很想支持他，但這問題已經影響我對他的信任。我要怎麼辦？」



從基礎開始

「偉大的雕塑家和藝術家投注許多時間來精進他們的才藝。他們無法光是拿起一把鑿子或一支畫筆和調色盤，就想立刻完成一件完美的作品。他們知道在學習的過程中會犯許多錯誤，所以他們從基礎開始，從根本出發。

「我們也要如此。

「我們要以同樣的方式來掌握自己的生命，也就是要把最重要的事擺在第一位。我們都清楚知道需要作哪些最重要的決定，這些決定能提升我們的生活，為我們帶來更多的快樂平安。我們應當從這些地方做起，投注最大的心力。」

參閱約瑟·胡適令長老（1917-2008），「三個選擇」，2003年11月，利阿賀拿，第80頁。

請在2012年7月15日前，在網站 liahona.lds.org 傳送你的答案，用電子郵件寄至 liahona@ldschurch.org，或郵寄至：

Liahona, Questions & Answers 7/12
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

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) 支會或分會名稱，
(4) 支聯會或區會名稱，(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。



尼爾·安德森長老
十二使徒定額組

你知道的已經足夠

我們的歸信是一點一滴，律上加律而得來的。首先，我們以對主耶穌基督的信心建立基礎。

在40多年前，我思索著是否要接受傳教的挑戰，覺得自己無法勝任，而且還沒準備好。我記得曾經祈求說：「天父，我知道的這麼少，怎麼能夠去傳教呢？」我相信這教會，但我覺得自己的屬靈知識非常有限。在祈禱時，我內心有了一種感覺：「雖然你不知道所有的事情，但你知道的已經足夠！」那項保證給了我勇氣去擔任傳教士。

我們的靈性旅程就是人生的歷程。在剛出發時或甚至在旅程當中，我們並不知道所有的事情。我們的歸信是一點一滴，律上加律而得來的。首先，我們以對主耶穌基督的信心建立基礎，珍惜悔改、洗禮和接受聖靈恩賜等原則和教儀；我們承諾要持續不斷地祈禱，表明願意服從，並且會一直為摩爾門經作見證。

接下來，我們在塵世生活中繼續保持堅定、有耐心。有時候，主給予的答覆是：雖然你不知道所有的事情，但你知道的已經足夠——足以讓你遵守誠

命和做正確的事情。請記住尼腓的話：「我知道祂愛祂的兒女；不過，我不明白所有事情的意義」（尼腓一書 11：17）。

我們每個人都有獲得靈性力量的時刻，獲得靈感和啓示的時刻。我們必須將那些事情銘記在心。我們若這麼做，就是在預先為遭逢困境的時刻儲備靈性力量。耶穌說：「你們要下定心意，去做我所教導和命令你們的事情。」（約瑟·斯密譯本，路加福音 14：28）。

許多年前，我有個朋友正值青春年華的女兒在一場不幸意外中喪生，許多希望和夢想因此破滅。我的朋友悲慟不已，開始質疑自己接受過的教導，以及他在傳教時所教導的事情。他的母親寫了一封信給我，問我是否能給他一個祝福。我把手放在他頭上時，感覺到要告訴他一件我從來沒想過的事情。我當時所得到的靈感是：信心不只是一種感覺，還是一項決定。他必須選擇守住信心。

雖然我的朋友不知道所有的事，但



他知道的已經足夠。他選擇了信心和服從的道路。他跪下祈禱，並且找回了自己的靈性力量。

我的朋友接受了那個祝福之後幾年，我收到他正在傳教的兒子寄來的一封信。這封信的字裡行間洋溢著堅定的信心和見證。我讀著他感人的來信時，看到了一位父親在極艱難的時刻選擇守住信心，為下一代帶來了莫大的祝福。

考驗、困難、疑問和懷疑——這些都是塵世生活的一部分。但我們並不孤單。身為主耶穌基督的門徒，我們有無比巨大的靈性寶庫能為我們提供光和真理。恐懼和信心無法同時在我們的心中並存。在艱困的日子中，我們選擇信心的道路。耶穌說：「不要怕，只要信」（馬可福音 5：36）。

多年來，我們不斷重複採取這些重要的靈性步驟。我們開始看到，「那接受光又繼續在神裡面的，接受更多的光；那光越來越亮，直到完全的日子」（教約 50：24）。我們的疑問和懷疑消除了，或不再那麼憂心忡忡。我們的信心變得簡單、純淨。我們逐漸明白我們所知道的事。■

摘自 2008 年 10 月總會大會上發表的演講。

你願意爲了傳教，放棄一
生追求的梦想嗎？

伊萊絲 · 何梅茲



傳教 時間到了

澳洲橄欖球明星球員威廉·霍坡特此時汗流滿面，眼睛緊盯著球。他的球隊，布魯斯隊，代表新南威爾斯州，正在該年度最盛大的球賽中迎戰來自昆士蘭州的對手馬努斯隊。比賽開始後 20 分鐘，威廉的球隊已經落後，必須儘快趕上。威廉想要好好表現一番，因為這是他在該球隊中第一次出賽。他不但是自己球隊裡最年輕的球員，也是起源州（State of Origin）橄欖球系列賽有史以來第二年輕的球員。

威廉看到球傳給他的隊友後，又朝著他丟過來。他跳起來接球。接到！接到球後，威廉奔向球門線。他在身旁隊友的防護下，快速跑過球場。只剩幾公尺遠了。他跑到了球場邊緣，正在得分與出界之間，而且時間快到了。他奮力向前，鼓起信心躍向球門，將球往地上猛然一踢。每個人不禁都屏住呼吸。他得分了嗎？然後他聽到觀眾爆出了歡呼聲！

和橄欖球一起成長

威廉 4 歲的時候，父母親就讓他參加當地的橄欖球俱樂部。他那時也許年紀還太小，但他從此愛上了橄欖球。到了 12 歲時，橄欖球對他而言已經不僅是一項運動，他當上青少年聯盟隊的選手。16 歲時，他就在青少年職業聯盟隊打球了。

在澳洲，球員一到 20 歲，就可以參加成人聯盟的職業比賽了。威廉 18 歲時，就時常有一些單位要延攬他加入職業球隊，而且他也是許多俱樂部力邀的對象。有支球隊要和他簽一份 150 萬澳幣的合約，對於他這年紀的球員來說，這是很少見的。但那並不是威廉近期內想做的事，威廉早已決定要去傳教。

決定去傳教

當威廉必須宣布，他要去傳教或者接受某個橄欖球隊的合約時，對他而言，那是個很容易的決定。他說：「我在青少年階段就打定了主意要去傳教。我向自己承諾，絕不讓世俗的渴望改變我的心意。」

世人也許會問，那麼金錢呢？合約呢？成為職業橄欖球員不是他一生的夢想嗎？要是他簽了職業球隊的合約，他的生活會有什麼不同呢？他承認：「簽了合約能改善我家的經濟，而且我未來幾年的生活也會很穩定。」

那麼，他為什麼不簽合約呢？他說：「傳教是主對教會中像我這樣的年輕男子的要求。這是向主表達感謝的一種方式，感謝祂在我來到世上的這 19 年當中，為我所做的一切。我作出決定後的那天非常快樂。我想，要是我決定留下來不

去傳教，就不會這麼快樂了。我作了去傳教的選擇，因為我隨時都可以回去打橄欖球。」

威廉的決定讓許多人感到困惑而且震驚。談到他的非成員朋友時，他說：「他們不了解我要去傳教的真正理由。他們只看到我離開球場兩年。」威廉告訴他們：「我要去教導人們有關耶穌基督的事，並為人服務。這是一件我很想做的事。」聽到威廉的解釋後，他的朋友都變得比較支持他了。

準備去服務

威廉承認，光是想去傳教還不夠。他知道，準備很重要。他的準備工作之一，就是陪同全部時間傳教士上課。他說：「當傳教士請我回答問題時，我似乎就會說出一些我原本不知道能幫助慕道友更加了解福音的話。我協助他們教導的一些慕道友最近都受洗了。能看到這情形對我來說是一項祝福。」



威廉目前正在澳洲布里斯班傳道部服務，但他並未將橄欖球完全拋諸腦後。雖然他現在不能打球，但他用對橄欖球的那種熱忱來傳教。他在傳教前曾說：「無論是打橄欖球或事奉主，我都懷著同樣的熱情和動力。在運動方面，必須努力才會成功。傳道事工也是如此，我正在努力找出想聽福音的人。」

光榮返鄉

運動明星一離開運動場，無論時間長短，人們就會猜測，他回來時會變得如何？更何況是離開長達兩年。威廉知道自己一旦去傳教，就可能要放棄許多，但他也知道這是為了更好的事而放棄的。他說：「在我看來，這是很大的犧牲，但這是我心甘情願的。任何事都可能發生，中斷這項運動兩年是很長的時間。我自己會想再回去踢橄欖球。」

儘管成為職業橄欖球員是威廉一生追求的梦想，但他深知，去傳教才會獲得永恆的祝福。他解釋：「在橄欖球聯盟裡，得分和贏球總是讓人很快樂，但那種快樂僅會持續幾週或幾天，你也只能享受那麼幾天。在另一方面，當你有朋友或慕道友來到教會，體認到福音能永遠祝福他們的生活時，你會永遠開心微笑。」 ■



屬靈醫治 的奇蹟

伊利莎白·史迪特

一天，我和同伴去探訪住在巴西可倫坡的一位新歸信者時，他們一家人都在。雖然屋子裡人很多，但他們仍邀請我們分享一個信息。我們正要分享時，這位歸信者的兄弟走了進來，他不是我們教會的成員，不太高興我們去拜訪，似乎想盡辦法要反駁我們。

他有一本筆記本，裡面寫滿了他教會成員的名字和他們罹患的疾病。他問我們是否相信醫治的恩賜。我們回答：「我們當然相信。」他繼續說：「那

麼，我已經將這本筆記本裡的每個人都醫好了。妳們又醫好了幾個人？」

我們試著解釋聖職、信心，以及事情會如何依照神的旨意進行，但過了一會兒，我們就感覺到一直遭到刁難和抨擊。

然後，在我們需要的「那時候」（教約 100：6），聖靈向我們低語我們應當說的話。我解釋說，我們雖然相信醫治，但身為耶穌基督後期聖徒教會的傳教士，我們的工作是將屬靈的醫治帶給我們所教導的人，

但唯有藉著信心、悔改、浸沒的洗禮、接受聖靈恩賜以及持受到底，來表明自己接受耶穌基督贖罪，才能獲得這項醫治。

我們說明，儘管我們相信身體的醫治，但最重要的醫治是屬靈的醫治，並且這樣的醫治是我們天天都看到的。如果人們不悔改，也不改變生活來跟隨基督，那麼，他們的身體是否得到醫治，其實並不重要。

聖靈引導著我們心平氣和地回答，屋裡的緊張氣氛逐漸消失了，那位弟兄不再挑釁，我們也終於能夠講出我們的信息。

我傳教返鄉幾個月後，在利阿賀拿中讀到約翰·譚納的傳道日誌裡的這段話：「人的歸信是最偉大的奇蹟，甚至比醫治病人、使人起死回生還要神奇，因為得著醫治的人終究會再生病，最後死去，但是歸信的奇蹟卻能永存不朽，影響到歸信者本人以及其子子孫孫的永恆。透過歸信的奇蹟，世世代代都會得著醫治，從死亡中獲得救贖。」¹

我多麼感激聖靈提醒了我們兩個陷入窘境的傳教士，讓我們記得，我們的目的是在拯救靈魂。■

註：

1. 約翰·譚納，由蘇珊·譚納引述在「幫助新歸信者保持堅強」，2009年2月，利阿賀拿，第21頁。

謙卑地 跪下

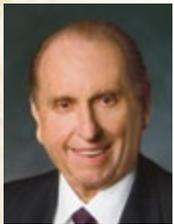
「謙卑和信賴的禱告會帶來指引及平安。」

十二使徒定額組李察·司考德長老，「善用來自天上的恩賜——祈禱」，
2007年5月，利阿賀拿，第8頁。



教義和聖約 135:3

先知約瑟·斯密殉教前，完成了許多事情，
使全人類因此蒙受祝福。



不可磨滅的聲望 和名譽

「雖然在 1844 年 6 月 27 日所發生的事件〔約瑟與海倫·斯密的殉教〕是個悲劇，但是當我們瞭解到約瑟·斯密殉教一事並非是整件事的落幕，我們的心因而得到安慰。儘管那些想奪取他性命的人認為教會沒有了他就垮了，但他對於真理強有力的見證，他所翻譯的那些教導，以及他對救主信息的宣揚，直到今日還迴盪在全世界一千兩百多萬名教會成員的心中，他們都稱頌他是神的先知。」

多馬·孟孫會長，「先知約瑟·斯密：以身作則的導師」，2005年11月，利阿賀拿，第69頁。

神的恩賜和能力

約瑟·斯密翻譯摩爾門經，是「經由神的慈悲，靠神的能力」（教約 1:29）並且「用已預備好的工具」（教約 20:8），其中包含了烏陵和土明。

3 約瑟·斯密，主的先知和先見，為世人的救恩所做的一除了耶穌之外，較任何曾在世上活過的人都多。在短短二十年裡，他靠神的恩賜和能力翻譯摩爾門經，使摩爾門經問世，並促成摩爾門經在兩大洲發行，將其中包含的圓滿的永久福音傳到大地四方；他使這本由啓示和誠命結合而成的教義和聖約一書問世，並為了人類兒女的益處，使許多充滿智慧的其他文獻和教訓問世；聚集了數千後期聖徒，建立了一座大城，留下了不可磨滅的聲望和名譽。在神和他的人民眼中，他活得偉大，死得偉大；像古時候主大部分的受膏者那樣，他用自己的血印證了他的使命和事工。

他用自己的血印證了他的使命 和事工

閱讀聖詩「讚美先知」（聖詩選輯，第 15 首）的歌詞，然後在你的日記中寫下你對先知約瑟·斯密的感受。

先見

先見：

- 得到授權，能用靈性的眼睛看到「肉眼看不到的事物」（見摩西書 6:35-38）。
- 是啓示者和先知（見摩賽亞書 8:13-16）。
- 知道過去、現在與未來。

見網站 scriptures.lds.org，「研讀輔助工具」選項下的「經文指南」，「先見」。

所做的

「約瑟·斯密所從事的事工並不僅限於今生，更關乎未來與過去的生命。換句話說，關係著所有曾經來到世上、正活在世上、以及將要來到世上的人。它……關係著……從永恆到永恆的整個人類家族。」

約瑟F·斯密會長（1838-1918），總會會長的教訓：約瑟F·斯密（1998），第13頁。

編按：本頁並非這段精選經文的完整解說，僅提供您作為個人研習的起點。



我的選擇會有什麼後果？

亞當·奧申
教會雜誌

卡莉娜能否藉由改變她的選擇
來改變她的人生方向？

卡莉娜的笑容僵住了。她開始流汗，這並不是因為這個禮拜天氣異常炎熱。她環顧四周，希望有人能幫助她。儘管有一大群人來參加聖殿開放參觀日的活動，但似乎沒有人察覺到她獨自與記者在一起，面對記者提出的所有問題。

在這個時刻之前，17歲的卡莉娜很喜歡在烏克蘭基輔聖殿開放參觀日擔任志工。現在，新聞記者期待著她說出回答，她的舌頭彷彿打結了。

卡莉娜很擔心，她目前還在努力克服過去所犯的一些錯誤，因此神不會幫助她。

隨波逐流的後果

卡莉娜從小在教會長大，曾夢想擁有聖殿婚姻。但是就像許多青少年一樣，她渴望被人接納。

她也想要外表美麗，並且像她的姊姊一樣受歡迎。她夢想著能吸引眾人的目光，成為人人稱羨的對象，但是她也害怕自己與眾不同而受人嘲笑。她想和她的父親一樣，就讀警察學院，而這更增加了她的壓力。該校的2,000名學生中，只有70名女性。受人關注的感覺，讓她又愛又怕。

她渴望能融入人群，因此作了一些不好的選擇。卡莉娜說：「這個世界的吸引力實在很強。我身邊有許多人抽菸、喝酒。他們常常慫恿我，而我也屈服了。我很喜歡融入團體，那讓人覺得很自在。」

她知道她做的事情是錯的，但是她並沒有考慮到，當她隨波逐流、跟隨人群而遠離神時，她的選擇會導致什麼後果。（見馬太福音7：13-14）。

選擇要有所改變，表示要改變所作的選擇

有一天，卡莉娜喜歡的一個年輕人告訴她，他很尊重她的教會信仰。

卡莉娜很慚愧自己並沒有好好奉行那些信仰，最後她靜下來省察自己過去的行爲（見哈該書1：5-7）。她發現她作的一些決定使得她逐漸遠離神、遠離聖靈的陪伴以及她夢想的永恆家庭。

改變人生方向的唯一方法，是改變每天所作的決定。¹但是她不知道自己是否在這條錯誤的道路上已經走得太遠，這個時候才改變會不會太遲了？

卡莉娜決定藉由每天祈禱與研讀經文來跨出

改變的第一步。她開始每天寫日記，這能幫助她看出天父每天給她哪些幫助。她與人交談時，如果對話內容開始變得不合宜，她就改變話題。

她最困難的選擇，就是有時候寧可選擇沒有朋友，也不選擇會帶來不良影響的朋友。她開始尋找有較高標準的朋友。

希望的重要性

在接下來的幾個月，每當她面對抉擇的時候，敵人就讓她感到懷疑和恐懼。有時，她不知道自己跟隨救主所做的努力究竟值不值得。她心目中那個理想的自己似乎遙不可及。

但是，當她看到她的父母與其他有著堅強見證的人是如何過生活時，她學習到有些事情比懷疑與恐懼更強而有力——她學習到因為有悔改，凡事都有希望。

她說：「我知道我們都可以走在正確的人生道路上。我們不會因為犯錯就被定罪。天父已經給我們機會悔改，改變人生方向。」

她遠離過去的種種選擇，並且試著每天跟隨救主，從中體會到天父的耐心。

她說：「祂給了我一個又一個的機會去改變，變成更好的人。祂已幫助我度過許多困難的時刻。」

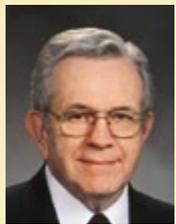
只要我們選擇跟隨，就會得到幫助

卡莉娜挺起肩膀，回頭面對那位記者，她的笑容非常燦爛。天父已經為她做了這麼多的事，她知道天父一定會在這個時候幫助她的。

記者問完了問題後，卡莉娜微笑著，跟他揮手道別。記者也對她微笑，之後就離開了。卡莉娜不太記得自己當時說了什麼，但是她將久久難以忘懷她所感受到的一切。她知道天父一直都陪伴在那些選擇跟隨祂的人身邊。■

註：

1. 見多馬·孟蓀，「完全之路」，2002年7月，利阿賀拿，第111-114頁。



選擇悔改

「你們若因為犯罪而被敵人俘虜，我要提醒你們，你們擁有鑰匙，能夠從內部打開監獄大門。你們能透過救主耶穌基督的贖罪犧牲被滌淨。

「你們陷入困境時，可能會認為你們犯了過錯，不管是大錯或小錯，都不值得被拯救，而認為自己已經萬劫不復了。這種想法是不對的！……悔改確實能夠醫治創傷，不論是何種傷害。」

十二使徒定額組會長，培道·潘會長，「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第18頁。

夏寧·克勞德

我

們的女青年領袖爲了幫助我們爲露營活動作好準備，因此決定辦一次過夜的旅行。

他們選擇在美國亞利桑那州南部的聖彼得河畔來進行這些訓練。

更好的榜樣

我們攤開睡袋後，我跟其他的女孩想要去探險，走進河裡。領袖準備了一些與安全有關的討論，而第一個應該要討論的主題就是急救。於是我們大家就坐在河邊一個陰涼的地方上這個課程。

我們那時看著河水在陽光下閃閃發光，實在很難專心上課。布朗姊妹（姓名已更改）說話時，微風正在三角葉楊樹上玩耍著。這個課程我們都聽過了，我實在不明白爲什麼我們現在還要再聽一次。我們都知道在

傷口上施壓可以止血，但她還是要再告訴我們一次。

領袖們在讓我們離開前，再次叮嚀我們，不要赤腳下水。「妳們永遠不會知道水裡有什麼，妳們一定要保護好妳們的腳。」

我走到河岸時，有一些女孩已經在河裡玩水了。河水因爲泥沙而變成土黃色。整條河流的深度還不到30公分，我根本不相信這會有什麼危險。

我決定要脫掉鞋子。我只帶了一雙鞋，所以我可不想弄濕，然後一整天穿著濕透的鞋子。我最好的兩個朋友馬大與伊利莎白都提醒我注意領袖說過的話。但我還是脫掉鞋子，

真希望我們聽了領袖們的指導，但是那時候我們以為那些指導派不上用場。

身邊看著她流血的女孩，馬上抬起她的腳，並壓住那個傷口。

伊利莎白被送到醫院去，那時她才知道那個傷口差點要切斷她的腳了。她縫了很多針，傷口也花了很長的一段時間才復原。我下一次看到她時，她拄著拐杖。

我從沒想過我勸我最好的朋友去做一件事，結果卻讓她嚴重受傷。在這之前我從不認為自己會對別人造成負面的影響。

現在，我努力做個更好的榜樣給我的朋友們看，也更願意聽從我的領袖。他們很清楚自己所說的話用意何在。■

並解釋我的理由。馬大也脫掉了鞋子，但伊利莎白還是很猶豫。我走進水裡，並諷刺地告訴她：「如果你想來，就穿著鞋來吧！」

她坐下來，脫掉鞋子，跑進水中。她大概跑了五步以後，就停下來了。她臉色蒼白，很冷靜地說：「糟了。」她從水中抬起她的腳時，我看到血從傷口流出來。她踩到一個破掉的瓶子。

這流血的畫面讓我腦中一片空白。即使我才剛剛聽完關於急救的課程，我還是不知道該怎麼辦，於是決定馬上跑去找人幫忙，另外兩個女孩則幫忙扶她上岸。

我找到布朗姊妹，告訴她剛才發生的事情。她以為我在開玩笑。但是當她看到伊利莎白坐在小徑上，血從腳上不斷地湧出，馬上衝過去，大聲地喊著：「壓住傷口！」

她們回想起 10 分鐘前上的那個課程。那些站在伊利莎白



用心聽

「請不要在道德抉擇方面重蹈覆轍！別認為自己必須親身體驗去學會每個

悲慘的人生教訓。

「要聽從主的話語，聽從你的領袖，聽從你的父母，聽從你內在最良善美好的聲音。最重要的，要聽從那甜美、溫和、無法否認的聖靈低語，祂會教導你一切的事。」

十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老，「We Want the Best for You,」New Era, Jan. 2010, 5。

真正的朋友



撒拉·周

根據真實故事改寫

「你的朋友確實站在你身邊」

(教約121:9)。

這張字條是一張藍色的紙，紙張角落畫著鋸齒狀的線條，因此，雖然是耶利米傳給她的，瑪蓮妮知道這張字條是拉結寫的。瑪蓮妮朝四周張望。閱讀時間已經結束了，她的同學們都在收拾書本。

瑪蓮妮知道這張字條的開頭會寫著：「最親愛的好朋友」。她偷偷地笑了。她跟拉結從二年級開始，就是最好的朋友。瑪蓮妮打開字條時，心裡想著：

「即使我們很不一樣，我們仍然是最好的朋友。」

最親愛的好朋友，

妳會抽菸嗎？

——拉結

瑪蓮妮很驚訝，心想：「拉結和我常常在一起，她不知道我不抽菸嗎？」

她在字條的下面寫道：

「不會。我覺得抽菸很噁心。妳為什麼問這件事呢？」

——瑪蓮妮

瑪蓮妮把字條遞回給耶利米。他很快又再傳回一張字條，瑪蓮妮看到上面寫著：

我在阿姨家裡偷了一包香菸。妳放學後要不要跟我一起抽抽看？

——拉結

瑪蓮妮睜大眼睛看著這張字條。然後，她寫下：

拉結！妳怎麼會想要抽菸呢？這對妳很不好！我知道妳喜歡嘗



試新的事物，但是我不想看到妳因此受到傷害。

——瑪蓮妮

拉結回道：

幾根香菸不會對我有什麼傷害的。說不定我不會把一整包菸都抽完。

——拉結

瑪蓮妮快哭了。她寫下：

妳是我的朋友，我很愛妳。不要抽菸。

——瑪蓮妮

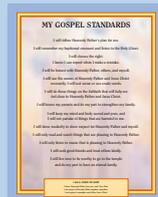
瑪蓮妮看著正在閱讀字條的拉結。拉結現在看起來像是要哭了。她握著那張字條一段很長的時間。接著，她寫了一些話傳回去。瑪蓮妮拿到了字條，看到上面寫著：

謝謝。我也愛妳。我不要抽那些香菸了。

瑪蓮妮很感謝她選擇當一個榜樣。拉結做了正確的選擇讓他鬆了一口氣。■

有一天，我到朋友家裡，他們的冰箱裡有啤酒。我的朋友喝了一些啤酒，也遞給我一些。我告訴她我不喝啤酒。她問我為什麼，我跟她說我的教會告訴我們不應該喝酒，因為酒對我們的身體有害。我很高興那時候我沒有喝啤酒。我也很高興我們有智慧語，讓我們保持健康和安全。

撒拉，8歲，美國內華達州



「我不會領用會傷害我的東西。」

我的福音標準

我們的園地



尼菲，11歲，美國加州



我們將成為一個永恆的家庭

我 很感謝我的父親擁有聖職，他為我施洗，因此我們能在聖殿印證。我很高興，因為我們將成為一個永恆的家庭。我知道天父活著，先知們的話語是真的。

艾莉安娜，9歲，祕魯



塞娜，12歲，巴西



維敏恩，7歲，柬埔寨



一個非常特別的地方

我 九歲時，第一次去聖殿，那時候我必須要在外面等我的父親。我們在聖殿附近走走，看著聖殿是怎麼建造起來的。我們參觀美麗的等待室，而且我們喜歡那裡祥和安靜的氣氛。我們小聲地討論耶穌基督和祂當時與現在的使徒們的生平。當我和我的父親坐在一起時，我感受到聖殿真的是一個非常特別的地方。

拉斐爾，9歲，瑞士



我喜歡去聖殿，耐森，7歲，義大利



布萊恩，7歲，哥斯大黎加



我的永恆家庭，卡蜜拉，7歲，瓜地馬拉



艾斯班，11歲，哥倫比亞



羅斯提克，4歲，烏克蘭



柏·馬恩長老
七十員

努力工作的祝福

「讓我們高高興興地做一切我們能力範圍內的事」
(教約123：17)。



我青少年時期住在瑞典，家父當過好幾任傳道部會長的諮理。他常常在週末外出，去履行這個召喚。他為我和我的兄弟姊妹作了很好的榜樣，讓我們明白，即使我們必須有所犧牲，為主服務還是很重要的事。

我從小就學到了靠勞力工作的重要。每到夏天，我會騎著腳踏車到幾公里外的草莓園去，每天採好幾個小時的草莓，賺點外快。

我們家在一個農場上有間避暑小屋，屋裡沒有水電，所以我們必須自己砍木頭，還要去井裡打水。農場的主人要我在幾天的早晨把牛隻趕進牛棚裡擠牛奶，然後再放牠們出去。我們收割乾草，堆疊起來，讓馬匹把大捆的乾草拖到穀倉裡去。

我靠勞力工作的經驗以及父親為主的事工奉獻犧牲的榜樣，讓我在第一次傳教時受惠許多。我年僅 16 歲時，就蒙召喚在瑞典、芬蘭、德國和荷蘭

等國家擔任教會建築物的砌磚工。我在服務期間，獲得許多靈性的經驗。我學到誠實的勞力工作是行正義、進而與神和諧的一種方式。

能獲派任務又能回報已經盡全力完成任務，是一項榮譽。我們接受指派任務，運用時間和才能來建立主的國度時，就能體驗並看到天父為我們預備好的祝福。■

你可以運用本課程和相關活動，學習更多有關這個月的初級會主題。

我會遵守福音原則 來選擇正義

雷蒙在村子裡的市集賣完雞蛋後，把口袋裡的零錢弄得叮噠作響。他想到家裡那個裝什一奉獻零錢的罐子。星期日，他要把這些零錢交給主教。雷蒙內心有一種溫暖的感覺，他很高興能繳付什一奉獻。

市集的攤位上賣著各樣物品。雷蒙看到一件色彩鮮豔的圓領衫，上面印有他最喜歡的足球隊伍的標誌。他想像自己穿著這件衣服，在足球場上奔馳，進球得分，讓球隊獲勝。雷蒙看了一下標價，只要他把賣雞蛋的錢和什一奉獻的錢都拿出來，就可以買這件衣服了。

雷蒙注意到那股溫暖的感覺不見了。他很想要那件衣服，但是他知道天父不希望他把什一奉獻的錢花掉。雷蒙開始走回家，決定要先繳付什一奉獻，以後可以繼續賣雞蛋，賺更多的錢，直到最後能買到那件衣服，同時也能像主希望的那樣，繳付什一奉獻。■

個人活動

我們繳付什一奉獻時，要填寫什一奉獻單。我們把錢和奉獻單放進信封裡，交給主教團或分會會長團的一位成員。看看下面的圖片，就能學會填寫自己的奉獻單了。

日期

你的名字

你的支會或分會名稱

你繳交的什一奉獻金額

什一奉獻及其他捐獻 Tithing and Other Offerings		
日期 Date	<input type="checkbox"/> 支票 Check	
西元 年 yr 月 mth 日 day	<input type="checkbox"/> 現金 Cash	
支會 / 分會 Ward/Branch		
姓名 Name (last, first, middle)		
教籍紀錄號碼 Membership Record Number		
什一奉獻 Tithing	\$	
禁食捐獻 Fast offering	\$	

除了什一奉獻，你還能在奉獻單上填寫哪些項目呢？問爸爸或媽媽，你還能用其他哪些方法對教會作捐獻。

選正義活動： 什一奉獻的祝福

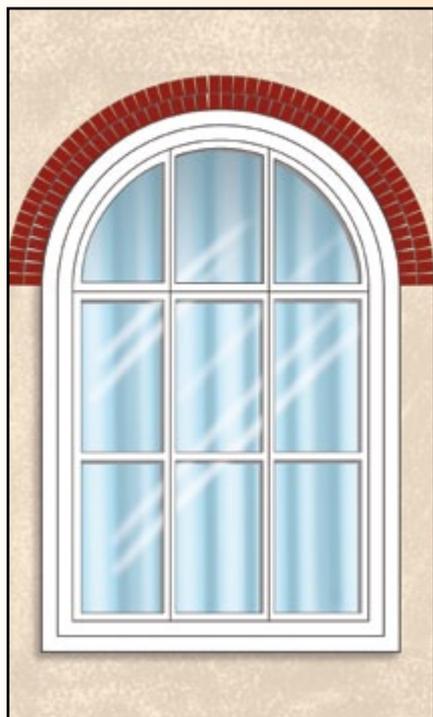
瑪拉基是舊約的一位先知，他教導說，我們繳付什一奉獻時，天上的窗戶就會打開，祝福就會傾注在我們身上（見瑪拉基書 3：10）。全家人一起討論你們在遵守什一奉獻律法時得到了哪些祝福。在代表你所享有的祝福的那個窗戶上放一顆豆子、鈕釦或小石頭。



更多的信心



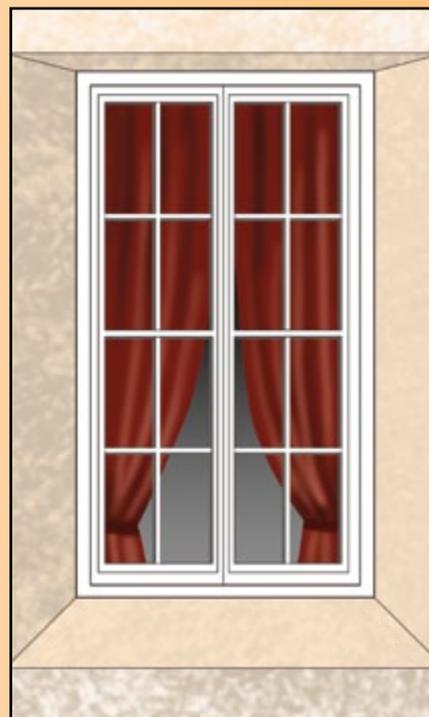
更堅強的見證



對主的信賴



在福音中的快樂



足夠的食物



卡莉最喜歡做的一件事，是和朋友們在遊戲場上玩尋寶遊戲。



卡莉的遊戲場

柴德·菲爾斯
教會雜誌

來自美國愛達荷州瑞克斯堡的卡莉是個忙碌的小幫手。她會幫忙照顧家裡養的小貓、小狗和小雞。卡莉在學校的班上是最好的學生之一，會幫忙教其他小朋友算數和閱讀。在初級會裡，卡莉

的歌聲能讓其他小朋友感受到聖靈。

卡莉很會幫助別人，所以她的一些朋友也決定要幫助她。

卡莉罹患先天性脊柱裂，這種疾病讓卡莉使用全身的肌肉時很吃力，在不平坦的路面

上行走和爬樓梯也會很困難。在學校裡，卡莉不能到遊戲場去玩，因為遊戲場的設備她都沒有辦法使用，還有一些小朋友也無法使用遊戲場的設備。

卡莉說：「下課時，我有時候會覺得很難過、很挫折，因為我不能去遊戲場玩。」

卡莉有個朋友，名叫哈麗喬。哈麗喬的媽媽決定要籌點錢，來打造一個卡莉和學校裡的其他學生都可以玩的遊戲場。

哈麗喬和媽媽，還有其他很多人都爲了新的遊戲場去工作



卡莉喜歡音樂。她加入了歌唱小組，而且正在學鋼琴。

卡莉走在遊戲場的橡膠地板上比較不費力。



卡莉和哈麗喬（右）喜歡一起玩洋娃娃，在戶外散步和畫圖著色。

籌錢。要做的事情很多，但是他們要賺足夠的錢來打造一個讓所有學生都能玩的新遊戲場。

哈麗喬說：「要做很多辛苦的工作，但是，我做這些事，從來不叫苦，反而因此更愛卡莉。」

卡莉很高興能夠和朋友們一起在遊戲場上玩

耍。她說：「我喜歡走上溜滑梯的斜坡，再滑下來。我和我的朋友都玩得很開心。」■



卡莉的小檔案

卡莉喜歡唱「尼腓的勇氣」（兒童歌本，第64頁）。

卡莉喜歡吃雞柳條和三明治。卡莉不管到哪裡都在唱歌。卡莉很容易交朋友。

幫助卡莉練習平衡的一個方法是騎馬。

看少棒賽的 心得

「我有一個世上家庭，多麼美滿溫馨，
我希望永遠與他們分享我的生命」
(兒童歌本，第96頁)。



林賽·史蒂文

根據真實故事改寫

真不知道來這裡要幹
嘛？」琳賽發牢騷地
說。

「妳要幫弟弟加油啊！」
媽媽說。

「可是好無聊，我大部分
時間都沒有看他打球。」琳賽
說。

琳賽的弟弟麥可加入了少
棒隊，他每次的練球和比賽，
媽媽都會帶琳賽去看。琳賽從
頭到尾都覺得很無聊。麥可在
努力打球的時候，琳賽不是聽
音樂、讀書，就是畫圖給妹妹。

琳賽嘆著息，看著弟弟和
隊友站在外野場地。她看到他
跑去接球，沒接到，後來又把
球誤傳給另外一個人。

媽媽大叫道：「加油，麥可，
你太棒了！」

「可是，媽，他球打得
不好。」琳賽說。

媽媽說：「琳賽，這就是
我們來的原因啊！來替麥可加
油，尤其是在他球打不好的時
候。我們要是沒來，麥可會覺
得自己很糟糕，可能就不想繼
續努力了。我希望他一直都很
努力，就像我希望妳很努力畫
畫一樣。」

琳賽說：「美術班上沒
有人替我加油。麥可沒有來陪
我上美術班，我調出漂亮的顏
色時，他也沒有在旁邊歡呼說：
『妳真棒！』。」

媽媽說：「是沒有，但是
妳把畫拿給我們看的時候，他
每次都稱讚妳的畫。」

琳賽思索了一會兒，想到
媽媽開車帶她去上美術班的時
候，麥可有時候也要跟著去，
不能和朋友玩。她看到麥可在
外野場地。另外一隊的打擊手

剛剛擊中一球，那顆球直直向
他飛去！

琳賽大聲加油打氣：「加
油，麥可！你會接住的！」

麥可向球跑去，伸長了手
套。他接住球了！

琳賽和媽媽站起來歡呼。
「接得好，麥可！你是我最愛
的弟弟！」琳賽大叫。

「妳只有我這個弟弟啊！」
麥可大聲回答，臉上掛著燦爛
的笑容。

琳賽坐下來，開心地笑著。
她心想：「或許我真的應該
好好看麥可打球，幫他加油。
看他接到球，是我今天最快樂
的事。他好像真的很在乎我看
他打球。我真的以他為榮。」

琳賽說：「媽，我想妳說
得對，我們應該支持麥可。」

媽媽微笑著說：「很高興
妳的想法改變了。」

琳賽說：「我們再給他加
加油吧！」

琳賽和媽媽一起歡呼：「加
油，麥可！你一定可以！」■



鞏固兄弟姊妹間的手足之情，他們可以成為
你最好的朋友。支持他們從事他們有興趣
的事，幫助他們解決所面對的困難。」

鞏固青年（2011），第11頁。

黛娜的祝福

珍·查特

根據真實故事改寫

1. 黛娜一出生，嘴唇上和嘴巴裡就有一個缺口，她已經動過了四次矯正手術。今天，她和爸爸媽媽與醫生有約，要討論再動一次手術的事情。



2. 黛娜很擔心，不知道手術的結果會怎麼樣。

3. 手術的前一天晚上，黛娜的爸爸和叔叔給她一個聖職祝福。海倫叔叔用聖化過的油膏抹她，然後由爸爸作祝福。

我還能喝巧克力牛奶嗎？

等嘴巴康復後，你要喝多少巧克力牛奶都可以。

我祝福你有強壯的身體，手術後能很快康復。要記得爸爸媽媽和天父都非常愛你。



4. 第二天早上，爸爸媽媽帶黛娜到醫院去。



5. 護士過來，把黛娜推進手術房。黛娜給媽媽一個擁抱。

我愛妳，黛娜。

媽媽，別擔心。我不害怕。
爸爸為我作祝福了。



6. 黛娜在手術後康復得非常好。她很高興爸爸給了她一個特別的祝福，讓她覺得舒服點。





準備好接受祝福

希拉蕊·洪德立克

作 聖職祝福時，我們會像作禱告那樣，以虔敬的態度來表達我們的信心。哪些圖片畫出了在作祝福的過程中應該有的好行為，請把這些圖片圈起來。

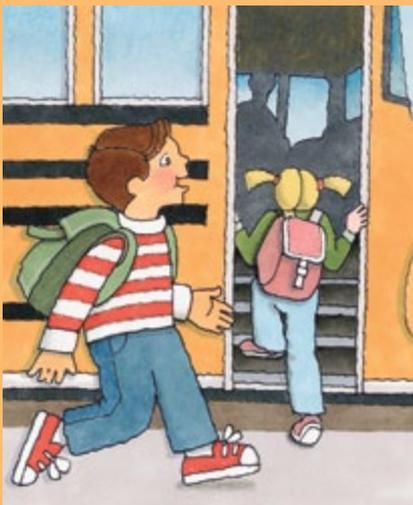
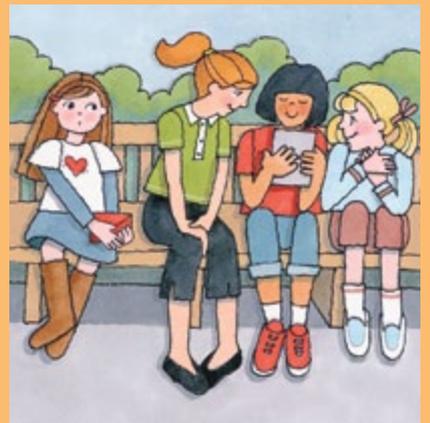


祝福的時機

希拉蕊·洪德立克

聖 職祝福有許多種。你還是小嬰兒的時候，可能接受過命名祝福。你可以在生病、受傷、心裡難過或害怕的時候請求接受一個祝福。很多小孩每年都在學校開學前接受聖職祝福。

看看這些圖片。你想這些小孩為什麼要接受聖職祝福呢？





我會遵守福音原則來選擇正義。

「我會去做主所命令的事，因為我知道，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）。

請瀏覽網站news.lds.org進一步了解教會新聞和活動。

教會啓用另外九種語言的 身心障礙網站

梅麗莎·梅羅
教會新聞和活動

網站lds.org/disability的英文版曾於2007年啓用，統整之前分散在各式手冊、課本和其他網站上的資料，讓使用者更容易在一個整合的網站中取得協助和資訊。

而今，在2012年中，這些資源（包括有關10種不同類別之身心障礙的資訊，以及各式各樣的協助）會以另外九種語言發布，包括中文、法文、德文、義大利文、日文、韓文、葡萄牙文、俄文，以及西班牙文。

這些最新啓用的網頁將幫助許多家庭，像是住在法國巴黎的瓦林家庭。雷蒙·瓦林和伊莎貝爾·瓦林有兩個兒子，大兒子叫傑洛，小兒子傑洛米患有唐氏症。傑洛米的父母得知他患有唐氏症的時候非常震驚，因為他們當時對唐氏症所知甚少。不過，傑洛米的障礙為他的家人帶來的大多是正面的經驗。

瓦林弟兄說，很多人很疼愛傑洛米，教會的成員更是對他關愛有加，總是圍繞著他，關心他、讚美他。

他相信這個網站能促進這些正面的態度。他說：「這個網站可以幫助教會領袖和教師了解身心障礙的人，並知道要如何調整和處理各種情況。」

他說，這個網站對身心障礙者及其家人來說是同等重要的，因為除了提供資訊以外，更重要的是

教會的身心障礙網站在2012年將以10語言發布：中文、英文、法文、德文、義大利文、日文、韓文（如圖所示）、葡萄牙文、俄文，以及西班牙文。

這個網站還提供了鼓勵的信息。

他說：「這個網站對家中有身心障礙人士的家庭來說很重要，因為其中提供的支持讓你可以知道其他人的經驗和見證，讓你對未來能抱持更正面的態度。基於這種理由，以不同的語言提供資訊顯得格外重要。」

擔任教會身心障礙服務部門顧問的七十員奇斯·愛德華茲長老同意他的看法。

奇斯·愛德華茲長老說：「身心障礙的成員、他們的家人和照護者都會了解我們是爲了同一個目標而共同努力，那就是『促



成人的不死和永生』，爲了達成這個目標，我們必須『一心一意』（見摩西書 1：39；7：18）。人們會知道、了解可以到哪裡尋求幫助，也會知道當主的教會發揮其應有的功能時，沒有人得獨自奮戰。」

來自葡萄牙的法堤瑪·艾維斯患有脊柱裂，她覺得這個網站的確讓她了解自己並不孤單。

她說：「教會的這個網站對我來說很重要，因爲可以讓身心障礙人士感覺到身爲教會成員的合一力量。知道教會很關心有特殊需求的人，也想要幫助、支持我們，讓我獲益良多。」

愛德華茲長老表示，

爲了關懷全體成員，教會正著手進行一些計畫，這個網站的設置就是其中之一。

他說：「主給我們的『任務』之一就是要用每個人可以了解的方式讓他們獲得福音，使他們能充分從福音中獲益。我們小心注意每個環節，不想忽視主的任何孩子，總是盡力提供學習福音的寶貴機會。」

他繼續說：「這個網站不僅會幫助個人，也力求讓領袖知道如何提供協助，或是爲身心障礙成員服務的時候，他們可以到哪裡尋求幫忙。」

當然，這個網站的目

的不是要取代教會成員間的人際互動。

愛德華茲長老指出：「過去這些年來，我們不斷爲教會中有特殊需求的成員服務，在這方面我們獲得的成效時有不同，然而我們的成功大多要歸功於個別成員決心努力帶來改變。幫助他人的關鍵就在於，不管對方有無身心障礙，在主動伸出援手予以協助之際，都要愛他們，並且尋求聖靈的指引。

「我們都被命令要愛人如己（見馬太福音 19：19）。教會如今只是提供了另外一個協助的管道，讓我們了解、並且順利地達成襄助主事工的心願。」■

在所有已經發布的語言版本中均包括下列幾項特點：

身心障礙一覽表：網站的這個部分列出10種特定身心障礙的資訊，並提出幫助患有該項身心障礙之人士的方法。

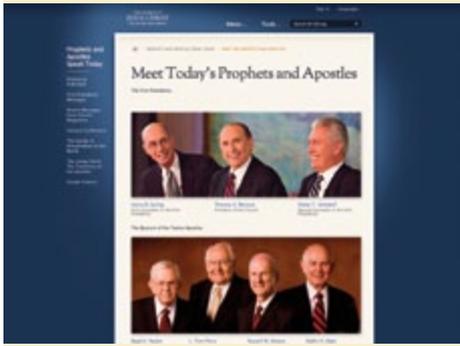
家庭：網站的這個部分提供專給身心障礙兒童之家人參考的資料，並提出鞏固家庭的建議。

答問篇：讀者可以在這裡找到四類常見問題的解答：如何、教義和政策、資源，以及統計數據。

一般資訊：這個部分提供網站的簡介，並說明雖然有時人們會對身心障礙有負面的反應，但是認識這些情況可以增進了解和接納。

領袖與教師：網站的這個部分提醒領袖和教師在與身心障礙成員互動時應該注意的事項。

經文及引文：這部分彙集了經文和先知的話語，旨在為遭遇困境的人提供鼓勵、安慰與希望。



Prophets.LDS.org
網頁刊登現任使徒
最新的生平介紹

十二使徒定額組成員的
最新生平介紹已於
2月份發布於 prophets.lds.org 的「認識今日的先知與使徒」單元，總會會長團的生平介紹則在先前於2011年10月發布。若有足夠資源，這些生平介紹將在今年當中翻譯成數種不同語言。這些資訊之前大多已經以不同語言刊登在利阿賀拿雜誌中。

七十員保羅·派普長老表示：「知道他們的童年、學生時期、家庭生活，以及在接受召喚擔任使徒之前的職業，可以幫助我們看到主如何影響他們的生活，這也形同另外一個見證，讓我們知道主如何召喚、扶助平凡的男女在祂的國度中服務。」這些生平介紹中會提到每位領袖的資訊和故事，但最重要的是，這些介紹會讓我們明瞭主如何準備他們去從事服務。■

總會大會筆記本讓讀者回顧 總會大會精彩片段

利阿賀拿和旌旗雜誌 (Ensign) 的新專欄「總會大會筆記本」，將幫助讀者研讀並應用今日活著的先知和使徒在最近的總會大會中的演講、教導。

從2012年1月開始，這個專欄會在一年中刊登八次，亦即除了5月、6月、11月和12月份的雜誌之外，每個月都會刊登總會大會筆記本；5月和11月的雜誌刊登的是總會大會講辭。

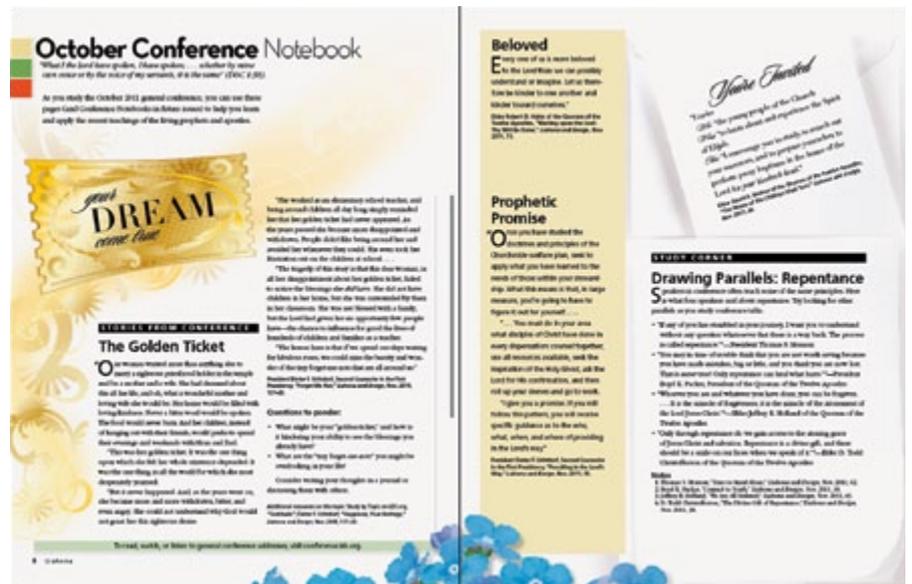
總會大會筆記本除了有摘要、彩色插圖、研讀提示以

及相關的經文之外，還附有簡單的學習活動。筆記本中還涵蓋教會成員的故事，或是這些總會大會演講所回答的福音問題。

總會大會筆記本的內容，有些是為了提醒讀者記得最近總會大會上的演講，有些則是幫助讀者為即將來臨的總會大會作好準備。

每一期的總會大會筆記本篇幅大約一到四頁，將取代平時利阿賀拿和旌旗雜誌 (Ensign) 中「微小而簡單的事」專欄版面。■

利阿賀拿和旌旗雜誌 (Ensign) 中新增的「總會大會筆記本」專欄能幫助讀者在總會大會之後的幾個月中，記得大會的精彩片段。



納爾遜長老與中美洲聖徒會面

荷西·佩納

利阿賀拿新聞記者

十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老受總會會長團的指派，於1月間前往中美洲訓練聖職領袖及教導當地成員。

薩爾瓦多

1月14日星期六，納爾遜長老在薩爾瓦多聖薩爾瓦多聖殿鄰近的教堂裡，會見來自薩爾瓦多各地的聖職領袖。陪同人員包括七十員會長團的惠尼·克雷頓長老、七十員暨中美洲區域會長安瑞克·法拉貝長老、區域七十員嘉祿·李法斯長老、聖殿會長渥特·彼得生，以及薩爾瓦多聖薩爾瓦多傳道部的大衛·葛雷茲會長。

納爾遜長老針對施助以及擔任以色列牧人的重要之處，給予領袖指導。他強調要研讀經文和時時以聖靈為嚮導，也提到新版的後期聖徒版西班牙文聖經所帶來的祝福。

納爾遜長老第二天在妻子溫蒂以及李法斯長老的陪同下，主領了薩爾瓦多聖薩爾瓦多利伯塔支聯會大會。

納爾遜長老在演講中以使徒的身分祝福薩爾瓦多國內遵行福音、忠於聖約的成員和領袖。

尼加拉瓜

隨後於2012年1月18日，納爾遜長老會見了尼加拉瓜的教會成員，陪同人員包括七十員安瑞克·法拉貝長老和雅各·馬提諾長老。

他敦促成員要使自己更加聖潔，並繼續整理家譜紀錄。他說：「我應許各位，當你們準備好的時候，主就會做到祂的部分，讓你們有一座聖殿。」

納爾遜長老說，我們應該培養救主般的特質，而且要從愛心開始。

他說：「我們可以經由服務去學習關愛他人。另外一項特質就是認真注意洗禮和聖餐這兩項教儀，因為這兩項教儀和救主被釘在十字架上有關。」

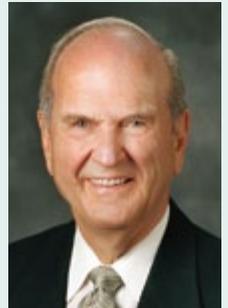
納爾遜長老提到教會成員還應該培養的其他習慣包括：按照救主禱告的方式祈禱，並藉著研讀經文獲取知識。他說：「讀經文給孩子聽，培養對〔經文〕的喜好，我向各位保證，你們若能在生活中應用〔所學〕，就會感受到喜悅。」

納爾遜長老最後說：「要培養毅力，堅持到底。耶穌基督受的苦沒有人比得上，但是祂沒有放棄；祂自始至終信任祂的父親。當你們在生活中必須面對挑戰時要記得這一點。」

納爾遜長老最後對尼加拉瓜成員表現的信心、忠誠、以及繳付什一奉獻和其他捐獻的精神表達感謝，他也為贖罪作見證。

他說：「我們的主復活了，這讓我們有保障、也有機會經由信心、悔改而獲得永生，只要持守到底就能如願。」

想更了解教會領袖及其教導和事工，請瀏覽網站 news.lds.org 及 prophets.lds.org。■



羅素·納爾遜長老在拜訪薩爾瓦多和尼加拉瓜的教會成員時，讚賞遵行福音、忠於聖約的成員。

網站更新，幫助男青年履行對神盡職計畫

對神盡職網站 (DutytoGod.lds.org) 已經更新，成為互動式的線上工具，能更有效地幫助男青年設立對神盡職計畫的目標，並追蹤、儲存他們的進度。

執事、教師和祭司現在可以在網上以 50 種語言閱讀整本善盡我對神的職責：亞倫聖職持有人用本，並且可以用自己的後期聖徒帳號登入網站、建立日誌，記錄這項計畫的進度。完整的線上版手冊也包括所有的學習活動以及經文和其他資源的連結。

青少年網站擴充免費音樂的數量

youth.lds.org 的音樂單元正在擴充免費下載音樂的數量，收錄曲目包括過去 Especially for Youth (EFY) 當中由較現代的音樂家所創作的歌曲。此項擴充計畫由 2 月開始，預計以每週增加一首的速度提供，總計將增加 30 首歌曲。

該網站的語言版本有英文、葡萄牙文和西班牙文，而且正在籌劃增加更多葡萄牙文和西班牙文的歌曲。目前該網站上的歌曲為珍妮·菲利浦的「堅定勇敢」(Strong and Courageous)，而且已有葡萄牙文和西班牙文版本。■



圖為摩爾門援助之手志工在巴西馬卡帕的公立學校馬利亞·伊凡·曼尼茲中學協助清理、除草等美化工作。

50名摩爾門援助之手的志工在2012年1月21日星期六前往巴西馬卡帕的公立學校馬利亞·伊凡·曼尼茲中學，協助清理、除草等美化工作。

摩爾門援助之手美化巴西馬卡帕的公立學校

由大約 50 名教會成員、他們的友人，以及後期聖徒傳教士所組成的摩爾門援助之手志工作隊，在 2012 年 1 月 21 日星期六動員，前往位於巴西馬卡帕的公立學校馬利亞·伊凡·曼尼茲中學協助清理、除草等美化工作。

這項活動由該校理事會負責協調，巴西馬卡帕的阿馬帕區會公共事務主管克利博·山茲統籌，吸引了當地數家媒體的注意和報導。校長艾德莉亞·丹寧協助這項活動的進行，她說：「我們很敬佩〔教會〕的慷慨貢獻，我們將永遠記得這項服務善行。」

俄文新版三合一經文出版

新版三合一經文目前已發行俄文版，此合訂本的內容包含摩爾門經、教義和聖約以及無價珍珠。

新版本自即日起可經由當地的教會發行中心、store.lds.org、線上經文網站 scriptures.lds.org，以及福音圖書館的行動應用程式等方式取得。此版發行之後，本教會的三合一版經文即達 44 種語言版本。

請瀏覽 news.lds.org 進一步閱讀相關故事。■

以我們的母語閱讀

我很喜歡莉亞·麥克藍哈在2011年10月利阿賀拿雜誌上所寫的文章「傳遍各方各民」。這篇文章提醒我，能用我們的母語研讀神的話是多麼特別的祝福。這篇文章也讓我有機會和一位住在斯洛文尼亞的好友分享福音和我對摩爾門經的喜愛。感謝你們！

艾倫·恩伯利，義大利

在考驗中獲得力量

利阿賀拿中的見證、經驗和信息讓我在考驗中獲得力量。我們每個月收到雜誌的時候，我先生和我會在家人家庭晚會中閱讀總會會長團信息，我們會分享自己的想法以及學到的事物。我知道天父愛我，祂回答我的祈禱，我知道祂會聆聽我說話。

瑪緹達·荷南德茲，薩爾瓦多

請將您的意見或建議寄至 liahona@ldschurch.org。因篇幅或文意上的考量，來函可能酌予編輯潤飾。■

本期所載的文章與活動可以用於家人家庭晚會，以下是幾個範例。



「禁食能在屬靈和屬世上鞏固我們」，第10頁：閱讀本篇文章，分享第2頁列出的各點。說明禁食不只是不吃不喝而已，而是應該配合祈禱、分享見證以及繳付禁食捐獻。你可以問家人，禁食讓他們獲得哪些祝福。也可以考慮分享舊約以斯帖記第4章中的故事。

「按照聖靈的提示採取行動」，第20頁：閱讀或摘述側欄的「啓示的八個目的」，然後一一閱讀文章中的故事，討論故事中每則啓示的目的。鼓勵家人在本週注意自己在什麼時候、用什麼方式感

受到聖靈。你也可以在下週追蹤，討論他們學到了哪些事。

「我的選擇會有什麼後果？」第56頁：閱讀或摘述故事，然後讀出培道·潘會長的引言。提醒家人，如果他們犯了錯，可以選擇改變。

「看少棒賽的心得」，第68頁：開始的時候可以唱「家庭能永遠在一起」（兒童歌本，第98頁）這首歌。全家一起讀這篇故事。為什麼支持家人很重要？你們的家人要如何更支持彼此？■

家人家庭晚會洋溢愛心和光芒

我剛歸信的時候住在哥倫比亞，支會中一個很特別的家庭邀請我參加家人家庭晚會。那是我第一次參加家人家庭晚會，我所感受到的愛和信心的氣氛讓我很驚訝。

大家都聚在一起之後，我們作了禱告，然後分享過去一週中完成的事情，說完之後就進行一項活動。

我們把燈關掉，然後把某些特定的句子寫在心形的彩色紙上。大家寫完後，我們把燈打開，然後展示自己寫的句子。有些人寫得不太好看，有些人寫得很糟，還有些人像我一樣，覺得在這種情況下根本很難寫字；我覺得自己的字跡是最難看的。這個課程的目的當然顯而易見，就是當我們在生活中沒有福音之光的時候，每件事物看起來都是黑暗、扭曲、困難的。

這個課程讓我印象深刻。從那天開始之後的歲月中，我一直努力確保在我人生的道路上充滿著福音之光，特別是這樣一來，我還可以為孩子樹立榜樣。■

狄娜·馬斯特，美國加州

雷鳴巨響， 或寂靜無聲

克莉絲汀·柏艾思

我傳教才幾個星期時，有天半夜被隆隆的聲響吵醒。起初聲音聽起來很遠，後來聲音越來越近，也越大聲。不久我們的整個房子都在晃動。一陣天搖地動後，轟隆聲很快就停止了。幸好同伴曾經警告過我這裡經常有地震。現在看起來沒什麼事，我於是翻個身，很快又睡著了。

那次半夜驚醒的幾個星期後，我聽到有人說起那天清早還有餘震。我懷疑這些人有問題，因為我什麼都沒有聽到，也沒有感覺到什麼異狀。最後我疑惑地問，這「地震」是什麼時候發生的，才知道應該是在我運動或洗澡的時候，沒想到那時候真的有地震。第一個地震把我吵醒，所以如果我醒來以後還有地震，我應該會注意到。

除了這次，後來又有好幾次他們都認為是地震，可是我完全沒有感覺到，所以我納悶這些人到底是不是真的知道什麼是地震。

當時我認為那些都是假想出來的地震，經過八個月後，有一次我的主日學教師講話講到一半，停下來說：「有沒有感覺到？剛才有地震。」除了我以外，每個人都點頭。我不懂。沒有一點隆隆



地震來了，
為什麼別人能
感覺到，我卻
渾然不知？
我得到的答案
不止是地震的
常識。

作響或山崩地裂的聲音，我的椅子沒有搖晃，牆壁也沒有龜裂。哪來的地震？

後來，我試著回想我在教師說有地震時的感覺，覺得輕微有點暈眩——好像身體轉了一圈似的。這種很細微的感覺會是地震嗎？

因為教師的關係，我開始注意、知道原本以為是假想的地震，其實都是真的。我了解到我在運動、洗澡或睡覺時沒有感覺到，是因為那只是輕微的晃動。但我漸漸明白，當我感到暈眩或者晃動，就知道那是地震來了

的徵兆。在後來的傳教期間，我有個同伴是新來的傳教士。有一天，我們正在上課，有個婦女說：「哦，有地震」，我說對。我的同伴看著我們，覺得我們很奇怪。不過我指著輕微晃動的

吊燈，向她保證，她以後也能分辨出地球的這種輕微搖動。

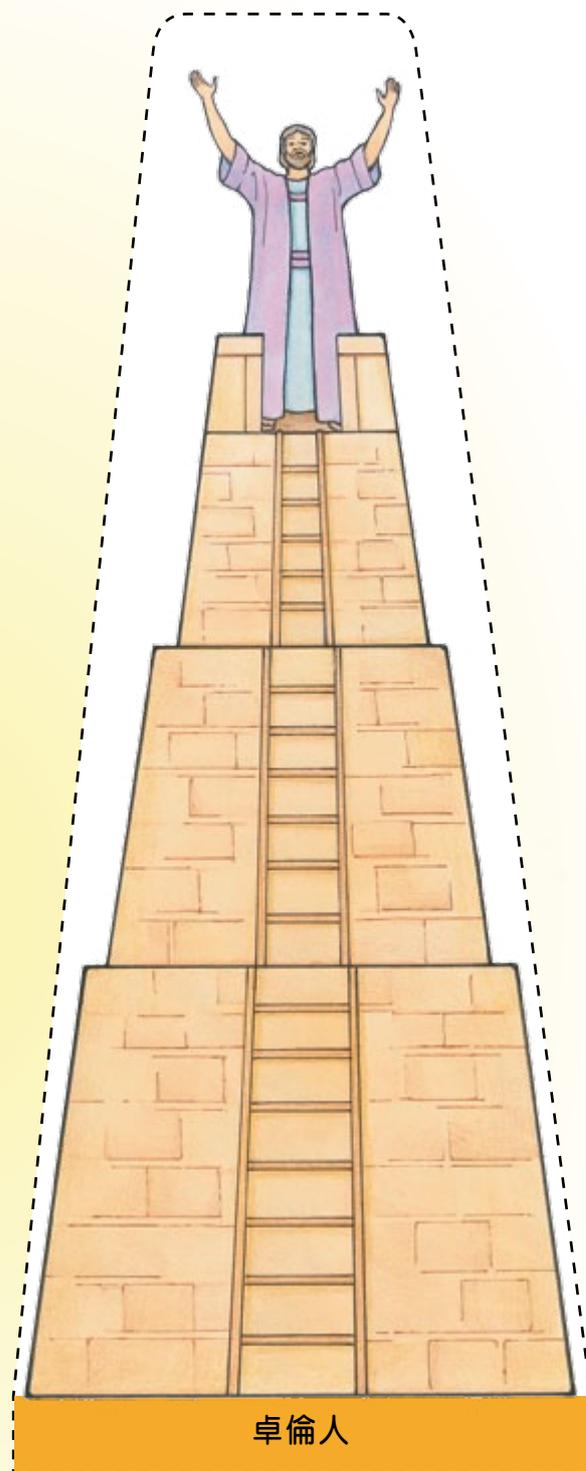
我很感謝地震教導了我如何辨別聖靈。有時候，我們無法否認聖靈，因為那好像雷鳴般的聲音一樣深透我們的靈魂；但更多的時候，聖靈是一種悄然的耳語、一個新的想法、一種印象、一種要說話或行動的細微感覺（見希拉曼書 5：30）。如果我們只注意靈魂的強烈震撼，就會錯過聖靈給我們的許多美好感覺。我們有時候可能需要別人向我們指出聖靈的感覺，好讓我們可以集中注意力，微調我們的感受力。我們只要這麼做，就能獲得全新的體認與奧妙。■



貧窮的卓倫人



阿爾瑪和傳教士



卓倫人

卓倫人
與雷米遏敦
阿爾瑪書，第 31-32，35 章

今年將有多期的利阿賀拿介紹摩爾門經中不同的經文人物。爲了使道具耐用並方便使用，請把紙型剪下來，用膠水或膠帶把它們固定在硬紙板、厚紙板、小紙袋或木棍上，然後把每組經文人物分別放入信封或袋子中，上面標明經文出處。



十二使徒定額組會長會長培道·潘寫道：

「聖職的權柄是經由按立而來；
聖職的能力則是經由忠信服從地
遵行聖約而來。這份能力也會因
正義地行使和運用聖職而增強。」

見「聖職的尊榮與體制」，
第28頁。