

利阿賀拿

**孟蓀會長：
周流四方行善事，
第14頁**

在作探訪教導時，妳的
關懷很重要，第28頁

我分享福音的第一次
成功經驗，第58頁

錯過結交朋友的機會，
第60頁





倫敦，華勒斯藏書理事會 / 紐約，藝術資源 (THE TRUSTEES OF THE WALLACE COLLECTION, LONDON/ART RESOURCE, NEW YORK) 惠予提供；不得複製

以賽亞，恩聶思·麥瑟尼繪

擔任七十員的藍道·班尼長老教導，當使徒和先知引用其他使徒和先知的話語時，或者為他們的話語作見證時，我們應該仔細注意（見本期第42頁）。

現代和古代有許多先知為以賽亞的話語作見證，

其中包括尼腓（見尼腓一書15：20）、

雅各（見尼腓二書6：4）以及阿賓納代（見摩賽亞書第14章）。

然而，有位更偉大的人物也擁護以賽亞的話語。救主親自對正義的尼腓人談到先知以賽亞，祂說：「以賽亞的話是偉大的。」祂勸誡這些尼腓人

要「查考這些事」，接著強調：「我給你們一條誠命，

你們要努力查考這些事」（尼腓三書23：1）。



利阿賀拿，2012年3月

信息

- 4 總會會長團信息：
我們為何需要有先知？
迪特·鄔希鐸會長
- 7 探訪教導信息：
我國度中的女兒

特稿

- 14 今日我可曾在世界上行善？
多馬·孟孫會長生平
海蒂·史文頓
認識先知的生平及事工。

封面
前：湯姆·司馬攝，德撒律新聞惠予提供。後：照片由後期聖徒教會檔案室惠予提供。

20 福音文化

達林·鄔克司長老
教會教導我們，要摒棄一切不符合福音文化的個人或家庭的傳統和習俗。

28 探訪教導：

了解施助的力量
總會慈助會會長團
我們都能遵行更高的標準，並藉由真誠地看顧祂的兒女來彰顯我們的門徒身分。

33 我國度中的女兒： 不同凡響

九位後期聖徒述說此書如何使他們的生活獲得祝福。

34 徵求在世界各地編製索引的人

海瑟·柯丁森
你在FamilySearch索引編製方面所做的工作，能幫助他人在網路上找到他們的家譜。

專欄

- 8 十月總會大會筆記本
- 10 我們的家，我們的家人：
為總會大會作準備
馬可·巴瑞努耶弗
- 12 我們的信仰：
我們支持領袖
- 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：繼續向前邁進
蜜雪兒·葛拉

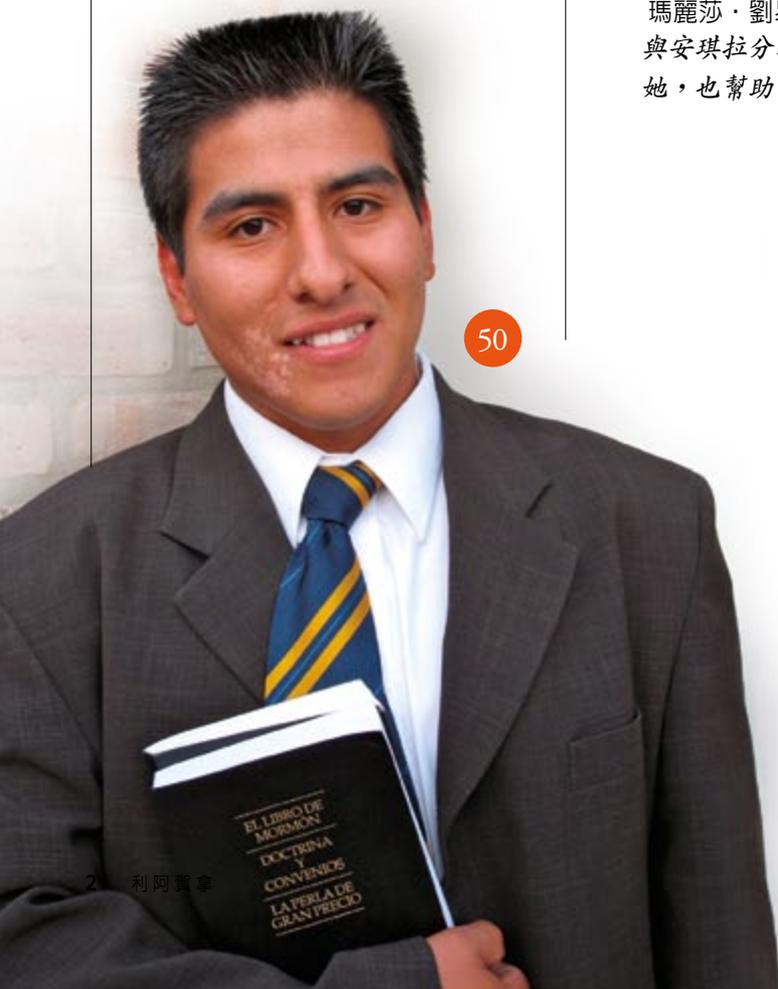


42

42 領袖的話：跟隨先知
藍道·班尼長老



看看你能不能找到
隱藏在這期雜誌裡
的利阿賀拿。
提示：去問班森。



50

- 46 一點通
- 48 海報：照顧你的聖殿
- 49 律上加律：阿摩司書3：7
- 50 艾力士的美好榜樣
米迦勒·莫里斯
艾力士·愛斯寇巴為他家人作的美好榜樣已帶來永恆的影響。
- 52 如何參與聖殿教儀而從中獲益？
李察·司考德長老
改進聖殿崇拜的幾項簡單建議。
- 54 獨自一人但不孤單
約書亞·伯凱
厄瓜多的璜安·卡布雷拉
找到力量來抗拒誘惑。
- 56 我每天都有見證
史戴芬妮·葛孟蓀
真希望能遇上非常奇妙的靈性經驗，這樣，我就會知道自己是
有見證的。
- 57 我們的天地
- 58 真正的快樂
瑪麗莎·劉易士
與安琪拉分享福音，不但幫助了她，也幫助了我自己。



63

- 60 最佳足球員
安姬·密勒
如果我和蘭恩作朋友，大家都
會認為我很奇怪。
- 62 我們的園地
- 63 選擇光
江文漢長老
福音如何幫助我們找到光。
- 64 把初級會帶回家：
活著的先知教導我要選正義
- 66 現在就作決定
多馬·孟蓀會長
你每天所作的決定如何改變
你的未來？
- 68 阿布學會誠實
安·斯密
阿布肚子好餓，他想吃餅乾，
但那是別人的餅乾。
- 69 著色頁
- 70 幼兒園地
- 81 摩爾門經中的經文人物

2012年3月，第3期
利阿賀拿10483 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：艾森·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，雷金納德·柯丁森，布萊恩·集吉，凱瑟琳·豪德，丹妮斯·柯比，吉妮·尼爾森

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、亞拉伯文、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、烏克蘭文及越南文。（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:

March 2012 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 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



成人園地

巴瑞努耶弗弟兄在步行到學校的路上聆聽總會大會演講（見第 10 頁），也可至網站 conference.lds.org 下載這些演講的聲音檔。

青年園地

運用你的電腦技能，在家譜方面提供協助。見第 34 頁的「徵求在世界各地編製索引的人」，並造訪網站 indexing.familysearch.org。

兒童園地

下個月就要舉行總會大會！（見第 64 頁）。請造訪網站 conferencegames.lds.org，作好準備。

本期主題

數字代表文章起始頁。

- | | |
|-------------|-------------|
| 什一奉獻，20 | 傳統，20 |
| 仁慈，60 | 傳道事工，40， |
| 支持（領袖），12 | 41，50，57， |
| 先知，4，14，42， | 58 |
| 49，64，73 | 慈助會，28 |
| 自立，42 | 經文，4，57 |
| 見證，56，58 | 聖殿事工，38， |
| 身體，48 | 52，57 |
| 服務，14，39 | 聖餐，47 |
| 服從，20，42，66 | 聖靈，20，42， |
| 門徒身分，7 | 62，70，72 |
| 家人，20 | 誠實，68 |
| 家譜，34 | 摩爾門經，50，57 |
| 悔改，9，46，80 | 標準，54 |
| 祝福，8 | 選擇權，66 |
| 神性，7，20 | 總會大會，4，8， |
| 婚姻，20 | 10，12，64，69 |
| 婦女，7 | 歸信，50 |
| 探訪教導，28 | 犧牲，80 |

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。



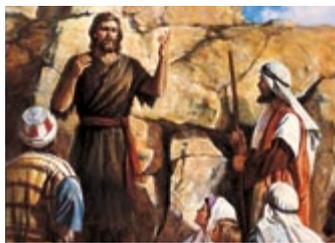
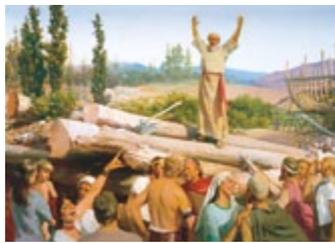
迪特·鄔希鐸會長
總會會長團第二諮理

我們為何 需要 先知？

由於天父深愛其兒女，祂不會讓他們在度過今生時毫無方向及指引。天父的教導不是在鄰近書店裡那些內容普通、老套乏味的平裝書中所能找到的。這些教導代表了一位全能全智、深愛其兒女的高榮人物的智慧；祂的話語蘊藏著最美好的奧秘，是獲得今生及來世幸福之鑰。

天父經由祂的僕人眾先知向祂在世上的兒女揭示這樣的智慧（見阿摩司書 3：7）。從亞當的時代起，神就透過祂任命的先知對祂的兒女說話，這些人負有重任要將祂的旨意和忠告傳達給其他人。先知是受靈啟發的教師，並且一定是耶穌基督的特別證人（見教約 107：23）。先知不僅向同一時代的人說話，也向其他所有時代的人說話。先知的話語亙古不變，為神對其兒女的旨意作見證。

今日與過去並無不同。主愛過去時代的人，也同樣愛我們這時代的人。耶穌基督教會的復興，傳達了一項榮耀的信息，那就是：神仍然對祂的兒女說話！祂並未隱身在天上，如今祂仍然對世人說話，就如同古代一樣。



主賜給先知的啟示，大多是用來幫助個人和社會避免痛苦憂傷。神說話，是要教導、啟發、磨練和警戒其兒女。個人和社會若是忽略天父的教導，就是鋌而走險，將來恐怕要遭受考驗、磨難與痛苦。

神愛祂所有的兒女，而這也是為什麼祂透過先知懇切地勸告我們。我們都希望自己所愛的人能獲得最好的一切，同樣地，天父也希望我們能獲得最好的一切。這就是為什麼祂的教導是如此重要而且有時候是如此迫切，也是為什麼祂今日並未棄我們於不顧，卻仍持續不斷地透過祂的眾先知將祂的旨意啟示給我們。我們和這個世界的命運，端

賴我們是否聆聽並留意神啟示給祂兒女的話語。

神賜給世人的珍貴教導可以從聖經、摩爾門經、教義和聖約以及無價珍珠中找到。此外，主也透過祂的僕人向我們說話，同樣地，祂會在即將來到的總會大會以同樣的方式再度向我們說話。

有些人懷疑這樣的事是否可能，這樣的人可能會問：「神在今日有可能向我們說話嗎？」對這些人，我由衷向你們提出邀請：「你〔們〕來



看」（約翰福音 1：46）。要閱讀經文中的神的話語，用願意傾聽的耳來聆聽神透過後期時代的先知在總會大會所發出的聲音。你們來，用心聽、用心看！因為，你若是「用真心誠意來求問，對基督有信心，〔神〕必藉聖靈的力量，向你們顯明這些事情的真實性」（摩羅乃書 10：4）。藉著這樣的力量，也透過這樣的力量，我知道：耶穌基督活著，祂透過一位活著的先知多馬·孟蓀會長在指導祂的教會。

弟兄姊妹們，神今日確實會對我們說話。祂希望祂所有的兒女都能聽見並留意祂的聲音。當我們這樣做的時候，主必會大大地祝福我們，高舉我們，不僅今生如此，來生亦是如此。■

先知與使徒在今日說話

先知和使徒所從事的神聖事工從未停止。在前後兩次總會大會之間，總會會長團和十二使徒定額組仍會繼續教導和施助世人。「先知與使徒在今日說話」（Prophets and Apostles Speak Today）是網站 LDS.org 的一個單元，其中收錄影片、照片及文章（以多種語言提供），記錄了這些教會領袖們從不間斷的事工。

要透過他們來了解他們所做的事工。要聆聽和閱讀他們對救主的見證，觀看和閱讀他們在位於鹽湖城的教會總部或在世界各地履行指派任務時，對成員作見證所傳達的充滿愛與希望的信息。

請造訪網站 [lds.org/study/prophets-speak-today](https://www.lds.org/study/prophets-speak-today)，進一步認識今日說話的先知與使徒。

青年園地

由一位活著的先知領導

克絲蒂·利帕

我十六歲時第一次有機會親自參加總會大會。那時我們全家住在美國俄勒岡州西部。我們開車到猶他州參加總會大會，同時送我哥哥去傳教士訓練中心。

我去參加總會大會時，心裡渴望蒙受聖靈的教導，結果聖靈向我顯明了一件事：如果我沒有準備好自

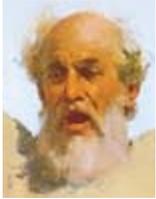
己，我可能就無法獲得這樣的教導。

在其中一場大會中，大家起立唱會眾獻詩「耶和華請您引導我」。我們唱著聖詩時，我很清楚地感覺到要環顧會議中心四周。我這麼做了，數千人一同高聲讚美神的那種合一力量，讓我感動不已。

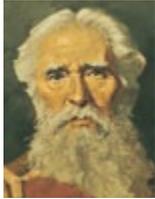
接下來發生的事，讓我感覺自

己彷彿就像看到了生命樹異象的尼腓，因為靈對我說：「看啊」（見尼腓一書第11-14章）。我看到了多馬·孟孫會長，感受到教會在一位活著的先知領導下的團結合一。透過聖靈的見證，我知道孟孫會長確實是我們這時代的先知，我也知道耶穌基督透過他來領導這個教會。

兒童園地



挪亞
向右



摩西
向下



摩爾門
向左



摩羅乃
向左



施洗約翰
向右



彼得
向右



約瑟·斯密
向上

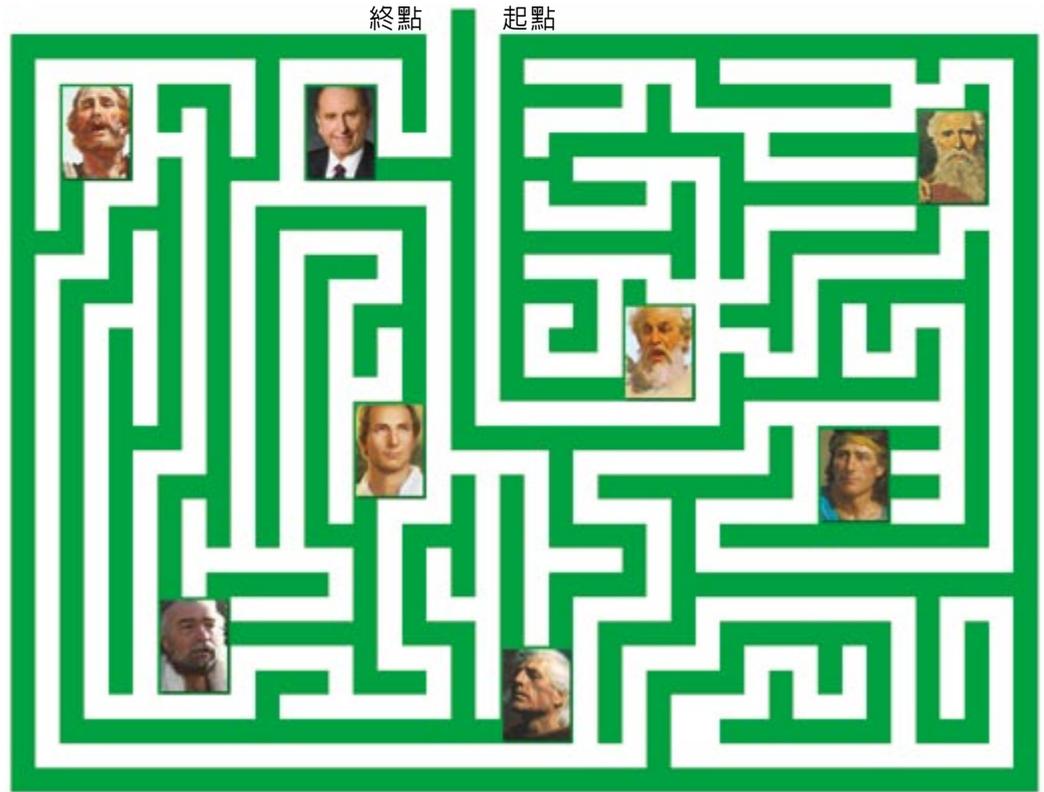


多馬·孟孫
會長
向上

跟隨先知 讓我感到快樂

天父賜給我們先知來引導、教導我們，讓我們能獲得幸福。

按照每位先知所提供的指示，在迷宮中尋找出路。將迷宮中的圖片（或照片）與上面的先知圖片（或照片）配對，找出你該遵循的方向。



左起：挪亞像遺失人取笑（局部），哈利·安德生 © IRI；摩西：頒佈律法者（局部），桑德·海因格 © IRI；摩爾門的錢頁片（局部）和摩羅乃埋藏頁片（局部），多馬·孟孫 © IRI；預備主的道（局部），哈利·安德生 © PACIFIC PRESS PUBLISHING ASSOCIATION，不得複製；施洗約翰（局部），但·貝爾維爾；王的先知（局部），大衛·林斯理繪，不得複製。

研讀這些資料，運用適合的部分與妳所探訪的姊妹討論；善加運用本文的問題來協助妳鞏固姊妹，也讓慈助會成為妳個人生活中一股積極正面的力量。



信心，家庭，慈助

我國度中的女兒

我們是天父的女兒。祂認識我們、愛我們，並為我們準備了一項計畫。這計畫的一部分是讓我們來到世上學習擇善棄惡。我們遵守神的誠命，就是在尊崇祂並表明我們是神的女兒。慈助會幫助我們記住這神聖的出身。

慈助會及其歷史能鞏固、支持我們。總會慈助會會長茱麗·貝克說：「妳們是神的女兒，正在為關乎永恆的重要使命作準備，妳們每個人都具有女性的身分、本質和責任。我們的家庭、社區、教會和寶貴的救恩計畫能否成功，皆有賴於各位的忠信。……〔我們的天父〕希望慈助會能造就祂的人民，幫助他們準備好獲得聖殿的祝福。祂設立這個組織，使祂的女兒能協力推動祂的事工，借助她們來建立祂的國度和鞏固錫安的家庭。」¹

我們在天上的父已經給予我們一項特定的事工去協助建立祂的國度。祂也祝福了我們，賜給我們所需的屬靈恩賜來完成這項特定的事工。透過慈助會，我們都有機會善用我們的恩賜來鞏固家庭，幫助有需要的人，以及學習耶穌基督的門徒應有的生活方式。

總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長談到門徒身分時，說：「耐



心地行走在門徒的道路上，就能反映出我們有多大的信心，有多願意接受神的旨意而不是堅持己見。」²

讓我們都記得自己是神的女兒，努力以祂門徒的樣式去生活。我們這樣做，就是協助建立神在世上的國度，並且使自己能配稱回到祂面前。

經文出處

撒迦利亞書 2：10；教義和聖約 25：1，10，16；138：38-39，56；「家庭：致全世界文告」（2010年11月，利阿賀拿，第129頁）

我能做什麼？

1. 我如何幫助姊妹們發揮她們身為神的女兒的潛能？
2. 我如何在生活中應用教義和聖約第25章中給予婦女的忠告及警告？

歷史回顧

先知約瑟·斯密在1842年4月28日對慈助會的姊妹說：「現在妳們置身於一種讓妳們能按照心中的同情心來行事的境地，神將這種同情心放進妳們〔心中〕。……如果妳們不負妳們的此項殊榮，天使就會成為妳們的友伴。」³

第三任總會慈助會會長琪娜·楊了解慈助會在服務他人及協助個人增進信心上所擁有的力量，她在1893年向姊妹們保證：「如果妳在內心探求得夠深入，藉著主的靈的協助，妳就會找到那顆無價的珍珠，即對這項事工真實性的見證。」⁴

註：

1. 茱麗·貝克，「『我國度中的女兒』：慈助會的歷史與事工」，2010年11月，利阿賀拿，第112，114頁。
2. 迪特·鄔希鐸，「門徒的道路」，2009年5月，利阿賀拿，第76頁。
3. 約瑟·斯密，引述於 *History of the Church*, 4:605.
4. Zina D. H. Young, "How I Gained My Testimony of the Truth," *Young Woman's Journal*, Apr. 1893, 319.

十月總會大會筆記本

「我，主，說過的，我已說過了，……無論是藉著我自己的聲音，或是我僕人們的聲音，都是一樣」（教約1：38）。

各位在複習2011年10月總會大會的演講時，可以運用這幾頁的內容（和以後幾期雜誌中的「總會大會筆記本」）來幫助你研讀和實踐活著的先知和使徒最近的教導。

你的
美夢
成真

總會大會上分享的故事

金卡有

一位女士最大的願望就是在聖殿與一位正義的聖職持有人結婚，成為妻子和母親。這是她一生的夢想，她一定會是個賢妻良母。她的家中會充滿愛心，家人之間絕對不會惡言相向，食物永遠不會燒焦。到了晚上和週末，孩子不會想出去找朋友玩，卻喜歡和爸爸、媽媽在一起。

「這就是她的金卡。她覺得自己整個人生就靠這件事了。這是她最熱切期盼的事。

「但這件事始終未發生。時間一年一年過去，她變得越來越孤僻、不滿，甚至憤怒。她不明白神為什麼不成全她這個正義的願望。

「她是位小學老師，整天和孩子在一起只讓她想到自己的金卡從未出現。歲月流逝，她變得越來越沮喪，越來越孤僻。大家都不喜歡跟她在一起，盡可能躲著她。她甚至會把自己的挫折感發洩在學校的孩子們身上。……

「這個故事的可悲之處，在於這位女士因為沒找到金卡而大失所望，卻不曾留意自己實際擁有的祝福。在家裡，她沒有自己的孩子，但是在教室裡卻有孩子簇擁著她。她未能蒙福擁有自己的家庭，但是主給了她少數人才有的機會：身為老師，讓她有機會對成千上百個孩子和家庭的生活產生良好的影響。

「這個故事背後的意義就是：如果我們終日等待最美的玫瑰，就會忽略周遭美麗盛開的勿忘我。」

總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長，「勿忘我」，2011年11月，利阿賀拿，第121-122頁。

思考以下問題：

- 你的「金卡」是什麼？它如何妨礙你看到自己已經擁有的祝福？
- 你在生活中可能忽略了哪些「小小的勿忘我」？

不妨把你的想法寫在日記中或是和別人討論。

與本主題有關的其他資源：在網站LDS.org上點選Study by Topic，再點選Gratitude；迪特·鄔希鐸，「幸福是你們的傳承」，2008年11月，利阿賀拿，第117-120頁。

請至網站conference.lds.org閱讀、收看或收聽總會大會演講。

被愛

主對我們每個人的愛遠超過我們的理解和想像。因此，讓我們對彼此更加仁慈，也對自己更仁慈。」

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老，「等候主：願您的旨意得成」，2011年11月，利阿賀拿，第73頁。

先知的應許

研讀了教會福利的各項教義和原則之後，要努力在你們管家職務所負責的範圍內，運用所學去處理他人的需求。這就是說，你們大多需要自行找出解決方案。……

「……你們必須在自己的地區內從事基督的門徒在每個福音期裡所做的事：一起商議、運用一切可用資源、尋求聖靈的啟發，並求問主以獲得證實，然後捲起袖子做事。」

「我應許各位，只要你們願意遵照這個模式去做，就會在人、事、時、地方面獲得明確的指引，能以主的方式來供應。」

總會會長團第二諮理迪特·鄔希譯會長，「主的供應方式」，2011年11月，利阿賀拿，第55頁。

你被邀請了

「我要邀請

受邀者：「教會的年輕人

事由：「去學習和體驗以來加的靈。

做法：「我鼓勵你們研究、找出祖先的資料，並準備好自己在主的屋宇為自己已逝的祖先執行

代替洗禮的教儀。」

十二使徒定額組大衛·貝納長老，「兒女的心轉向父親」，2011年11月，利阿賀拿，第26頁。

學習角落

找出相似處：悔改

總會大會的演講者往往會教導一些相同的原則。以下幾位演講者都談論了悔改。各位在研讀總會大會講詞時，試著找出其他的相似處。

- 「如果你們之中有人在人生道路上失足犯錯，我希望各位能了解，無論如何確實都有回頭路，這個過程稱為悔改。」¹ ——多馬·孟蓀會長
- 「你們陷入困境時，可能會認為你們犯了過錯，不論是大錯或小錯，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！唯有悔改能醫治創傷。」² ——十二使徒定額組會長，培道·潘會長
- 「無論你現在如何，做過什麼事情，都能獲得寬恕。……那就是寬恕的奇蹟，就是主耶穌基督贖罪的奇蹟。」³ ——十二使徒定額組，傑佛瑞·賀倫長老
- 「唯有透過悔改，我們才能獲得耶穌基督的贖罪恩典和救恩。悔改是一項神聖恩賜，我們談到悔改時，應當有笑容。」⁴ ——十二使徒定額組，陶德·克理斯多長老

註：

1. 多馬·孟蓀會長，「獨自奮戰的勇氣」，2011年11月，利阿賀拿，第62頁。
2. 培道·潘，「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第18頁。
3. 傑佛瑞·賀倫，「我等皆是軍人」，2011年11月，利阿賀拿，第45頁。
4. 陶德·克理斯多，「神聖的悔改恩賜」，2011年11月，利阿賀拿，第38頁。

為總會大會 作準備

我們家庭學習到：研讀總會大會的講詞
能夠邀請聖靈進入我們日常的生活。

馬可·巴瑞努耶弗

我的家人和我發現，為下次總會大會作準備的最佳方式，就是牢記並遵從上次總會大會所獲得的忠告。我的妻子有空時會閱讀旌旗雜誌的總會大會專刊，並且努力應用從中學習到的教導。例如，她曾告訴我，貝納·大衛長老那篇有關增進祈禱品質的演講，幫助了她在養育我們那兩個活潑好動、難以管束的兒子時，能夠更懇切地尋求仁愛。¹

我自己也努力回顧上次總會大會的內容。每天早上步行到學校的途中，我會聆聽一篇演講，然後沉思、祈禱，讓先知的教導深植在我的心思意念中。我會與天父溝通接下來這一天該做的事，還有我身為丈夫、父親、後期聖徒、學生以及公民所應盡的責任。

一天早上，我感覺到多馬·貝利長老那篇名為「就當簡樸」的演講，非常切合我當時的情況。² 貝利長老將亨利·大衛·梭羅住在華騰時所教導的原則運用於簡化生活，其做法是增強靈性和減輕世俗的壓力。由於我在求學過程有許多事情要做，因此我們全家一起出遊的機會就顯得彌足珍貴。然而，就在貝利長老發表那

篇演講前的那個夏天，我們全家造訪了華騰湖，梭羅曾住過的木屋已重建，我們在木屋中駐足、沉思片刻。下午大部分的時間，我們涉水過華騰湖，在湖邊築沙堡。那天回家後，我們全家向天父表達了感謝，感謝祂讓我們能夠一同享受祂所創造的大自然景物。

幾個月以後，我步履蹣跚地走在滿覆白雪的人行道上時，回想起那個美好的夏日。由於那次的經驗和貝利長老的信息，我更加清楚地了解到，在以福音為核心的生活中，花時間與家人相處是多麼重要。

我們全家人除了自己個別聆聽演講之外，也會在星期日早上準備要去教會時，在電腦上播放總會大會演講。有一次，妻子和我甚至看到我們四歲的兒子告訴弟弟要安靜，這樣他才能聽得到多馬·孟蓀會長演講。

透過近代先知的口，救主的教導成了我們家的一項祝福。我們努力讓這些先知、先見、啓示者融入我們每日的生活當中，這使得我們能時常獲得聖靈的指引。就如同聖詩歌詞所表達的，我們確實要說：



「神啊，感謝您賜我們先知。」³
藉著經常研讀從總會大會所獲得的忠告，妻子和我在下次總會大會快到時，就已經很清楚地了解主在近期內已賜下的教導。我們在靈性上受到啓發，也更加充分地準備好接受

主現在透過其僕人眾先知所作的教導。■

註：

1. 見大衛·貝納，「常常祈禱」，2008年11月，利阿賀拿，第41-44頁。
2. 見多馬·貝利，「就當簡樸」，2008年11月，利阿賀拿，第7-10頁。
3. 「感謝神賜我們先知」，聖詩選輯，第10首。

聚焦總會大會

除了研讀以往的總會大會演講之外，不妨考慮以下這些做法，幫助自己從接下來這次的總會大會中學習：

- 祈禱和禁食，好使你能從演講者的話語中獲得你祈禱的答覆。
- 總會大會快來臨時，心中謹記著特定的問題。
- 在總會大會開始之前，完成所有的家事、購物以及該外出處理的事情，好使你能夠專心聆聽總會大會的演講。
- 總會大會開始的前幾晚，要好好休息，這樣你的心思才能準備好接受啓發。
- 把你所得到的靈感印象、提示以及見解記寫下來。

本項主題，還有更多

以下文章可於網站 LDS.org 上取得：

1. 保羅·詹森，「總會大會的祝福」，2005年11月，利阿賀拿，第50-52頁。

我們支持領袖

後期聖徒相信：耶穌基督本人是耶穌基督後期聖徒教會的元首。祂透過靈感召喚先知和使徒來領導祂的教會。主已將權柄賜與這些領袖來召喚其他人在教會服務，像是七十員定額組的成員。使徒和七十員召喚支聯會會長，支聯會會長召喚主教，主教則召喚教會成員在其支會中擔任各種不同的職務。藉此，聖職權柄及啓示得以引導從教會整體的層級至當地會眾的各項召喚。

我們有機會支持這些人履行其召喚，也就是給予他們支持和協助，並且為他們祈禱。他們的名字在總會大會、支聯會大會、支會大會或聖餐聚會中宣讀時，我們舉起右手來表示我們願意支持他們。對我們自己、對這些人以及對主而言，我們舉起右手就是表示我們願意支持他們。

舉手支持並不是投票使人當選。此人已透過持有聖職權柄者，由主召喚擔任此一職務。

我們所作的支持是對此人信任的一種表示，因為我們了解，神已經透過我們所支持的聖職領袖召喚了這個人。

我們可以用下列的幾個方式支持總會持有權柄人員和當地的領袖及職員：

- 運用信心，並為他們祈禱。
- 遵從他們的忠告。
- 在他們提出要求時給予協助。
- 接受他們提出的召喚。

支持領袖是我們的善意、信心與交誼的明證。■



下：約翰·路加攝；右：麥斯利·尼羅遜；攝影插圖：奎格·戴蒙和威登·安德生

1. 我們支持本教會的總會持有權柄人員。



2. 我們可以藉著舉起右手，表示我們會支持當地的領袖以及其他蒙召喚來為我們服務的人。



3. 我們遵從領袖的忠告，藉此支持領袖。



4. 我們藉著接受召喚來支持領袖，因為召喚是「藉著……有權柄者」對我們提出的（信條 1：5）。



5. 我們為領袖祈禱，藉此支持他們（見教約 107：22）。

「你們〔要〕遵守你們藉著舉手而對主及對彼此所立的誓約；你們所有的人都〔要定意〕在各個組織中……支持這些職員……你們〔要〕盡一切所能幫助他們，使他們受益，使他們蒙福，並在他們所從事的美好事工上鼓勵他們。」

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 218-219 頁。

欲知更多內容，見總會會長的教訓：約瑟 F·斯密（1998），第 24 章；以及總會會長的教訓：喬治·斯密（2011），第 6 章。



左：照片由後期聖徒教會檔案室惠予提供；右：湯姆·司馬，史都華·詹森，及蓋瑞·亞凡攝，
總攝新聞照子提供；繪畫大會，聖佑·戴家攝

今日我可曾在世界上行善？

多馬·孟蓀會長生平

海蒂·史文頓

在 2008年6月18日那天，電話響了。我和丈夫當時在英國南倫敦傳道部服務，他是傳道部會長。電話是多馬·孟蓀會長打來的。他用一貫的和善態度問候我，說：「傳道部近況如何？家人都還好嗎？在英國還開心嗎？」這就是他服務時所展現的一項特質。他停頓了一下，然後說：「我已經跟法蘭絲討論過，也為此作過祈禱，我想請你為我寫傳記。」

我當然感到十分榮幸，同時卻也感到難以勝任。孟蓀會長隨後表示，如果我隔天早上立即動筆，等到我們返鄉的時候，很可能已經完成一半的傳記。我們的召喚為期三年，當時還剩一年的時間。

孟蓀會長教導：「主召喚誰，便會讓他能夠勝任。」¹我對這個應許已懂得心懷感激。

要如何撰寫先知的生平？著手的地方不是電腦鍵盤，而是跪下祈禱的雙膝。

我很早就知道這不會是一本普通

的傳記，不會只是把日期、時間、地點及出訪經歷大致列出來而已。這本傳記所要記寫的這個人，在創世以前就由神預備、召喚，要來「引導我們度此末世」²對於寫傳記一事，最貼切的形容是深感自己卑微渺小，其次就是令人惶恐、充滿挑戰以及需要投注大量的時間和精力。

主說過：「無論是藉著我自己的聲音，或是我僕人們的聲音，都是一樣」（教約1：38）。所以，自從多馬·孟蓀會長於1963年蒙召喚到神聖的使徒職位，我就開始聆聽主透過其先知所說的話。我用了好幾個月的時間，閱讀孟蓀會長在許多場合中發表的數以百計的信息，也拜讀了歷任總會會長以及許多知名的宗教領袖的傳記。我研究的範圍包括：教會早期在孟蓀會長祖先的故鄉蘇格蘭、瑞典及英格蘭等地的歷史；對於孟蓀會長青少年時期有重大影響的經濟大蕭條；第二次世界大戰及其後續發展，



左：孟蓀會長——當時還是孟蓀長老——於1967年在教會行政大樓的臺階上。上，最上起：2011年於自己的辦公室留影；2002年與羅素·培勒長老一起出席百翰·楊大學的約瑟F·斯密大樓動土典禮；2010年出席夏威夷來耶聖殿重新奉獻典禮；2008年4月總會大會結束後，與妻子法蘭絲合影。



最上：孟蓀會長於1960年代的肖像。上：與德國的教會成員及傳教士合影。下，左起：擔任第六-七支會主教時，與他的諮理合影；與童子軍交談；於1965年訪視東加傳道部。

以及戰後分裂的德國。（孟蓀會長曾督導這個區域的教會事務長達20年）。我讀了他在1985年特別為家人撰寫的自傳，也讀了他47年來所寫的日記。我訪問了世界各地曾與他一起服務過的教會領袖，以及因為他所做的事工而深受影響的教會成員。我請我的好友，也是歷史學者翠莎·史托克共同參與，幫助我進行研究。她曾多次在總會會長的教訓課本系列的撰寫委員會服務，了解如何研究先知的生平。

我透過每個月的視訊會議，從英國訪問孟蓀會長；返鄉回到猶他州之後，我親自在他的辦公室工作了14個月。在這段期間，我處處可以感受到他親切和藹的態度，我們就彷彿是一同坐在廚房的餐桌旁一樣。他談到了自己的童年和家庭、大衛奧·麥基會長（1873-1970）給他的召喚，以及好幾位人生導師對他的影響，其中幾位是：小路賓·克拉克會長（1871-1961），海樂·李會長（1899-1973），馬可·彼得生長老（1900-1984）。

孟蓀會長在家中學習到基督般的生活方式，在他的家中，行為的標準是發揮仁愛——基督純正的愛——愛心，以及內心有渴望去提升他人、使他人蒙福。他的父母在家中不是讀經文給他聽，而是去實踐經文的教導。

孟蓀會長專注認真為人服務的特質，可回溯到他在鹽湖城西邊的成長經驗，他常說，他在「鐵軌旁的貧窮地區」度過了經濟大蕭條最嚴重的時期。他的鄰居和朋友在物質上很匱乏，但他們擁有彼此的友誼，而這就足夠了。許多與他關係親近的人——包括他最喜愛的幾位伯父和叔叔——都不是教會成員。宗教上不論歸屬什麼組織，並不會造成他與這些人之間的隔閡；他已經學會無條件地去愛人。他的父母敞開心胸對待每個人，孟蓀會長一生不曾忘懷那些為其生命奠下基礎的身教。

孟蓀會長是個不凡的人，他對於所遇到的人都懷有一份



崇敬，也關心他們每個人的生活、憂慮及挑戰。他對於來訪的貴賓以及晚上為他擦拭書桌的人同樣重視。很顯然，他的偉大之處，在於他能夠了解每一個人的處境，並且從他所遇到的每個人

正如孟蓀會長所說，如果說組織是要實現、光大其領袖的想法，³那麼，我們所接受到的命令，就是要去提升、鼓勵、接納他人，並且一個一個地救援他們。這樣的生活方式會反映出救主的典範，祂「周流四方，行善事……因為神與祂同在」（使徒行傳 10：38）。

孟蓀會長久以來都呼籲我們要成為更像救主一樣。當我訪問十二使徒定額組會長培道·潘會長時，他確認了一件我逐漸體會到的事情。他說，孟蓀會長「比我們其他人更有基督的樣式。」⁴

超過半個世紀以來，孟蓀會長將自己的衣物送給貧困者，在病榻旁陪伴生病的長者。在醫院和他們的家中，他為無數的人作過祝福。他曾經在途中把車子掉頭，為了能夠短暫地拜訪朋友；他曾經從開會的地方急忙趕去一個喪禮上致詞。（如果你問他，這樣的朋友他有多少個，他會說：「少說都有一千四百萬個。」）如果有人因為坐在輪椅不便來到他面前，他會自己過去找這個人；

簡而言之，
孟蓀會長所做到的，是大多數人只想到要做的事。

他也會跟一群青少年「擊掌」，甚至對著坐在前排的執事抖動他的耳朵。孟蓀會長對那些他所稱的「默默無聞、不為人知」的人懷著極大的虔敬，儘管他們鮮為人知，但是天父認識他們。

簡而言之，孟蓀會長做的事，是大多數人光想卻不做的事。

他的信息裡有許多真實的例子（他從來不稱之為「故事」），用來教導福音的原則。他說明：「當我們確實愛神和愛人如己時，我們所採取的行動鮮少會受到世人的注意及讚賞。我們的愛通常是在日常生活中與人往來互動時表現出來。」⁵

孟蓀會長在世界各地所從事的服務之中，最令人難以忘懷的，也許是他在共產鐵幕後督導教會事務那些年的經驗。當丈夫和我於 2009 年結束傳教時，我們前往德國，造訪孟蓀會長去過的地方，與他所摯愛的成員交談，親自感受他多年服務所留下的影響。我們所見到的是，真誠的聖職持有人談起他持續的來訪、他對耶穌基督的愛以及他給予的鼓勵和關切時，仍不禁落淚。我們站在哥利茲一家如今已荒廢停用的廠房，孟蓀會長於 1968 年曾在那裡的講台上，把主賜給祂兒女的所有祝福都應許給面容憔悴的東德聖徒——條件是他們要保持忠信。那一天，他們熱烈激昂地唱著：「倘若考驗重重，不要沮喪！……耶穌不會棄我們於不顧，不要沮喪。」⁶他當年是在總會會長團的指導下，前來救援聖徒。二十年後，柏林圍牆雖仍矗立，這些東德的後期聖徒卻已有了支聯會、教堂、教長、傳教士以及一座聖殿。之後，圍牆倒塌了，聖徒們終能與家人團聚，整個國家也統一了。

多馬·孟蓀會長常說：「世上沒有什麼事是巧合」，他這樣說，是要表達一個重點：他的人生經歷教導了他，要一直在生活中找出主的手。⁷

東德的偉大教會領袖之一是亨利·伯哈特，他曾與孟蓀會長密切合作，在他身邊服務長達 20 年，一同目睹了這個國家的關鍵歷史事件。在那些年裡，伯哈特弟兄忠信地服務，冒著極大的危



險在鐵幕後代表教會與政府往來。他在教會中擔任過許多職位，其中包括德國德勒斯登傳道部會長以及弗萊堡聖殿會長。

我問伯哈特弟兄，孟孫會長所從事的事工中，哪個關鍵時刻最為重要，讓他印象最為深刻。我當時以為，他會提到的不外乎：哥利茲的那場聚會；1975年奉獻該國作為傳播福音之用的奉獻典禮；組織當地的第一個支聯會；弗萊堡聖殿的奉獻典禮；與東德共黨政府的最高首長艾立克·何內克的會面——孟孫會長當時要求對方准許傳教士進入東德，並讓其他傳教士能夠離開東德到其他地方服務。當時有著領有格殺令的軍隊在柏林圍牆巡邏，在這樣的情況下，提出這樣的請求聽來似乎荒唐。然而，何內克先生回應說：「這些年來，我們一直都在監視你們。我們信任你們。請求照准。」伯哈特弟兄會選擇這其中的哪一個事件？

伯哈特弟兄淚流滿面地回答：「是1979年12月2日那一天」。我當時怎麼也想不起來，有哪個重大事件是在那一天發生的。我說：「請告訴我是哪件事。」

他說：「那天是孟孫會長到東德為我妻子英葛祝福的日子。」孟孫會長當時有個週末空檔，沒有指派任務要執行，他專程為了這個目的從美國搭飛機到德國。伯哈特姊妹當時因為手術引發的併發症，已經住院9週，她的病情不斷惡化。孟孫會長在他的日記裡寫道：「我們一同運用信心和祈禱，為她作了祝福。」⁸他橫越數千英里，將數個月以來僅有的休假時間用來「救援」。

孟孫會長曾說：「讓我們捫心自問：『今日我可曾在世界上行善？可曾幫助困苦的人？』〔這〕是多麼好的一道幸福公式！……多麼讓人

右：孟孫會長及孟孫姊妹於2002年出席伊利諾納府聖殿的奉獻典禮。孟孫會長於2008年4月總會大會上演講，他在那次大會中被支持為本教會總會會長；2009年出席猶他州奧刻爾山聖殿的房角石儀式；2011年6月與一位多年好友於加拿大安大略省合影。

**孟孫會長
不斷地提醒
我們要主動
關懷彼此。**

心滿意足、內心平安的一帖良方妙藥！……我們應當……振奮人心、說親切的言語、分贈禮物、實踐善行、拯救靈魂。」⁹

這就是孟孫會長所作的服務，他總是主動伸出援手，幫助那些疲憊不堪、飽受孤寂以及內心怯懦的人。正如十二使徒定額組的李察·司考德長老說的：「主必須讓多馬·孟孫會長有一副高大的身材，才容納得下他寬大的心胸。」¹⁰

當先知在2008年6月1日奉獻巴西古里提巴聖殿時，他請一位年輕男孩在房角石儀式上協助他。有位攝影師建議旁邊的人把那男孩的帽子拿開再拍照。那個男孩沒有頭髮，他顯然正在接受癌症治療。孟孫會長滿懷愛心地伸手摟著男孩的身體，幫助他把水泥漆塗在牆上。陪同孟孫會長出席的人員中，有一位提到說，時候到了，該回到聖殿裡準時完成奉獻典禮。孟孫會長搖頭說：「不，我還要再請一位上來。」他往人群望去，目光落在後面的一位女士身上，當兩人四目交接時，他示意要請那位女上前來。他伸手摟著這位女士的身體，滿懷愛心、謹慎地護送她到牆邊，完成將房角石密封起來的動作。

十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老也出席了當天的儀式。隔天，他問孟孫會長是怎麼知道那位女士就是那男孩的母親。

孟孫會長回答說：「我不知道，但是主知道。」

過了沒幾個月，那個男孩去世了。納



爾遜長老說：「可想而知的是，〔那次儀式的經驗〕對於那位母親而言意義有多麼重大。那正是主在對她說：『我認識妳，我為妳感到憂心，並且想要幫助妳』。我們所擁有的這位神的先知，正是這樣的人。」¹¹

在這個時代裡，發送簡訊和電子郵件已經取代了促膝長談，孟蓀會長不斷地提醒我們要主動關懷彼此。透過一封由成員寫給他的信，他分享了這樣的信息：「人們的祈禱幾乎都是經由別人的行動來得到回答。」¹² 他經常提及主的這項忠告：「我必在你們前面行。我必在你們的左邊和你們的右邊，我的靈必在你們心中，我的天使必在你們四周，托著你們。」（教約 84：88）。讓孟蓀會長心懷感激的是，我們常常是彼此的天使。阿爾瑪在摩爾門水流讓聖徒們承諾要「承擔彼此的重擔，使重擔減輕」（摩賽亞書 18：8）；孟蓀會長也呼籲我們要奉行這項聖約。

孟蓀會長會為他人承擔重擔，而我自己也曾是受患者。有一次，他看到撰寫傳記的重任壓得我快喘不過氣時，請我進到他的辦公室，以最溫和親切的語氣問我：「我能幫什麼忙嗎？」

他主動關切，讓我終於忍不住告訴他，我自覺無法勝任，這項工作實在令人惶恐不已，而且我要收集、整理和合併的資料，數量是如此地龐大。我多麼希望能為他把事情做好。我們之間那次的對談是我畢生以來最寶貴的經驗之一。我感到自己好像在畢士大池邊，救主拉起了我的褥子，伸出手把我扶起來。孟蓀會長了解贖罪的拯

救力量，並且認為能蒙主差遣去扶助他人是一份殊榮。

他說過：「要主動去救援年邁、喪偶、有身心障礙的人，以及較不活躍的教會成員，」之後，他一直在實踐這些忠告方面為人表率，「對這些人伸出援手，向他們表達深切的憐憫。」¹³

多馬·孟蓀會長對他人的尊重和關懷，反映出他對救主耶穌基督的這項見證：「藉著學習祂的樣式、相信祂、跟從祂，我們就有能力變得像祂一樣。我們的容貌會改變，內心會變得柔和，腳步會加快，眼光看得更深遠；生命〔會〕呈現其應有的面貌。」¹⁴ ■

註：

1. 多馬·孟蓀，「職責召喚」，1996年7月，聖徒之聲，第49頁。
2. 「感謝神賜我們先知」，聖詩選輯，第10首。
3. 見 Kellene Ricks, "BYU Leader Begins 'Lord's Errand,'" *Church News*, Nov. 4, 1989, 3.
4. 培道·潘，引述於 Heidi S. Swinton, *To the Rescue* (2010), 1。
5. Thomas S. Monson, "To Love as Jesus Loves," *Instructor*, Sept. 1965, 349.
6. "If the Way Be Full of Trial, Weary Not," *Deseret Sunday School Songs* (1909), no. 158；亦見多馬·孟蓀，「耐心，天國的美德」，2002年9月，利阿賀拿，第7頁。
7. 多馬·孟蓀，引述於 *To the Rescue*, 60。
8. 多馬·孟蓀，引述於 *To the Rescue*, 1。
9. 參閱多馬·孟蓀會長，「願我們如此生活」，2008年8月，利阿賀拿，第5頁。
10. 李察·司考德，引述於 *To the Rescue*, 162。
11. 見 *To the Rescue*, 521。
12. 多馬·孟蓀，「作榜樣」，1997年1月，聖徒之聲，第50頁。
13. Thomas S. Monson, Salt Lake City South Stake Conference Broadcast, Oct. 18, 2009, unpublished.
14. 參閱多馬·孟蓀，「夫子的方式」，2003年1月，利阿賀拿，第4頁。



本文摘錄自 2010 年 11 月 21 日對非洲轉播的一場支聯會與區會地區大會中所發表的演講。

福音文化

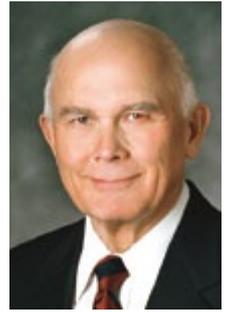
在非洲皇后這部著名的電影中，有兩位難民爲了躲避世界第一次大戰於東非引發的暴動，試圖逃往較爲安全的維多利亞湖地區。在經歷許多驚心動魄的災難後，他們的船非洲皇后號在一處沼澤地擱淺了。這兩位難民由於無法辨識河水的流向，加上沼澤四周有高大的植物阻擋，因而迷失了方向，變得沮喪不已。在體力耗盡，完全失去信心後，他們打算放棄一切，靜待死亡來臨。

然而，就在這千鈞一髮之際，鏡頭慢慢拉高，跳離所見的危險，我們從另一個角度看到他們所處的確切位置。原來他們歷盡千辛萬苦尋找、能幫助他們脫困的維多利亞湖，就在幾公尺外不遠之處，只不過他們沒看到而已。

耶穌基督的福音爲我們說明了今生的旅程，並告訴我們永恆的目的地。就像非洲皇后影片中的難民一樣，我們也在逃離邪惡，躲避災難。我們的四周有許多阻礙，使得我們必須費盡心力才能達成目標。有時候我們看不到任何進展，可能氣力耗盡，心灰意冷，甚至可能看不到自己的目標究竟在何處，但是我們絕不可以放棄。只要我們能跳離現

縱觀世界，仰望……





達林·鄔克司長老
十二使徒定額組

這個福音文化來自救恩計畫、神的誠命，以及活著先知的教訓。爲了幫助世界各地的成員，教會教導我們，要摒棄一切不符合這個福音文化的個人或家庭的傳統或習俗。





聖靈的恩賜就是神賜給我們的禮物，讓我們在憑信心行走在艱難的人生旅程時，支持我們。

況，從高處看自己在這條通往永生道路上的確切位置，必會明白自己的進展有多麼大。

信賴聖靈

所幸救主已經賜給我們一個定向器和嚮導，在我們無法看清各種阻礙而灰心喪志時，助我們一臂之力。我所指的是聖靈的恩賜。不過我們必須願意善用並信賴這項神聖的恩賜，而且必須讓聖靈能充分發揮影響力。

關於這點，在教會一段極為艱困的時期擔任總會會長的惠福·伍會長（1807-1898）曾教導聖靈的重要性：「每一個來到〔神的〕教會且接受了赦罪的浸沒洗禮〔和聖靈恩賜〕的男女，都有權利獲得啓示和神的靈，在他們的努力中給予協助。」¹

伍會長解釋：「這靈日復一日向每一個有信心的人揭露對他最有利的時候。」²這就是神賜給我們的恩賜，讓我們在憑信心行走在艱難的人生旅程時，支持我們。

如果我們要得到這項寶貴的指引，就必須遵守誠命。伍會長教導：「聖靈不會住在不潔的殿裡。如果你們要享有你們宗教的全部力量和恩賜，你們就必須是純潔的。如果你們陷入軟弱、愚蠢和罪惡裡，你們就要悔改；也就是說，你們必須完全棄絕才行。」³

主已經命令我們要每週出席聖餐聚會、領受聖餐（見教約 59：9-12）。只要我們這麼做，悔改我們的罪，再次承諾要事奉主、一直記得祂並遵守祂的誠命，我們就會獲得寶貴的應許，

能「一直有祂的靈與〔我們〕同在」（教約 20：77）。這就是能夠讓我們超越今生的種種阻礙與失望，蒙得引領，返回天家的方法。

多馬·孟蓀會長已宣告：「我們周遭充斥著不道德、色情、暴力、毒品以及其他許許多多的禍患，這些都在擾亂著今日的社會。我們的挑戰以及我們的責任，除了讓自己『不沾染世俗』（聖經雅各書 1：27）以外，更要帶領我們的孩子以及那些我們有責任照管的人，平安地橫渡環繞在我們四周、這狂風大浪一般的罪，好使我們有一天能返回與天父同住。」⁴

我們確實需要聖靈的帶領，因此我們必須勤奮地做這些必要的事，才能享有聖靈的陪伴。明確地說，我們必須遵守誠命、祈禱、研讀經文，並在每週領受聖餐時悔改。

獨特的生活方式

耶穌後期聖徒教會的成員有著所謂的福音文化來幫助我們遵守神的誠命。福音文化是一種獨特的生活方式，是所有成員都知道的一套價值觀、要求和規範。這福音文化源自救恩計畫、神的誠命，以及活著先知的教訓，引領我們該如何養育子女以及過生活。家庭文告中所說的各項原則，充份呈現了這種福音文化。⁵

爲了幫助世界各地的成員，教會教導我們，要摒棄一切不符合耶穌基督教會的教導以及這個福音文化的個人或家庭的傳統和習俗。我們這樣做，就是在聽從使徒保羅的警告，他說：千萬不

要讓人「用他的理學……，不照著基督，乃照著人間的遺傳和世上的小學就把〔我們〕擄去」（歌羅西書 2：8）。

談到摒棄錯誤的傳統與文化，我們除了要讚揚年輕人的適應力和進步，也要懇請老一輩成員摒棄一些使他們無法成長和進步的傳統、文化或部落習俗。我們要請每個人遵循福音文化，也就是耶穌基督復興福音為基礎的規範和傳統來提升自己。

非洲有許多傳統與福音文化一致，有助於教

會成員遵守神的誠命。非洲堅強的家庭文化更勝於西方許多國家的文化，家庭價值觀在許多西方國家正逐漸瓦解。我們希望非洲成員家庭中所展現的愛與忠誠的榜樣，有助於我們教導其他人存在於福音文化中的這些重要傳統。端莊也是非洲文化的一項優點。我們懇請各地的青年也能像我們在非洲所見的大多數青年一樣端莊。

但與福音的文化與價值觀相形之下，非洲有些地方的某些文化傳統是不可取的，其中有幾項與家庭關係有關——特別是在出生、婚姻和死亡



我們除了要讚揚年輕人的適應力和進步，也要懇請老一輩成員摒棄一些使他們無法成長和進步的傳統、文化或部落習俗。

方面。舉例來說，非洲有些丈夫的觀念錯誤，認為妻子應做大部分的家事，自己則可以在一旁休息，或是認為妻子和子女不過是丈夫的僕人而已。主對這類的事並不喜悅，因為這會阻礙應在永恆中發展的那種家庭關係，也讓今生應有的成長和進步無法順利進行，以致沒有資格獲得永恆的祝福。要研讀經文，那麼你就會看到我們的第一對祖先亞當和夏娃一起祈禱、一起工作，這是我們所有的人應效法的模範（見摩西書 5：1，4，10-12，16，27）。彼此尊重以及在愛中一起工作，

應該是我們家庭生活的模式。

另一項不可取的文化傳統是 lobola（嫁妝）的習俗，它嚴重妨礙年輕男女遵守耶穌基督復興福音的誠命。一位年輕的返鄉傳教士必須花很多年的時間才能湊足金額龐大的嫁妝，從新娘父親手中買到自己的妻子，所以他不是無法結婚，就是要等步入中年才能結婚。這項習俗不符合福音計畫中有關在婚姻以外保持性純潔、婚姻和養育兒女的原則。聖職領袖應該教導父母停止這項習俗，年輕人則應按照主所制定的婚姻模式，在聖

只要我們遵守主的誠命，聽從祂的領袖對於婚姻的忠告，就可以呼求祂在其他一切事物上祝福我們。



殿裡結婚，不要等籌到嫁妝的錢才結婚。

有些婚禮和喪禮的文化習俗或傳統也可能與福音文化相衝突。我懇請各位不要爲了籌辦婚禮或喪禮而讓自己負債累累。要避免過多的交通往返和昂貴的餐宴。沈重的負債會使各位較無能力或根本無法繳付什一奉獻、去聖殿、送孩子去傳教。各位所作的各項計畫要能加強——而非減弱——自己將來在教會裡的活躍程度。

婚姻的重要

我們生活在一個邪惡的世界。說這句話的時候，我最先想到的是蓄意謀殺，這種情況在非洲和其他地方的部落和國內衝突事件中經常發生。神也命令我們，不可用偷竊或詐騙的方式掠奪別人的財產。另一項極大的惡行是違反「不可姦淫」（出埃及記 20：14）的誠命，以及神已啓示、與生育這項偉大能力相關的所有誠命；神賜予這項生育能力有其目的，只能在婚姻關係中用，在婚姻以外發生性關係是有罪的。

在我們生活的這時代，人們認爲婚姻是可有可無的，並非必要的。舉例來說，今日在美國出生的兒童之中，有百分之 40 不是婚生子女。神在伊甸園爲我們的第一對祖先制定了婚姻，夫妻承諾要對彼此忠誠，因而能使子女有安全感；許多非婚生的孩子就無法從父母身上獲得這樣的安全感。⁶

婚姻很重要，但在非洲和其他國家，我們必須問，什麼樣的婚姻才重要？有法律授權的正式婚姻，也有許多

不需透過太多正式手續就可以締結或終止的習俗婚姻或部落婚姻。主的標準正式規定我們要在聖殿裡印證婚姻，這樣的婚姻，其效力也如法律所規定的婚姻一樣長久。

我要重申教會領袖的這項忠告：夫妻不可因爲到國外或外地工作等因素而長時間分開。有太多案例顯示，這樣的兩地隔離往往會帶來嚴重的罪行，導致違背永恆的聖約，最後不但造成讓人傷心的後果，更會失去許多的祝福。主在現代的啓示裡命令：「要全心愛你的妻子，與她連合，沒有別人」（教約 42：22）。只要我們遵守主的誠命，聽從祂的領袖對於婚姻的忠告，就可以呼求祂在其他一切事物上祝福我們。

什一奉獻的祝福

什一奉獻是一條附帶應許的誠命。救主重申瑪拉基的應許，說凡將當納的十分之一全然送入倉庫的人，主必「敞開天上的窗戶，傾福與〔他們〕，甚至無處可容。」所應許的祝福，屬世、屬靈兩方面皆有。對於繳付什一奉獻的人，主應許祂必「斥責吞噬者」，「萬國必稱你們爲有福的，因你們的地必成爲喜樂之地」（瑪拉基書 3：10-12；亦見尼腓三書 24：10-12）。

我相信這些應許適用於我們所居住的國家。當神的人民不繳付當納的十分之一和其他捐獻，整個國家會受到神的譴責（見瑪拉基書 3：9）。同樣地，我相信當一個國家的許多人民都忠信地繳付當納的十分之一，他們就能呼求上天賜福給整個國家。聖經教導，



我相信當一個國家的許多人民都忠信地繳付當納的十分之一，他們就能呼求上天賜福給整個國家。



現在教會在各地都有堅強的支聯會中心，因此我們勸告成員留下來，在自己的國家建立教會。我們在世界各地興建聖殿，就是為了促成這件事。

「一點麵酵能使全團都發起來」（加拉太書 5：9；亦見馬太福音 13：33），「公義使邦國高舉」（箴言 13：34）。忠信繳付什一奉獻的人可以向上天呼求這種迫切需要的祝福。

繳付什一奉獻也能為個人帶來屬靈和屬世方面的特別祝福。第二次大戰期間，我的寡母只靠當小學教員的微薄薪水來撫養三個年幼的孩子。我發現我們缺錢買一些我們想要的東西時，就問母親為何要繳付那麼多的薪水作為什一奉獻。我永遠忘不了她的解釋：「達林，有些人或許不繳什一奉獻也能過日子，但是我們不行，因為我們很窮。主選擇帶走你們的父親，留下我來撫養你們這幾個孩子。要不是有主的祝福，我是做不到的。我繳付誠實的什一奉獻才能得到這些祝福。繳付什一奉獻時，就擁有主的應許，知道祂會祝福我們。如果我們的日子要過下去，就必須有這些祝福。」

作為這些祝福的長期受惠者，我要見證神的仁慈，以及祂對於祂繳付什一奉獻的兒女所賜予的豐盛祝福。

建立教會

當我們尋求在非洲和其他國家建立教會時，必須在教會領袖和成員當中有第三代和第四代忠信的後期聖徒家庭才行。忠信的後期聖徒移居其他國家，會使得在他們祖國的教會力量減弱。當然，教會不會禁止成員從一地遷移到另一地，去過更好的生活，不過教會鼓勵這樣的移民，已是許多年前的事了。

那時候教會鼓勵後期聖徒聚集到美洲大陸的錫安，在那裡建立教會、興建聖殿。現在教會在各地都有堅強的支聯會中心，因此我們勸告成員留下來，在自己的國家建立教會。我們在世界各地興建聖殿，就是為了促成這件事。

按照主的方法做事並不容易。主親自或透過祂的僕人一再警告我們，按照主的方式做事，與眾不同，而憎恨我們（見約翰福音 15：19）。

很慶幸的是，當我們用主的方式去做主的事工時，必定會蒙得祂的祝福來幫助我們。祂說：「我必在你們前面行。我必在你們的左邊和你們的右邊，我的靈必在你們心中，我的天使必在你們四周，托著你們」（教約 84：88）。

彼此相愛

我們真的要非常感謝有耶穌基督的復興福音。福音讓我們知道自己真正的身分。當我們明白自己與神的關係，也就會明白我們彼此之間的關係，其中包括我們與配偶的關係以及與子女的關係——這些關係是永恆的，只要我們遵守誠命，訂立並遵守神聖的聖殿聖約。

這世上的所有男女都是神的後裔，都是屬靈的弟兄姊妹，不論其膚色或國籍為何。難怪神的獨生子命令我們要彼此相愛。如果大家可以跨越種族、國家、宗教、膚色的藩籬，像兄弟姊妹般互相友愛，無私地互助，這個世界將會多麼不同！這樣的愛雖無法完全消弭大家在意見和行為上的差異，但卻能引導我們每一個人致力

於與鄰人合作，而非去憎恨或壓迫他們。

我要重申一項偉大的真理，那就是天父愛祂所有的子女。這是非常強有力的觀念，子女可以透過自己塵世父母的愛與犧牲逐漸明白這個觀念。愛，是這世上最強大的力量。我祈求每位父母都能樹立這種慈愛的榜樣，激勵未來新生的世代明白神對他們的愛，進而知道天父最大的願望，就是祂在世上的所有子女都能做到一切需做的事，使自己有資格獲得永生這項最精選的祝福。

我們擁有祂的福音，因此我們需要遵守誠命，才能享有祂上好的祝福。我為此作證，並祈求天父祝福你們每一個人。■

註：

1. 總會會長的教訓：惠福·伍（2004），第49頁。
2. 教訓：惠福·伍，第51頁。
3. 教訓：惠福·伍，第54頁。
4. 參閱多馬·孟蓀會長，「天上的家，永遠的家」，2006年6月，利阿賀拿，第67-68頁。
5. 見「家庭：致全世界文告」，2010年11月，利阿賀拿，第129頁。
6. 見2010年11月，利阿賀拿，第129頁。



如果大家可以跨越
種族、國家、宗
教、膚色的藩籬，
像兄弟姐妹般互相
友愛，無私地
互助，這個世界
將會多麼不同！



探訪教導

了解 施助的力量

天父要我們遵行更高的標準，並藉由真誠地看顧祂的兒女來彰顯我們的門徒身分。

基督在塵世生活期間施助了許多人。我們渴望成為祂的門徒，就必須效法祂的榜樣。祂教導：「你們看見我做的事工，你們也要做」（尼腓三書 27：21）。新約中充滿了基督施助他人的例子。祂向撒馬利亞婦人表明祂是彌賽亞。祂治好彼得的岳母，讓睚魯的女兒死而復生，回到父母身邊，也讓拉撒路復活，回到他傷心欲絕的姊姊身旁。即使在十字架上承受痛苦之際，救主仍「表達出對自己母親的關懷，祂的母親當時很可能是一位需要人照顧的寡婦。」¹ 祂在十字架上時，請約翰看顧祂的母親。

總會
慈助會會長團



總會慈助會會長茱麗·貝克說：「慈助會〔和探訪教導〕是練習成為基督門徒的地方。我們學習祂要我們學習的一切，做祂要我們做的事，成為祂要我們成為的那種人。」²

了解施助的力量

施助及救助他人一向是慈助會的重心。貝克姊妹說：「多年來，慈助會的姊妹和領袖們在事工中一點一滴地學習，她們看顧彼此的能力也隨之不斷提升。當她們前去拜訪姊妹時，有很多時候，她們把重心放在完成探訪、教導課程，以及在探訪對象不在時留下字條。這些行為協助姊妹了解看顧的模式。就如同摩西時代的人民專心記寫一長串的規定，慈助會姊妹有時也會牢記一些規定，不論是成文或不成文的規定，因為她們渴望了解要如何彼此鞏固。」

「今日的姊妹及其家庭在生活中有許多方面需要救助和援救，因此天父要我們遵行更高的標準，並藉由真誠地看顧祂的兒女來彰顯我們的門徒身分。領袖們在心中謹記這項重要的目標，她們如今受到教導要聽取探訪教師的報告，以了解姊妹及其家庭在屬靈和屬世方面的福祉，以及教師們所提供的服務。探訪教師如今有責任『真誠地去認識和關愛每位姊妹，幫助她鞏固信心，並提供服務。』」³

我們慈助會的歷史，我國度中的女兒，以及指導手冊第二冊：管理教會教導我們一些方法，讓我們可以遵行更高的標準，彰顯我們的門徒身分：

- 每天為探訪對象及其家人祈禱。
- 尋求靈感，來認識姊妹們的需求。

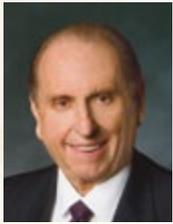
- 定期探訪，以安慰和鞏固姊妹們。
- 透過登門拜訪、打電話、寫信、寄電子郵件、傳簡訊和簡單的善行，經常與姊妹們聯繫。
- 在教會問候姊妹們。
- 在姊妹們遭遇緊急事故、生病或有其他迫切需要時，提供幫助。
- 用經文和探訪教導信息來教導姊妹們福音。
- 樹立好榜樣來啟發姊妹們。
- 向慈助會領袖報告姊妹們屬靈和屬世上的狀況。⁴

專注在施助上

我們是主的手，祂需要我們每一個人。我們愈看重探訪教導的指派工作，將之視為最重要的職責之一，就愈能施助探訪的對象。

1. 我們會提供可邀請聖靈同在的經驗，幫助姊妹們提升信心和個人正義。
2. 我們會真誠地關心探訪對象，幫助她們鞏固自己的家庭與家人。
3. 我們會在姊妹們需要幫助時採取行動。

以下是探訪教師馬利亞和桂琴的例子——她們了解施助力量。在此我們可以看到，現在的探訪教師有機會單獨去探訪或結伴去探訪。不論她們是否一起去探訪、是否分享信息，她們的重心在於「關心」。她們不用別人提出要求，就會採取適當的行動。為了知道如何回應每位探訪對象在屬靈和屬世方面的需求，她們不但會熱切尋求個人啟示，也會根據所獲得的



成就 奇蹟般的事

「我們若懷著堅定信心履行指派給我們的職責，我們在履行職責時若尋求全能者的靈感指引，就能成就奇蹟般的事。」

多馬·孟孫會長，*我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工*（2011），第91頁。

個人啓示採取行動。

拉結準備生第一個小孩，但懷孕期間幾乎都必須躺在床上安胎。她的探訪教師禱告，祈求能有靈感知道怎麼做對她最有幫助。馬利亞就住在附近，上班前經常能到拉結家裡幫忙。她會在某一天打掃一部分的浴室，隔天再打掃其餘的部分，或在某一天用吸塵器打掃客廳，並在隔天為拉結做午餐。她幫忙洗衣服、打掃，只要拉結有需要，就不斷地施助。

桂琴則是常打電話給拉結，讓她那天的心情為之一振，有時候她們會聊天聊得很開心。有的時候，桂琴和馬利亞就在拉結的床邊探訪她，分享她們的見證，讀些經文或是探訪教導信息。拉結生完小孩後，她們仍繼續幫助她。

在這整段期間，馬利亞和桂琴也會與慈助會會長團一起工作，協調拉結及其家庭所需的其他照顧。慈助會會長團也會與主教和支會議會一起商議，讓家庭教導教師和其他人也能夠提供其他的協助。

當這些姊妹們培養對彼此的愛，分享靈性的經驗，施助的經驗會變得更為美好。當探訪教師的我們遵循相同的模式和施助原則，也能獲得相同的祝福。

當這些姊妹們培養對彼此的愛，分享靈性的經驗，施助的經驗會變得更為美好。當探訪教師的我們遵循相同的模式和施助原則，也能獲得相同的祝福。

基督般的施助

貝克姊妹說：「身為救主忠信的門徒，我們不斷增進自己的能力去做祂



在世上會做的事。我們知道，對祂而言，對人的關懷是最重要的，因此我們要專注在關懷姊妹們，而不是完成一長串待辦事項。真正的施助是用愛心的深淺來衡量，而不是用完美的統計數據。」⁵

擔任探訪教師的我們若能聽到所探訪的姊妹說出以下這樣的話，就能知道自己在施助方面做得很成功：「我的探訪教師幫助我在靈性上成長」，「我知道我的探訪教師十分關心我和我的家人，如果我遇到問題，我知道她們會幫助我。」探訪教師遵行更高的標準時，就是在參與主奇妙的事工，完成慈助會的宗旨：提升信心和個人正義，鞏固家人與家庭，以及幫助有需要的人。■

註：

1. 我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工（2011），第3頁。
2. 我國度中的女兒，第7頁。
3. 茱麗·貝克，「我希望自己的孫女（和孫子）對慈助會有何了解」，2011年11月，利阿賀拿，第112頁。
4. 見我國度中的女兒，第123頁。
5. 2011年11月，利阿賀拿，第112頁。

有哪些方法 可以加強探訪教導？

以下是探訪教導計畫一些變更的摘要。教會鼓勵慈助會領袖和探訪教師閱讀指導手冊第二冊：管理教會第9章，複習這些變更的詳細內容。此外，教會也鼓勵各位閱讀我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工第7章，以便能對施助的力量和施助在探訪教導上扮演的重要角色，有所展望、體會和了解。（這兩本書皆可在網站 LDS.org 上找到。）

指派探訪教師

1. 探訪教導是慈助會會長團的責任，而非慈助會會長一人的責任。	見指導手冊第二冊，9.2.2。
2. 慈助會領袖在分派探訪教導工作時，要幫助姊妹明白，探訪教導是一項需要履行的重要靈性責任。	見指導手冊第二冊，9.5；9.5.1。
3. 慈助會會長團要持續訓練探訪教師，教導她們用哪些方法施助探訪對象會更有成效。這些訓練可在慈助會每月第一個星期日的聚會或慈助會的其他聚會中進行。	見指導手冊第二冊，9.5。

與他人商議

1. 慈助會會長團要定期和探訪教師開會，討論有需要的人在屬靈和屬世方面的情形，並擬定計畫幫助他們。探訪教師可協助慈助會會長團，為有需要的人協調短期或長期的服務。	見指導手冊第二冊，9.5；9.5.1；9.5.4。
2. 慈助會會長團要定期一同商議，討論有需要的人在屬靈和屬世方面的福祉。	見指導手冊第二冊，9.3.2；9.5.4。
3. 在支會或分會議會開會時，慈助會會長要分享探訪教導回報的適當資訊，這樣支會或分會領袖才能一同商議，要用哪些方法來滿足這些人在屬靈和屬世上的需求。	見指導手冊第二冊，4.5.1；5.1.2；6.2.2。
4. 主教或分會會長可視需要邀請慈助會會長出席支會或分會聖職執行委員會的某些會議，協調家庭教導及探訪教導的指派工作。	見指導手冊第二冊，9.3.1。
5. 慈助會會長團要定期和年輕單身成人領袖開會，確使探訪教導的指派工作能符合年輕單身成人的需求。	見指導手冊第二冊，9.7.2；16.3.3。

組織和督導探訪教導

<p>1. 主教或分會會長和慈助會會長團要一同商議，透過祈禱審慎考量當地的需求，再決定探訪教導的架構。（探訪教導在於施助個人的需求，因此姊妹不可為達成探訪教導，以團體的方式進行探訪。）每項指派都要獲得主教或分會會長的核准。</p>	<p>見指導手冊第二冊，9.5.2。</p>
<p>2. 會長團要盡量指派姊妹們成為兩人一組的同伴團。指導手冊第二冊亦提供其他選擇，以滿足當地的需求。採取下列做法時，會長團要與主教或分會會長商議：</p> <ul style="list-style-type: none">a. 暫時在一段時間，對於某些家庭只指派家庭教導教師或只指派探訪教師。領袖也可以請這兩組人員每月輪流探訪。b. 經過傳道部會長的許可後，請全部時間傳教士姊妹協助探訪教導，但是不能經常採用這種做法。	<p>見指導手冊第二冊，9.5.2；9.5.3。</p>
<p>3. 探訪教導不僅是每月探訪而已，而是在於施助。若要看顧、鞏固每位姊妹的需求，探訪教師就要時常不斷透過探訪、電話、電子郵件、書信或其他方式與探訪對象聯繫。</p> <p>領袖要確定下列姊妹優先得到照顧：從女青年進入慈助會的姊妹、單身姊妹、支會的新成員、新歸信者、新婚姊妹、較不活躍的姊妹和其他有特殊需要的人。</p>	<p>見指導手冊第二冊，9.5.1；9.5.2。</p>

回報探訪教導情形

<p>1. 探訪教師要報告探訪對象的特殊需要，也要報告所提供的各項服務——也就是施助的情形。不要只回報探訪次數，而要回報關心的情形。</p>	<p>見指導手冊第二冊，9.5.4。</p>
<p>2. 慈助會會長要給主教或分會會長一份探訪教導月報。這份報告要列出探訪教師所提報的特殊需要和服務，以及未聯絡者的名單。</p>	<p>見指導手冊第二冊，9.5.4。</p>

我國度中的女兒

不同凡響

總會會長團在我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工的前言裡鼓勵讀者「研讀本書，讓書中亙古不變的真理和鼓舞人心的榜樣影響你們的生活。」¹這本受靈感啟發的書已發揮影響力，以下是一些弟兄姊妹的見證：

「這本書確實充滿靈性，我可以確實感覺到它正在改變我的心。」

——雪莉·貝坦諾利

「閱讀我國度中的女兒鼓舞我想要成為更稱職的丈夫和父親，並且付出更大的心力來遵守我所立的聖約。」——亞倫·

威斯特

「我閱讀我國度中的女兒時，書中慈助會的姊妹成為活生生的人物，我可以感覺到她們的信心。她們知道用基督純正的愛來為別人服務，就能

成為主期待的那種人。這就是慈助會的宗旨，這項宗旨適用於每個人——單身、已婚、年輕或年長皆然。我也不例外。」——凱特琳娜·肯農

「我住過智利、阿根廷、巴西和美國，但不論去哪裡，我都知道自己屬於一個美好的姊妹團體，這裡有堅強、忠信的婦女傳承。」——瑪塔·巴維

「擔任我國度中的女兒這本書的平面設計，是個很難得的美好經驗。第一次開會時，總會慈助會會長茱麗·貝克姊妹向我們見證，這本書是在活著先知的啟示和指示下問世的。從那一天起，從神而來的啟示帶領著每一件事。每次我們當中有人翻開此書閱讀幾頁，聖靈就會感動我們，讓我們有所改變，成為更好的人。我就是活生生的例子。我也目睹同樣的情形發生在編輯人員、美工人員、插畫人員、排版美術設計人員以及印刷

人員身上。」——泰德·彼得生

「我體會到自己隸屬於一個非常美好的組織。我從慈助會汲取力量，也能成為一個美好的人。」——吉娜特·安德烈

「這部歷史是一項有力的資源，可以幫助世界各地的人明白，婦女身為神的女兒的價值，以及她們在神的國度中扮演的重要角色。」——蘇珊·羅芙根

「我曾經認為自己必須跟別人一樣。現在我體會到，每個姊妹各有不同的情況和優缺點，但每個姊妹都很重要。」——妮可·艾瑞森

「我國度中的女兒深深影響著擔任主教的我。我要見證，慈助會和聖職密不可分地共負一轡時，會產生強大的力量。」——馬可·史坦柏斯 ■

註：

1. 我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工（2011），第ix頁。





徵求 在世界各地 編製索引的人

自從教會於 2006 年開始使用 *FamilySearch* 索引編製以來，有 8 億多筆紀錄已經數位化，但這事工尚未完成，世界各地對於編製索引的需求仍持續增加中。

海瑟·柯丁森
教會雜誌

美國猶他州的希拉蕊·雷蒙傳教返鄉之後，由於學校還有好幾個月才會開學，爲了充分利用這段時間，她開始協助 *FamilySearch* 索引編製的線上作業。開始時，她是用英文編製索引，但不久便發現其他語言也需要索引編製，其中包括她在傳教時學會的葡萄牙文。

希拉蕊說：「由於我在葡萄牙傳過教，自然而然對巴西和葡萄牙徵求



FAMILYSEARCH 操作簡單

15歲的梅肯希以
及英國初利
支聯會的其他青年，
一同受到支聯會會長
團的邀請，來替 200
個名字編製索引。梅
肯希回憶說：「結
果 200 變成 2,000！
編製索引真的快速又
簡單。電腦會提示，
幫助你看懂名字和地
名。我已經和家人
朋友分享自己對索引
編製的認識，告訴他
們如何設定自己的帳
號，並親自操作給他
們看，讓他們知道索
引編製真的既簡單又
有趣。」

的索引編製工作很感興趣，因此當我看到自己服務過的地區——葡萄牙塞圖巴爾需要有人編製索引時，我就打定主意要幫忙。」

希拉蕊是用英文以外的語言幫忙為各項紀錄編製索引的志工，以滿足 FamilySearch 在這方面不斷增加的需求。像希拉蕊這樣活躍的志工還有 127,000 人，他們摘錄已逝者的名字和事蹟，好讓教會成員找到他們想要搜尋的資料，在聖殿裡為自己的祖先完成聖殿教儀。

什麼是索引編製？

FamilySearch 索引編製是讀取數位化的紀錄，再將這些資料輸入線上搜尋資料庫的過程，這項紀錄包括戶口調查、生命統計、遺囑、教會紀錄等。透過這樣的作業，索引編製的志工讓教會成員和其他蒐尋家譜的人就可以很容易透過網際網路找到自己祖先的資料。

索引編製簡化了家譜工作，讓這項工作變得容易。匈牙利的一位索引編製人員約瑟·史查巴凱說：「以前

若要尋找親戚的資料，得捲動微卷才行。若找到了一位親人，或許還能夠找到相關的名字，不過得不斷來回捲動微卷才行。」

如今 FamilySearch 繼續向世界各地的政府機關和紀錄管理員蒐集歷史紀錄。不過現在已經不把這些紀錄製作成微卷讓研究人員取用，而是由 FamilySearch 的員工將這些紀錄掃描到索引編製軟體裡。志工在自己的電腦上讀取這些影像，再輸入所看到的資料。透過這種方式，資料就可以數位化，搜尋家譜的人只要舒服地坐在自己家中，就可以透過 FamilySearch.org 網站的搜尋功能找到資料。

索引編製目前的進展如何？

自從教會於 2006 年使用 FamilySearch 索引編製以來，索引編製的志工做了非常了不起的貢獻——截至目前為止，他們共謄寫了約 8 億筆的紀錄。然而，仍有非常多的工作還沒完成。位於鹽湖城的花岡岩山紀錄庫，儲存及保管了約 15 億筆（數量持續增加當中）的微卷紀錄。這些紀





找時間做家譜

有許多人似乎找不出時間做家譜。美國猶他州的瓊妮·席拉提找到了方法將索引編製納入自己的日常生活中。席拉提姊妹說：「我愛編製索引！我和丈夫搭車出外旅行的時候，會把有批次的紀錄下載到自己的筆記型電腦中，坐車時就離線作業，等抵達目的地時，再把完成的批次上傳回去，然後再下載一些批次在回家的路上做。我盡可能善用一些零星的時間來編製索引，最後發現坐車的這段時間很適合。」

錄包含分別來自 100 多個國家、數億人的資料，以 170 多種語言書寫而成。

羅伯特·梅葛努斯基是教會服務傳教士，也是波蘭一位活躍的索引編製人員，對於需要有更多英文以外的志工一事，他有切身的體認。他說：「由於波蘭這個國家於 1772 年至 1918 年間曾被瓜分，因此波蘭的紀錄是用俄文、德文、拉丁文和波蘭文四種語言寫的。」波蘭的索引編製人員大多數是說波蘭語，因此他們從波蘭文的紀錄開始編製索引，但是仍有俄文、德文和拉丁文的紀錄需要完成。有了來自世界各地熟悉不同語言的志工幫忙，世上所有找家譜的人都能夠找到自己的祖先，不管那些重要的資料是以何種語言記錄的。

爲了使這些紀錄方便大家取用，目前線上已提供 11 種語言的索引編製軟體：荷蘭文、英文、法文、德文、義大利文、日文、波蘭文、葡萄牙文、

俄文、西班牙文，以及瑞典文。不論這些語言是母語，還是因爲傳教、求學或其他訓練而學過的語言，只要您會說其中一種語言，教會都鼓勵您上網登錄，開始爲這些紀錄編製索引。

我該如何著手？

要著手開始擔任索引編製的志工，有個很快速又簡單的方法：遵照 indexing.familysearch.org 網站上的指示，將軟體下載到個人的電腦中，接著設定一個帳號，再選擇一組或一批次要編製索引的紀錄。每組或每批次的紀錄都有 20 至 50 個名字，志工可以隨自己時間的多寡來編製索引。每批次的紀錄大概需要花 30 分鐘才能完成，不過您可以隨時停止作業，稍後再返回繼續，因爲軟體會儲存已完成的工作。倘若無法在一週內完成該批次的紀錄，系統就會自動將紀錄轉給其他人來完成。

FamilySearch 從世界各國取得一些紀錄時，會爲這些紀錄編製批次和索引。史查巴凱弟兄是匈牙利人，不過在教會提供他本國的紀錄前，他先爲英文和南非荷蘭文的紀錄編製索引。史查巴凱弟兄說：「教會在 2011 年年初宣布有第一批次的匈牙利紀錄時，那是我人生最快樂的一刻了。從那時起，匈牙利的許多成員不分老少紛紛上網註冊，成了『狂熱』的索引編製人員。」史查巴凱弟兄熱心參與這項工作的原因，是希望能在謄寫紀



錄時找到自己的許多祖先。「我們一旦將這個無與倫比的資料庫建立起來，就能夠找到更多自己親人的名字，這樣不僅節省時間，也能幫助自己的祖先更快獲得救恩的教儀。」

萬一沒有最先進的科技設備，怎麼辦？

世上還有許多國家，電腦和網路還不是很普及，這對一些渴望編製索引的人而言是一項挑戰。墨西哥市柴雷罕拉支聯會的領袖決定讓青年參與索引編製的工作時，就面臨了這種情況。由於這些青年有的人家裡沒有電腦，因此支聯會領袖決定租用當地一所學校的電腦教室給他們使用。

這些青年於是開始為 1930 年起的墨西哥戶口調查紀錄編製索引。達里歐·維瓦斯主教說：「這些青年檢視這些文件時，想像著從前這些人挨家挨戶蒐集所有這些資料的時候，渾然不知自己的努力在日後能協助主的事工，促成『人的不死和永生』」（摩西書 1：39）。

支聯會的領袖運用創意，為支聯會的青年和其他成員取得所需的科技設備，他們因此能在短短一個月內，為 300,000 多筆紀錄完成索引編製。

正如柴雷罕拉支聯會青年的實際經驗，假如您自己沒有電腦，仍然可以參與。只要可以上網，索引編製軟體可以在任何一台電腦上操作，因此可以的話，不妨多利用其他成員的家



裡、家譜中心、教堂、甚至學校或圖書館等場所。

編製索引的祝福

希拉蕊·雷蒙姊妹編製索引的葡萄牙文資料，是兩世紀以前的洗禮紀錄。雖然文字的墨水已經褪色，工整的筆跡也難以辨認，但是她還是堅持完成整件工作，因為她認為紀錄中的名字代表著這些人正等待有人在聖殿裡為他們執行教儀。

希拉蕊說：「我在編製索引的時候，不止一次感覺到甜美而肯定的證實，知道將來有一天會有葡萄牙籍的後期聖徒打開這份由我編製索引的洗禮紀錄，進而找到自己的祖先。現在教會計畫在葡萄牙里斯本建造一座聖殿，因此我知道將來那裡的聖徒會透過 FamilySearch 編製索引的資料而找到自己的祖先。」

有了像雷蒙姊妹這樣的志工協助，必定會有更多的紀錄得以保存，讓那些已經過世的人有機會領受福音的全部祝福。■

如需更多資料，請造訪 indexing.familysearch.org 網站，或洽詢自己支會或分會的家譜專員。

人人皆可編製索引

索引編製適合每個人人生階段的人來做——包括學生、家庭主婦、上班族或退休人士。大衛·布萊德和柏妮絲·布萊德曾擔任全部時間傳教士，後來定居紐西蘭，繼續在那裡服務。布萊德姊妹說：「教會裡一直都有些事可做，能讓人保持忙碌和活躍。索引編製滿足了我們這樣的需求。」從 2009 年開始至今，布萊德姊妹已經為 180,000 個名字編製索引。她說：「能參與製作這項美好的資源，很令人振奮。這項事工非常重要，這樣我們才能找到自己的祖先，讓他們有機會進步。」



你們會說俄語？

雖然我們非常忙碌，我的丈夫丹尼爾和我還是決定要在 2009 年底再去一次英國的普雷斯頓聖殿。我們需要搭兩種巴士，花將近六小時的時間，才能從我們住的蘇格蘭小鎮抵達聖殿。

我們計畫出發的那天早上，天色灰濛一片，又飄著雨，不過我們還是很開心可以前往聖殿。

我們一抵達英國普雷斯頓，就強烈感覺到要立刻進去聖殿。

就在我們多等了一個鐘頭轉搭第二輛巴士的時候，下起了傾盆大雨，變得越來越冷。

然而，即將抵達聖殿的這個想法溫暖了我們的心。我們一抵達普雷斯頓，就強烈感覺到要立刻進去聖殿。雖然我們饑腸轆轆，又全身濕答答的，但還是聽從了聖靈。

我們一進去聖殿，一位親切的聖殿工作人

員便上前來，查看我們的聖殿推薦書。他摘下眼鏡，再仔細看了一次我們推薦書上的名字。

他驚訝地問說：「你們是俄國人？」

「是的，」我們答道，對他的反應感到有點吃驚。

「所以你們會說俄語？」他詢問。

「當然，」我們回答。

他接著拿起電話找某人。

不久聖殿會長便向我們走



來。透過他的眼鏡，我們可以看到他的眼睛泛著淚光。「你們是神派來的天使！」他一面笑著說，一面請我們跟著他走。我們跟在他後面，不就更看到一個滿臉困惑的年輕傳教士，身邊站著幾位聖殿工作人員。

原來這位傳教士來自亞美尼亞，只會說俄語。他已蒙召喚到英國倫敦傳道部服務，不過還沒學英文。聖殿旁的傳教士訓練中心裡沒有人會說俄語。那天他原本要接受個人恩道門，但聖殿工作人員卻無法跟他溝通，直到我們這對渾身濕透的俄國夫妻進來，這問題才解決。

丹尼爾立刻請求伴隨這位年輕的傳教士。這位傳教士非常高興，他後來談到在我們抵達聖殿時，他就有種很特別的靈性感覺。

我很感謝在那個陰雨天，丈夫和我雖然忙碌，仍決定前往聖殿，這樣我們才能在英國幫助一位和我們同樣說俄語的神的兒子。我感謝有聖殿的祝福，為我們的生活帶來特別的光，也讓我們的生活有目的。我知道只要我們留意聖靈的提示，祂會帶領我們回去天上的家，就像祂在那天帶領丈夫和我去主的殿一樣。■

安娜·尼奇提契瓦，蘇格蘭

我不理會他們

我最近讀摩爾門經，讀到以下這個告誡：「為什麼……任飢餓、貧困、無衣蔽體、患病、受苦的人在你們面前走過而不予理會呢？」（摩爾門書 8：39）。

平常我讀經文都會有平安和安慰的感覺，但這次我卻感到悲傷，久久無法釋懷。我從很早以前就知道自己不是個觀察敏銳的人，常常只注意自己的生活、事工召喚和家庭，不曾去理會別人遭遇的挑戰。

我知道自己並沒有盡力去「承擔彼此的重擔，使重擔減輕；……與哀者同哀，是的，安慰需要安慰的人」（摩賽亞書 18：8-9）。我想要有所改變；我想要變得更好，只是不知道該怎麼做，於是我禱告祈求主能幫助我。

但答案卻以一種出乎意料且令人不堪的方式來臨。我得了一種慢性病，因此忙碌的生活步調漸漸地慢了下來，隨著病情越來越嚴重，最後不得不停止所有的戶外活動、事工召喚和教會聚會。我只能待在家裡，我感到很孤單落寞。

我禱告祈求有一天主能治好我的病。要是祂治癒我的病，我承諾自己絕不會再像從前一



我禱告祈求主能幫助我成為更好的人，但答案卻以一種出乎意料且令人不堪的方式來臨。

樣對人視若無睹。我去教會的時候，會注意看看是否有人獨自坐著，或者那天誰沒來教會。我會每個星期花點時間來克服自己害羞的個性，去探訪生病、遭遇苦難或是剛好需要朋友的人。我會每天都愛我的弟兄姊妹，不會只有在星期天或有教會活動時才這麼做。

我會牢記，也希望，要能夠讓自己配稱聽到主的嘉許，說：「這些事你們既做在我這弟兄中一個最小的身上，就是做在我身上了」（馬太福音 25：40）。■

雪莉·郝威斯，美國加州

我不想去傳教

我 11 歲參加南非約翰尼斯堡的一場地區大會時，豪惠·洪德會長（1907-1995）握著我的手說：「你有一天會去傳教，並且會成為很優秀的傳教士。」

大部分的男青年應該都會永遠珍惜這一席話，不過我例外。在接下來的 10 年中，我一點也不想去傳教，運動方面的成就和社交生活才是我比較關心的事。我認為放棄兩年的時間會讓我失去這一切。我和分

會會長、支聯會會長面談的時候，會找些藉口，當作不想去傳教的理由。

我 21 歲的時候，仍然沒有傳教的渴望，我去美國愛阿華州看我的家人，他們在前一年搬去那裡。我在愛阿華州期間，有機會和當地的單身成人分會成員一起去內布拉斯加冬季營聖殿。那時我還沒有接受恩道門，因此我想我會代替死者執行洗禮。

抵達聖殿時，我發現那天下午並沒有安排洗禮場次。我心裡想：「這下可好了，接下

來的兩個半小時我要做什麼？」

我決定去對街的摩爾門路徑訪客中心。觀賞了 15 分鐘有關先驅者的電影後，兩位傳教士姊妹前來跟我打招呼，單獨為我導覽整個中心。卡席克姊妹稍微認識我之後，問我為什麼沒有去傳教時，我又搬出了平常說的那些藉口。接下來卡席克姊妹為先驅者和傳道事工作了見證。

參觀過訪客中心後，我坐在聖殿的等候室沉思。剎那間，我不去傳教的藉口突然變成一種恍惚的思想。聖靈強有力地

我解釋了自己沒有去傳教的理由後，卡席克姊妹為先驅者和傳道事工向我作見證。



對我見證，我應該去傳教。從我跟傳教士姊妹開始講話的那一刻起，我的內心有了很大的改變。聖靈為我需要做的事對我的內心作見證。

幾個月後，我了解到，那個微小的聲音早已告訴卡席克姊妹，那天我需要特別的導覽。她不知道原因，但主已為我安排了一切。

後來我去了世界上最好的傳道部——加州文圖拉傳道部傳教，與一些人建立的美好友誼讓我希望能夠持續到永恆。曾有10年的時間，我不相信洪德會長說的話，不過他完全明白自己當時在說什麼。

我的生命徹底改觀，這一切都是因為有位傳教士姊妹根據聖靈的提示採取行動。■

納維爾·史曼達，美國加州

主是我的詩歌

我住在亞利桑那州的一個小鎮上，居民大多數是後期聖徒，傳教士和教會成員平時會和我談起教會的事，他們也經常邀請我和孩子們去教會或閱讀經文。我不想接受他們的邀請，但會客氣地感謝他們對我們家的關心。

後來我認識了一位女士（後

來我娶了她），她告訴我她是後期聖徒。我很欣賞她的靈性氣質，也答應我們結婚後會和她一起去教會。我信守承諾，開始固定去教會，甚至很喜歡那裡的氣氛和友誼。我雖然研讀經文，去教會，作個人祈禱和家庭祈禱，但仍然懷疑神的存在。不論再怎麼努力，我都覺得我那種根深柢固的不信觀念是難以動搖的。因為我覺得自己沒有比一開始的時候更接近神，所以我拒絕了所有的人提出的洗禮邀請。

我去了教會六年後，在美國陸軍任職的父親突然過世。我和家人都希望有人在墓地吹軍中的熄燈號樂曲，由於我是職業樂師，於是受邀吹奏那首曲子。我曾在墓地儀式中吹奏過這首曲子上百次，但因為這次是自己父親的喪禮，我知道我的感受一定會不同。從母親喪禮的經驗中，我知道悲痛的情緒會影響我吹奏的能力。於是我決定不要像在母親的喪禮上那樣，讓音樂受到情緒干擾。

儀式開始前幾分鐘，我很緊張，試著先稍作練習。我隨口吹了幾個音，就知道我正重蹈覆轍。淚水開始不聽使喚地流下。我哽咽到幾乎無法呼吸。我這樣子怎能吹奏呢？

我不在意是否受人稱讚，

但我要向父親致意。我開始吹奏，發現自己無法吸足一口氣。依我的個性，我是不會求救的，但是在這時候，我不知道還能怎麼辦。我吹出來的第一個音很微弱。我在心裡向天父祈求：「幫助我」。吹第二個音的時候，我的肺活量十足，喇叭聲聽起來非常動聽。我很順利吹完了整首曲子，這實在是超乎我本身的能力。我吹最後一個音符時，突然上氣不接下氣，難受得流出眼淚。

我是樂師，知道自己的優點。簡單來講，就算在最佳的狀況下，我也無法吹得那麼好。很顯然是天父回答了我的祈求，賜給我力氣和能力去向我世上的父親致意。我得到了一個特別的見證，知道天父用我們能明白的方式來答覆我們的祈禱。祂在我有需要的時候回答我，讓我體認到祂一直很希望能想和我溝通。

過了幾個月，我終於克服那羈絆我的不信觀念，加入了教會。雖然接受洗禮需要在信心上躍進一大步，但我知道天父會祝福我。在這次吹熄燈號樂曲的經驗中，我學到祂會根據我的需要和我的理解力來答覆我的祈禱。■

湯姆·蘇利文，美國亞利桑那州

藍道·班尼長老
七十員



跟隨 先知

我傳教返鄉的第二天晚上，在福音研究所的一個聯誼聚會上，遇見了一位天使，她後來成了我的妻子。我和雪莉都是生長在加拿大，但是住的地方相隔數百英里，所以兩人並不相識。那次聚會之後的幾個月，我們對彼此越來越了解。可是我向她求婚三次都被拒絕，因為她承諾要去傳教，後來我答應她等兒女長大後我們一起去傳教，她才接受我的求婚。1976年12月22日，她戴上了訂婚戒指。

可是後來幾天，我們兩人都覺得心神不寧——不是因為要和對方結婚，而是那枚戒指。讓我解釋一下。

決定跟隨先知

在訂婚前的幾個星期，我和雪莉花了很多時間討論我們要如何經營家庭以及對婚姻的期待。那次討論的一個重點是，我們決定永遠都要跟隨先知。

訂婚前兩個月，我們在1976年10月的總會大會上聽到許多演講都在強調自立的原則。賓塞·甘會長（1895–1985）和其他人多年來一直

不斷教導這個主題。我和雪莉在成長的過程中就已知道種菜、食物儲藏和作好萬全準備的重要，不過那次的總會大會似乎都在談作準備這個主題。有幾位演講者提到了堤塘水壩在1976年六月潰決所造成的洪災，其中一位是總會慈助會會長芭芭拉·斯密（1922–2010），她特別強調自立的重要，勸告我們要準備一年的食物儲藏。¹甘會長在最後一場大會中提醒後期聖徒要記得路加福音6：46，救主在這節經文裡說：「你們為什麼稱呼我『主啊，主啊』卻不遵我的話行呢？」然後，甘會長勸告聖徒們，要讓大會的信息隨我們回「家且深入……生活之中」。²

我和雪莉從訂婚後，就思考要如何開始婚姻與家庭生活，總會大會的這些信息不斷迴盪耳際。我們兩人心裡都在思索著如何開始作家庭儲藏，卻都沒讓對方知道。為了服從當時所聽到的忠告，我們需要開始購買一年份的食物。但我們要怎麼做呢？我們當時還在求學——還要幾年才能畢業——所以沒有很多錢。然而，聖靈分別給了我們兩人同樣的答案：賣掉訂婚戒指。

訂婚戒指通常

代表一個承諾。但對妻子
和我而言，沒有訂婚戒指
卻是代表我們對主
和祂的先知的承諾。

可是，我怎麼能要求雪莉這麼做呢？我剛給她這枚戒指。要是我請她賣掉戒指，把錢拿去买燕麥、麵粉和米，她會怎麼想？在這同時，她也在擔心，不知道要是告訴我她要賣掉我為她挑選的戒指，我會怎麼想？我會不會傷心？

但是聖靈給我們兩人的提示太強烈了，我們無法置之不理。我們越想這件事，鑽戒就變得越閃亮。聖誕節過後幾天，雪莉提起這件事，聽到她和我有一樣的想法，我真是鬆了一口氣。我們在選擇結婚對象這

件事情上，有很多方面都得到了很肯定的確認。知道我們所重視的事情和價值觀非常契合，也很符合神的先知所作的教導，真的令人非常安心。我很感謝她願意付出這麼大的犧牲來跟隨先知。

請不要誤會我的意思，也不要賣掉你們的戒指！買訂婚戒指和戴訂婚戒指，並沒有什麼不對。說真的，我們已婚的子女全都有漂亮且合適的戒指。我們可以用很多方法去服從先知和使徒的教導，並且應用在生活中。但是因為靈指示我們

用賣訂婚戒指的方式來跟隨先知，我們的選擇就在於保留戒指或是跟隨先知。這幫助我們從一開始就在家中確立兩個模式：跟隨先知，以及服從個人所獲得的聖靈提示。

抉擇的後果

我買戒指的珠寶店在聖誕節過後休息了一個星期左右，重新開店後，我第一時間就去和珠寶商談。我完全預料到他不肯退錢給我，畢竟這戒指已經戴過，算是二手物品了。對這樣的反應，我早有心理準備，也知道賣掉這個二手戒指，會損失很多錢。不過，出乎我意料的是，珠寶商的態度竟然軟化下來。我手裡拿著現金走出來——我驚訝得目瞪口呆，主竟然就這樣為我們打開了道路，讓我們可以服從。

不是每個人都認同我們的決定。我們的一些朋友，包括教會成員在內，得知我們所做的事情，看到我用皮料做了一枚小小的指環給雪莉戴，他們都說我們瘋了。和雪莉同齡的其他婦女對於她願意做這樣的事感到難以置信。很少人對我們抱持鼓勵和支持的態度。

雪莉很堅強，不管別人怎麼想，她都不介意。她很有信

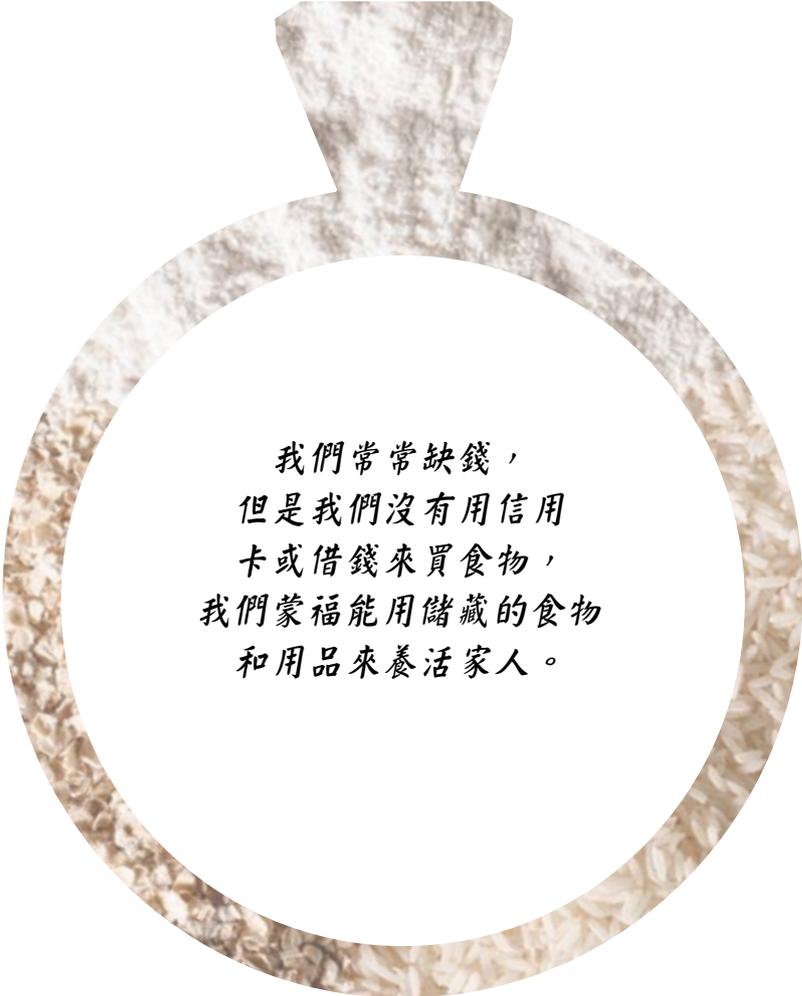
心，她知道自己是在跟隨先知，這比什麼事情都重要，而主卻是溫柔慈悲地對待我們，祂藉著兩個朋友讓我們知道我們並不孤單。

我和我的朋友包柏在高中的時候把教會介紹給法蘭。我們三個人後來都去傳教了。法蘭返鄉後，和包柏訂了婚。他們把這個好消息告訴我和雪莉時，我們得知他們沒有買訂婚戒指，也決定把錢拿來買要儲藏的食物。這真的很有意思，聖靈指示我們四個人去做同樣的事。我們四人都承諾要服從聖靈和活著的先知，我們的友誼因此更上一層樓，就這樣持續了40多年。

服從的祝福

我和雪莉從1977年1月開始為我們的家庭儲藏購買基本的食物，然後一點一點地添購，直到當年4月我們結婚為止。在婚禮前，我們把食物儲藏在我父母的家中。

雪莉把那枚皮製的指環當作結婚戒指，從我大學畢業到牙醫系畢業，戴了好長一段時間。我們還在求學的時候搬了好幾次家，很習慣把一桶桶的小麥從一個公寓搬到另一個公寓，從一個房子搬到另一個房



我們常常缺錢，
但是我們沒有用信用
卡或借錢來買食物，
我們蒙福能用儲藏的食物
和用品來養活家人。

子，從一個城市搬到另一個城市。朋友們在我們搬家的時候都躲著我們。但是後來這些年，我們深深感激我們服從了教會領袖的忠告。

我從牙醫系畢業，開始執業的時候，和雪莉已有了兩個孩子，手上沒有什麼錢。我們很感激我們能夠靠結婚前所作的食物儲藏過活。我們結婚後十多年，我又完成了一些進修課程，並且擔任牙齒矯正科住院醫師，那時候我們服從先知的忠告，再次在生活中蒙受了祝福。我們再次缺錢，但是我們並沒有使用信用卡或借錢來

買食物，我們蒙福能用儲藏的食物和用品來養活家人（這時我們有四個孩子）。

這些年來，我們因為留意先知的話語而在其他許多方面得到了祝福。我們學到不要去質疑先知和使徒們的教導是否有效，或是揣測這些教導合不合理。我們學到，回應他們的忠告—立刻採取行動，我們的生活就會蒙受祝福。

學習聆聽先知的話語

有些人可能會認為我們盲從。但是我們有主親口的應許，祂說先知們絕對不會引領我們

走入歧途。³ 由於這樣的認知，我們將他們說的話當作是主親口說的一樣（見教約 1：38）。

我們也學習到，活著的先知通常會邀請我們做一些事情；他們很少使用命令或告誡的字眼，他們的方式都非常親切溫和，但我們絕不能以此為藉口而不去服從。我和雪莉將這些邀請視為誠命，總是因此而蒙受祝福。

我們也學會從「我不斷在思考……」，「我心裡一直掛念著一件事……」，「我想告訴各位……」，「容我提出幾項建議……」或「我希望……」等這類的語句來分辨他們的指示。這樣的說法猶如一條條的線索，可以讓我們了解這些蒙主膏抹的僕人有什麼樣的心思意念。

我們在聆聽先知和使徒們說話時，還有一件事也可以幫助我們聽到主的聲音，就是要特別留意他們所引述的其他先知或使徒的話。主說過，祂會透過兩三位證人的口來確立祂的話（見哥林多後書 13：1；教約 6：28）。

由於在我們訂婚前的那次總會大會上，自立的信息重複說了許多次，我和妻子當時都覺得這項信息對我們特別受用。我們得到啟發，要用具體可見

的方式來服從這項忠告。不過，跟隨先知不見得一定都要積極的外在表現，很多時候我們會用較不顯眼、私下的方法來表示服從。不管別人知不知道我們的服從，主都知道。祂會因我們的服從而祝福我們，並且開啓道路讓我們得以服從。

今天，雪莉手上戴的是比較傳統的結婚戒指，不過這些年來她一直保留著那枚皮製的小指環。對我們而言，那指環象徵著我們當年的決定：永遠把服從先知的忠告當作是家庭生活中不可或缺的一部分。現在，我們看到我們的孩子在養育下一代的時候，在家庭生活中也忠信地跟隨主的先知多馬·孟蓀會長，我們對此非常感謝。對我們來說，這種服從的態度不但是美好的家庭傳統，而且就像訂婚戒指的意義一樣，也是遵守聖約的具體標記。■

註：

1. 見芭芭拉·斯密，「她不因下雪為家裡的人擔心」，1977年2月，聖徒之聲，第110-111頁。
2. 賓塞·甘，「為人類而作的計畫」，1977年2月，聖徒之聲，第98頁。
3. 見 Harold B. Lee, "The Place of the Living Prophet, Seer, and Revelator" (address to seminary and institute of religion faculty, July 8, 1964), 13; Marion G. Romney, in Conference Report, Oct. 1960, 78; *The Discourses of Wilford Woodruff*, ed. G. Homer Durham (1946), 212-13.



今天，雪莉戴著一枚傳統的結婚戒指，不過這些年來她一直保留著那枚皮製的小指環（下）。對我們而言，那指環象徵著我們當年跟隨先知的決定。



悔改有限度嗎？ 如果我必須一再為 同樣的事情尋求寬恕， 是不是有一定的 限度呢？

在這裡要記得兩件事：
(1) 神的慈悲的確是無窮無盡的，
(2) 真正的悔改是指棄絕你的罪。

從一方面來說，耶穌基督的贖罪是無限的，因此每一個人，即使是多次犯同樣錯誤的人，都能悔改。誠如先知阿爾瑪所說：「看啊，〔主神〕向所有的人伸出慈悲的臂膀邀請他們，祂說：悔改，

我必接納你們」（阿爾瑪書5：33）。

從另一方面來說，先知約瑟·斯密教導：「悔改是每天都不可輕忽的事。神並不喜悅我們每天犯罪，每天悔改。」（總會會長的教訓：約瑟·斯密，〔2007〕，第73頁）。

所以，悔改的關鍵是什麼呢？正如主向約瑟·斯密啓示的：「你們由此可知一個人是否悔改他的罪——看啊，他將認罪並棄絕罪」（教約58：43）。阿爾瑪也教導說：「凡悔改的必得憐憫；凡得憐憫又持守到底的必得救」（阿爾瑪書32：13）。



換句話說，你必須承認並棄絕罪，努力保持忠信，直到生命終了。假如你有克服不了的罪，千萬不要放棄自己，誤以為真誠的悔改是有限度的。去找父母、主教或分會會長，尋求協助。他們的愛、支持和勸告可以幫助你把罪從生活中除去，並且更接近天父和耶穌基督。■

動物有靈體嗎？ 牠們死了以後 會怎麼樣？

是的，動物也有靈體（見教約77：2-3）。當然，動物的靈體和我們的靈體是一個很大的區別，就是我們是天父所生的兒女，但牠們不是。

根據先知約瑟·斯密的說法，天上至少有某一些動物。他說：

「約翰看到天上有長相奇特的獸類；……就在那裡，歸榮耀給神。……（見啓示錄5：13）。……」

「我想約翰在那裡看到了無數種形狀的生物，那是從千萬個像這樣的

大地中得救的——有些我們毫無概念的奇怪獸類都可能在天上看到。約翰得知，神藉著拯救祂親手所造之物——不論是獸類、禽類、魚類或人類——來榮耀自己；祂要以這些來榮耀自己」（in *History of the Church*, 5:343）。

因此，雖然我們不完全了解動物死了以後的情形，但是我們相信牠們將享有某種救恩和不朽。■

非教會成員 可以領用聖餐嗎？

各位都知道，聖餐的麵包和水是給教會成員領用，來更新洗禮聖約的。不過，我們在聖餐聚會中不應該阻止非教會成

員領用聖餐。

邀請非教會成員的朋友和家人來教會是好事，我們希望他們覺得受到歡迎，在聚會中很自在。可以先向他們解釋聖餐的目的，說明要進行的儀式，讓他們對聖餐聚會有所了解，這會有幫助。假如他們問起他們要不要領用聖餐，只要簡單回答說這可以由他們自己決定，但是聖餐是讓教會成員更新洗禮聖約用的。

十二使徒定額組的達林·鄔克司長老說：「聖餐教儀使得聖餐聚會成為教會中最神聖且最重要的聚會」（「聖餐聚會及聖餐」，2008年11月，利阿賀拿，第17頁）。我們應當幫助非教會成員了解這項重要的教儀，確使他們在聚會中會覺得自在。■



照顧 你的殿



健康的選擇，塑造健康的你。
(見教約第89篇。)

阿摩司書 3:7

這節經文教導我們有關先知的重要角色。



主耶和華

「天父疼愛祂的子女，不想讓我們在『人類的愛如何帶來快樂』、『人類的差異如何招致悲傷』等今生最重要的事上妄加揣測。有時候，祂會藉著啓示的方式直接告訴某人這些事情，不過除此之外，祂也會透過祂的僕人來告訴我們這些重要的事情。……祂這麼做是為了讓那些得不到啓示卻有心聆聽的人知道，神已經闡明了真理，也已經提出了警告。」

總會會長團第一諮理亨利·艾事會長，「家庭」，1998年10月，*聖徒之聲*，第12頁。

指示

主如何與祂的眾先知溝通呢？有很多方法，包括：

- 透過聖靈而來的靈感啓發（見彼得後書 1:21）。
- 異象和夢境（見民數記 12:6；尼腓一書 8:2）。
- 天上人物的造訪（見約瑟·斯密一歷史 1:16-17；教約 110:8）。

7 主耶和華若不將奧祕指示祂的僕人——眾先知，就一無所行。



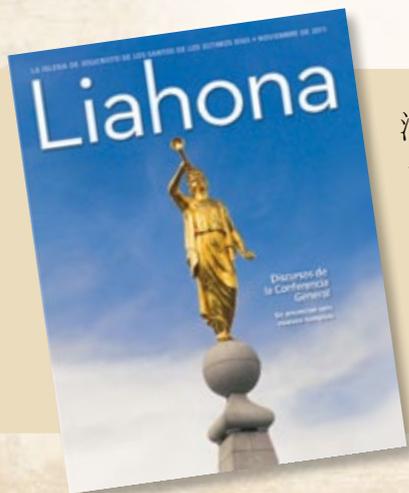
祂的僕人——眾先知

「經文中一再顯示，主透過活著的先知賜誠命給人類兒女。沒有任何委員會、集會或任何威權有權利命令祂頒布違反其律法的教義。要獲得神的永恆祝福，得看我們是否服從、遵守主透過祂的聖先知所啓示給我們的話語。」

十二使徒定額組多馬·貝利長老，「我們相信神已經啓示的一切」，2003年11月，*利阿賀拿*，第88頁。

奧祕

聖經中的奧祕這個詞在希伯來文的原意是「忠告」，所以這是和主的計畫或用意有關。

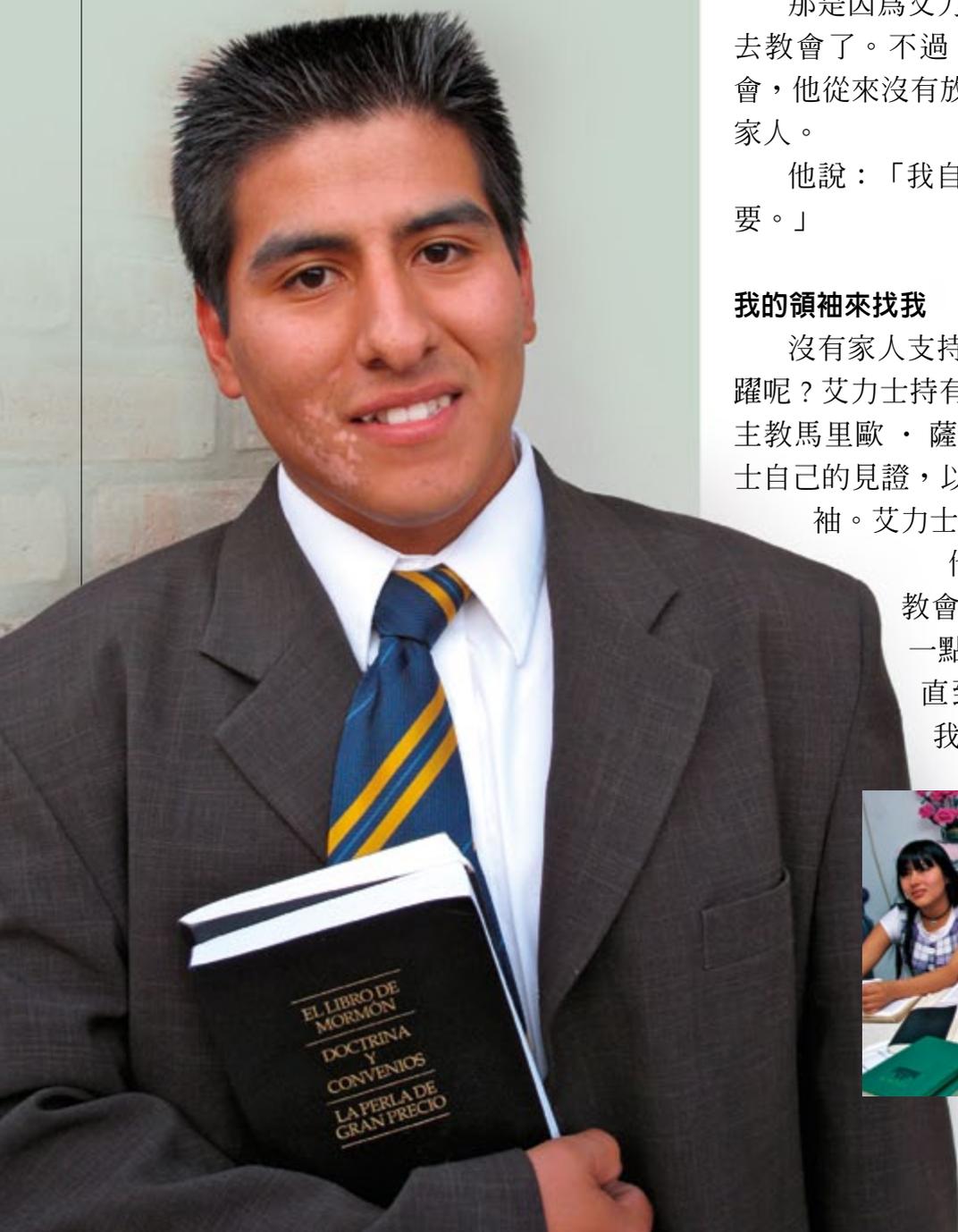


活著的眾先知和使徒最近要我們去做哪些事？複習最近一次的總會大會（見 conference.lds.org），不妨在日記中寫下你聽了主的僕人所說的話後，感覺需要去做的事情。

編者按：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。

艾力士的美好榜樣

對艾力士·愛斯寇巴而言，高舉自己的光已為家人帶來永恆的影響。



八年前，艾力士·愛斯寇巴還是亞倫聖職裡的一位教師的時候，便承諾將來要擔任全部時間的傳教士。那時候，他從來沒有想過自己的父親會是日後送他去傳教的主教。

那是因為艾力士的父親已經有十幾年沒有去教會了。不過，艾力士那時候會自己去教會，他從來沒有放棄父親，也沒有放棄其他的家人。

他說：「我自己親身體會到榜樣有多麼重要。」

我的領袖來找我

沒有家人支持的男青年如何在教會保持活躍呢？艾力士持有亞倫聖職的時候，他當時的主教馬里歐·薩亞斯，將這一切歸功於艾力士自己的見證，以及一群認真盡責的男青年領袖。艾力士有同認。

他說：「假如我星期天沒去教會，我的領袖就會來找我。我一點一滴地學習有關福音的事，直到自己擁有堅強的見證。讓我繼續去教會的另一個原因



是，我知道唯有藉著耶穌基督的福音，我們才能有一個永遠幸福快樂的家庭。」

達到那個目標，意味著即使阿根廷科爾多瓦的一些教會朋友在信心上搖擺不定，他仍要保持堅強。

艾力士說：「有太多的誘惑要我們違反智慧語和貞潔律法。」他從薩亞斯主教以下的這番忠告中得到力量：「他說：『讓自己有資格擁有一位配稱妻子的唯一方法，就是先讓自己配稱。』這句話給我很大的幫助。」

艾力士作了一個夢之後，他的見證得到鞏固，他夢到自己蒙召擔任全部時間傳教士。他開始作準備，先與自己的家人分享福音，並沒有等到 19 歲才去分享福音。

薩亞斯主教說：「艾力士一直為家人祈禱，也一直鼓勵他們。他總是鼓勵哥哥去教會。因為艾力士的關係，我們才成功地把他的家人帶回教會。」

「我很固執」

艾力士的父親雷內回想起自己離開教會這 13 年的時間，為自己錯失的一切感到惋惜。

他說：「那些年困難重重，有時候我不禁想起那時的自己沒有好好把握福音帶來的美好生活，實在是自己的損失。」

在艾力士還小的時候，愛斯寇巴家庭於科爾多瓦加入了教會。他們活躍了一段時間，直到艾力士受洗不久，他們回到自己的祖國玻利維亞後才沒去教會。雷內說，他們在玻利維亞的時候，忘記了「福音對我們生活的意義。」

兩年後，他們回到科爾多瓦，艾力士的母親卡門偶爾會帶四個孩子去教會。不過，雷內則在星期天睡覺補眠，因為他熱衷足球，星期六會參加球賽和相關活動——這些活動往往違反智慧語。

他說：「我很固執，有時候我認為自己已經完全迷失了，這是我們在沒有聖靈陪

伴的情況下會有的想法。」

最後讓雷內徹底改變的關鍵，在於他體會到他的榜樣正在傷害孩子。他回憶說：「我幾個兒子就像孤兒一樣，因為他們的爸爸不活躍，所以他們必須自己去教會。」

雷內說：「我開始檢視自己的生活，檢視自己的榜樣對孩子的影響。」他很感激耶穌基督贖罪的力量讓他可以悔改。他說：「我體會到自己並沒有盡到作父親的責任。所有這些事情幫助我想起主，於是我跪下來，祈求祂幫助我回頭。」

由於雷內越來越忠信，見證也逐漸增長，一連串的召喚接踵而來。重新接受福音幾年之後，他心裡有個感覺，覺得主一直在準備他接受一項重要的新召喚。

艾力士說：「結果，父親成了我的主教。」

榜樣的重要

艾力士在阿根廷雷夕坦西亞傳道部傳教的時候，他的家人都很想念他，不過他們很感謝艾力士能與別人分享自己的榜樣，也感謝他們全家能於 2009 年在阿根廷布宜諾斯艾利斯聖殿印證在一起。

卡門說：「這要歸功於艾力士一直對我們努力，他也和支會成員一起幫助我們。這些成員告訴我們，艾力士一直在禱告祈求自己的父母能夠回到教會。我們很感激他沒有放棄我們。」

愛斯寇巴主教很高興艾力士是他蒙召擔任主教後第一個送出去傳教的傳教士。他說：「有個兒子在傳教是很高興的事。我們都很想念艾力士，不過我是最想他的人，他一直在支持我。」

艾力士說，如果後期聖徒有好榜樣，別人終究會注意到的。「如果我們在教會很快樂滿足，別人就會想要和我們一樣快樂。如果我們持守，向前邁進，奇蹟就會發生。」■

李察·司考德長老
十二使徒定額組



如何參與聖殿教儀 而從中獲益？

耶 穌基督後期聖徒教會的每位成員都備受祝福，能生活在主已啓示眾先知要廣為興建聖殿的時代。

我愛你們，所以請恕我對你們坦白直言。我常常看到有些成員要付出極大的犧牲到離家很遠的聖殿去。但是，當聖殿蓋得很近、短時間內就可以抵達時，很多人卻不常去。我建議，如果聖殿很近且方便前往，卻常有小事干擾你們去聖殿的計畫時，你們就要衡量自己的情況，明確訂下可以去參加聖殿教儀的時間，不要讓任何事情妨礙這項計畫。這種方式保證會讓住在聖殿附近的教會成員，能像那些預作計畫、長途跋涉到聖殿去的成員一樣，獲得聖殿的祝福。

我鼓勵各位設立個人的目

標，計畫要多常去目前運作中的聖殿去參與各項教儀。還有什麼比前往聖殿和參加聖殿教儀更為重要的事呢？還有什麼活動會比一同在聖殿中崇拜，更能為夫妻帶來加增的喜樂和深刻的幸福呢？

現在，我要再建議幾項做法，讓各位能從聖殿教儀中獲得更多益處：

- 要了解聖殿教儀有關的教義，特別是了解耶穌基督贖罪的重要意義。¹
- 在參與聖殿教儀時，要思考你們和耶穌基督的關係，以及祂和天父的關係。這項簡單的舉動能開啓你們的理解力，讓你們更了解聖殿教儀的神聖非凡本質。
- 要不斷虔誠感謝聖殿教儀所帶來的無比祝福。認真過每

一天，好向天父和祂的愛子證明，對你們而言，這些祝福多麼意義重大。

- 安排時間定期去聖殿。
- 預留足夠的時間，讓你們在聖殿中不致匆忙。
- 進入主的殿時，把手錶脫下。
- 敞開你的心，仔細聆聽教儀程序中的各項要點。
- 心裡謹記著你們要執行替代教儀的對象。有時可以祈禱，希望他（她）能明白這些教儀的重要，並配稱獲得或準備好配稱獲得這些教儀的祝福。

有時候，我在聖殿奉獻典禮中聆聽唱詩班的歌聲時，一種崇高神聖的感覺油然而生，振奮我的心思。當我閉上雙眼時，曾不止一次在腦海中看到一大群人從聖殿徐徐上升，向四方八方散去。我感覺到他們



代表了正等待有人在那座聖殿中為他們執行替代教儀的眾多靈魂，因為終於要解開阻礙他們永恆進步的鎖鏈而歡欣雀躍。為了達到這個目的，你們要代替他們執行教儀，要找出自己的祖先。新的 FamilySearch 計畫將比以前更方便省力。你們必須先找出自己的祖先，提供

必要的相關資料，然後到主的殿去執行他們期盼獲得的教儀。

能夠參與聖殿事工，是多麼令人快樂啊！■

摘錄自 2009 年 4 月總會大會講辭。

註：

1. 研讀教義和聖約第 88，109，131 和 132 篇會是一個很好的開始。

還有什麼活動會比一同在聖殿中崇拜，更能為夫妻帶來加增的喜樂和深刻的幸福呢？



獨自一人 但不孤單

約書亞·伯凱
教會雜誌

你無論住在哪裡，總有感覺與人格格不入的時候。這時候，專注於目標和做對的事情是很重要的。

來自厄瓜多爾匡卡的 18 歲青年璜安·卡布雷拉深知與眾不同是什麼樣的感覺。在一個人口約 50 萬的城市裡，他是少數的耶穌基督後期聖徒教會成員之一，經常感受到向誘惑屈服的壓力。但是璜安知道有一種力量的來源比任何誘惑更強大。



培養專注力

璜安的父母在他小時候就教他要遵守能為生活帶來祝福的標準。這些標準幫助他成長和培養才能。他說：「我從小就設立目標，要在初級會和男青年時期學習樂器。我會拉小提琴、吹長笛和彈鋼琴，現在我彈吉他。我最喜歡的是吉他。」

璜安也根據善盡我對神的職責來設立個人健身目標。這些年來，他學了跆拳道、游泳和體操，甚至入選了田徑校隊。

他說：「我熱愛學習。那是為什麼我總是挑戰去學新的樂器或運動，就是想多學一點東西。」

這些目標也支持著一個更大的遠景。「我所做的每件事情，所學的每樣東西，所有的體能準備，所有的目標，一切都是為了傳教這個目的。」他解釋道：「去傳教又是另一個目標的一部分。這個目標是在聖殿印證，作一個好丈夫。」

學會說不

璜安知道，即使目標堅定，要始終對準目標並不容易。幾年前，他從支會裡年紀較大的男青年們身上得到很大的力量。

但他們大部分不是搬家就是到了長老定額組，璜安遇到困難的時候，教會裡沒有什麼朋友可以支持鼓勵他。在那段期間，璜安就從父母、兄弟姊妹一從天父那裡尋求力量。

「有時候，你會因為你的標準、生活方式、待人處事和人生目標跟別人不同而有一種獨自一人的落寞感覺，但說真的，你絕不孤單。我們隨時可以作禱告、與天父更接近。我一直祈禱能有力量做正義的事情，有勇氣在朋友們做不對的事情時挺身而出。」

他又說道：「你知道嗎？有時候，我的朋友告訴我，他們很佩服我的榜樣和說不的勇氣。」

堅定不移

璜安遇到的某些誘惑是很容易拒絕的。朋友找他去喝酒的時候，他可以很容易拒絕，因為喝酒是明顯違反誠命的。

他解釋道：「但有時候，誘惑是捉摸不定的。就像經文說的，誘惑有時會偽裝（見馬太福音7:15），讓人覺得無傷大雅，因為並沒有違反哪一條誠命。這時候，你就要祈禱，留意後續的發展，這樣你才不會受到

迷惑。聖靈曾經多次在事情不對勁或朋友要慫恿我做壞事的時候，幫助我看清這一點。」

璜安為傳教作準備的期間，也在教會裡結交了一些支持他的新朋友。

他說：「我現在為其他的男青年作了榜樣，這對我而言也是一項祝福，能讓我明白，為了變得堅強和忠信，所作的一切努力都是值得的。」■



最上：璜安和家人合影。上：流經匡卡的四條河流之一。

我每天 都有見證

我的見證來自每天奉行福音，
而不是來自某一次的奇蹟。

我在成長過程中，一直在尋求能發生奇蹟，為的是向自己證明我是有見證的。我常聽到別人談到一次次的奇妙經驗，因此毫不懷疑地知道福音是真實的。這些故事從抗拒誘惑、臨危不亂、因簡單而微小的行動而使得數百人加入教會，到打開經文就看到解決生命難題的答案等，其中我最喜歡的是有人在夜晚回家，到第二天才發現躲過危險這類的故事。我也聽過奇蹟般獲得醫治或天使保護人們的故事。我好期待自己也能有這樣的經驗。我希望看到天使和亮光，讓我知道我對教會是有見證的。

父母親教導我要祈禱，參加教會聚會，讀經文，穿著端莊，過著遠離世俗影響的潔淨生活，並且要信賴主。我相信自己可以過正義的生活，但我希望能證明我有見證，也讓別人知道我有見證。

我們在家家庭晚會或主日學裡會練習說幾句話，來幫助

我們抵擋同儕的壓力。我等不及要用這幾句話。例如，我想像自己和朋友在一起消磨時間。有人把酒精飲料拿出來，傳給大家喝。啤酒罐一定會傳到我這裡，所有的眼睛就會往我這裡看。壓力會越來越大。然後我會站起來，說：「我不喝，我是摩爾門教徒，我不喝酒！」大家一定會目瞪口呆。他們一點也說服不了我。很快地，大夥會一哄而散，然後人群中就會有一個很特別的人走過來，說我堅定的立場讓他大感敬佩，所以他想了解更多有關教會的事。這時天使會高唱讚美詩歌，我身上會充滿著光。

這樣的事從來沒有發生，沒有人用這樣的方法試探我。他們似乎已經從我的生活方式看出我的標準了。令我失望的是，我的「偉大時刻」始終沒有出現過。

現在，我知道了，不一定要有天使的顯現才能獲得見證。我的見證來自每天奉行福音、感受到聖靈的見證，以及享受因服從而得到的簡單祝福。

我知道我的身分，我知道神愛我，我知道救主為我贖罪。這是我的見證。知道這一點，為我帶來內心的平安。

我不能說我是因為有了奇妙的經驗才知道教會是真實的，但是我很高興知道我真的有見證。所以，即使天使尚未向我顯現，我很滿足能過著平凡的生活，而且擁有「知道福音是真實的」這樣簡單的祝福。■



我們的園地

● 啟發人心的一節經文

- 母親每次要給我們經文中的靈感信息時，總是引述阿爾瑪書37：37。因為她講過太多次，我們都會背了，每次她一開始讀，我們就跟著她一起唸。
- 我常常在想，為什麼她一直和我們分享那節經文呢——沒錯，我們都知道我們要祈禱，每天都要心存感恩。但是後來我終於明白母親的用意，她要我們永遠都不要忘記天父和耶穌基督時時在看顧我們，這讓我內心深受感動。
- 每當我遭遇考驗和苦難時，從來沒有忘記去讀那節經文。我一直牢記著天父和耶穌基督是多麼慈愛。我需要為我得到的一切祝福心存感謝。我永遠會記得母親改變了我對祈禱的觀點，讓我學會即使在考驗中仍要懂得感恩。

漢娜，菲律賓

我 為什麼要傳教

傳道事工很重要！

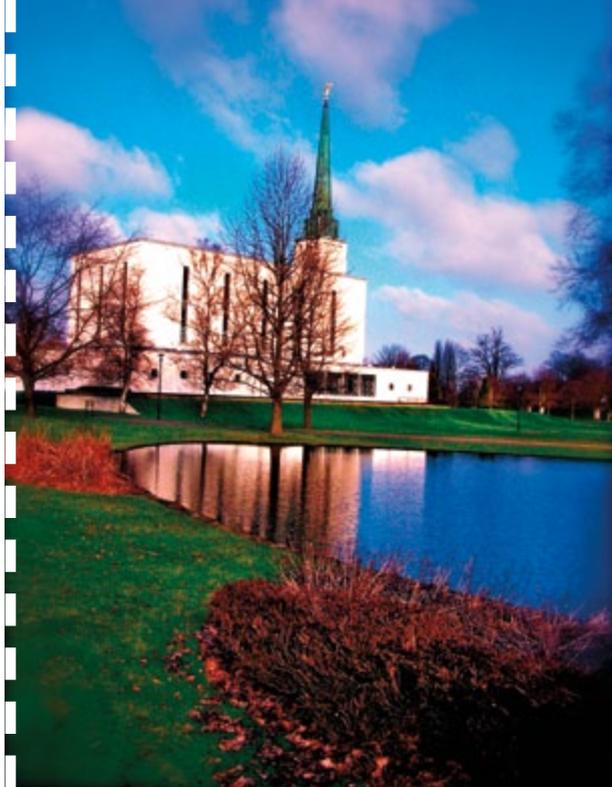
我決定傳教的原因之一，是受到一位被派到我家鄉的分會服務的傳教士影響。有一次，我問他：「長老，你為什麼要放下工作、離開家人來傳教？」

他回答說：「弟兄，我來傳教，有兩個原因。第一，我愛神。第二，我愛那些還沒有聽到耶穌基督福音的人。」

（見摩賽亞書28：3。）

因為那位傳教士的緣故，我現在也在傳教。

貝瑞茲長老，菲律賓碧瑤傳道部



我哥哥去傳教之前，我們全家人陪他去英國倫敦聖殿接受個人恩道門，這張照片就是我在那時候拍的。看到哥哥去聖殿，真是為他感到驕傲。

他們在聖殿裡面的時候，我走在寧靜的聖殿庭園四周，心裡想著天父。不一定要進去聖殿裡面才能感覺與主接近。我心裡讚歎著主的屋宇多麼美麗，期盼獲得聖殿祝福的那天早日到來。

看到哥哥從聖殿出來時臉上洋溢著喜悅，這一幕讓我的見證更加堅定。我感覺到哥哥對救主的愛，也看得出來聖殿的祝福真的很不一樣。

這張漂亮的照片讓我想起那個特別的日子，也讓我更加努力要做對的事情。我把照片放進相框，掛在臥房裡，這樣能常常提醒我生活配稱的重要，將來有一天才能到主的屋宇去，接受自己的恩道門。

我把照片上傳到我的Facebook網頁，得到其他人許多正面的回應。看過的人都很喜歡這張照片，甚至讓我有和別人分享福音的機會。

艾蜜莉，英國

我可以和誰分享福音呢？
我心裡有了一個人選。

真正的快樂

梅麗莎·劉易斯

假如你們辛勤終生，……即使只帶領一個靈魂歸向我，你們同他在我父國度中的快樂是多麼大呀！」（教約 18：15）。

主教在唸這節經文時，我的心跳得很厲害。我可以想像自己參加某個洗禮會，要受洗的人是因我而認識福音的。我的這位朋友會非常快樂，而且每個人也會知道我的朋友是因為我而受洗的。我會是多麼快樂。

安琪拉的名字立刻浮現在我的腦海裡。她是我最好的朋友，她需要福音。我相信，她聽到福音並且知道她是神的女兒，不但有助於解答她的問題，也能增強她的自信。

第二天，我問她：「安琪拉，我們教會在星期六有烤肉活動，妳想不想去？」

她回答：「好啊，聽起來很好玩。」

她來了，隨後的幾個月，我一想到教會有什麼活動，就邀請她來參加。每次活動結束後，我都會問她：「安琪拉，妳覺得怎麼樣？」這個問題讓我們有機會討論一些永恆的原則。我心裡很高興，我每天都

能獲得天父所應許的祝福。

聖誕節前不久的一個冬天晚上，安琪拉和我想到華盛頓特區聖殿附近散散步。我們在走路的時候，聖靈圍繞著我們，我知道她也感覺到了。

「妳有什麼感覺嗎？」我問。

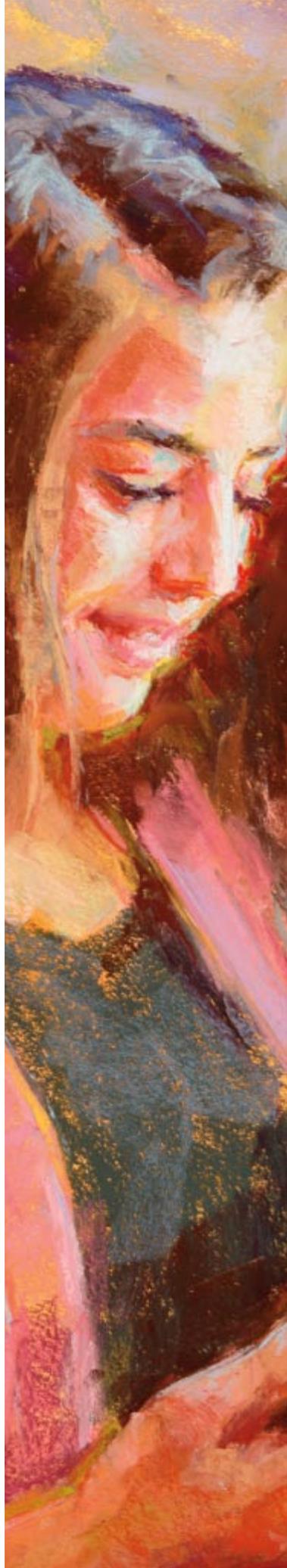
「我覺得我想受洗。……可是，」她看到我臉上興奮的表情，就謹慎了起來。「我現在不能受洗，我不能請傳教士來拜訪我。我的父母絕對不會同意的。不過，妳可以把妳知道的一切都告訴我嗎？」

我收拾起情緒，小聲回答說：「可以啊，我會把我知道的一切都告訴妳的。」

那天晚上，我想著我答應的這件事。我知道的一切？可是如果我還有不懂的地方，怎麼辦？我的見證夠堅定嗎？我真的知道福音是真實的嗎？

我決定從第二天開始，要盡可能學習每一件有關福音的事，要獲得對福音真實性的確實見證。

每天晚上我都精神飽滿地閱讀經文。我在為自己和安琪拉祈求能知道福音是真實的時候，所作的禱



梅麗莎·劉易斯



告也更加真誠懇切。

成果慢慢地呈現出來了。在我們的討論中，有時候我會被聖靈帶領，說出我之前不曾想到過的事。我越常分享見證，見證就越堅強。經文對我而言，也變得非常真實。

父母親也在一旁幫助我，他們是很重要的資源，我學會更愛他們，也更感謝他們。

五年後，安琪拉仍舊不是教會的成員。要是我用我在八年級時候的期望來衡量自己的話，我是失敗的。我並沒有坐在洗禮會上，也沒有人稱讚我帶領一個朋友歸向福音而讓我因此得到「快樂」。不過，我改變了我的期望。我已經帶領了自己的靈魂更接近神。即使安琪拉沒有加入教會，我所作的研讀和教導也沒有白費。她學到更多有關福音的事，而且與她分享福音反而讓我自己歸信了，使我在與人分享福音方面更有成效。

教義和聖約中所應許的快樂，所指的不是世俗的讚譽。我有極大的快樂，是因為我更認識救主，對祂的福音有更堅強的見證。■

最佳足球員



「耶穌說愛每個人，對他們和藹。」（兒童歌本，第38頁）。

安姬·密勒
根據真實故事改寫

我雙手握拳，緊咬嘴唇，把滾向我的那顆球踢出去。看著球飛出界外，沒有命中目標，我皺了皺眉頭。

有個名叫蘭恩的女孩一直站在欄杆外看我們比賽。她興奮地跑去接球，每個人都哈哈大笑，她把球丟回來給我們的時候，沒有人感謝她。

我很慚愧。我知道蘭恩想踢球，但是我不想當那個

去邀請她的人。

蘭恩很文靜，有一頭棕色的亂髮，戴著厚重的眼鏡，還有一副破鑼嗓子。她在班上連一個朋友也沒有。我不是不喜歡她，只是從來沒有和她說過話。

那天下午，老師宣布全班要換座位，她會製作一張新的座位表。

教室裡響起了興奮的吵雜聲。我和最好的朋友李安娜笑著看了看彼此。

就在這時候，卡洛琳向我

靠來。「我聽蘭恩告訴馬丁老師說，她想跟你坐在一起。真噁心！」

我一臉驚訝地坐著，心裡想：「為什麼要跟我坐啊？」我沒有欺負過蘭恩，但也沒有對她很和善。

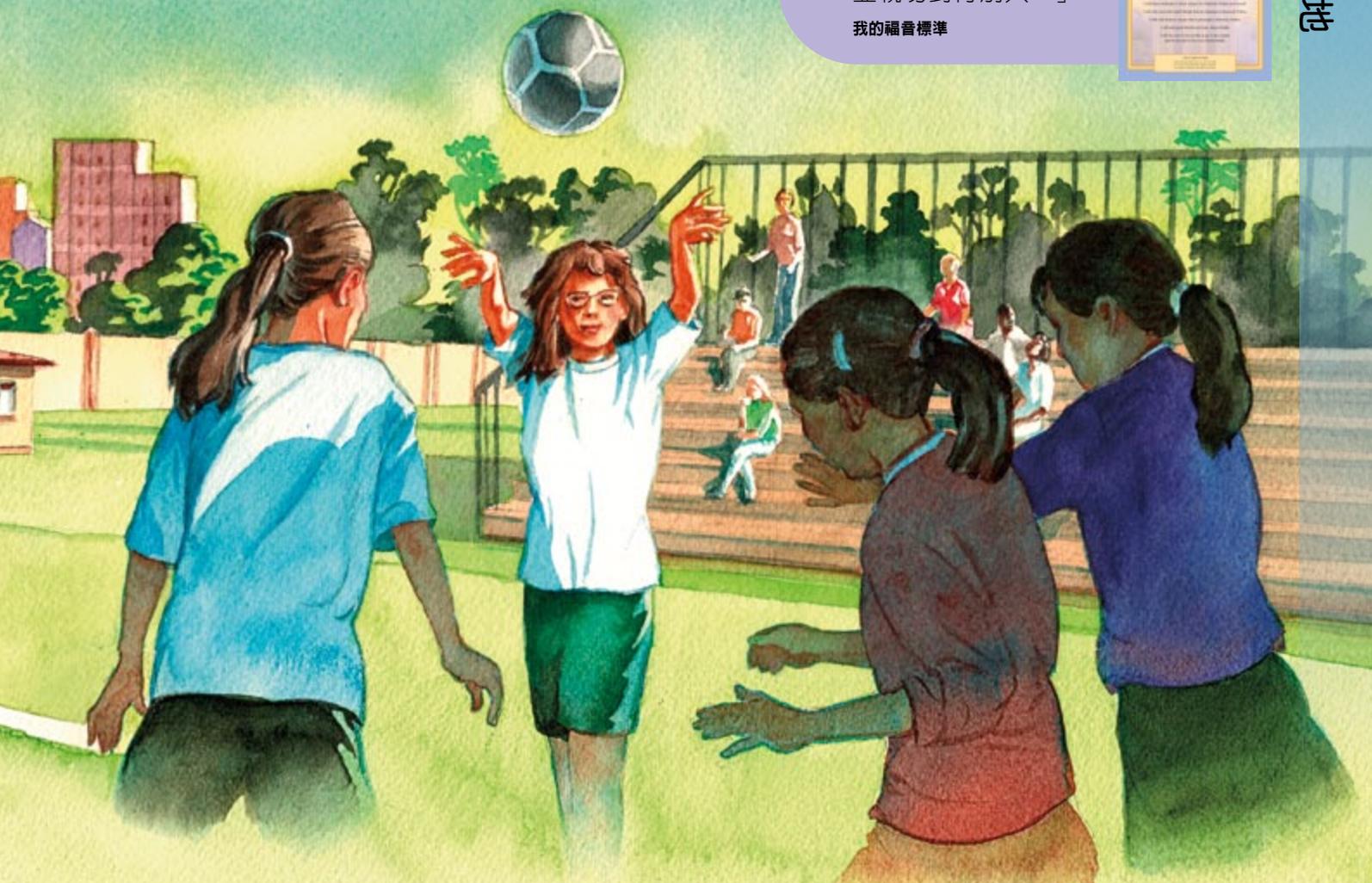
卡洛琳低聲說：「告訴老師妳不想坐在她旁邊，不然，就沒有人要跟妳坐在一起了。」

我看著蘭恩。她低著頭，她一定知道教室裡每個人都在想什麼。

馬丁老師把我叫到她桌前。

「我會結交好的朋友
並親切對待別人。」

我的福音標準



我知道蘭恩是神的孩子，而且耶穌說要愛每個人。但是如果我和蘭恩作朋友，大家都會認為我很奇怪。

馬丁老師問我：「妳想跟誰坐？」

「李安娜。」我說。這挺容易的。

馬丁老師笑道：「妳也願意和蘭恩坐嗎？」

我看著地板，小聲地說：「我不想。」

馬丁老師看起來很吃驚。「確定嗎？安琪。」

「確定。」我小聲地說。

第二天，我們的座位新調整過了，我坐在李安娜旁邊。蘭恩坐在教室的另一邊。坐在她旁邊的兩個女孩挪開了她們的桌子，讓蘭恩好像自己一個人坐似的，她看起來快要哭了。

幾個星期後，蘭恩轉學了。我支會裡有個女孩也上那所學校，我問她是不是見過一個新來的女孩叫蘭恩。

她問：「可能見過吧。她長什麼樣子？」

「她很安靜，頭髮很亂，

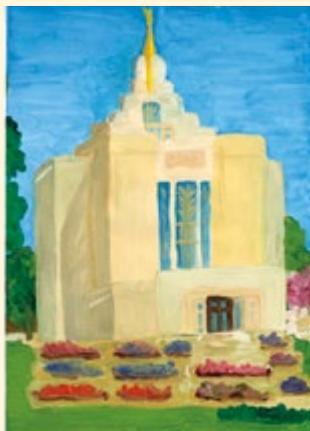
戴了一副厚重的眼鏡。我們班上沒有人喜歡她。」

她說：「真的嗎？那我們說的一定不是同一個人。那個新來的女孩非常風趣，大家都喜歡她。她很會踢足球。」

我想到蘭恩那天看我們踢足球的情景。她需要的只是一個機會和一個朋友。這兩樣東西，我原本都可以給她的。

那天，我對自己許下承諾，要一直都對人和善，而且絕對不要錯過和蘭恩這樣的女孩當朋友的機會。■

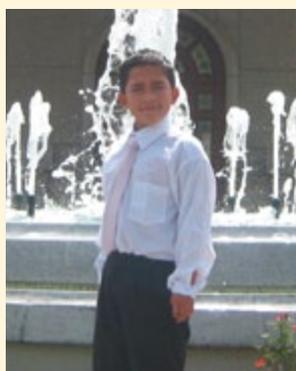
我們的園地



納斯蒂亞，12歲，烏克蘭



提娜，10歲，剛果



聖靈 讓我的心火熱

我喜歡去教會，我在
那裡可以感受到聖靈。

有一天在初級會，我們談到近

代的先知。後來我在家看傳承這部電影，我很喜歡先知約瑟·斯密的故事。看到有人傳來先知過世消息的那一幕，我心裡真的很難過。這時，聖靈讓我的心火熱，我感覺到約瑟·斯密真的是神的先知，他復興了真實的教會。

一月的時候，我和家族裡的許多人到厄瓜多爾瓜亞圭爾聖殿去。我感覺非常平安快樂，到了該回去的時候，我卻捨不得走。

我知道天父活著，祂愛我們，耶穌是幫助我們回到天父身邊的那條道路，約瑟·斯密是一位先知。

亞倫，10歲，哥倫比亞

我喜歡去聖殿，我希望趕快滿12歲，
這樣我就可以接受聖職，去聖殿去
代替死者執行洗禮教儀。

亨柏托，11歲，墨西哥



跟隨先知 如何讓你感到快樂？

請告訴我們，跟隨多馬·孟
森會長的教導如何讓你
感到快樂。（你可以在2011年
11月利阿賀拿中讀到他最近一
次在總會大會上的演講，或在
網站conference.lds.org上收聽
他的演講。）請在網站liahona
.lds.org投稿（點選「submit
Material」）或以電子郵件寄到
liahona@ldschurch.org，主旨
欄註明：「跟隨先知」。請附
上你的全名、年齡、國家及父
母同意書。

繳付什一奉獻 讓我很快樂

我幫爸爸打掃我們的家，每個
月會因此得到一些錢。我沒有把
錢全部花掉，而會把十分之一留下來，當作
什一奉獻，交給主教。繳付了什一奉獻以後，
我有很好的感覺，因為我知道這筆錢會用來維
護教堂、購買書本和很多其他的東西。我知道
耶穌基督給了我們一切，我們繳付什一奉獻，
就是在回報祂。我繳付什一奉獻的時候，心
裡很快樂。

尼可拉斯，5歲，巴西



選擇光



江文漢長老
七十員



「如果你們的眼睛專注於我的榮耀，你們全身必充滿光明，你們裡面必沒有黑暗」（教約88：67）。

我 小時候很怕黑，常常會在晚上聽到奇怪的聲音。我上床睡覺前，一定會把所有的門都鎖好，還要檢查床鋪底下，我也會檢查衣櫃。我不知道我在怕什麼，但有時候我就是會害怕。

我學會作禱告以後，感覺很舒服又很安心。我感覺得到光，我知道我會安全沒事。

我人生最早的一個記憶也和光有關。我小時候，我和我的兄弟在鹽湖聖殿印證給父母親。我記得家人和其他人都穿著白色的衣服，也記得聖殿裡明亮的光，以及那天所感受到的平安。

雖然這些都是多年前的往事了，但我還記得怕黑的感覺和我在聖殿的光裡所感受到的喜悅。我們努力過福音生活時，就會充滿著光，心裡面也不會再有黑暗。光與信心、黑暗與恐懼是無法共存的。我們充滿光的時候，會覺得快樂、平安和安全。我希望我們都永遠選擇光。■

您可以運用本課程和相關活動
學習這個月的初級會主題。

活著的先知教導我 要選正義

總會大會期間，克麗斯緹娜在支聯會中心的螢幕上看到多馬·孟蓀會長。他演講的主題是對人和善。克麗斯緹娜在聽的時候，心裡有種溫暖的感覺，她知道孟蓀會長是神的先知。她想到學校有一個女孩莉亞對她

不好。但她決定要對莉亞好，試著和她作朋友。克麗斯緹娜要服從先知的教導。

耶穌基督被釘十字架之前，召喚了使徒彼得帶領祂的教會。彼得為教會接受啓示，帶領基督的人民行走在正確的道路上。今日的多馬·孟

蓀會長就像彼得一樣帶領著教會。

先知演講的時候，要注意聽。祂的教導能幫助你解決你遇到的問題和挑戰。他永遠都會帶領你走在正確的道路上，你跟隨先知，一定會得到祝福。■

選正義遊戲：認識我們的教會領袖

耶蘇基督後期聖徒教會是由 15 位活著的先知在帶領。本教會的會長、總會會長團的兩位諮理，以及十二使徒定額組成員都是先知。你能把總會會長團和十二使徒的照片與姓名配對嗎？把第 65 頁的講台和本頁下面的照

片剪下來，貼在厚紙板上。把椅子上畫虛線的地方割開，把總會持有權柄人員的照片插在正確的椅子上。

你觀看總會大會，可以在他們其中一個人演講時，把他的照片從椅子上放到講台上。





亨利·艾寧
第一諮理



多馬·孟孫
會長



迪特·鄺希鐸
第二諮理



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·賀倫



大衛·貝納



昆丁·柯克



陶德·克里斯多

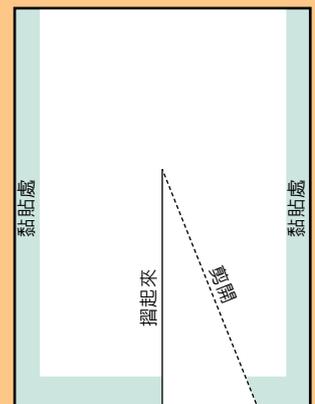
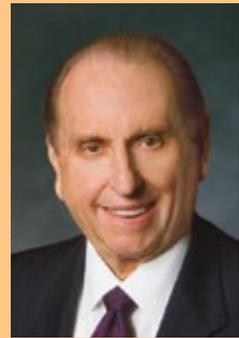


尼爾·安德森



個人活動

你可以製作一個相框來放多馬·孟孫會長的照片。剪下照片、相框和相框背面，分別貼在厚紙板上。沿著相框背面的虛線剪開並摺起來。相框和相框背面的兩旁和底邊要黏在一起，把孟孫會長的照片放進去。





可以還是不可以？

子 孫會長說，對好的選擇說可以，對壞的選擇說不可以，需要有勇氣。勇敢地用可以或不可以來回答上面各種狀況。

百分百拼圖

子 孫會長說，百分之百選擇正義比只是有時候選擇正義來得更容易。在空格內填入數字，使每行每列的總和都是 100。所缺的數字，尾數不是 0 就是 5。

45	5		20
10		15	
30		25	5
	20	30	

阿布 學會 誠實

安·斯密
根據真實故事改寫

阿布坐在屋外，看著他家前面的馬路上行人來來往往。他肚子很餓，附近有個婦人瑪利安在街上走來走去，兜售香甜的餅乾。餅乾用顏色鮮豔的紙張包裝著，看起來很好吃。瑪利亞把餅乾放在頭上的一個簍子裡。阿布真的很想吃一包，他知道這些餅乾一定很好吃。

瑪利安停下腳步，把餅乾放下來，就放在阿布的面前。

他心裡想著：「她知道我肚子餓了，所以把餅乾放在這裡給我吃！」他很快地拿起一包餅乾。

就在這時候，阿布的父親看到他，問道：「阿布，你拿了什麼？」

阿布回答說：「爸爸，我肚子好餓！我想吃餅乾。」

爸爸輕輕地把阿布抱在懷裡，說：「阿布，我也想像你吃餅乾。但是你不能不說一聲或是不付錢，就拿走別人的東西。你問過瑪利安，你可以吃餅乾了嗎？」

「誠實要從我的每句話，我的每個行為做起」（兒童歌本，英文版，第149頁）。

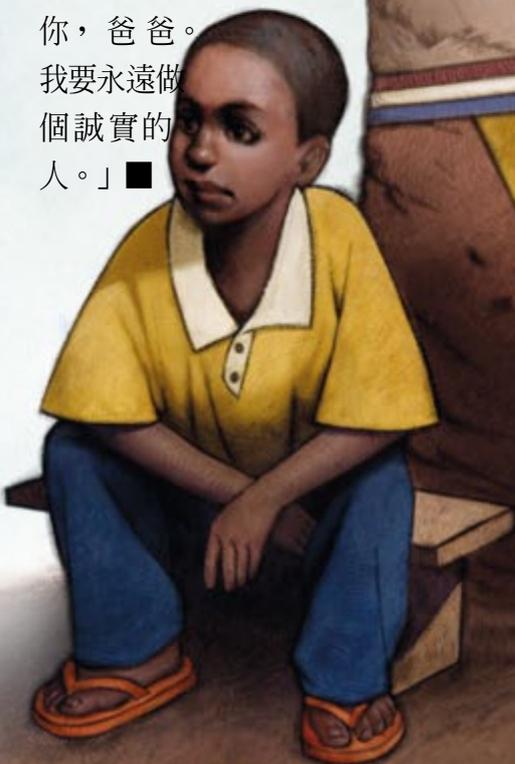
「沒有。」阿布說，眼睛看著地上。

「我們把這一大包的餅乾還給瑪利安，我會買一小包給你吃。我希望你學會誠實。你知道那是什麼意思嗎？」

「你說，爸爸。」阿布說。

爸爸說：「誠實就是做對的事情；誠實就是要付錢買東西，不能用偷的。誠實就是要說真話，不說謊；誠實就是要說到做到。所以我們會付瑪利安一包餅乾的錢。瑪利安需要錢來買食物給孩子吃。阿布，我愛你，天父也愛你。你做對的事情，祂會很高興。」

阿布說：「我也愛你，爸爸。我要永遠做一個誠實的人。」■





神的先知和使徒們在總會大會上對我們講話。

「在你年輕的時候要學習智慧；是的，在你年輕的時候就學習遵守神的誠命」
(阿爾瑪書 37：35)。

感受聖靈

柴德·菲爾斯

根據真實故事改寫

「藉著聖靈的力量，你們可以知道一切事情的真實性」（摩羅乃書 10：5）。

1.

班森，你在哪裡？
睡覺的時間到了。

我不想睡覺。

2.

為什麼？

因為我房間
裡面有鬼。

4.

爸爸，
什麼是聖靈？

這是個好問題。

3.

你房間裡面
沒有鬼。

你確定嗎？

我確定。

5.

聖靈是神組的一位成員。祂的工作是幫助我們感受到天父希望我們知道和去做的事情。

祂很可怕嗎？

聖靈一點都不可怕。我們看不見聖靈，但是我們可以感覺祂在身邊，祂讓我們感到快樂。

6.

好了，現在閉上眼睛，該睡覺了。我愛你。

我也愛你。
我想我感覺到聖靈了。

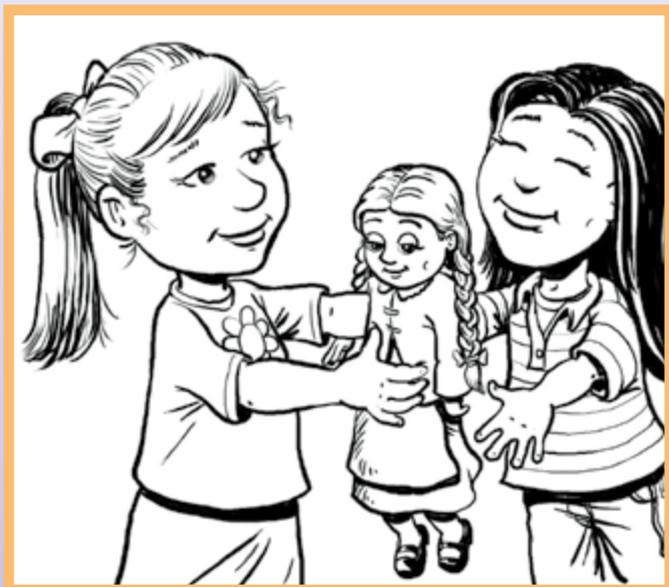
給父母的建議：和孩子談談他們可以感受聖靈影響的一些方法。問他們在做對的事情和做能讓聖靈接近的事情時，心裡有什麼感覺。

邀請聖靈

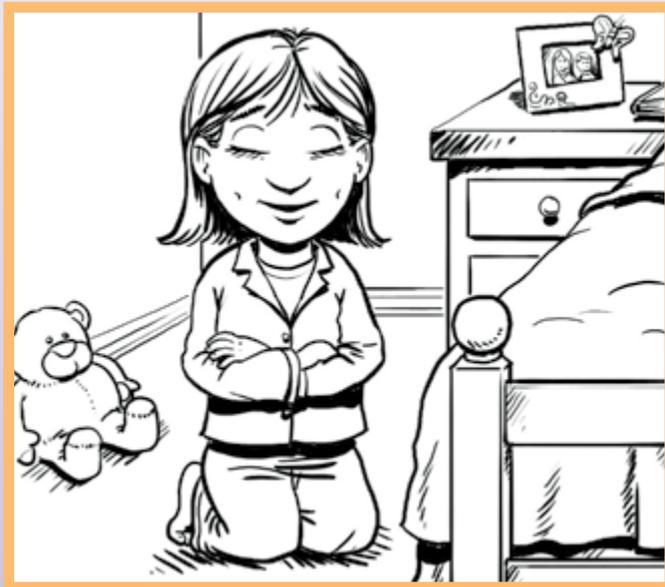
希拉蕊·列曼

你 可以做很多事來邀請聖靈與你同在。
以下圖片代表四種方法，選擇其中一

種，盡力去做，然後告訴別人你做這件事的
感覺。把圖片塗上顏色，再做下一個。



1. 分享



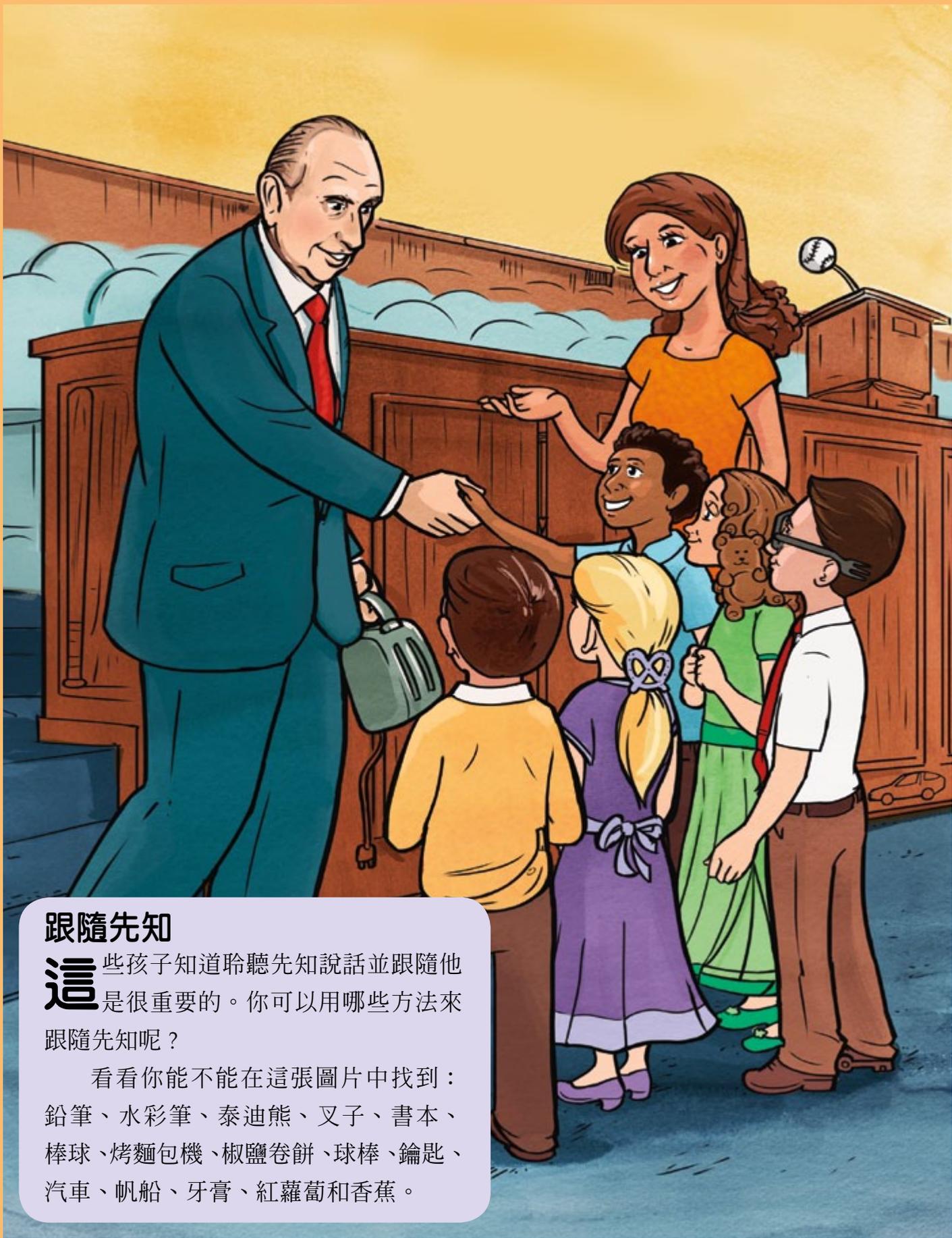
2. 祈禱



3. 助人



4. 唱歌



跟隨先知

這些孩子知道聆聽先知說話並跟隨他是很重要的。你可以用哪些方法來跟隨先知呢？

看看你能不能在這張圖片中找到：鉛筆、水彩筆、泰迪熊、叉子、書本、棒球、烤麵包機、椒鹽卷餅、球棒、鑰匙、汽車、帆船、牙膏、紅蘿蔔和香蕉。

基金幫助世界各地的成員獲得聖殿祝福

海瑟·瑞格里

教會新聞和活動

來自巴基斯坦的里亞茲·吉爾，他自從去新加坡傳教前，於2001年7月進入菲律賓馬尼拉聖殿後，就未再去過聖殿，他知道他需要回到聖殿，以擁有永恆的家庭。

他的妻子法拉在2007年接受洗禮，但是由於經濟拮据，他們不知道何時才能開始這趟超過5,700公里（3,500英里）長的聖殿之旅。他們的兒子艾蒙·非尼於2009年出生，這讓

里亞茲·吉爾和妻子法拉以及兒子艾蒙·非尼感謝教會的「總會聖殿與會者援助基金」，讓他們能夠在2010年前往菲律賓馬尼拉聖殿，並且全家人印證在一起。

他們要在聖殿裏印證的渴望更加強烈，就在2010年年底，透過教會的「總會聖殿與會者援助基金」的協助，他們的禱告獲得了答覆。

吉爾弟兄說：「與家人一起到聖殿幫助我的見證變得更堅強。我們造訪聖殿後，我感覺好像可以向主付出更多。……聖殿之旅是那樣地美好還能提升信心，我難以用言語形容我的感受。」

吉爾弟兄在聖殿也有機會為他已逝的父親、祖父及岳父執行教儀。他已完成他母親的教儀工作，而他與他的父母已印證在一起。

他說：「對我和我的家人而言，能夠造訪聖殿一直是我們莫大的恩典。我要特別感謝促成這次聖殿之旅的領袖們，並為他們獻上很多的祈禱。」

自1992年以來，該基金完全由成員的奉獻來維持，為美國及加拿大地區以外，無法前往聖殿的成

員提供一次性的聖殿之旅。有意捐獻到該基金的成員，只需在一般奉獻單上的「其他」欄寫上「聖殿與會者基金」即可。個人也可以透過LDS慈善事業（LDS Philanthropies）捐款至該基金。

在2011年10月份的總會大會上，多馬·孟蓀會長鼓勵成員捐款到「總會聖殿與會者援助基金」，他說道：「世界上仍有一些區域，聖殿與教會成員相隔遙遠，他們負擔不起去聖殿的交通費用，因此無法獲得聖殿所帶來的神聖永恆祝福」（「我們再次相聚」，2011年11月，利阿賀拿，第4-5頁）。

聖殿部門執行理事威廉·渥克長老說：「設立此基金旨在協助部份地區的成員，他們所在的區域顯然在前往聖殿方面是較有困難的。這項單次性質的資助是為了解個人能接受自己的教儀。」

渥克長老說，需求最大的地區其中包括非洲、



照片由里亞茲·吉爾惠子提供

太平洋及亞洲。支聯會會長及傳道部會長會向他們的區域會長團建議人選，然後區域會長團會按照各國的情況給予資金。」

在 2009 年至 2010 年間，約有 4,000 位成員利用該基金到聖殿去，這是他們的第一次，也可能是唯一的一次。

渥克長老說，爲了盡可能將祝福帶給更多的人，他們「選擇的聖殿會位於〔受惠的成員〕能取得最經濟實惠的飛機機票的地區，這表示，聖殿不一定會在他們鄰近的地區，或甚至是他們所在的地區。」

教會期望每位使用該基金的成員都能作出某種程度的犧牲或奉獻。

渥克長老說：「有些地方，光是取得護照就要花上很多錢，也十分難以取得。所以，對於居住在需要離開自己國家才能到聖殿的成員，他們必須先取得自己的護照才能使用該基金。有些國家，他們只是需要一小筆資金而已。對於一些人來說，這些錢可能不多，但是對受惠的成員而言，他們可能要 6 個月才能存到這筆錢。」

渥克長老說那些爲此目標作出奉獻的人，通常對此援助更爲感激。他說：



「幾乎在每一個個案中，他們都已盡最大的努力作出奉獻，也因此蒙受極大的祝福，他們並沒有視資助爲理所當然。」

該基金除了幫助人們前往聖殿外，還可以幫助每一位受惠的成員購買七套加門，讓他們回家後能遵守他們立下的聖約。

孟蓀會長在大會中的宣告，也是此基金首次透過先知在講臺上宣布。渥克長老說，由於該基金的需求不斷攀升，此舉很可能讓更多人慷慨解囊。

他引用豪惠·洪德會長（1907-1995）於 1994 年提出的勸告，即所有配稱的成員都要持有聖殿推

薦書（見「成員身分的美好象徵」，1994 年 11 月，聖徒之聲，第 2 頁），並說道：「我們還會有更多人加入教會，但我們還未完全滿足許多地區的需求。教會中有很多持有有效聖殿推薦書的忠信成員，他們還未到過聖殿，也沒有很快能去聖殿的冀望。」

渥克長老說，由於孟蓀會長對聖殿的敬愛，同時也體會聖徒的處境，因而宣布設立該基金；聖徒是該基金的主要受惠者。

渥克長老說：「當你造訪這些遙遠的國度時，你就能感同身受，了解他們面臨的挑戰。此基金會造福很多人。」■

菲律賓 馬尼拉聖殿



在德國韋特勞參加福音進修班的學員

全球福音進修班計畫讓學員站穩在福音中

梅麗莎·梅羅
教會新聞和活動

葡萄牙的米爾頓·里斯到當地教堂參加福音進修班。澳洲塔斯馬尼亞州的弗雷澤·克拉夫在家中參加福音進修班，他的母親是他的教師。美國猶他州的勞倫·荷馬在高中的第二堂課，每隔一天就要走到對街參加福音進修班；美國佛蒙特州的班·吉伯特每星期在協進活動前參加福音進修班；美國阿拉巴馬州的梅克·摩利爾透過視訊會議每天參加福音進修班。韓國的樸大元（Daun Park）在晚上10點參加福音進修班，而美國新墨西哥州的傑米·葛林伍爲了要在早上5點15分準

時出席福音進修班，早上4點就要起床了。

所有這些青少年和其他約37萬名像他們一樣的青少年，正跟隨著先知的勸告，把福音進修班放在他們生活中的第一順位。

福音進修班計畫今年慶祝100周年紀念，過去這段時間曾有過不同的推行方式，即使到了今天，福音進修班仍是因人、因地制宜。然而跨越時空的差距，有一件事卻不曾改變：福音研習正在幫助青少年鞏固他們對救主和祂福音的見證。

在葡萄牙，17歲的米爾頓·里斯剛開始上福音進修班

時，由於他們這一小群青少年，許多人都參加運動和其他課外活動，平時要出席訓練和其他活動，所以他們在每個星期六上課。不過，米爾頓現在參加的是平日福音進修班——有時是上學前去上課，有時則是放學後。對米爾頓來說，爲了上課，他必須要早起，有時還要放棄晚上的一些社交機會。

即便如此，米爾頓並不將參加福音進修班視爲犧牲。他說，相較之下，上福音進修班更像是一種特權。米爾頓的姊姊目前正在傳教，他希望能跟隨姊姊的腳步，其中一個準備的方法就是上福音進修班。他說：「所有這些挑戰讓我知道這是值得的。」

菲律賓的迪亞·蘭克那，現年18歲，她在十四歲時接受洗禮，隨後參加福音進修班。她以爲課程會像一般的學校裡的一樣，會有作業、老師的訓斥，以及隨之而來的壓力等，但是，她說：「福音進修班給我力量克服我在學校承受的重擔。只要我上福音進修班，就能感到重獲力量和安心。」

若要閱讀世界各地福音進修班班員的犧牲和成功，請在網站 news.lds.org 上搜尋「福音進修班計畫讓學員站穩在福音中（Seminary Program Anchors Students in the Gospel）」。

若要閱讀由十二使徒定額組會長培道·潘會長主領，於1月22日舉行的福音進修班100周年紀念爐邊聚會，請造訪網站 news.lds.org。

先知敦促年輕成人 要成為世上的光

在2011年11月1日，多馬·孟蓀會長於百翰·楊大學（普柔浮分校）的祈禱會上勸誡聽眾要「成為正義的榜樣。」

孟蓀會長引用使徒保羅在新約中說的話——「總要在言語、行爲、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣」（提摩太前書4：12）——孟蓀會長表示，他希望教會成員成為世上的光。

他問道：「甚麼是光呢？」

「我喜歡簡單的定義，就是『發光的物體』。成為正義的榜樣……能幫助照耀這個日漸黯淡的世界。」

他同意，很多人的光已經昏暗不明，幾乎就要熄滅了。他說，我們有責任保持我們的光輝燦爛，讓他人看見這道光並予以跟隨，條件是我們必須相信我們做得到。

他說：「關鍵在於我們每一個人要有必要的信心，在靈性上存活下來，然後散發我們的光使他人得以看見。切記，信心與懷疑無法同時在同一處存在。」

孟蓀會長解釋，獲得並保持信心的幾個最好方法，便是閱讀經文並加以研究，以及經常、持續的禱告。

他問道：「你們有沒有閱讀



孟蓀會長在百翰·楊大學（普柔浮分校）祈禱會上演說時，他敦促成員閱讀摩爾門經，並為自己找出這本經文的真實性。

摩爾門經呢？有沒有親身試驗摩羅乃的應許呢？」他敦促在場的與會者，每天花點時間為自己找出摩爾門經是否是真實的答案。他說：「這會使你的內心轉變，並改變你的人生。」

孟蓀會長引用尼腓三書12：16，「因此讓你們的光這樣照在人前，叫他們看見你們的好行爲而讚美你們在天上的父。」他解釋，基督是那「『真光，照亮一切生在世上的人，』（約翰福音1：9）並且祂是『照在黑暗裏』的光」（約翰福音1：5）。

他結論道：「我們有無限機會作世人的光……當我們效法救主的榜樣時，我們就有機會像救主從前那樣，成為生活周遭之人的光。」■

欲獲取更多總會會長團和十二使徒定額組最近演講及拜訪的相關信息，請造訪 prophets.lds.org 和 news.lds.org。

衣索比亞的成員 配裝衛生用品包

超過70名教會成員於2011年10月1日聚集在衣索比亞阿迪斯阿貝巴的梅根納加納教堂，花了大約5小時為受到非洲之角旱災波及的衣索比亞同胞配裝5,000個衛生用品包。

此計畫是教會協助居住在衣索比亞境內的人民的部份工作。

衣索比亞阿迪斯阿貝巴的成員及傳教士協助裝配5千個衛生用品包，這些衛生用品包將會送往受到非洲之角旱災波及的衣索比亞同胞。



羅賓·坎利和姊妹攝

新領導人訓練 影音資料庫可供使用

教會聖職部門宣布了一個名為領導人訓練資料庫的線上訓練短片集，此為已更新的指導手冊第二冊：管理教會的互動補充資料，其中強調手冊內教導的原則。此新資源現在可以在 leadershiplibrary.lds.org 上取得。此資料庫的部份內容將於今年開放 11 種語言。

智利慶祝 傳道五十週年

2011 年 10 月，智利舉行了為期一週的慶祝活動，紀念教會在當地傳道五十周年。

此慶祝活動由智利區域會長團主辦，他們在 10 月 15 日星期六舉行的典禮上致詞，把氣氛帶到最高潮。

大約有 2 萬名成員聚集在聖地牙哥的聖塔羅拉體育場，大會以演講、獻唱、戲劇及文化舞蹈慶祝智利人民接受福音和教會的成長。■

領袖在 11 月的轉播 向拉丁美洲的聖徒演講

七十員的克勞帝奧·齊威長老和南猶他州區域七十員蓋瑞·德西長老於 2011 年 11 月 13 日星期日，在為拉丁美洲成員舉辦的祈禱會上致詞，此祈禱會由教會主辦，主題為「En la luz de Su amor」（「天父愛的光裏」）。

上千名說西班牙語和葡萄牙語的教會成員，和他們的朋友一同出席在會議中心，以及在北美洲、中美洲及南美洲各教堂舉行的祈禱會。

教會在過去 8 年每年舉辦以拉丁美洲社區聖徒的成長為主軸的靈性活動，這些活動包括聖誕音樂會、祈禱會及舞台劇。此次 2011 年的祈禱會首度將年度活動向美國以外地區的教堂直播。

宏都拉斯第一夫人 與總會會長團會面

2011 年 11 月 8 日，星期二，宏都拉斯第一夫人羅莎女士（Rosa Elena Bonilla de Lobo）與多馬·孟茲會長和總會會長團第一諮理亨利·艾寧會長會面，羅莎女士形容該會面是她「莫大的榮幸」。

在她拜訪教會總部期間，她也遊覽了聖殿廣場、家譜圖書室、會議中心、教會人道救濟中心及福利廣場。

她解釋道，教會最近向遭受嚴重水災的宏都拉斯伸手援助。她說：「就在兩個星期前，你們為受暴雨和水災波及的災民送來 90,000 公噸〔81,600 噸〕的食物，而這只是你們所做的眾多事情中的其中一件。現在我相信貴教會不分國界，會盡其所能〔及〕承諾為需要幫助的人提供協助。」■

2011年11月8日，宏都拉斯第一夫人羅莎女士（Rosa Elena Bonilla de Lobo）遊覽了位於美國猶他州鹽湖城的教會設施。





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。

它帶來甜美的話語

利阿賀拿把先知的話語帶給散布在世界各地的教會成員。當我閱讀利阿賀拿時，我感受到聖靈也獲得指引。它幫助我知道我應該做的事。我很感激這本雜誌所帶來的甜美話語，改變了我生活的方式。

馬里亞納·奧古斯托，莫三比克

鞏固及更新見證的信息

我喜愛閱讀利阿賀拿雜誌。當我沉思活著先知的信息，我的見證便獲得鞏固及更新。聖靈向我見證他們的信息來自啓示，那是天父的旨意。我知道祂已召喚先知在此時此刻帶領我們。

雅各羅素·克魯茲，菲律賓

前去拯救

多馬·孟孫會長勸告所有聖徒都要前去拯救變得較不活躍的成員，我一直為此深受感動。先知的信息讓我感受到聖靈的影響力。

古納墨·奧康坡

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。■

「今日我可曾在世界上行善?」，第14頁：可考慮以「感謝神賜我們先知」作為開會詩歌（聖詩選輯，第10首）。一起閱讀此篇文章或事先挑選你最喜歡的部份內容來閱讀。問家庭成員他們學到甚麼有關多馬·孟孫會長的事。將鉛筆和紙張分給每一個人，讓他們寫下對活著的先知孟孫會長的見證。邀請家庭成員透過誠心祈禱來增強對此的見證。可考慮以「我可曾行善?」作為閉會詩歌（聖詩選輯，第135首）。

「徵求在世界各地編製索引的人」，第34頁：請事先閱讀此篇文章。舉行家人家庭晚會時，說明為何FamilySearch的索引編製是家譜事工很重要的一環，以及何需要更多索引編製人員。若你家中有電腦並可使用網際網路，請登入indexing.familysearch.org。為還未曾編製索引的家庭成員設置帳戶，並花點時間一起編製索引。

「跟隨先知」，第42頁：為你的家人摘錄此篇文章。你可能想要一起閱讀該文章的最後一部份「學習聆聽先知的話語」。複習班尼長老說過的話，可以幫助我們分辨先知要給我們的指示。邀請家庭成員在下個月的總會大會中留意這些話語。結束時，可考慮分享你對跟隨先知的見證。

「獨自一人但不孤單」，第54頁：開始時，問家庭成員是否曾經感覺努力奉行主的標準生活卻讓他們感到孤單的經驗。他們是如何克服這樣的感覺?分享璜安·卡布雷拉的故事。可考慮邀請其中一人分享他/她是怎樣在他人不遵守誡命的情況下，仍繼續遵守誡命，以及他/她在此情況中服從所獲得的祝福。

「現在就作決定」，第66頁：閱讀此篇文章後，與你的孩子一起回答「是或非?」的問題。之後，再想出其他要在對與錯之間作抉擇的情況，並問他們在這些情況中會怎樣做。■

受到托兒班課本的啓發

在我的記憶中，最好的家人家庭晚會都是以托兒班課本的活動作為開頭。我和丈夫及年幼的女兒演出一段活動詩句。我們唸出：「如果你很高、很高，天父認識你、愛你。如果你很矮、很矮，天父認識你、愛你。高，矮，高，矮，天父都認識我們，都愛我們。」我們一邊說，一邊做出矮和高的動作，並指出無論我們身高如何，天父都會愛我們。（見看你們的小孩〔2008〕，第9頁。）

丈夫和女兒們接著拿來一些水果餡餅，我們一塊吃。女兒們玩得很開心，因此她們在那個星期都想要重覆那個矮高的活動。

家人家庭晚會美好的地方在於可靈活進行。對於我們這個年輕的家庭而言，家人家庭晚會通常較簡單且簡短，但是我們試著教導女兒們一些基本的原則，譬如愛、仁慈和一起禱告。■

瓦倫蒂娜·西蒙諾維，義大利

繼續 向前邁進

蜜雪兒·葛拉

我剛經歷一段傷痛的戀情，所以經常到姊姊家消磨時間，最後我們總是免不了大吃零食、看電視，然後睡午覺。有一次，我睡午覺起來，說：「我覺得我們並沒有善待彼此。」我們哈哈大笑，不過那天晚上，我感謝天父讓我領悟到我過去一直有姊姊讓我依靠，同時我也祈求能更了解要如何繼續過生活。在接下來的一兩個月中，我領悟到一個觀念，因此讓這個祈禱得到了回答。

第二天，在慈助會的聚會中，我注意到一節很特別的經文：「他會安撫其他人，哄他們安於肉慾的安全感，以致他們要說：錫安一切好；是的，錫安昌盛了，一切好。……因此，凡在錫安中安逸無慮的人有禍了！」（尼腓二書 28:21, 24）。我以前讀這幾節經文時，總認為那是在描述驕傲的人對於崇拜神一事抱著「得過且過」的敷衍態度。我不覺得自己花那麼多時間和姊姊待在一起，是在錫安中安逸無慮。不過，我開始意識到，我是在尋找安慰而不是在尋求醫治。於是，我決定要努力地走出我生活中的舒適區。

這樣的決心奏效了，但是一走出我的舒適區，我更加體認自己的不足。這樣的感覺讓我對自己更苛責。我把



我祈求神讓我
知道如何醫治我
破碎的心。漸漸
地，我才明白另
一種破碎的心正
是解藥。

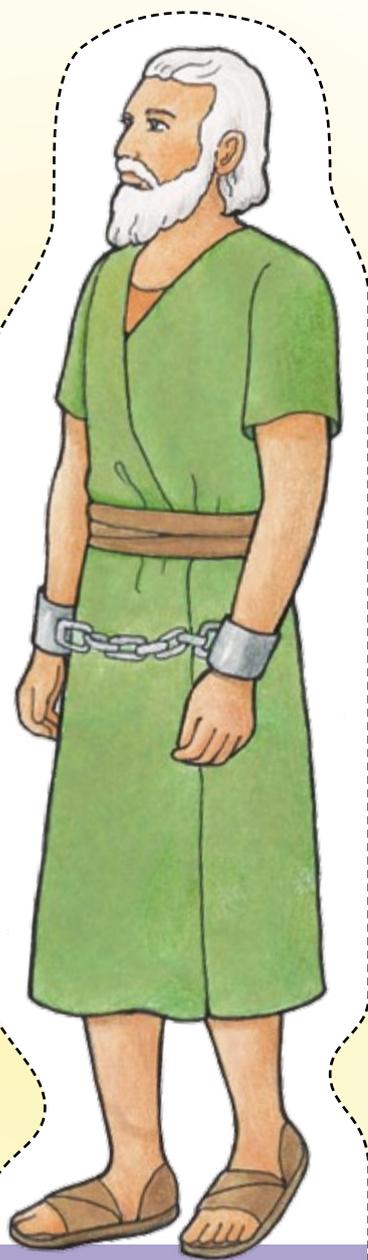
這些感覺告訴一個朋友時，他說：「能原諒自己，豈不是很好嗎？」他的話讓我願意多包容自己的缺失，但卻不成為「在錫安中安逸無慮的人」。

有一天，我讀到摩爾門書 2：13-14，內心震撼不已，經文上說：「他們的憂傷並未使他們因神的良善而悔改，而是受詛罰者的憂傷，因為主不會一直讓他們從犯罪中得到快樂。他們未帶著破碎的心和痛悔的靈歸向耶穌。」我開始理解到，是我的挫折感阻礙了個人的成長，於是我開始思考，我要懷著什麼樣的憂傷才是適當的。有一次在上主日學時，我找到了答案。

我們的教師在黑板上畫了一條線，一端寫著「處處苛責自己」，另一端寫著「吃吧，喝吧，尋歡作樂吧」。我們談到，不要走極端。我在想，線的中央可以寫什麼字呢？在聖靈引導下，我想到了「破碎的心，痛悔的靈」。我覺得，要克服「處處苛責自己」的習慣，需要有痛悔的靈——有悔意，願意接受主的幫助，並且感謝祂的慈悲。要解決在錫安中安逸無慮的情況，則是需要有破碎的心——有純正動機想改變和得到醫治。

救主教導：「你們應獻上破碎的心和痛悔的靈作為給我的祭品」（尼腓三書 9：20）。我很感謝能知道：當我尋求主的協助、避免在錫安中安逸無慮，又不對自己嚴厲苛責的時候，就是向神獻上一份蒙悅納的祭品——這項獻祭能幫助我在生活繼續向前邁進。■

今 年利阿賀拿會一系列介紹摩爾門經中的經文人物。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。



阿賓納代



阿爾瑪



挪亞王和衆祭司

阿賓納代和挪亞王
摩賽亞書第11~17章



正 如孟蓀會長所說，如果說組織是要實現、光大其領袖的想法，那麼，每位後期聖徒所接受到的命令，就是要去提升、鼓勵、接納他人，並且一個一個地救援他們。這樣的生活方式會反映出救主的典範，祂「周流四方，行善事」（使徒行傳10：38）。若想進一步了解我們的先知，以及祂主動救援他人的能力，見海蒂·史文頓，「今日我可曾在世界上行善？多馬·孟蓀會長生平」，第14頁。