

利阿賀拿



今日及摩爾門經中的
救恩事工，第22頁

面對色情的真面目，第14頁

Susume：憑信心前進，第58頁



「蝴蝶奮力破繭而出的過程使牠醞釀出飛翔所需的力量，沒有這樣的阻力，便不可能有這樣的力量來達成生命的目的，更不可能醞釀出使牠變得如此奪目出眾的力量。」

參閱十二使徒定額
紐約瑟·胡適令長老
(1917-2008)，
「尋找安全的避風
港」，2000年
7月，利阿賀拿，
第72頁。



信息

- 4 總會會長團信息：
我們準備好了嗎？
多馬·孟孫會長
- 7 探訪教導信息：
耶穌基督的神聖使命：保惠師

特稿

- 14 治癒看不見的傷口
珍妮弗·法倫
大多數的青少年會在滿18歲前
遇到色情。了解哪些工具能有
效協助你們的子女抵禦色情。

- 20 藉由振奮人心的活動
來鞏固青年
麥可·麥迪遜
查看新的青少年活動網站！看
看我們如何能協助青少年奉行
福音，幫助他們為日後的職責
作好準備。
- 22 救恩的事工：過去與現在
惠尼·克雷頓長老
摩爾門經中的榜樣能幫助我們
完成今日救恩的事工。
- 26 每塊土地上的先驅者：教會在
韓國的歷史——苦難中明亮
耀眼的福音之光
徐熙哲
由於早期韓國成員在困境中不
屈不撓，教會今日在韓國才有
這番繁榮興盛。
- 32 男人、女人和聖職能力
羅素·培勒長老
有些真理是男人和女人都必須
了解的，就是婦女所扮演的不
可或缺的角色。

專欄

- 8 2014年4月總會大會筆記本
- 10 我們的信仰：愛人如己
- 12 舊約的先知：以賽亞
- 13 福音學習：教會刊物——
印刷本或數位檔？
- 38 後期聖徒的心聲
- 80 直到再相會：不凡的青年
黎格蘭·理查長老

封面

封面：在聖殿裡教導的尼腓，但·貝爾繪。
封面裡：攝影插圖，布萊利·斯賴德。



42

- 42 聖約中的姊妹**
艾默琳·威爾森
姊妹情誼幫助我們遵守洗禮聖約的五個方法。
- 46 年輕成人側寫：
文化交融的多倫多**
凱瑟琳·納爾遜
當一個加拿大安大略省的忠信年輕成人有什麼感受？



50

- 48 為人生的契機作準備**
在寫功課的過程中，需要點鼓勵嗎？以下是總會會長團說的話。
- 50 如何確實學習**
大衛·愛德華茲
成績並不是上學最重要的事情。
- 53 海報：渾然忘我**
- 54 朋友想知道「為什麼」的時候**
理查·羅慕義
分享福音時，要學會不只是單純回答問題，而是要知道對方的需要。
- 56 我知道我必須怎麼做**
約瑟·森谷巴
我與同學分享我的標準，不知道這會使校方不高興。
- 57 一點通**
- 58 Susume!**
山下彥和長老
一名傳奇性的武士能教導我們保持忠信

- 61 為我的朋友像阿爾瑪一樣祈禱**
但以理·桑托斯
我的朋友告訴我他星期天不會來聚會。為他祈禱會有幫助嗎？
- 62 真正受人歡迎的十大祕訣**
可絲甜·坎貝爾
在結交朋友方面，新約能給我什麼教導？



68

- 64 音樂：我的聖約道路**
作詞：馬文·賈納，
作曲：凡雅·華金
- 66 特別見證：
為什麼需要服從誠命？**
多馬·貝利長老
- 67 大會裡的答案**
艾比
我的曾祖母愛德華茲去世了。我怎麼知道她是否快樂？
- 68 黃皮書**
藍道·奎羅加
藍道最喜歡的書不見了，大伯或許幫得上忙。
- 70 世界各地的朋友：
我是盧卡，來自南韓**
艾美·李威特
- 72 我們的園地**
- 73 聰明點子**
- 74 把初級會帶回家：
遵行福音讓我的家庭獲得祝福**
- 76 幼兒園地：哼出聖詩**
奧莉薇雅·藍道

看看你能不能找到
隱藏在這期雜誌裡的
利阿賀拿。

提示：
跟著腳印。

2014年9月，第9期
利阿賀拿10989 265

耶穌基督後期聖徒教會國際版雜誌

總會會長團：多馬·孟孫，亨利·艾華，迪特·鄺希鐸

十二使徒定額組：培道·潘，多馬·貝利，羅素·納爾遜，達林·鄺克司，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：奎格·卡登

顧問：荷西·雅龍索，莫文·亞諾，夏安·鮑文，史坦立·艾利斯，小克里斯·戈登

部門總經理：大衛·華納

營運主管：艾森·沃恩

教會雜誌主管：亞倫·洛伯

業務經理：葛夫·肯農

主編：法爾·強生

助理主編：萊恩·卡爾

編撰組：布特妮·畢提，大衛·狄克生，大衛·愛德華茲，珍妮弗·法龍，馬太·富利頓，歐蒂·傅萊曼，羅莉·傅勒，蓋瑞·葛夫，藍妮·高恩特，米迦勒·奧里斯，莎利·奧苗克，約書亞·伯凱，珍·賈柏若英，理查·羅慕義，保羅·范登堡，瑪瑞莎·韋迪森

美術主編：J.史考特·納德森

美術主管：泰德·彼德生

設計組：珍妮特·安德魯·菲·安德勒斯，曼蒂·貝特利，甘·巴特，多馬·柴德，奈特·加恩斯，科琳·興格萊，艾力克·強森，蘇珊·羅夫根，史考特·慕義，馬可·羅賓孫，布萊德·提爾，妮可·沃荷斯赫特

智慧財產協調員：柯利特·歐尼

出版經理：珍妮·彼德斯

出版組：凱文·班克斯，康妮·布利治，茱莉·博德，布萊出版組：凱文·班克斯，康妮·布利治，茱莉·博德，布萊恩·蓋吉，丹妮絲·柯比，金妮·尼爾森，蓋爾·瑞弗帝

印前作業：傑夫·馬丁

印刷主管：奎格·塞威克

發行主管：司提反·柯丁森

翻譯主任：仲國強

出版助理：黃鍾秀

地方新聞編輯：范陸平

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣305元

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

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

利阿賀拿（本詞出自摩爾門經，意謂「羅盤」或「導向器」）發行下列語言版本：阿爾巴尼亞文、亞美尼亞文、碧斯拉瑪文、保加利亞文、柬埔寨文、宿霧文、中文、簡體中文、克羅埃西亞文、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）。

Intellectual Reserve, Inc. © 2014 版權所有。美國印行。

利阿賀拿雜誌的文字與圖案可以複製，供教會或家庭作為附帶、非商業用途。美術作品於作者欄內標示限制用途者，均不得複製。若有任何版權問題，請洽詢 Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

For Readers in the United States and Canada:

September 2014 No. 9. 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 Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 707.4.12.5).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address

changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O.

Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

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

家人家庭晚會建議

本期所載的文章與活動可以用於家人家庭晚會，以下是兩個建議：



「治癒看不見的傷口」，第14頁：請看本文在第18頁列出的問題，不妨撥出一些時間，個別與子女談談色情這個主題。由於青少年在面對生活難題時，有時會轉向色情尋求慰藉，因此不妨為自己在處理難題時樹立的榜樣評分，並向子女承諾你會改進。你可以在課程中訂立家庭電腦使用規則，並複習以美德為主題的總會大會演講（如依蓮·戴騰，「回歸美德」，2008年11月，利阿賀拿，第78頁），也可以拿出家中有紀念價值的物品，像是婚紗

照和嬰兒命名祝福時所穿的白色衣服——與家人分享一些小故事，說明美德如何祝福你的生活。

「真正受人歡迎的十大祕訣」，第62頁：不妨運用文中的原則來教導子女如何交朋友。你可以製作10張字條，在字條上分別寫下一項文中提及的仁愛特質（亦見哥林多前書第13章）。詢問你的子女，這每一項特質如何幫助他們成為好的朋友。找出你支（分）會或社區中需要協助的人，並提出能為這個人服務的方法。你可能希望立即執行你們的服務計畫，並且在著手開始前，全家一同祈求能獲得仁愛。

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。

本期主題

數字代表文章起始頁。

仁愛，10，46，62

以賽亞，12

交友，54，61，62

先驅者，26

自立，4

色情，14

使活躍，22

服從，66，74

青年園地，14，20

信心，58，61

祈禱，39，61，68

耶穌基督，7

家庭（家人），41，74

家譜，22

婚姻，32

婦女，32，42

救恩的事工，22

教育，48，50，53

教會歷史，26

媒體，14，20

傳道事工，20，22，

54，56

聖約，42

聖殿事工，22

聖職，32

聖靈，38

摩爾門經，22，39

應急準備，4

總會大會，8，67

歸信，40



多馬·孟孫會長

我們 準備好了嗎？

教會曾在我以前住的地方附近經營養雞計畫，計畫的工作人員主要來自當地支會的義工。這個計畫大致上很成功，提供主教倉庫數以千計的新鮮雞蛋和好幾百磅處理好的雞肉。但是，志願效勞的都市農夫，有時候不只是手上有水泡而已，還會有心中的挫折感。

舉例來說，我永遠也忘不了有一次發動亞倫聖職男青年進行春季大掃除的情形。

我們這群熱心服務、生氣蓬勃的青年，一下子就拔好了野草集中起來，與其他雜亂的東西堆成一大堆用火燒。我們在熊熊烈火旁，邊吃熱狗，邊慶賀工作的成果。

然而這舉動卻釀成大禍，噪音和烈火嚇壞了5,000多隻母雞，大部分的雞突然開始脫毛，不再生蛋。從此以後，爲了讓雞多生一點蛋，我們寧可忍受一些雜草。

曾經協助貧困者的教會成員，不會忘記這樣的經驗，也不會因此懊悔。勤勞、節儉、自立更生、與人分享，是我們行之已久的準則。

我們應該記住，最好的倉儲系統就是教會中的每個家庭都儲藏所需的食物、衣服，並盡可能儲藏其他生活必需品。

當然有的時候，成員會需要來自教會的幫助。主的倉庫裡有忠信成員的時間、才能、技術、愛心、奉獻的物資及財產，這些都是主教在幫助貧困者時可以運用的資源。

我們勸勉所有後期聖徒要謹慎計畫，生活節約，並且避免過多或非必要的債務。只要儲藏足夠的食物和衣服，並且沒有債務纏身，就會有更多人能安然度過經濟上的狂風巨浪。今日卻有許多人反其道而行，他們負債累累，又沒有食物可吃。

我想重申總會會長團幾年前所宣告的事：「多年來，教會不斷勸勉後期聖徒預留一小筆金錢，防範可能發生的困境。這麼做對於生活的保障與福祉會有莫大助益：每個家庭都有責任在其能力範圍內供給自身所需。

「我們鼓勵大家不論住在世界哪個地方，皆需審視個人財務狀況，防範可能發生的困境；



同時敦促各位適度開銷，節制購物以避免負債。若有債務，須儘快清償，脫離這種束縛，並定期以小額儲蓄逐步建立存款。」¹

我們是否為生活中的急難狀況作好準備？我們的技能是否完善？我們是否在生活中未雨綢繆？我們手邊是否有足夠的存糧？我們是否服從神的誠命？我們是否回應先知的教導？我們是否準備好，要將自己的

物資分送給貧困者？我們是否誠實待主？

我們的確生活在動盪不安的時代。未來往往不可預期，我們必須為世間的無常作好準

備。需要做決定的時刻來臨時，準備的時刻就已經過去了。■

註：

1. 總會會長團，準備好一切必需事物：家庭理財（2007年，小冊子）。

本篇信息的教導

仔細思考造訪對象的需求，想辦法協助他們，使他們可以在工作、財務、食物儲藏，或急難準備上更加自立。想想你有什麼技能可以和他們分享，例如園藝或理財，幫助他們更能遵從孟孫會長的勸誡。

教導青少年和兒童此信息的建議，請見第 6 頁。



再次服務

杰恩·阿勞霍

有一天，我完成一項服務計畫之後，走路經過教堂，看見兩位姊妹正在清掃教堂。我不假思索地說：「姊妹，你們需要幫忙嗎？」其中一位姊妹笑著對我說我來的正是時候，她剛剛才向主祈求，希望祂能派人來幫忙，因為她們兩個人已經打掃到很累了。我很高興能成為她祈禱的答案。雖然我也才剛完成一項服務計畫，

有點累，但我還是聽從心底的聲音，繼續為人服務。

快樂地工作是一項誠命（見教約24：7）。只要我們願意隨時為人服務，就能為他人的生活帶來奇蹟。我們的人生會因為服務而更有意義。主真的很愛我們，祂幫助祂的每一位子女，祂會賜給我們力量去服務。

作者現居巴西北里奧格蘭德。

兒童園地

你準備好了嗎？

子孫會長要求我們每一個人做好萬全準備，面對艱難的時刻，也要準備好幫助他人度過難關。利用這些是非題衡量自己是否已經作好準備。



我總是可以找到幫助的對象。
是 否

我感激所享有的一切。
是 否

我沒有任何才能可以跟他人分享。
是 否

為將來儲蓄是個好主意。
是 否

我需要新的玩具和衣服才會快樂。
是 否

答案：是，是，否，是，否

探訪教導信息

請認真研讀這些資料，並透過祈禱知道可以分享哪些內容。了解救主的生平與角色，如何增加你對祂的信心並造福你在探訪教導中所看顧的人？如需更多資訊，請瀏覽網站 reliefsociety.lds.org。

耶穌基督的神聖使命：保惠師

這是以救主使命為主題的一系列探訪教導信息的其中一篇。

耶穌基督曾應許：「我不撇下你們為孤兒，我必到你們這裡來」（約翰福音 14：18）。祂會「賜華冠……代替灰塵；喜樂油代替悲哀」（以賽亞書 61：3）。基督不會忘記我們，因為祂為我們每個人贖罪受苦。總會慈助會第二諮理琳達·瑞福斯姊妹說：「我們的救主……擔負我們的痛苦、煎熬和苦難。所以祂能夠了解我們的感受，知道如何來安慰我們。」¹

基督會安慰我們，這樣的認知能為我們帶來平安，並激勵我們跟隨祂的榜樣，為人服務。多馬·孟蓀會長曾說：「只



要行事正義、遵守誠命，我們的福音知識、我們對天父和救主的愛就能安慰、支持我們，為我們的心帶來喜樂。這世上沒有任何事物能夠擊倒我們。」²

經文出處

約翰福音 14：18，23；阿爾瑪書 7：11-13；教義和聖約 101：14-16

註：

1. 琳達·瑞福斯，「主沒有忘記妳們」，2012年11月，利阿賀拿，第120頁。
2. 多馬·孟蓀，「要放心」，2009年5月，利阿賀拿，第92頁。
3. 依蓮·傑克，我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工（2011），第119-120頁。
4. 我國度中的女兒，第34頁。



信心，家庭，慈助

歷史回顧

第十二任總會慈助會會長依蓮·傑克曾說：「在探訪教導時，我們互相關懷。雙手往往能表達言語無法傳達的意思。溫暖的擁抱，勝過千言萬語。共同歡笑能使人團結在一起。彼此分享的時刻，能使靈魂重獲力量；我們未必能讓愁苦的姊妹減輕負擔，但是我們可以扶持她，讓她能承受重擔。」³

慈助會的先驅姊妹「從彼此間的愛心關懷中獲得靈性力量。……在遭受疾病和死亡的痛苦折磨時，她們會運用信心為彼此祈禱，互相安慰。海倫·惠尼寫道：『神的愛在我們心中交流，使得邪惡似乎一籌莫展，無法使我們與主疏離。他殘酷的利箭有時就像被削掉箭頭般無法造成傷害。』」⁴

思考要點

明白主記得你，這樣的認知如何帶給你安慰？

2014 年四月總會大會筆記本

「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 2014 年 4 月總會大會的演講時，可以運用這幾頁的內容（和以後幾期的大會筆記本）來幫助你研讀並實踐活著的先知、使徒和教會其他領袖最近的教導。

精選教義

贖罪和聖約

「訂立和遵守聖約能讓我們與主耶穌基督共負一軛。其實，救主是在呼喚我們信靠祂，與祂一起行動，雖然我們的努力

與祂的努力相比，遙不可及。當我們在人生旅途中信賴祂，有祂與我們一起背負重擔時，的確，祂的軛是容易的，擔子是輕省的。……

「……爲了獲得透過耶穌基督的贖罪而來的所有祝福，我們需要正直地接受並遵守聖約，並由適當的聖職持有人執行教儀。因爲在聖職的各項教儀中，神性的能力會向世上的男女顯示，包括贖罪的祝福（見教約 84：20-21）。」

十二使徒定額組，大衛·貝納長老，「減輕他們的重擔」，2014年5月，利阿賀拿，第88頁。

到網頁 lds.org/go/testimony914，學習更多如何鞏固你對耶穌基督贖罪的見證。到網頁 lds.org/go/covenants914，學習更多有關神賜給我們的聖約。



先知的應許

感恩



「無論任何情況，我們都可以選擇心懷感恩。」

「無論周遭發生什麼事，我們

都可以心懷感恩。心懷感恩就能超越失望、沮喪和絕望。無論在嚴寒冰封的冬日，或在愉悅暖和的夏日，我們都可以心懷感恩。……

「……痛苦時，我們能以基督的贖罪為榮；哀慟時，我們能感受到天堂般的懷抱和溫暖。」

總會會長團第二諮理，迪特·鄔希鐸會長，「在任何情況下都心懷感恩」，2014年5月，利阿賀拿，第76頁。

到網站 lds.org/go/study914，找出方法來改善你研讀大會講詞的情形。



為你提供答案

在每一次大會上，先知和使徒都會提供一些受靈啓發的答案，解答教會成員可能會有的問題。查閱2014年5月大會專刊或瀏覽 conference.lds.org，找出這些問題的答案：

- 我可以怎樣帶著勇氣、禮貌地護衛自己的信仰？到網站 lds.org/go/holland914 上找出答案，或看傑佛瑞·賀倫，「門徒身分的代價和祝福」，第6頁。
- 耶穌基督的贖罪能如何幫助我成為分享真理的有力來源？到網站 lds.org/go/scott914 上找出答案，或看李察·司考德，「我給你們作了榜樣」，第32頁。

為你的家庭製作一條聖約道路的表格

「這個簡單的作法幫助我和蕾莎盡到我們的職責，幫助我用一張行動計畫表協助家中每個成員在聖約的道路上進步。」總主教，蓋瑞·史蒂文生主教，「你的四分鐘」，第86頁。

1. 在一張紙上劃出兩個欄位，分別寫上：「姓名」和「計畫：下一個（或需要做的）教儀」。
2. 列出家中每個還需要接受以下教儀者的名字：受洗、按立聖職、接受聖殿恩道門、接受印證。
3. 進行家庭討論、參與家人家庭晚會課程，或進行其他準備，來幫助家人接受必要的教儀。

防禦色情



「我們要如何保護我們的兒童和青少年呢？……世界上最厲害的篩選器，也是最終唯一有用的，

就是個人內在的篩選器，這來自於對天父的愛和對救主為我們每一個人所作的贖罪犧牲有深刻、持久的見證。……

「……我必須見證，每日研讀經文、作祈禱和每週開家人家庭晚會，會帶來祝福。做這些事會減除我們的壓力，使我們的生活有方向，並保護我們的家庭。」

總會慈助會會長團第二諮理，琳達·瑞福斯，「防禦色情——以基督為中心的家」，2014年5月，利阿賀拿，第16-17頁。

到網站 lds.org/go/overcome914 尋找能協助個人和家庭克服色情的方法。



請至網站 conference.lds.org 閱讀、收看、收聽或分享總會大會演講。



愛人如己

「每天早上起身時，讓我們下定決心以愛心和仁慈回應一切事情。」——多馬·孟蓀會長

當有位律法師問耶穌，哪一條誡命是最大的時，祂本可從舊約、從摩西律法，或從十誡的許多誡命中選出任何一條來回答。但祂卻將一切誡命總結成以下這兩條：

「你要盡心、盡性、盡意愛主——你的神。

「這是誡命中的第一、且是最大的。

「其次也相做，就是要愛人如己」（馬太福音 22：37-39）。

誠如多馬·孟蓀會長在上一次總會大會教導的，遵守一條誡命會幫助我們遵守另一條誡命。他說：「在今生旅程中，如果我們無法去愛同行的旅人，就無法真正愛神。同樣地，如果我們不愛神——那位全人類的父，也無法全心去愛我們的同胞。……我們都是天父的靈體兒女，因此我們都是兄弟姊妹。只要我們牢記這項真理，要愛神所有的子女就變得容易多了」（「愛就是福音

的精髓」，2014年5月，利阿賀拿，第91頁）。

培養仁愛——對他人懷著基督般的愛，會改善我們的關係、讓我們樂意為人服務，並使我們能獲得永生（見摩羅乃書 10：21）。仁愛是一項屬靈的恩賜，是我們可以祈求，也可以遵行的恩賜；仁愛是「賜給……耶穌基督的真正信徒的」（摩羅乃書 7：48）。這是使徒保羅所說的「最妙的道」（哥林多前書 12：31），其中包含了恩慈、耐心、謙卑、溫順、懷著希望，和寬厚（見哥林多前書第 13 章）。

生活是培養仁愛的完美實驗室。救主那稱為金科玉律的教訓可以用來指引我們的行為：

「無論何事，你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」

（馬太福音 7：12）我們每個人都是不完美的，但儘管我們都有缺點，我們仍都渴望受到他人和善地對待。■

懷著愛心溝通



「今日的男女極需要培養互相尊重的態度，能夠超越信仰和行為的鴻溝，以及意見相左的深淵。……

……

「願意透過對方的立場來看事情，可以將『污穢的言語』化為『造就人的話』。……這麼做或許無法改變或解決問題，但更

重要的是造就人的話可能會對我們產生的改變。

「我謙卑見證，我們可以藉著愛心的言語來『造就人』。經過培養的這項聖靈恩賜會穿透我們的心，使我們對別人的感受和情況產生同理心。」

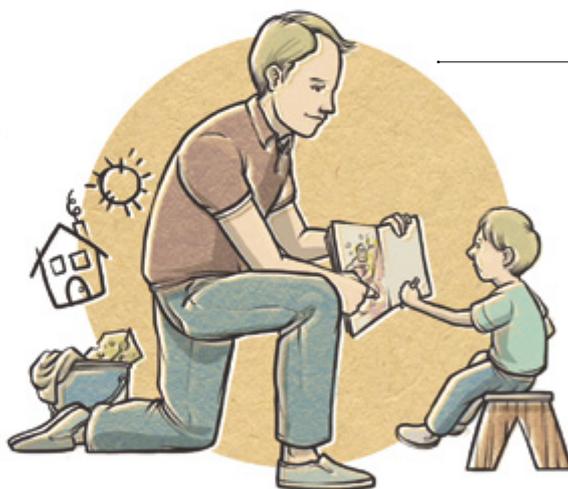
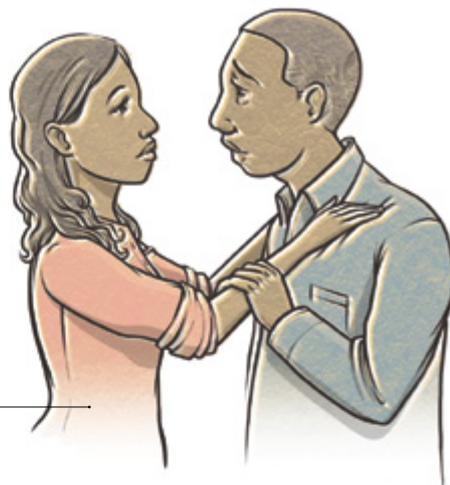
七十員，奎格·瑞克長老，「你的看法如何？」2014年5月，利阿賀拿，第43頁。

關於我們可以向他人表露愛心的許多方式，想想孟孫會長以下這些教導：



「有一些表達愛最好的機會就在我們自家的圍牆內。」

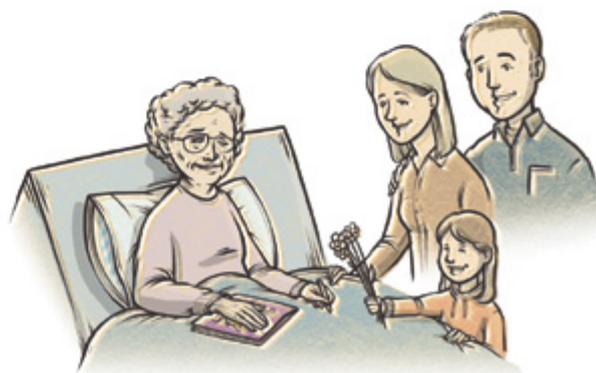
「寬恕與愛心是攜手並進的。……指責會讓傷口無法癒合，只有寬恕能撫平傷害。」



「在無法避免訓誡的情況下，事後要表達更多的愛」（見教約 121：43）。



「愛可以用顯而易見的方式表達：一個微笑，一個揮手，一句好話，一聲讚美。」



「另外有一些方式比較不明顯，像是：對別人的活動表示關注，友善耐心地教導一項原則，拜訪生病或無法出門的人。」

摘自「愛就是福音的精髓」，2014年5月，利阿賀拿，第91-94頁。

以賽亞

「無論用什麼標準來看，以賽亞都是舊約裡預言彌賽亞的先知中最具代表性的，他本身就是舊約所有先知之中，話語最具洞察力的一位。」¹——十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老

我是亞摩斯的兒子，我的名字意思是「主是救恩」。²我在耶路撒冷擔任了40年的先知，從主前740-701年。我在耶路撒冷預言時歷經四位國王的統治，也曾是希西家王的首席顧問，因此我在宗教上有極大的影響力。³

我不只預言我自己的時代和人民所發生的事，也預言未來會影響整個人類家庭的事。我預言救主誕生：「〔看啊〕……必有童女懷孕生子，給他起名叫以馬內利。」⁴我宣講耶和華被膏抹去「傳好信息給謙卑的人，……醫好傷心的人，報告被擄的得釋放，被囚的出監牢」。⁵我也預言祂第二次來臨以後，「萬軍之主……必在錫安山，在耶

路撒冷作王；在敬畏他的長老面前，必有榮耀。」⁶

我用象徵筆法和詩歌文體掩飾我的教導，使那些沒有準備好了解或遵守這些教導的人無法明白，然而那些勤奮研讀我的教導，並有聖靈協助的人能了解我的預言。⁷

我是最後一位教導以色列各支派的主要先知，之後他們就開始從聖地上被分散。■

註：

1. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* (1997), 75.
2. Bible Dictionary, "Isaiah."
3. 見經文指南，「以賽亞」；scriptures.lds.org。
4. 以賽亞書7：14。
5. 以賽亞書61：1；亦見路加福音4：16-21。
6. 以賽亞書24：23。

7. 見舊約學生用本：列王紀上-瑪拉基書，第3版（教會教育機構課程302），第131-135頁。
8. 見舊約學生用本，第131頁。
9. 見培道·潘，「我靈魂的事情」，1986年7月，聖徒之聲，第50頁。
10. 見舊約學生用本，第131頁。
11. 約瑟·斯密——歷史1：40。

先知的先知

經文最常引述的古代先知就是以賽亞。

- 摩爾門經引用了百分之三十二的以賽亞書，並且改述了其中的百分之三。⁸
- 救主在新約中引用以賽亞的話至少7次；使徒則引用至少40次。⁹
- 教義和聖約至少100次提到以賽亞的寫作；¹⁰第113篇和133篇則解釋和說明以賽亞書的一些預言。
- 摩羅乃在1823年9月21日向約瑟·斯密顯現，引述了以賽亞書第十一章，「說那快要應驗了」。¹¹



以賽亞書6：6-9

教會刊物—— 印刷本或數位檔？

男子低頭看著自己的雙手，並彎曲手指。這雙手能做許多事：修理漏水的水龍頭、打造一張桌子、充滿律動且優雅地在舞池裡引導他的妻子。

接著他的目光掃過他最近拿到的智慧型手機。他的雙手能做許多事。但他的拇指能做……那件事嗎？

他的主日學課本和使用多年的經文就放在手機的旁邊。他多喜愛那些經文啊！他喜歡在他的手中那紙質的感覺，所有的手寫註解，它們的重量。

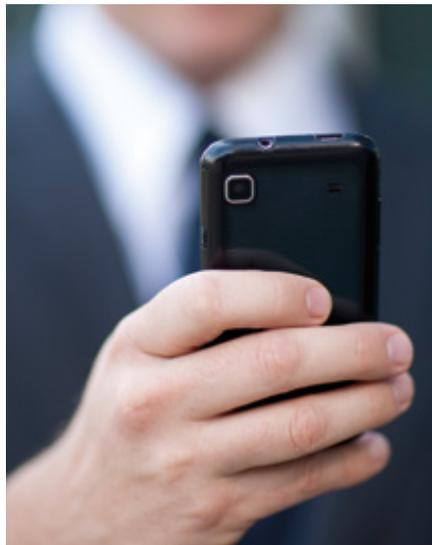
但是他記起李察·司考德長老教導，藉著科技，你可以將標準經典和更多的資訊裝進口袋裡。¹ 他撫著褪色的皮質經文。他必須承認，在平日中他並不常帶著它們。

但就在某天，他的孫子用自己的手機分享了最近總會大會中，他最喜歡的演講中的一句話。當時是星期五的晚上，他們正在外面散步。

男子在一天當中並沒有很長的時間可以研讀。然而，他可以簡單地抽出5分鐘、10分鐘。此外，他也想要獲取所有教會提供的數位檔。

前門傳來了敲門聲。他的

孫子說：「爺爺！準備好要開始了嗎？」



男子拿起他的智慧型手機。他的拇指可能永遠不會像他的子女和孫子女那樣飛快地移動。但或許他也不用這樣做。

男子說：「當然，教我吧！」幾個禮拜下來男子發現了更多關於他的孫子教他的事：數位的世界是……

- 多功能的。「有些東西，像是影片和聲音檔，它們無法被印刷。數位科技可將各種東西放在一個地方。你也可以順便記下和保存註解。」
- 全面地。「它就像一座很

大的圖書館。你可以一手掌握許多教會的出版品，並且可在任何地方研讀它們。」

- 可搜尋的。「搜尋功能可以幫助你很快地找到你要找的資訊。」
- 可分享的。「如果你喜歡某項資訊，你可以分享。這是一個分享福音的簡單方法。」
- 有效率的。「你不需要等它運來。你也不需要找一個地方來放所有的東西。」
- 經濟實惠。「你不需要花一毛錢就可以獲取教會的數位刊物；而且如果越多人選擇數位檔，教會就能在印刷、寄送和倉儲上省下更多成本。」

所以這個故事跟你有什麼關係呢？

在LDS.org或福音圖書館行動應用程式可取得幾乎所有教會的印刷品。數位化並不表示要你完全放棄你已有的印刷品——它們兩者可能都在你的生活中占有一席之地，但當你準備好迎接接下來的學年，思考評估一下哪些數位資源是你懂的。

總之，不要害怕投入科技的世界。那裡總是會有人指引你的道路。■

註：

1. 李察·司考德，「獲得家中的平安」，2013年5月，利阿賀拿，第30頁。

今日幾乎所有的
青少年都會在
滿18歲前接觸到
色情。父母們，
你們需要採取
這些行動。

治癒



看不見的傷口

珍妮弗·法倫

教會雜誌

在 保衛寇米拿城的大戰中，希拉曼說到他那 2,060 位子弟兵，他們作起戰來「奮不顧身」（阿爾瑪書 57:19）。在那場戰爭當中，「他們竟無一人陣亡；但他們也沒有一人不是負傷累累」（阿爾瑪書 57:25）。這些青年子弟兵中有許多人身受重傷，因失血過多而昏倒。

戰爭的起因是他們的社會遭到攻擊，這些年輕的戰士必須披上戰袍，因為他們的父母無法代替他們打這場仗。現代的青少年也身陷一場毀滅性的激烈戰爭，而戰爭的起因如出一轍。今時今日的父母和艾蒙的人民一樣，無法為年少的兒女打這場靈性戰爭，不過他們能夠學習辨認出這場戰爭造成的靈性創傷，而給予兒女必要的知識和資源，使他們得以存活。

讓我們面對事實

部分研究指出現今的青少年在高中畢業前接觸到色情的機率近乎百分之百，他們接觸到色情的情況，大多都發生在做功課時上網的時候。¹ 研究報告顯示，2008 年的報告顯示，大約九成的少年和三分之一的少女觀看色情媒體。² 男生和女生接觸及沉迷的平均年齡同樣都是 11 歲。我們希望受福音影響的青少年中，這些數據會略為下降，但研究顯示後期聖徒「沉迷色情的普遍情況及嚴重程度與外界並無二致。」³ 令人遺憾的是，現在的問題已不再是我們



訂立家庭電腦使用規則固然重要，但我們不應變得過度憂心，想盡辦法監控家中網路的安全。



的子女是否會接觸到色情，而是何時會接觸到色情，以及如何面對色情。事實上我們能預見教會中許多青少年會在這場戰役中負傷，但並不表示他們會滅亡。

父母爲了保護兒女，可能會變得過度憂心，想盡辦法監控家中網路的安全。楊百翰大學教授家庭生活的馬可·巴特勒教授認同捍衛家庭與家人的重要，同時補充說明這些「科技層面的解決方法只是問題的初步解答，最重要的是那面用來保護心思意念的盾牌，而這靈性的盾牌是在家中量身鍛造出來的。」⁴ 封鎖網路及訂立家庭電腦使用規則非常重要，而且也很有效，但是青少年多半在家中以外的地方染上色情習癮，例如公共圖書館、朋友家或無線網路（WiFi）熱點，這些地方的網路比較沒有設限。

十二使徒定額組成員陶德·克理斯多長老教導：「因應之道都集中要制訂更多、更強硬的法規。這種作法或許會遏阻某些人從事不法行爲，但有些人會想出更多花招來加以規避。我們是絕對無法巨細靡遺地訂定法律條文來預期、涵蓋所有狀況的；……到頭來，只有個人內在的道德指南針才能有效地解決社會敗壞的根源和症

狀。」⁵ 到頭來，最好的防禦方式就是在兒女心中灌輸過高尚生活的渴望。

上癮的徵兆

我們不當使用身體的同時，一定也會傷害到靈性，而且這類傷害總會在靈性上留下傷疤。

善於觀察的父母能藉由留意下列徵兆，察覺兒女是否沉迷於色情，但是請注意：出現這些徵兆並不代表已經成癮。如果家中的青少年出現部分下列行爲，則代表他們可能有更嚴重的問題，包括吸毒、沉迷色情、霸凌或其他問題。無論這些行爲的起因是什麼，你都能利用這些徵兆提醒自己，應該要以慈愛的態度與兒女開啓對話，介入問題。

自尊心低落

沉迷色情、無法自拔的青少年常常會感到羞愧，並讓這樣的情緒一點一滴侵蝕他們的自尊。缺乏自尊心的部分徵兆包括課業表現不佳、不想參加活動，以及沒有良好的保健或睡眠習慣。

迴避社交

沉迷色情通常在暗中進行，你可能會發現兒女經常迴避家庭時間和社交活動。這點是辨

別是否有色情方面的問題最常見的指標。有些青少年會長時間將自己鎖在房間或不與人來往，他們這麼做並不一定是出於害羞。即使這些青少年出現在社交場合中，他們也很難與人互動。孤立的行徑會隨著沉迷的程度而越來越明顯，個人空間被侵犯時，也常以憤怒來表達心中的不滿。沉迷色情、無法自拔的人會以扭曲的眼光看待自我價值和他人的美德，他們會和心中認為更具美德的人疏遠，因為覺得羞恥又虛偽，而且也不配。

情緒沮喪

對習癮這件事而言，情緒沮喪就像一把兩刃刀，既可能是症狀，也可能是成因。持續態度悲觀、長期思想消極，常表無助都屬於情緒沮喪的徵兆。經常開玩笑說要自殺的青少年通常都是情緒沮喪，其他徵兆還包括：飲食失調、失眠或嗜睡，以及身體疲累——基本上任何極端的行為都是徵兆。

沉迷色情的其他相關徵兆包括：易怒、不誠實、驕傲，以及在靈性環境中感到不自在或無趣。

我們必須讓青少年兒女知道我們對福音的見證及熱愛。



我們無法一一列出沉迷色情的徵兆。開誠布公與兒女討論性及他們情緒和靈性的狀況，是父母掌握青春期的兒女是否已為抗拒色情做好萬全準備最好的方法。

我的孩子沉迷色情，我該怎麼做？

十二使徒定額組的羅素·培勒長老曾說，由於耶穌基督的贖罪，「一個人不論落入任何習癮的惡性循環，永遠都還有希望。」⁶

巴特勒教授談到上癮的根源，他指出：「所有的上癮都是拙劣的解決策略。」不懂得處理罪惡感、羞愧感、難過或痛苦的孩子時常會藉由成癮行為，麻痺這些負面的情緒。壓力、無聊或孤獨這類情緒雖較不嚴重，但若是不懂得處理，還是有可能因此染上成癮的行為。

父母可以透過身教，幫助兒女發展健全的應對技巧。下列問題能協助你評量自己的應對技巧：面對壓力、絕望，或感到身心俱疲時，你是否會將自己與外界隔絕？你是否依賴娛樂來逃避問題，而不是正視問題？你的行

為是否說明解決問題最健全的方式就是仰賴天父和救主，同時也要借助自己的人際關係？

孩子必須學會辨認悲傷、內疚和痛苦等靈性創傷的徵兆，才能從這些痛苦經驗中學習。經歷痛苦折磨不全是件壞事，小阿爾瑪用「強烈」和「苦」這樣的字眼描述他因罪受到的痛苦（阿爾瑪書 36：21）；彼得在不認救主之後「出去痛哭」（路加 22：62）；齊愛治樂「因為自己的邪惡」內心備受折磨（阿爾瑪書 15：3）。你能教導兒女不要把痛苦視為避之唯恐不及的可怕情緒，而是要將痛苦當成能助你成長的良師。阿爾瑪、彼得和齊愛治樂都用自己罪的痛苦來激發悔改之心，後來，他們都成為忠信的福音使者。你的榜樣與指引能幫助兒女明白悔改能戰勝上癮。

問對的問題

為色情而掙扎的青少年往往在向父母坦承之前，會先告訴主教，原因是（1）主教會直接了當詢問他們是否有這方面的問題，（2）他們通常不願意和父母談論自己脆弱的那一面。楊百翰大學心理系教授布司·卡彭特建議家長直接詢問有關色情方面的問題前，先培養討論敏感話題的技巧，包括鼓勵青少年兒女討論道德和標準等一般的話題。

問

- 你的朋友對性這件事抱持什麼樣的態度？
- 你對教會的道德標準有什麼看法？
- 你是否曾為色情而掙扎？如果有的話，你是否願意告訴我？
- 你覺得自己在什麼情況下最容易受到色情媒體影響？
- 你可能會從哪裡觀看到色情媒體？
- 你的哪些朋友最有可能讓你受到色情的誘惑？你覺得我們該如何處理這個問題？

總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長教導：「對罪感到懊悔而走向悔改或走向絕望，是兩條截然不同的路。

「使徒保羅教導說：『依著神的意思憂愁，就生出……懊悔來，以致得救；但世俗的憂愁是叫人死』〔哥林多後書 7：10〕。依著神的意思憂愁能透過耶穌基督的贖罪激發改變，帶來希望；世俗的憂愁則打擊我們，使希望幻滅，使我們屈服於更多的誘惑。……

「真正的悔改關乎改變，而非折磨或煎熬。是的，因為不服從而感到痛徹的懊悔和真正的後悔通常很痛苦，但在悔改的神聖過程中卻是非常重要的步驟。然而，當內疚讓我們厭惡自己或妨礙我們再度爬起來的話，就阻擋了而不是激勵我們悔改。」⁷

雖然卡彭特教授認為比起詢問一連串問題，專注於和青少年建立良好關係更有幫助，但是他仍建議平常和青少年兒女面談時，可以詢問左欄內的問題。

青少年通常對這樣的話題感到極不自在，最好的方法就是要敏於觀察兒女的反應，以開明、不先入為主的態度來回應；回應時如果情緒過於激動，或不明就理施以懲戒，青少年很可能就不會向父母坦承。¹

註：

1. 布司·卡彭特，取自 2013 年 9 月 12 日與作者的訪談內容。



只要我們的青少年對耶穌基督的贖罪有信心，他們的靈性創傷就能獲得治癒。

兒女憧憬並嚮往高尚的生活時，即使他們的靈性受到創傷，也很可能堅持下來。他們可以透過每日熱烈祈禱及誠心研讀經文建立這樣的憧憬。⁸ 巴特勒教授建議父母：「藉由你們榜樣的力量，使兒女清楚看到高尚的生活充滿快樂、平安和幸福。雖然從渴望過高尚的生活到真正實現，需要經歷一段漫長的過程，但渴望就像一顆種子，會在心中萌芽、茁壯。」過高尚生活的渴望不是一蹴可及的，巴特勒教授說：「自然人具備頑強抵抗的特質，往往要耗費很長的時間才能馴服。」既使上癮不能成為推卸責任的藉口，但是上癮的確是頑強的惡習，必須十分有耐心，長期借助外在幫助（像是教會的習癮戒除計畫），才能克服。

前方有希望

我們的青少年就像希拉曼的戰士，在面臨邪惡時，經常展現「大的勇氣」（阿爾瑪書 56：45）。如同摩爾門經中的戰士信賴父母的信心，我們也必須讓兒女知道我們對福音的見證及熱誠，他們因而能說：「我們不懷疑我們的母親〔和父親〕知道這道理」（阿爾瑪書 56：48）。主已應許：「我會為你們作戰」（教約 105：14）。我們的青少年只要對耶穌基督的贖罪有信心，就會變成「強而有力，甚至有獲救的力量」（尼腓一書 1：20）。■

若欲進一步了解本主題或取得更多相關資源，請見 overcomingpornography.org。

註：

1. See John L. Hart, "In Your Family? Undetected, Pornography Invades Homes, Ruins Lives," *Church News*, Mar. 3, 2007; ldschurchnews.com.
2. See Jason S. Carroll and others, "Generation XXX: Pornography Acceptance and Use among Emerging Adults," *Journal of Adolescent Research*, 23, no. 1 (2008): 6–30.
3. John L. Hart and Sarah Jane Weaver, "Defending the Home against Pornography," *Church News*, Apr. 21, 2007, ldschurchnews.com.
4. 取自 2013 年 8 月 2 日馬可·巴特勒與作者的訪談內容；see also Mark H. Butler, *Spiritual Exodus: A Latter-day Saint Guide to Recovery from Behavioral Addiction*; 參閱培道·潘，「信心的盾牌」，1995 年 7 月，聖徒之聲，第 6–8 頁。
5. 陶德·克里斯多，「道德紀律」，2009 年 11 月，利阿賀拿，第 106 頁。
6. 羅素·培勒，「啊，那邪惡者的陰險計畫」，2010 年 11 月，利阿賀拿，第 110 頁。
7. 迪特·鄔希鐸，「你現在可以起來了！」，2013 年 11 月，利阿賀拿，第 56 頁。
8. 見羅素·培勒，「啊，那邪惡者的陰險計畫」，第 110 頁。

藉由振奮人心 的活動來鞏固青年

麥可·麥迪遜
聖職部門

身 為青少年的父母或領袖，你一定想要鞏固子女及支會或分會中的青少年。他們成長的年代中，世俗標準離開福音標準越來越遠，他們努力奉行福音時，經常會感到孤單。幸運的是他們

可以透過與其他青少年一起參與有意義的活動獲得力量。

活動能鞏固並拯救青少年

成功的活動能提供青少年健全的環境來學習和實踐福音，這些活動可以幫助他們為日後

「這網站是一個很棒的工具，會在我擔任蜂巢組會長的期間，助我一臂之力。」——麥凱拉，美國德州

「這網站能夠激發出很多好點子，也能協助我們確保所籌劃的活動都是有目的的，都能協助青少年堅定他們的見證。」——約書亞，加拿大曼尼托巴

「這些內容太棒了，你可以想見我們的領袖確實受到靈的啟發，也很關心青少年和各地的領袖。每次使用這個網站，我都會獲得許多靈感。」——維特，墨西哥

需要籌劃青少年活動的點子嗎？
lds.org/youth/activities
上有160個以上的點子。



趣味5K
舉辦青少年及社區5K跑步或競走活動。



舞蹈禮儀
討論和示範合宜的舞蹈禮儀。



可以用來服務的技能

學習新技能，然後運用這些技能來為人服務。

的職責作好準備、發展才能和興趣、學習領導技巧，並透過與其他男女青年互動，培養彼此的友誼。活動能提供青少年機會為社區鄰里提供有意義的服務，也能幫助你和青少年建立良好的關係，成為他們的良師益友。



才藝表演

策劃支會或男女青年才藝表演。



傳道開放日

計畫、準備、宣傳傳道開放日活動、文化表演或在當地教堂舉辦的其他活動。

較不活躍的成員以及和我們不同信仰的人也能在輕鬆愉快的青少年活動當中，玩得開心。總會男青年會長大衛·貝克說：「活動是我們認識人並伸出援手最有效的方法。許多青少年不見得一開始就會接受邀請，參加聖餐聚會或上傳教士課程，但是可能會很樂意參與我們有趣的活動。許多歸信者都說第一次接觸福音的經驗都源於朋友邀請他們參加男女青年活動。」

活動成功的關鍵就是青少年的參與。在你的指導下，青少年可以在籌劃活動時扮演重要的角色，因為沒有人比他們更了解青少年的興趣、目標、渴望與心中的疑問。如果定額組和班級會長團能依據支（分）會中青少年的需求，籌劃並執行活動，那麼青少年在參加活動時就會更有興趣，也會更投入，並且能從活動中獲得美好的經驗。

各式各樣的活動

你可以在 lds.org/youth/activities 找到 160 個以上的點子，幫助青少年籌劃活動。網站上也有一些建議，幫助你辨識男女青年的需求；

另外，青少年和成人領袖還能透過網站提供的籌劃和溝通工具，將想法付諸實行，甚至可以把你們活動的點子提交到網站上。

網站建議的活動項目包括為人服務、分享福音、打造健康的身體、音樂表演和藝術創作、為日後的職責作好準備，以及做聖殿和家譜事工等。青少年的身心逐漸成熟，面臨更多責任時，必須具備各種不同的能力和經驗，才能以最佳狀態走在超升的道路上。七十員保羅·派普長老說：「我們的青少年需要各種經驗，協助他們在靈性、體能、智能和社交上成長進步，才能準備好接受天父為他們預備的事工。網站上列出的各個活動項目幫助我們為青少年提供更多機會。」

這個網站透過把活動和青少年在主日課程、對神盡職和個人計畫中學到許多原則結合在一起，強化福音的學習。

青少年、領袖與家人相互合作，籌劃並推動能邀請所有的青少年歸向基督的活動，這新生的一代便能夠充分準備好，完成主在世上的事工。■







救恩的事工： 過去和現在

對本福音期來說，與救恩事工有關的五項責任已經不是新知，摩爾門經時代的人早已學習到這些責任，並加以實踐。

談 到末後的日子以及被顯露的真理會像洪水般橫掃大地時，尼腓預言人民「必認識他們的救贖主，了解祂教義的真諦，使他們知道如何歸向祂而得救。」（尼腓一書 15:14；亦見摩西書 7:62）爲了應驗尼腓的預言，今日的教會努力幫助世界各地的男人和女人，教導他們救主的教義，協助他們將生活建立在這些教義上，進而歸向祂並走上救恩的道路。

活著的先知和使徒教導我們：「耶穌基督教會的成員被派遣去『爲了世人的靈魂的救恩，在祂的葡萄園裡工作』（教約 138:56）。救恩的事工包括教會成員傳道事工、歸信者存留、使較不活躍的成員恢復活躍、聖殿和家譜事工，以及教導福音。」¹

摩爾門經顯示，古代的教會成員也強調「傳道事工、歸信者存留、使較不活躍的成員恢復活躍、聖殿和家譜事工，以及教導福音」。從一個福音期到另一個福音期，成員肩負的這些重責大任卻未曾改變，強有力地見證了神是永恆不變的，祂愛祂所有的子女，無論他們生在什麼年代、住在什麼地方。

傳道事工

摩爾門經清楚地教導我們傳道事工的基礎教義。舉例來說，尼腓寫道：「如果你們全心全意跟隨子，在神前不偽善，不欺騙，真心悔改你們的罪，向父證明你們願意藉著洗禮承受基督的名，是的，藉著遵照你們的主，也就是你們救主的話，隨祂進入水中，看啊，然後你們必接受聖靈；是的，隨之而來的就是火與聖靈的洗禮」（尼腓二書 31:13；亦見尼腓三書 11:31-40；27:13-22）。

因此摩爾門經中有許多震撼人心、與傳道事工有關的記載也不足爲奇了。舉例來說，摩賽亞王的四個兒子都拒絕擔任尼腓人的王，不願接下掌管國家的責任，卻要去尼腓地向仇視尼腓人的拉曼人宣講福音。他們的傳道持續了 14 年，有數千人加入教會成爲歸信者（見摩賽亞書第 28 章；阿爾瑪書第 17-27 章）。

教會一直都在效法摩爾門經中傳道事工的榜樣，目前的傳道事工已達到教會有史以來的最大規模。

歸信者存留

談到鼓勵新成員在福音中保持活躍以獲得永生，尼腓寫道：

「你們踏上這條窄而小的路後，我要問是否一切都做好了？看啊，我告訴你們，沒有，因為你們還沒有到這程度，除非你們已根據基督的話，以對祂不可動搖的信心，完全依賴那位有拯救大能者的功勞。

「因此，你們必須對基督堅定不移，懷著完全光明的希望，以及對神和對所有的人的愛心，努力前進。因此，如果你們努力前進，飽享基督的話，並持守到底，看啊，父這樣說：你們必得永生」（尼腓二書 31：19-20）。

摩爾門經時代的教會領袖採取了特定的行動，協助新成員留在窄而小的道路上。他們看到我們的世代，也知道我們會面臨類似的困難（見摩爾門書 8：35），摩羅乃在寫作中談到協助新成員忠於他們的聖約的一些做法，他說：

「凡受洗並被聖靈的力量感化和潔淨的人，就被算在基督教會的人中；他們的名字被記錄下來，使他們被記得並用神美好的話滋養，以保守他們在正道上，使他們不斷警醒禱告，僅依賴基督的功勞，基督是他們信心的創始者和完成者。

「教友常常聚在一起，禁食，禱告，並彼此談論有關他們靈魂福祉的事」（摩羅乃書 6：4-5）。

現代的教會在支會議會、聖職定額組，和其他組織中，遵照摩爾門經中使歸信者留存的模式。²

使較不活躍的成員恢復活躍

阿爾瑪在任期接近尾聲的時候，因關心教會中一群自稱為卓倫人的異議份子，關心他們的靈性福祉，而極為悲痛。摩爾門經這樣敘述：「阿爾瑪的心又開始為這人民的罪而難過。

「得知人民的罪惡是阿爾瑪十分憂傷的原因；他的心因為卓倫人和尼腓人分離而極為憂傷」（阿爾瑪書 31：1-2）。

阿爾瑪採取了一些行動來感化卓倫人，他揀選忠信的同伴，並為自己 and 同伴的事工祈禱，請求神「藉著基督安慰這些人的靈魂」，賜予他們力量，能承擔伴隨工作而來的痛苦，並恩准他們能「藉著基督而成功地再度帶領〔卓倫人〕歸向〔天父〕」（阿爾瑪書 31：32，34）。他接著給予同伴聖職祝福，他們便開始工作（見阿爾瑪書 31：36）。

復活的主親自施助滿地富的人，祂教導祂所揀選的門徒要不斷努力拯救偏離那窄而小的道路的人。祂說：「應當繼續施助這樣的人；因為你們不知道，他們還是會回頭悔改，全心全意歸向我，我也會醫治他們；你們要作為那帶給他們救恩的工具」（尼腓三書 18：32）。

今日的教會致力於重新點燃較不活躍成員內心深處的信心，這些做法反映出摩爾門經記錄的救主與先知的教導。

聖殿與家譜事工

尼腓人與拉曼人分開之後，他們蓋了一座聖殿。尼腓如此記錄：「我，尼腓，建了一座聖殿；我照所羅門聖殿的樣式興建，只是沒有用那麼多貴重的東西；因為這地上找不到那些東西，所以無法造得像所羅門聖殿一樣；然而建築樣式卻和所羅門聖殿相仿，手工也十分精緻」（尼腓二書 5：16）。

摩爾門經中也有雅各、便雅憫王、阿爾瑪和愛謬萊克在聖殿教導的紀錄（見雅各書 1：17；摩賽亞書 1：18；阿爾瑪書 16：13）。阿爾瑪書和希拉曼書提到這些人民住的地方有很多聖殿（見阿爾瑪書 16：13；希拉曼書 3：9）。

救主在復活之後，選擇了滿地富的聖殿，作



你在救恩的事工中的角色

每一位教會成員都能盡一份心力，「為了世人的靈魂的救恩，在〔主的〕葡萄園裡工作」（教約 138：56）。虔誠地思考接下來要採取什麼步驟，負起傳道事工、歸信者存留、使較不活躍的成員恢復活躍、聖殿和家譜事工，或教導福音的責任。你可以在日記中寫下自己的計畫，或與家人、家庭教導教師或探訪教師討論。

為祂向倖存的尼腓人和拉曼人顯現的地點（見尼腓三書 11：1）。祂也確保人民確實學習到家譜事工的基礎教義。祂引用了瑪拉基書中有關以來加在末世顯現的事，說道：

「看啊，主大而可畏之日未到以前，我必先差遣先知以來加到你們那裡去。

「他必使父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親，免得我來咒詛遍地」（尼腓三書 25：5-6）。

摩爾門經多次提到記錄家譜的事。李海差兒子回耶路撒冷取銅頁片，頁片記載的內容為「猶太人的紀錄和〔他〕祖先的家譜」（尼腓一書 3：3）。以帖書提到隨後各代國王的名字，並在必要時提及手足與子女的名字，顯示那時的人已記寫龐雜的家譜紀錄。

教會在世界各地推動的聖殿和家譜事工和摩爾門經的教導一致。

教導福音

摩爾門經中處處可見有關耶穌基督福音的教導。尼腓下列這番話或許最能充分說明忠信教導

福音的重要，以及這事工的神聖目的：「我們談論基督，我們因基督而快樂，我們傳揚基督，我們預言基督，我們依照我們的預言記錄，好使我們的子孫知道去哪裡尋求罪的赦免」（尼腓二書 25：26）。

摩爾門經中許多偉大的教導來自父母給子女的教導，例如李海教導雅各：「萬事必須有對立」（尼腓二書 2：11）、阿爾瑪教導柯林安頓：「邪惡絕非幸福」（阿爾瑪書 41：10），或青年子弟兵的「母親教導他們，如果他們不懷疑，神必拯救他們」（阿爾瑪書 56：47）。

對世上最後一個福音期來說，與救恩事工有關的五項責任已經不是新知，摩爾門經時代的人早已學習到這些責任，並加以實踐；這五項責任一直都是「〔基督〕教義的真諦」（尼腓一書 15：14）。■

註：

1. 指導手冊第二冊：管理教會（2010），5.0。
2. 見指導手冊第二冊，第4和第5章。



教會 在韓國的歷史

——苦難中
明亮耀眼的
福音之光

韓國早期的教會
成員為今日成千
上萬的教會成員
奠定了信心的
根基。

徐照哲

教會歷史顧問，韓國

教會在韓國的傳道事工於 1950 年代韓戰結束之後展開，但是教會第一次與韓國的接觸卻早在 1910 年 1 月。剛從日本傳道部會長卸任的阿爾瑪·泰勒與曾在日本傳教的菲德克·凱因長老花了好幾週的時間造訪韓國和中國。總會會長團批准他們的行程，希望藉此評估在這兩個國家從事傳道事工的可能性。泰勒會長觀察到韓國在日本統治下逐漸落敗的同時，當地的人民開始逐漸對基督教產生興趣。但是他懷疑他們對基督教產生興趣主要是出於政治因素，而不是接受基督為他們永恆的救主。

金浩植博士歸信

泰勒會長造訪韓國之後的幾十年間，韓國人經歷了許多苦難，包括日本的殖民統治和軍事占領、亞洲太平洋戰爭、來自中俄兩國的迫害、共

產主義奪取北韓政權，以及韓戰的爆發。

然而感謝神的護佑，到韓國傳教的渺茫希望開始在美國紐約萌芽、茁壯。韓國總統李承晚派遣水原農業試驗所主任金浩植，到美國學習如何改善韓國人的飲食健康。浩植選擇在營養學研究上非常傑出的康乃爾大學研究所。他於 1949 年開始攻讀博士學位；求學之餘，他還參加紐約伊夕卡地區許多教會的聚會，尋找「真實的教會」。¹

浩植結交了一位名叫奧利佛·威曼的朋友，他與浩植以往認識的人都不同，奧利佛不喝酒、不抽菸，也不會口出穢言，而且他從來不在星期天工作。某天浩植問奧利佛：「你為什麼過這樣的生活？」為了解開浩植的疑惑，奧利佛給他一本書，這本書是十二使徒雅各·陶美芝長老（1862-1933）所著的信條。

浩植一週之內就讀完信條，之後又讀了摩爾門經。他完全相信這兩本書，他告訴奧利佛摩爾門經「比聖經更完全、更容易了解」。² 浩植的



海樂·李長老（中間沒有戴帽的那位）以使徒和教會軍人團體指揮官的身分，在1954年造訪韓國。

教會在南韓*

教籍人數：85,628

傳道部：4

支會/分會：128

聖殿：1

* 至2014年1月為止



心如同久旱逢甘霖的土地，欣然接受了福音信息，他的信心與日俱增。浩植開始上傳教士課程，並且決定要接受洗禮。

1951年7月29日，46歲的金浩植在蘇克含納河邊受洗——他想效法約瑟·斯密和奧利佛·考德里100年前在此地受洗。他從水裡起來時，聽到一個清晰的聲音說：「餵養我的羊。」這經驗讓他窮盡畢生之力幫助福音在韓國紮根。

1951年9月韓戰陷入僵局，金博士決定回到韓國，渴望向同胞宣講復興的福音。他在釜山的美軍營區參加教會聚會，擔任福音教義課程的教師，也與韓國訪客分享自己的見證。美軍用英語教導青少年福音，而後再由金博士翻譯成韓文。由於韓國人信賴金博士，因此以這種方式來分享福音成效顯著，他美好的榜樣影響了許多人。

經歷韓戰帶來的種種痛苦之後，人們十分渴望耶穌基督的福音。1952年8月3日，金博士的努力付出終於結出果子，第一批四名韓國人在釜山受洗。

金博士稍後告訴一群聖徒：「只要能與救主在一起，我願意放棄生命、錢財或地位。」³ 他一生的事蹟證明他確實信守承諾，獻身服事神。

韓國當時雖然沒有設立傳道部，但福音還是快速地在韓國傳佈，教會的成長受到總會領袖注意。十二使徒海樂·李長老（1899-1973）於1954年9月出訪韓國，返回猶他州之後，表明希望教會能盡快在韓國正式開始宣講福音。他描述了韓國聖徒對福音的信心和熱誠。⁴ 1955年4月7日，總會會長團和十二使徒定額組將日本傳道部一分為二，分成北遠東傳道部與南遠東傳道部。韓國隸屬於北遠東傳道部。韓國的後期聖徒雖然希望總會能派遣傳教士來韓國，不過他們知道韓國當前的政治情勢並不穩定，所以他們耐心等待的同時，也一邊熱切地祈禱。

傳道事工的開始

1955年8月2日，當時擔任十二使徒定額組會長的約瑟·斐亭·斯密會長（1876-1972），站在首爾美麗的獎忠壇山丘上奉獻韓國為全部時間傳教士傳播福音的地方，並祈禱韓國能重新獲得和平與繁榮。⁵ 當晚他成立了韓國區會，按立金浩植為會

長，之後他造訪釜山，成立釜山分會。

1956年4月，韓國的政治情勢尚未穩定，但新任的北遠東傳道部會長受靈啟發，派遣理察·德頓長老和唐·鮑爾長老前往韓國。後期聖徒美軍以及包含金博士在內的64位韓國成員，為陽光和水分開闢了道路，傳教士則提供了養分，許多人歸信福音，教會開始在韓國成長。

早期成員的信心

韓國聖徒的信心不斷增長，卻也屢屢受到考驗。千樂瑞弟兄受洗後便入伍服役，他回想起一

鄭大判弟兄也是透過第一批在韓國服務的傳教士而認識福音的。他從首爾大學輟學，轉學到一所神學大學，夢想成為一名牧師，帶領韓國的基督徒。

有一天，朋友送他一本英文的摩爾門經，因為當時教會尚未發行韓文版的摩爾門經。他深受此書吸引，捨不得闔上書，甚至連上課時都在閱讀。他的同學問他在讀什麼書，他說那是一本像聖經的書，並推薦他們去買一本。

最後鄭弟兄在學校被捲入麻煩之中，行政主管將他叫來，指責他屈服於撒但的誘惑，誤信異

1910：日本傳道部會長阿爾瑪·泰勒造訪韓國



◀ 1951：金浩植在美國賓州受洗

1952：第一批在韓國受洗的韓國人



◀ 1955：約瑟·斐亭·斯密會長奉獻韓國，並成立了韓國區會

1956：金浩植與政府合作，開放第一批傳教士來韓國

些充滿試煉的時刻：「三年的軍旅生涯中，我的信心和見證多次遭受考驗。一天，連長喝得酩酊大醉，帶了一大堆酒來強迫連上的士兵喝。同袍知道我是後期聖徒，都會代替我乾杯。但是那一晚，喝醉的連長緊盯著我，命令我要把杯裡的酒喝完。雖然我一再表明自己不喝酒，他還是命令我喝。我仍然沒喝，他突然舉起手槍對著我，再度命令我喝，所有的人都屏息凝視這一幕。我再次清楚地說：『長官，我不喝酒。』時間彷彿靜止一般，最後他終於說：『我放棄』，並將手槍放下。在場的人都鬆了一口氣，之後我們便返回營房。隔天早上，連長來找我，為他前晚的行為道歉。此後，他在私事上經常詢問我的建議。」⁶

千弟兄曾在韓國擔任全部時間傳教士，之後也曾擔任美國馬利蘭州阿拉米達支會的主教。

端邪說。他們強迫他在學校和摩爾門經中作一個選擇，這選擇對他來說一點也不困難，因為他早已知道摩爾門經是真實的。

然而鄭弟兄加入教會之後，在人際關係與經濟上遭逢許多困難。神學大學不再提供他獎學金，原屬的教會也斷絕了一切的經濟援助，他所有的朋友也都離開他。金博士向他伸出援手，照顧他的生活。後來鄭弟兄翻譯了教義和聖約，並且編輯了聖詩，對教會日後在韓國的發展有卓越的貢獻，他翻譯的美好歌詞至今仍感動韓國成員的心。

堅強的教會成員越來越多，1962年7月，韓國傳道部正式成立，曾在韓國傳教的蓋爾·卡爾被召喚為新的傳道部會長。這位新會長將翻譯和發行韓文版摩爾門經設為優先目標，經過許



多次的沉思和祈禱後，他指派全部時間傳教士韓仁相長老進行翻譯工作。韓長老比較先前的兩個譯本後，⁷ 成功完成了新版本的翻譯，韓文版的摩爾門經首次在 1967 年印刷發行。

有了自己語言的摩爾門經後，許多韓國人開始透過朋友的邀請，成為教會的慕道友。訪客人數多到傳教士不需要自行尋找慕道友，有些傳教士甚至整天都在教導課程。

韓國聖徒對傳道事工的熱忱也

月 8 日，當時擔任十二使徒定額組會長的賓塞·甘會長（1895-1985）成立了韓國第一個支聯會，大約有 800 人參與了當天的聚會。韓國有史以來第一個支聯會由八個支會和二個分會組成。韓國的教會成員現在可以在韓裔的支聯會領袖領導下，跟隨耶穌基督，並接受蒙按立的韓裔教長的祝福。

傳道事工比之前更加熱烈，將近 1,200 人在 1973 年受洗。韓國的成員人數很快超過了 8,000 人，包括 31 個

1960年代：在首爾、釜山、仁川和光州成立分會
1962：成立韓國傳道部

► 1967：發行韓文版的摩爾門經



1973：在首爾成立韓國第一個支聯會；亦是亞洲大陸第一個支聯會

1974：在光州成立教會在韓國第一個訪客中心



◀ 1980：賓塞·甘會長是第一位造訪韓國的總會會長



是教會快速成長的一大主因。蠶室支會的李成晚在 50 多歲時加入教會，是一位很了不起的成員傳教士。李弟兄經歷過人生的大起大落，然而他對宗教生活始終抱持積極樂觀的態度。他是鞋匠，會在店裡擺上幾本摩爾門經，然後邀請對經文感興趣的客人免費帶回家閱讀。包括他的親戚在內，總共有 50 多人因為他加入教會。他多次閱讀標準經典，去世時，身邊還放著標準經典。⁸

韓國第一個支聯會和聖殿

1973 年，許多韓國後期聖徒開始希望能盡快有一個支聯會。1973 年 3



摩爾門援助之手義工在位於首爾的節慶中，協助製作好幾噸的傳統泡菜，然後由各教會和市民團體發送給貧困的人。

支會和分會中 700 多名的麥基洗德聖職持有人。

教會在之後的十二年間持續成長，韓國的聖徒終於蒙福有一座聖殿，這是他們期盼已久的祝福。1985 年 12 月 14 日，當時擔任總會會長團第一諮理的戈登·興格萊會長（1910-2008）奉獻了韓國首爾聖殿。這座聖殿對興格萊會長來說別具意義，因為他和韓國聖徒之間有種特別的情誼，他說：「韓國人民受到侵略戰爭所苦，但他們心地善良、喜愛和平。我在韓國所流的眼淚比在世界其他地方都來的多。」⁹興格萊會長獻上了奉獻祈禱，在場許多人都感動落淚。那是一個

等城市的成員。巴士大約在凌晨 2 點或 3 點抵達聖殿，成員會先小睡片刻，然後參加清晨 5 點的先行禮教儀，之後參與恩道門教儀場次一直到晚上，啓程回家時都已經晚上 10 點多了。隔天他們照常參加教會聚會，並利用一整天的時間拜訪成員。當時的支聯會會長金忠錫弟兄回憶道：「他們精疲力盡但卻十分快樂。」

經歷數十年的成長，教會在韓國的發展如今已臻成熟，當地教會領袖極力擁護家庭的價值與先知教導的其他價值觀。越來越多韓國成員瞭解到全家一起崇拜的重要，如舉行家人家庭晚會、

► 1985：
戈登·興格萊
會長奉獻韓國
首爾聖殿



1988：楊百翰大學
的民族舞蹈團在首
爾舉行的夏季奧運
比賽的開幕儀式中
表演



◀ 1991：韓仁相長
老蒙召喚擔任總會
持有權柄人員：
韓文版的摩爾門經
在韓國的銷量達到
1 百萬本

2001：達林·鄔
克司長老與南韓
總理李漢東會面

寒冷的冬日，但主的靈充滿整座聖殿，溫暖了每個人的心。

聖殿中掛放了許多畫作，其中一幅是弧喜順姊妹的畫像。弧姊妹於 1970 年 8 月受洗，她在 80 幾歲的時候開始參與聖殿事工。她至少代替 1,500 人執行恩道門，光是 2007 年一整年，她就為 600 多人執行替代教儀。一位美國畫家深受她的服務所感動，為她畫了一幅畫像，並且將畫作捐贈給首爾聖殿，表彰她持續不斷地努力協助拯救靈魂。

另外還有許多韓國聖徒都獻身於聖殿事工。舉例來說，馬山支聯會（現在的昌原支聯會）自 1995 年開始，定期於每個月的第二個星期五前往聖殿。他們租下整輛巴士，在開往首爾的途中，沿路接載住在鎮海區、昌原、晉州、四川、巨濟

家庭祈禱，以及全家一起研讀經文。較以往而言，有更多的韓國青少年目前正在擔任全部時間傳教士。這一切都要感謝福音之光，讓韓國的成員能創造出與他們信心一樣璀璨明亮的未來。■

註：

1. 見丹尼·羅，「韓國先驅：金浩植」，1989 年 2 月，聖徒之聲，第 10 頁。
2. 丹尼·羅，「韓國先驅：金浩植」，聖徒之聲，第 10 頁。
3. 參閱丹尼·羅，「韓國先驅：金浩植」，聖徒之聲，第 14 頁。
4. See Harold B. Lee, in Conference Report, Oct. 1954, 125–31.
5. See Robert H. Slover, "Korea Dedicated to Preach the Gospel," *Church News*, Sept. 10, 1955, 4.
6. 取自千樂瑞的日記。
7. 摩爾門經首次於 1961 年由洪植翻譯成韓文，並於 1962 年發行了以尼腓三書為主的選輯。有些人認為此版翻譯不夠流暢且多為直譯，所以鄭大判經由戈登·興格萊長老選派，在 1964 年開始翻譯，並於同年完成。
8. 出自李弟兄的主教在 2011 年 4 月 8 日，李弟兄的葬禮上的敘述。
9. 取自 1985 年 12 月 14 日，作者在韓國首爾聖殿奉獻儀式當天所寫下的筆記。



羅素·培勒長老
十二使徒定額組

男人、女人和 聖職能力

我們絕對不能忘記，我們是神的兒女，在祂眼中我們都是平等的，祂賦予我們的職責與能力雖各有不同，但每個人都能獲得祂的聖職能力。



我的祖父密文·培勒長老（1873-1939）是十二使徒定額組的一員。1939年，他因白血病末期住院治療。我父親一直在病榻旁照顧祖父，他告訴我，祖父曾奮力坐起身來，彷彿在對會眾演說那樣，環顧整間病房，清楚明白地說：「弟兄們，最重要的事就是我們要想清楚。」

而我要說的是，請牢記在心並且想清楚，基督的基本教義中包含天父對祂女兒的愛，而她們都是耶穌基督後期聖徒教會寶貴且重要的一環。有些真理是女人和男人都必須了解的，就是婦女在鞏固和建立神在地上的國度上，扮演著不可或缺的角色。

我們是天父鍾愛的靈體兒女，前生時和祂生活在一起。天父爲了達成「促成人的不死和永生」（摩西書1：39）這個使命，制定了一個計畫，幫助

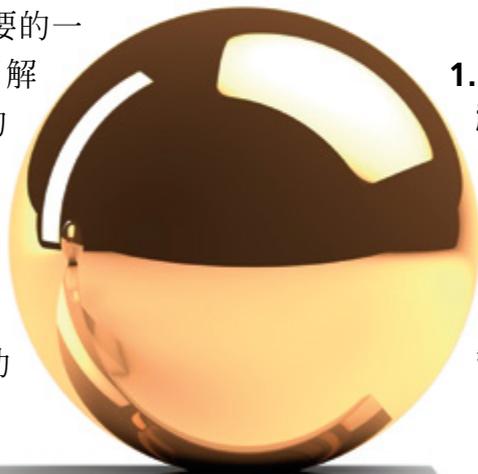
祂的兒女發揮出最大的潛能。

有些人質疑婦女在神的計畫和教會中的角色。我經常接受國內和國際媒體訪問，我可以告訴你們，我接觸的大部分記者都對這個議題有先入爲主的偏見。這麼多年來，許多人提出的問題，都暗示著婦女在教會中是次等公民；再沒有比這更偏離事實的事了。

關於這個重要的議題，容我提出五個要點讓大家思考並想個清楚。

1. 父與子都希望我們達到超升。

天父創造了女人和男人，我們是祂的靈體女兒和兒子。這意思就是性別是永恆的。祂的計畫是要幫助所有選擇跟從祂和祂



的兒子耶穌基督的人，最終達到目標成爲繼承永生的人。

天父和祂的兒子是完美的，祂們無所不知，明白一切事，更重要的是，祂們對我們的永生有完美的期盼。協助祂們的兒女達到超升就是祂們的事工和祂們的榮耀。

假如祂們的主要目標和目的是讓我們最後達到超升；假如祂們無所不知，而且是完全的，那麼祂們當然就最明白要如何準備、教導和帶領我們，好讓我們有最充分的機會配稱得到超升。我們的天父知道萬事，預見萬事，也明白萬事。祂的理解力、智慧和對我們的愛是完美的。我們一定都同意，天父和祂的兒子肯定了解神的兒女需要怎樣的機會，才能幫助人類家庭爲永生作好完全的準備。

我們每一個人都有權選擇是否相信神是我們

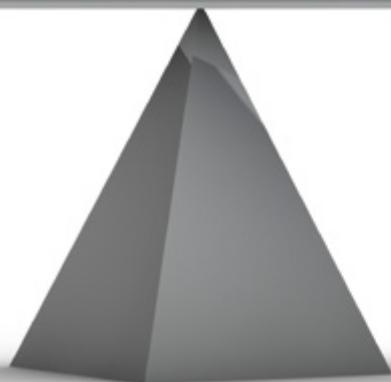
在天上的父親、耶穌是基督、祂們的計畫是要幫助我們回到天家。要相信這一切，當然需要靠信心。我們的見證、心的平安以及福祉，始於願意相信我們在天上的父確實對一切最爲了解。

2. 教會是透過聖職權鑰來管理的。

耶穌基督後期聖徒教會是主的教會，祂的教會是藉著並透過聖職權柄和聖職權鑰來管理的。「聖職權鑰是神授予聖職領袖的權柄，來指導、支配及管理祂的聖職在世上的運用。聖職權柄的運用是由持有權鑰的人來管理（見教約 65：2；81：2；124：123）。持有聖職權鑰的人有權利在其職權範圍內主領和指導教會。」¹

那些持有聖職權鑰的人務必使所有在他們指導下忠誠服務的人，能夠運用聖職權柄，並且獲得聖職能力。所有的男人和女人都在那些持有權

就像女人若沒有男人就無法懷孕一樣，男人若沒有女人
同樣無法充分運用聖職能力來建立永恆家庭。……
從永恆的眼光來看，生育能力和聖職能力
是由夫妻雙方所共享的。



鑰的人指導下在教會服務。²

容我重述 2013 年 4 月總會大會上我的講詞：「在天父偉大的計畫中，祂賜予人聖職能力，男人負有主理聖職的獨特責任，不過他們本身並非聖職。男人和女人所扮演的角色各有不同，卻同樣重要。就像女人若沒有男人就無法懷孕一樣，男人若沒有女人同樣無法充分地運用聖職能力來建立永恆家庭。……從永恆的眼光來看，生育能力和聖職能力是由夫妻雙方所共享的。」³

為何是男人被按立到聖職職位而不是女人呢？戈登·興格萊會長（1910-2008）解釋說，那是主，而不是人「計畫在祂的教會由男人持有聖職」，也是主賦予女人「能力，成就這偉大而奇妙的組織，即神的教會和國度」。⁴ 主並沒有向我們啟示為何祂這樣組織祂的教會。

這件事就像許多其他的事一樣，歸根於我們的信心。我們是否真的相信這是主的教會？是否真的相信神按著祂的目的和智慧組織了祂的教會？是否真的相信祂的智慧高過我們的？是否真的相信祂組織教會的方式能帶給祂所有的兒女最大的祝福？

我見證這些事都是真的。我見證這是主的教會。婦女藉由在慈助會、女青年和初級會擔任領袖，以及擔任教師、全部時間傳教士和聖殿教儀工作人員，並且在家中從事教會最重要的教導，而成爲教會管理和事工的一份子。

我們不要忘記，教會裡所有的教導工作大約有一半由姊妹負責，很多領導事工由姊妹提供，許多服務機會和活動由婦女策劃指導。在支會和支聯會議會，以及在教會總部的總會議會，婦女的忠告和參與提供了必要的見解、智慧與平衡。

20 多年來，我一直在教導議會的重要，包括姊妹領袖的重要參與。我知道有些男人，包括

部分的聖職領袖，還不明白，也還沒有完全接納姊妹領袖爲支會和支聯會議會的一員。我也知道有些男人欺壓婦女，並在少數情況下，犯下虐待婦女的罪。這在神的眼中是可憎的。我確定那些不管以任何方式貶低女性的男人，一定會就自己的行爲向神負責。聖職領袖若不能真心誠意尊重和接納姊妹領袖，則無法榮耀及光大所被賦予的權鑰；在他學會主的方式之前，他的能力和影響力將有所縮減。

姊妹們，若你們所屬的議會運作正常，其他成員也樂於聆聽並重視你們提出的意見時，你們千萬要謹慎，絕對不可越俎代庖。最成功的支會和支聯會議會就是議會中的聖職領袖信賴他們的姊妹領袖，鼓勵姊妹參與討論，而議會在持有權鑰的聖職領袖指導下作出決議時，姊妹領袖要完全尊重並全力支持。

3. 在神的眼中，男人和女人是平等的。

在神的眼中以及教會的眼中，男人和女人是平等的；但是平等並不意味著他們是一樣的。男人和女人的責任與神聖恩賜本質上不同，但是在重要性和影響力上並無二致。神並不認爲任何一種性別比另一種更好或更重要。興格萊會長向婦女宣布：「我們永恆的天父……從沒有想過，你們不是祂所有的創造中，最榮耀的創造。」⁵

有些人在將男人的任務與女人的比較時，以及將女人的任務與男人的比較時，產生混淆，無法想得清楚。

我的一生當中有許多重要的女性。我是家中獨子，上面有三個姊姊。我有 5 個女兒，還有 24 個孫女及 19 個曾孫女。我與妻子芭芭拉 63 年的婚姻，著實也讓我深受祝福。很久以前我就學會

要聽她的話，我學到當她說，她對某件事想了很久或是對家裡的某件事有種很強烈的感覺時，我最好多加注意，因為幾乎每一次她都是獲得聖靈啟發的。我很能體會年輕成人姊妹和年輕母親的心情，她們有時會對自我的價值或是否有能力付出而有所質疑，但是我親身的體驗告訴我只要她們向天父獻上祈禱，說明自己的憂慮，就會蒙福獲得力量與信念，知道父與子確實了解她們的感受。

婦女帶著獨特的屬靈恩賜和與生俱來的能力來到世上。這點尤其可從育兒持家及照顧撫養他人上得到驗證。

男人和女人有不同的恩賜、不同的長處、不同的觀點和興趣，這就是我們需要彼此的一個基本的原因。要有一個男人和一個女人才能組成家庭；主的事工也需要男人和女人一起推動。丈夫和妻子要正義地互助合作、相輔相成。我們要小心，不可企圖竄改天父的計畫以及我們生命的目的。

4. 神所有的兒女都能得到聖職的祝福。

男人和女人去聖殿時，都會獲得相同的能力，就是聖職的能力。縱然聖職的權柄是經由聖職權鑰所領導，而聖職權鑰又是只有配稱的男人才能持有，可是神的所有兒女都能得到聖職的能力和祝福。

正如約瑟·斐亭·斯密會長（1876-1972）闡明的：「聖職的祝福不光是賜給男人而已，這些祝福也傾注在……教會所有忠信婦女身上。……主把祂的兒子們所能獲得的每一項屬靈恩賜與祝福，全都提供給祂的女兒們。」⁶

進入洗禮的水，然後在主的屋宇中接受恩道門的人，都可以得到豐盛且奇妙的祝福。恩道門

就是能力的恩賜，所有進入主屋宇的人都在聖職教儀的主理之下。

天父慷慨賜予祂的能力，所有的人，不論男女，都可以得到這項能力來幫助他們的生活。已經與主訂立神聖聖約，並遵守這些聖約的人，都有資格獲得個人啟示，得到天使施助的祝福，並且能與神溝通，接受圓滿的福音，最後，與耶穌基督同作後嗣，享有我們的父擁有的一切。

5. 教會需要婦女的心聲與信心。

我們需要更多婦女獨特而有影響力的心聲和信心，我們需要她們學習教義，需要她們了解我們的信仰，這樣她們才能為一切事物的真理作見證——無論作見證的地點是在女青年露營的營火旁、在見證聚會上、在網路的部落格裡或在臉書上。唯有忠信的後期聖徒婦女能向世人顯明與神立約、屬神的婦女是什麼樣子，相信的又是什麼。

我們每個人都不能袖手旁觀，眼睜睜看著世人藐視及否定神的目的。我要特別邀請教會所有的姊妹去尋求上天的指引，以便知道如何能讓世人聽見她們信心及見證的心聲。這件事光靠總會持有權柄人員以及在總會服務的姊妹是辦不到的，光靠全部時間傳教士也辦不到，光靠聖職領袖和輔助組織領袖同樣辦不到。我們必須捍衛天上的父以及祂的計畫，我們都必須捍衛救主，為耶穌是基督作見證，見證祂的教會已在世上復興，這個世界是有是非對錯的。

我們必須先藉由研讀福音的真理來準備自己，才能有勇氣為教會發聲，捍衛教會。我們需要藉由每日勤勉地研讀經文來鞏固自己的見證，就像摩羅乃所作的應許一樣，只要我們謙卑地祈禱與研讀，尋求真理，就可以「知道一切事情的真實性」（摩羅乃書 10：5）。

不要花時間去改革或調整神的計畫，我們沒有時間做那樣的事。想找出不同的方式來組織神的教會是毫無意義的，因為主是教會的首領，我們都要遵從祂的領導。不分男女都需要對主耶穌基督的生平與贖罪有更大的信心和見證，也需要更了解祂的教導與教義。我們的思緒要清晰，才能接受聖靈的教導，去做應做的事，說應說的話。身處這個世人罔顧屬神事物的混亂世界中，我們必須把事情想清楚。

姊妹們，你們的影響力是獨特的一一 是男人無法複製的。沒有一個人能比你們，即神的女兒在捍衛救主上更有說服力或更有力量，因為你們具有如此強大的內在力量和信念。歸信的婦女所發出的心聲是無可衡量的，教會現在比從前任何時候都需要你們的心聲。

我留下見證，證實在現今所處的時代，我

們必須團結一致——男人和女人、男青年和女青年、男孩和女孩。我們必須維護天父的計畫，我們必須捍衛祂。祂現在被世人排擠，我們身為教會的成員，不能袖手旁觀，任由這種現象繼續發生，而不勇敢地讓大眾聽到我們的心聲。

願神祝福我們有勇氣去研讀福音的簡單真理，然後把握每個機會與人分享。■

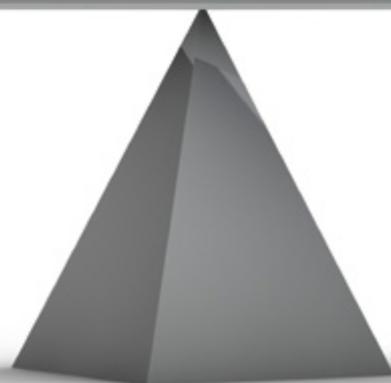
摘自2013年8月20日楊百翰大學祈禱會講辭。如欲取得全篇英文講辭，請至speeches.byu.edu。

註：

1. 指導手冊第二冊：管理教會（2010），2.1.1。
2. 見總會會長的教訓：約瑟·斯密（2007），第104頁。
3. 羅素·培勒，「這就是我的事工和我的榮耀」，2013年5月，利阿賀拿，第19頁。
4. 戈登·興格萊，「教會中的婦女」，1997年1月，利阿賀拿，第72頁。
5. 參 戈登·興格萊，「堅拒世俗的誘騙」，1996年1月，聖徒之聲，第106頁。
6. 見總會會長的教訓：約瑟·斐亭·斯密（2013），第163頁。



縱然聖職的權柄是經由聖職權鑰所領導，而聖職權鑰又是只有配稱的男人才能持有，可是神的所有兒女都能得到聖職的能力和祝福。



有個感覺要我停下來

星期五有一場兩天一夜的露營活動，包含了各式各樣的戶外活動。我很希望能與兒子卡爾一塊參加，不過他星期五要打工，於是我提議星期五接他下班後去營地。我們計劃把車停在露營地點附近的橋上，然後往下步行到營地。

到達橋邊時，天色已經昏暗，只有一縷銀白的月色和幾點星光在天空閃爍，通往營地的小徑沿著河邊的山崖蜿蜒，路面距離下方河面約有 300 碼（275 公尺）。

沿著小徑走了沒多久，我

沿著小徑走了沒多久，我們的手電筒竟暗了下來，前方的小徑在時明時滅的燈光下忽隱忽現。

們的手電筒竟暗了下來，前方的小徑在時明時滅的燈光下忽隱忽現。突然間有個感覺要我停下腳步，我停了一下，但又開始往前走了兩步，那個感覺或者說那個聲音又出現了：「停下來！」

我再次停下腳步，緊跟在後的卡爾差點撞上我。

「爸，怎麼了？」他問道。

我告訴他我得到的提示，也告訴他我決定今晚先回家，等明天早上再過來。

他回我說：

「爸，我都看

到營火了，應該再走 1 英里（1.6 公里）就到了。」

我知道那提示來自聖靈，因此堅持不要再往前走任何一步。手電筒這時已經完全不亮了，我們只好小心翼翼沿著原路往回走。卡爾很是失望，回程的路上，他幾乎不發一語。

第二天清晨，我們回到橋上，開始往下走向營地，心想卡爾至少還能參加到星期六的活動。我們走得很快，突然間，我們發現前方竟然沒路了！我們頓時明白，那正是我們昨晚停下腳步的地方。

卡爾說：「爸，路斷的地方離河面至少 100 碼深（91 公尺），如果掉下去，我們必死無疑！」

陡峭的斷崖向下一路延伸到河裡，我們前方的小徑因為最近的暴風雨而坍塌，裂開了一段寬約 12 英尺（3.6 公尺）的山溝。

我和卡爾緊緊地抱在一起，淚水不斷流下來。然後我們爬到另一條小徑，找到路走到營地，剛好趕上吃早餐。

小徑旁邊本來應該有個警告標示，但是不知道為什麼沒有在那裡，不過幸好我們有來自聖靈的警告。■

羅納德·柯爾比，美國猶他州



閱讀摩爾門經

我是奧地利維也納支聯會的高級諮議，每個月都要去維也納的一個支會聚會一次，因為我家離維也納有 120 英里（190 公里）遠，所以我往往都搭火車去那裡聚會。

有個星期天，我拜訪完那個支會回到家後，發現錢包不見了，心情因此大受影響。錢包裡放了一些現金、我的聖殿推薦書、一張信用卡和一些重要的證件。因為不知道錢包是掉了還是被偷了，所以我一直很擔心。

隔天，我根本毫無心思工作，只是不斷重複問自己：「最後一次是在哪裡用錢包的？我把錢包忘在哪裡了？」我打電話到警察局、火車站，也問了我拜訪的支會主教，都沒有人撿到我的錢包。我也為此祈禱，隨著時間一分一秒流逝，我的祈禱越來越熱切。那天晚上我睡得很不好。

我在早晨的祈禱中，獲得一個很強烈的感覺，要我去讀摩爾門經，就能找到問題的解答。我一下子就忽略那個感覺，因為摩爾門經裡沒有一節經文是跟我不見了的錢包有關係的。

那個感覺又來了，催促著我：「你在懷疑什麼？先有信心才有奇蹟！就去讀摩爾門經吧！你看到的第一節經文就能解答你的問題。」

我覺得那個想法實在太天真，可是那感覺卻不斷糾纏著我，最後我終於認輸，起床走到書桌前，拿起摩爾門經，我的心因期待著結果而狂跳。我沒有特別向前或向後翻，而是直接翻開經文，就看到雅各書 3：1：「要用堅定的意志仰望神，用極大的信心向祂祈禱，祂必在你們苦難時安慰你們，也必為你們辯護。」我驚訝到沒辦法再繼續讀下去。

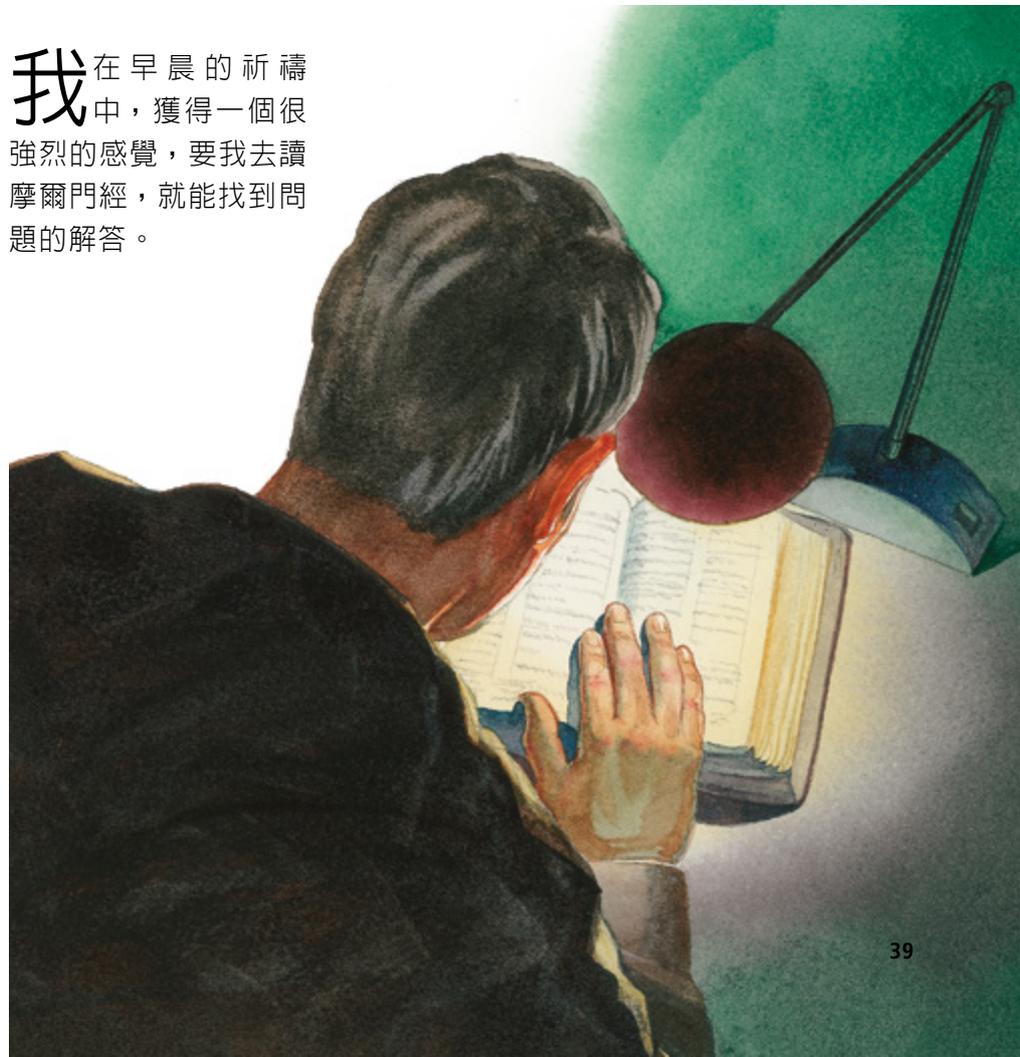
主必為我辯護！知道這點

後，我安心地出門去工作了。上午 11：00 時，我接到鐵路警察局打來的電話，通知我有人幫我把錢包送到警察局。隔天我就拿回錢包，裡面一樣東西也沒少。

主在我苦難時安慰了我，祂為我作了辯護。天父藉由摩爾門經，用一種直接且個人的方式答覆了我的祈禱。我向來就喜愛摩爾門經，在這次的經驗之後，我更加珍視這部經典了。■

奧得·梅爾，奧地利上奧地利州

我在早晨的祈禱中，獲得一個很強烈的感覺，要我去讀摩爾門經，就能找到問題的解答。



我喜愛摩爾門經的原因

大約 30 年前，我第一次開車到猶他州。在此之前，我一直過著不符合基督徒標準的生活，我很想有所改變，但不知道該怎麼做。

在猶他州的第二晚，我把車停在南猶他地區一個小鎮的汽車旅館前。櫃台小姐給了我房間鑰匙，我問她是後期聖徒嗎？她很愉快地回答：「是啊。」然後又微笑著說：「你讀過我們那本奇妙的摩爾門經嗎？」我心中一陣驚訝，主動表示還沒讀過。

她接著說：「房間裡有摩爾門經，鎮上沒有什麼娛樂，你不妨好好認識一下這本奇妙的書。」

我謝謝她，然後拿著行李進了房間。一進房門就看到一本栗色平裝版的摩爾門經放在床頭櫃上。

我隨意翻到書中間的部分，

在汽車旅館的房間裡，我看到一本栗色平裝版的摩爾門經。

看了幾節，但我的腦袋一片空白，什麼都看不懂。我失望地把書放下，空虛地走出房間，開著車四處閒逛，直到找到了一間酒吧，那真是個陰暗醜陋的地方。我一踏進去就覺得難過、孤獨又絕望。我在那裡站了幾分鐘，就轉身快步走出酒吧，並且下定決心，絕對不要再把生命浪費在任何一家酒吧裡。

我精神振奮地回到旅館房間，拿起摩爾門經。我跪在那位我認識不深的主面前，懇求祂憐憫我。我祈求祂寬恕我過去過著那樣荒唐的生活，求祂幫助我了解摩爾門經，幫助我知道約瑟·斯密是否真的是神的先知，幫助我知道摩爾門教會是否真是我的歸屬。

我虔敬地翻開摩爾門經，從看到的

第一節經文開始讀：「我以明白的方式為榮；我以真理為榮；我以我的耶穌為榮，因為祂從地獄中救贖了我的靈魂」（尼腓二書 33:6）。我的心胸燃燒，我的淚水流了下來，這些字句就像希望之光一樣照亮了我，這是耶穌基督的光引領著我到祂那裡去。

我流著淚再次跪下祈禱，祈求主帶領。然後我再翻開摩爾門經，從尼腓一書第一章開始讀。尼腓的話語和見證極為精純有力，且充滿真理，我對此滿懷敬畏。我一直讀到凌晨 2 點才休息，主神開啓我的心竅，讓我理解所讀的經文。

六個月之後，我接受洗禮加入了這個美好的真實教會。我知道主已祝福了我，讓我找到摩爾門經，並加以研讀，幫助我建立了對耶穌基督的信心與見證。■

史提夫·拉哈威，美國加州



我是在養小孩還是養花？

孩子還小的時候，我們搬進了一個有美麗院子的小房子。正門的兩側各有一畦空著的花圃，雖然我在園藝方面的經驗不多，但我還是很期待在那裡種些花。我買了一本園藝方面的書，也訂了植物和種子的商品目錄來仔細研究。

接下來的幾個月，我在花園裡翻土施肥，種了近 200 個球莖。我知道要看到花開還要好幾個月的時間，但我還是時常去照料園圃。早春的時候，我種的花開始陸續綻放。剛開始是紫色的小小鳶尾花，接下來開的是水仙花，到了春天中期，花圃裡滿是恣意盛開的鬱金香。我好愛我的小花園，時常坐在門前的台階上欣賞這些花。

有一天下午，我四歲的女兒艾蜜莉邀請一位朋友來家裡玩。就在她媽媽快要來接她的時候，這兩個小女孩爭先恐後地擠進廚房，雙臂抱著滿滿的鬱金香，高興地說：「看！我們送給你多麼美麗的花！」她們幾乎把所有的鬱金香都摘了下來。

鬱金香的花期一年一次，我費了那麼多心力，等待了那麼久，看到這些花我

的心都碎了。我們把家裡的花瓶都插滿花，再把剩下的讓艾蜜莉的朋友帶回家。後來我向我媽媽抱怨這整件事，她說：「幸好你養的是小孩，不是花。」

我領悟到我需要改變自己看事情的觀點，我想起了曾經和女兒一起唱的關於摘花的初級會歌曲：

這都使我想起親愛的母親。
噢母親，我愛妳，我要獻花
給妳。¹

我只看到花園毀了，但這兩個四歲的小女孩卻看到了愛。

養花蒔草需要耐心，但能退一步，透過孩子的眼光來看這樁事件則需要更大的耐心。學習身為人母所需的耐心讓我與主更加接近。■

寶拉·舒茲，美國密蘇里州

註：

1. 「我時常去散步」，兒童歌本，第 109 頁。



這兩個小女孩爭先恐後地擠進廚房，雙臂抱著滿滿的鬱金香，高興地說：「看！我們送給你多麼美麗的花！」



婷的媽媽剛加入教會，而石婷正在和傳教士上課。對婷鈞來說，這些婦女在仁愛方面所樹立的榜樣是那麼強而有力，於是她也開始和傳教士上課。

婷鈞和石婷一起讀經文，把神聖的體驗寫在日記裡。這兩個女青年在同一天受洗，彼此的姊妹情誼更加穩固。如今兩人都擔任全部時間傳教士，宣講耶穌基督福音的喜悅。石婷、她的母親和婷鈞都經由奉行主的標準，也經由承受祂的名而成為姊妹。

聖約中的婦女「樂於服務和從事善舉」，因而能找出那些勞苦疲憊的姊妹，進而提升她們。

承擔彼此的重擔

充滿愛心的服務是姊妹流露真摯情誼的另一標誌；愛心服務和探訪教導是教會推展服務的工具。巴西的賈桂琳·利馬述說在她被診斷出罹患躁鬱症，覺得無法經常參加教會聚會後，兩位探訪教師如何使她的生活和家庭蒙福：「我先生拉狄米，盡一切可能幫我度過病況最糟的階段。他獨自面對最糟的時刻——一直到兩位美好的





「我們因教會婦女所扮演的不同角色而歡欣。儘管我們在

許多方面獨特且與眾不同，但我們也都承認我們是同一位天父的女兒，因此我們是姊妹。不論我們個人的情況如何，在建立神國，以及在所訂立的聖約上，我們是合一的。」

總會女青年會長邦妮·奧斯卡森姊妹，「姊妹情誼：我們多麼彼此需要啊！」，2014年5月，利阿賀拿，第119頁。



婦女蒙召擔任我的探訪教師才有了改變。」

麗塔和法蒂瑪這兩位婦女透過更深入了解這種病症的情況，以及支持賈桂琳的家庭，表達她們的愛。賈桂琳一直都能感受到她們對她的真誠關懷，她們的服務包括為賈桂琳舉辦一場小型派對、為她的女兒縫製一件衣服等等。麗塔和法蒂瑪發自內心的關懷終於讓賈桂琳的靈性有了起色，她們的努力鼓舞了賈桂琳，她開始像以前一樣經常參加教會聚會。

無論姊妹的重擔是身體上的、情緒上的，或靈性上的，只要我們主動關愛疲累不堪的年輕母親、害羞的新蜂巢組成員、孤獨的年長婦人、負擔過重的慈助會會長，都是很了不起的行為。聖約中的婦女「樂於服務和從事善舉」，¹因而能找出那些勞苦疲憊的姊妹，進而提升她們。

與哀者同哀

有信心的婦女跟從救主的榜樣，以溫柔的態度主動關懷他人。經文談到無私的愛心，最好的例子莫過於伯利恆的拿俄米和她的兒媳婦摩押的路得。拿俄米的丈夫和兒子相繼去世之後，路得選擇服事婆婆拿俄米。拿俄米內心憂傷，決定回

到自己的家鄉。雖然這兩位婦女來自不同的文化和宗教背景，卻能透過彼此扶持過正義的生活，一同努力通過考驗而成為朋友。

路得的榜樣和服務如此偉大，促使拿俄米化哀傷為喜悅，深感自己有著上好的福份，能有這樣美好的兒媳婦和福音中的姊妹。她們的情誼如此堅實深厚，其他婦女看到她們對彼此的愛時不禁說道：「耶和華是應當稱頌的！……有這兒婦比有七個兒子還好！」（路得記 4：14-15）。

安慰需要安慰的人

大溪地的萊皓·加利奇剛滿 18 歲後僅僅一個月就被召喚擔任慈助會教師，支會一位姊妹寫了一張字條給她，讓她覺得很安慰。要教導一群「知識豐富、歷盡考驗、飽經世事的母親、祖母」，令她緊張不已。教完第一堂課後，班上一位婦女給她「一張充滿愛心的字條」，這張字條讓她的自信心倍增，她把字條貼在日記本裡，幫助她度過困難的時刻。

福音中的姊妹安慰彼此、支持彼此度過艱難的時刻。猶他州一位支聯會會長司考德·斐斯敦記得曾與妻子一起去拜



**聖約的婦女
「樂於服務及從事
善舉」，因此她們
會找出和鼓舞
那些困乏疲憊
的姊妹。**



訪支聯會裡一位剛喪偶的婦女。

「我的妻子就是抱著她，和她一起哭泣，安慰她，直到她感覺到有人愛她。」有時候，姊妹情誼就是這樣簡單。

作神的證人

各年齡層的婦女團結起來「堅守真理與正義」²時會凝聚莫大的力量。無論在這越來越邪惡的世界裡，我們面臨怎樣的情況，耶穌基督福音中的姊妹情誼都可以鞏固我們。即使年紀很小的姊妹也可以挺身作神的證人：美國加州的潔西卡·沃桑尼亞寇納就是從她初級會那群六歲女孩身上學習到福音的，她們提醒她、也向她見證家庭的重要。

年長姊妹也是重要的榜樣。猶他州的琴恩·福斯特記得有多位婦女影響她，使她能堅強地留在福音裡，其中包括一位名叫烏蘇拉·斯桂爾的姊妹。琴恩說：「我和斯桂爾姊妹成爲探訪教導的同伴時，她已經九十多歲，眼耳都不敏銳了，但是她全心全意將自己奉獻給福音，從不會不來聚會，而且總是忠實地完成探訪教導的工作。……她是我的典範。」無論經由榜樣或分享見證，姊妹都可以成爲夫子團結一心的門徒。

在神的教會裡的姊妹

我從觀察婦女中確實發現姊妹會「隨時隨地，在所有的事上作神的證人」（摩賽亞書18：9）。我有幸擔任全部時間傳教士，當我接到召喚到猶他州鹽湖城聖殿廣場傳道部——教會裡唯一的女性傳道部，我承認想到四周會有這麼多婦女時，心裡有點緊張。其實我不需要擔心；當我與無數婦女互動，我在姊妹情誼方面的見證指數也跟著直線上升，她們每個人都經由日常生活的行爲表明對救主的見證。

我在傳道地區度過的第一個聖誕夜裡，傳道部會長召集所有的姊妹齊聚一堂，觀賞一部激勵人心的電影，其中一幕描述兩位姊妹互助合作，克服艱鉅環境的情形，她們團結一心的情誼令我感動不已。看著這部影片，又看看四周容光煥發的姊妹傳教士，聖靈強烈地向我見證，姊妹情誼是由天父制定的永恆關係，而我也其中之一。這是多麼美妙的真理：我們永遠都不會孤單，因爲主賜給我們所有的人姊妹。■

作者現定居美國猶他州

註：

1. "The Relief Society Declaration, "The Latter-day Saint Woman: Basic Manual for Women (2000), xi.
2. 女青年個人進步計畫（小冊子，2009），第2頁。

文化交融的 多倫多

凱瑟琳·納爾遜

肯辛頓市場地處加拿大多倫多的心臟地帶，正是這繽紛多樣世界的縮影。狹窄的街道上小攤、商店、餐館林立，各式文化的食物應有盡有，對初來乍到的人而言，很容易就找到薩爾瓦多、墨西哥、祕魯和法國等文化的食物。不論在任何角落，都可以發現一籃籃色彩奪目的蔬果，一桌桌冒著熱氣酥脆的糕餅，以及各種文化傳統服飾上絢麗的圖案。

多倫多這種兼容並蓄的文化是由移民、原住民、難民和學生共同組成的。25歲的約拿丹·波特住在多倫多，他說：「和支會中這麼多不同背景的成員一同服務，使我看到周圍文化——包括我自己的加拿大文化——和福音文化之間的差異。看到每一種文化都擁護福音所教導的公義、美德之事，真是美好；這讓我們能在聖靈

的基礎上彼此溝通，幫助我們相互了解，進而超越自己的文化。」

約拿丹也看到了福音對領袖的影響：「儘管基於各自的文化，領袖往往有不同的領導風格，不過這並不重要，因為他們都是根據啓示、經由聖職權柄蒙神召喚的人，也都是蒙受祝福的人。」

對約拿丹而言，福音研究所提供了一些他珍惜的事物：「多倫多是我成長的地方，同齡的教會成員不多，因此我到福音研究所去的時候，總是很有安全感，也覺得受到歡迎；我們因熱愛福音而團結合一。別人會注意到我們的生活方式，看到我們的標準，認出我們非常獨特。」

約拿丹從經驗中得知仁愛——「基督純正的愛」（摩羅乃書7:47）的重要，他說：「福音研究所裡的年輕成人差異極

加拿大安大略省的忠信年輕成人是什麼樣子的？一位年輕成人
在此分享他的文化和信仰。

大，不會自然而然地就能彼此相愛。我已經了解，仁愛意謂著為人服務，就算舉手之勞也是；仁愛也意謂著無論人們來自何方，都要愛他們。」

這份愛和多元化造福了傳道事工。「這裡有很多人是第一代或第二代的歸信者。有時候人們會在這裡加入教會，然後回到家鄉和家人分享福音，進而為他們的的文化注入新的力量。對我來說，這是教會在多倫多的傳承。」■

作者現居美國猶他州。

多倫多的食物有什麼特色?

這裡很容易可以找到很多賣咖哩、非洲食物和墨西哥食物的地方，這裡有個很大的牙買加社區，所以我最喜歡吃的一些食物包括煎餅、豌豆炒飯和咖哩羊肉。

你從事哪些休閒活動?

我喜歡學語言，有很多機會可以和朋友練習。我能輕鬆地講五國語言：英語、法語、海地克里奧爾語、葡萄牙語和茨瓦納語。

在多倫多約會的情況怎麼樣?

因為多倫多很多年輕人都是第二代的移民，我去接約會對象時，常會見到對方的父母，他們大多還保有原本的文化，也會和我分享他們的傳統食物；這點很有趣。

**教會在加拿大現況**

187,982位後期聖徒

327個支會

150個分會

7個傳道部

8座聖殿

官方數據

人口34,568,211

44座國家公園和保護區

世界百分之50的北極熊
住在加拿大

資料

首都：渥太華

語言：英語和法語



為人生的契機 作準備

想要有美好的未來？接受教育！

功課開始堆積如山，你很想知道這一切的努力是否值得時，千萬要記住總會會長團的這句忠告。他們充滿智慧的話語能幫助你再加把勁，消化接下來的一堆筆記。

由於教育對你的未來影響甚鉅，又是「天父的計畫中……很重要的一環」，能使你「變得更像祂」（鞏固青年〔2011〕，第9頁），你會發現，每一分的努力都是值得的。

多馬·孟蓀會長

來自天上的教導

「生命中有些教訓，是由你們的父母親身上學到，其他的則是從學校或教會中學到。然而，有些時刻你會知道天父在教導你，而你是祂的學生。」

「你的永恆旅程」，2000年7月，利阿賀拿，第57頁。

生命之海

「人生就像一片海洋，讓驕傲的人謙卑，讓不願承擔責任的人無所遁形，也讓領導人物顯露出來。若要安全地航行，抵達目的港口，就需要時常注意航海圖，不斷更新資料。你需要透過別人的經驗學習，也需要堅守原則、擴展個人興趣、體諒別人的權益，並且要在履行職責方面可靠、值得信賴。

「你們在學業上所做的一切努力，會在離開學校之後產生顯著的效果，帶來許多機會。在你們努力爭取學業成績之際，不要忽略了學習真正思考的重要。」

“Great Expectations” (Brigham Young University devotional, Jan. 11, 2009), 4; speeches.byu.edu.



多馬·孟孫
會長



亨利·艾寧會長
總會會長團
第一諮理



迪特·鄔希鐸會長
總會會長團
第二諮理

準備要先於行動

「為人生的機會和責任作準備極為重要。我們生活在一個轉變的社會裡，劇烈的競爭是人生的一部分。今天身為丈夫、父親、祖父、供應者和保護者的角色，已和一世紀以前有了極大的改變。作準備不再是一件可做、不可做的事，而是非做不可的。古語『無知是福』早已一去不復返，準備要先於行動。」

參閱「職責召喚」，1996年7月，**聖徒之聲**，第49頁。

亨利·艾寧會長

好學不倦

「你是神的孩子，你的使命就是要盡己所能，忠信不渝，成為像神一樣。也就是說，你可以學會世上一切真理，因為神是知曉萬事萬物的。」

「大多數人出於恐懼而停止學習，怕自己學不會。只要保持忠信，就不需要恐懼。你的正規學校教育可能因某種原因中斷，但我要你確確實實地知道，你能

學會神要你學習的一切；偉大的學者對這點深信不疑，他們的態度就是：我學得會。」

“Do What They Think You Can't Do,”
New Era, Oct. 1989, 6.

主認識你

「有人悉心地看顧你我的人生。主既知道祂需要你去做哪些事，也知道你需要知道哪些事才能做到那些事。你可以信心堅定地期待祂已經為你預備好學習的機會；你無法完全認出那些機會，就像我過去一樣。但是只要你把屬靈的事物放在生活的首要位置，就會蒙受祝福，感覺受到指引要去學習某些事物，也會受到激勵使自己加倍努力。」

“Real-Life Education,” *New Era*, Apr. 2009, 6.

迪特·鄔希鐸會長

奉命必須學習

「對於本教會成員而言，接受教育並不僅僅是個好的想法——更是一項誠命。我們應該學習『關於天上、地上和地下的事；過去

的事、現在的事、不久必發生的事；國內的事、國外的事』〔見教約 88：79 – 80〕。」

「適用於各種經濟狀況的兩個原則」，
2009年11月，**利阿賀拿**，第57頁。

繼續忍耐

「我 10 歲時，全家搬到一個新地方，成了難民。在那之前我一直都是品學兼優的好學生，但是到西德之後一切都變了。……

「由於許多課程對我而言都是新的、陌生的，我的功課落後了。那是我生平第一次開始懷疑自己或許根本不是讀書的料。

「幸運的是，有一位老師教導我要有耐心。他說持之以恆的努力，也就是堅持不懈的耐心，能成為我學習的助力。

「一段時間之後，困難的科目變得懂了，連英文也是。慢慢地，我開始明瞭，只要自己腳踏實地、持之以恆地努力，就能學會。我那時並沒有立刻看到成果，但在我耐心地努力下，我做到了。」

「繼續忍耐」，2010年5月，**利阿賀拿**，第57頁。

如何

確實

學

真正接受教育，不只是
把課上完。

習



大衛·愛德華茲

教會雜誌

接

受良好的教育」可能是青少年最耳熟能詳的一句忠告。

在聽從這項建議的人當中，還是有些人因為受教育而獲益良多，有些人則不然——我們談的不只是成績、學位或工作。那麼，真正「受過教育」的人和「把課上完」的人之間，到底有何區別？

這和與生俱來的能力比較無關，而是和諸如以下的優先順序、態度和技能有關。

優先順序

第一，追求屬靈的學識。

為了確保你最後能成功，請務必遵循總會會長團第一諮理亨利·艾寧會長的忠告：

「我們的首要任務應該是學習屬靈事物。……

「……把學習屬靈事物置於首要位置，並不能免除我們學習屬世事物的責任。相反地，學習屬靈事物使我們的屬世學習更有目的，也激勵我們更加努力學習屬世的事物。

「為了使屬靈的學習不偏不倚，我們必須針對時間的運用作出一些艱難的選擇，但我們絕不該在刻意的選擇之後，讓屬靈學習淪為次要的事物；這是絕對不可以的事，否則將導致悲劇。」¹

第二，尋求平衡。平衡意味著對你的優先順序瞭如指掌。



「生活中若事情太多，有可能使我們失去平衡；同樣的道理，重要的事情若太少，也可能使人失去平衡。」

——羅素·培勒長老

將「保持平衡」置於優先位置可以幫助你讓事情進行順利。十二使徒定額組的羅素·培勒長老說過：「記住，生活中若事情太多，有可能使我們失去平衡；同樣的道理，重要的事情若太少，也可能使人失去平衡。」²

第三，睡眠充足。充足的睡眠造成的影響舉足輕重——這是在課堂上保持清醒最好的方法。多項研究接二連三地證明，充足睡眠對學習的重要，但許多人卻犧牲睡眠從事各種活動（通常是娛樂活動）。請確保這件事列在你的優先順序之列。（但不要過分，見上一段及教義和聖約 88：124。）

態度

第一，你要對自己的教育負責（包括為自己的失敗負責）。你是否認識一些青少年還在靠

父母幫忙完成所有的家庭作業和學校的計畫？或者認識一些成績很差的人這樣說：「是因為老師討厭我」？請為自己的教育負起責任，當你這樣做，你學到的事情會讓你出乎意料，也會讓你更快樂。

第二，成績並不等於學習。

不要把數字（成績）和數字所代表的意義（學習和努力）混為一談。成績固然是個重要的評量機制，但是要記住，無論成績是高或低，你所獲得的知識和技能比成績重要。有了這樣的態度，你會對自己的成績更滿意。

第三，你的自我價值不該和例如獎項、分數和學位等等外在事物牽扯在一起。如果你了解自己是天父的孩子，是你與生俱來的價值，你就會變得快樂，不論成就是否附帶外在的獎賞。要努力尋求好表現，實



為增添樂趣而閱讀。每天讀一些好文章：書籍、雜誌、網站，任何增廣見聞或啓迪人心的內容都可以。

現自己的教育目標，但不要讓那些獎賞來代表你的一切。

第四，努力比「聰明」重要。你的成功應該以努力為基礎，而不是靠著與生俱來的天賦異稟。如果課業對你來說並不那麼得心應手，千萬不要放棄——勤能補拙。這個態度會讓你在生活各層面無往不利，特別是當你離開校園，進入職場時。真正的學習是沒有捷徑的——你不可能騙一輩子。

第五，你知道很多事情，但還有很多事情你不知道。要融會貫通正在學習的各種事物。但是不要落入一種情況，自以為是萬事通——沒有這種人，而且這種態度會造成學習障礙。

第六，學習本身就是一種獎賞。許多人講起教育，總把教育當成達到某種目的的手段，是求取功名利祿的方式。這固

然有幾分道理，不過，事實是，要是能把學習本身當作目標，你會更快樂、學得更多。不要成為那種只會一直問「這會不會考？」或「這什麼時候才會用得著啊？」的人。

第七，不要只因為可能失敗，就迴避挑戰。你目前越有意願面對難事，就越有能力面對未來的種種際遇。舉例來說，專挑簡單科目的人，等於苟且偷安，更有可能斷送自身的才華。

第八，有好奇心。要是你有好奇心又會發問，就會學到很多東西。對各種事物感興趣會讓你成為一個有趣的人。要記住，「學習」隨時隨地都在發生，不是只有在學校裡而已。

第九，你做不到。在困難和不可能之間是有差別的，學習之路可能崎嶇不平，但是你做

得到。學習是你在世上要做的事情之一。

技能

第一，學習你喜愛的事物；愛你所學習的事物。尋找你真正熱愛和感興趣的事物，探索他們，也要學會辨識所學之事的寶貴價值。

第二，為增添樂趣而閱讀。每天讀一些好文章：書籍、雜誌、網站，任何增廣見聞或啓迪人心的內容都可以。那些閱讀優良讀物的人通常在學校的表現較好，並在未來享有豐富的人生。

第三，注意自己處理壓力的方式。要覺察自己的壓力點在哪裡，也要知道最適合自己的減壓方式是什麼，這些都是寶貴的生活技能。

第四，必要時，尋求協助——向真正能幫助你的人求助。信不信由你，求助是一種技能。要有自知之明，知道自己何時陷入了困境，然後尋求有利的幫助，以免為時太晚；這樣做可以為你扭轉乾坤。

第五，管理時間。時間管理的意思就是你的確優先完成了該做的事。找一個你覺得自在又能幫助你達成目標的管理系統。■

註：

1. Henry B. Eyring, "Real-Life Education," *New Era*, Apr. 2009, 5.
2. 見羅素·培勒，「保持生活的平衡」，2012年9月，利阿賀拿，第50頁。

渾然忘我

「你們要從最好的書中
尋求智慧的言語；藉著研讀
也藉著信心尋求學識」

(教義和聖約88：118)。





星期日課程

本月主題：
誠命

朋友想知道 「為什麼」的時候

你越了解別人，就越能幫他們了解你的標準。

理查·羅慕義
教會雜誌

凱西今年 17 歲，住在美國亞利桑那州，她常常需要向親戚解釋身為後期聖徒她會從事哪些事，不會涉足哪些事。

凱西說：「我記得有一次和姑姑聊天的時候，她說：『你們教會不讓你們抽煙、喝酒，對不對？』我告訴她，教會教導我們，喝酒、抽煙都是不好的事，不過，天父也給我作選擇

的自由。因為我了解這些事，所以我選擇不抽煙、不喝酒。」

凱西說，就她的情況來說，這樣回答比說「抽煙、喝酒違反了我的標準」好，不過有時候這樣說可能反而是更貼切的回應。

凱西說：「我姑姑認為教會強迫人服從，所以當我解釋我們有選擇權的時候，她對我要說的話就更感興趣了。我告訴她我已經立定個人的目標，既不抽煙、也不喝酒時，她表示願意支持我。」

關心說話的對象

就像凱西的經驗所說明的，如果你一開始先自問，你對談話對象有什麼了解，就會比較容易向他人解說教會的標準。他們這麼問的動機是什麼？他們只是對你的信仰感到好奇？是直截了當地問，要你直接回答，還是試探性地問問而已，希望你能先了解他們的觀點，然後才願意相信你的建議？他們會有興趣聽你講哪些事情？

你可能會從聖靈得到一個



你更需要這樣做

「有些人會說：『我覺得自己達不到你們的標準。』那麼你更需要來這裡〔加入我們的行列〕！教會存在的目的就是要滋養那些不完美、苦苦掙扎、疲憊不堪的人。教會到處都是一心渴望遵守誠命，卻尚未完全做到的人。」

教會存在的目的就是要滋養那些不完美、苦苦掙扎、疲憊不堪的人。教會到處都是一心渴望遵守誠命，卻尚未完全做到的人。」

總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長，「來加入我們吧」，2013年11月，利阿賀拿，第23頁。

加入談話

你可以做的事：

- 把你奉行教會標準、與他人分享的經驗，記錄在日記裡。
- 在禁食見證聚會或青少年的聚會裡，針對主的標準分享你的見證。
- 閱讀多馬·孟蓀會長在總會大會上的演講「準備帶來祝福」（2010年5月，利阿賀拿，第64頁）。他談到約會、友誼、誠實和其他標準。不妨根據這些忠告，把你想做的事列在一張表上。

想法或感受，知道哪些內容對他們有幫助。如果是這樣的話，請按照提示行動；不需要大張旗鼓地弄成一場即興的聖餐聚會演說，或者變成教義大論戰。要讓場面保持在對話的模式上，只需要說明你在靈性方面的目標，以及為何會有這樣的目標即可。

要記住，讓他們知道你可能沒辦法有問必答，這絕對是很正常的情況，你可以把他們介紹給其他人，例如傳教士，傳教士可以幫助他們找到想要的答案。

要記住，重點並不是你想要說些什麼，而是他們準備好聽什麼。要保留空間讓你和對方都可以各自表述個人的感覺，你只要分享你的信念就可以了。適當的時候，可以納入見證，讓聖靈來為真理作見證。這是幫助別人了解你有什麼標準、你為什麼要這樣遵循最好的方式。（見尼腓一書 10：17-19。）

奉行福音的榜樣

法國的盧杭記得提問題是什麼感覺。15歲的他第一次參加教會聚會的時候，對教會成員快樂的神情留下了深刻印象，特別是那些青少年。

他說：「我有很多問題；

教會成員和學校裡的同學不一樣，他們不抽煙、不喝酒，男女青年之間對彼此也很尊重。每個人似乎都有明確的方向和目標，這點非常吸引我。」

盧杭和16歲的尚·米歇爾、14歲的夏娃兩兄妹結為好友。他回憶道：「他們說明智慧語是健康生活的原則，也分享對於貞潔的感受，說明這是來自於天父的誠命，天父希望我們永遠都是忠誠的丈夫和妻子。

「他們不僅說明他們奉行的標準，我也親眼看到他們實踐這樣的信念。遵守誠命會使你很快樂，而你的快樂會促使人們想知道你為什麼要過那樣的生活。」

盧杭的經驗告訴他，背一大堆標準答案不見得是分享所知的最佳方法；最佳的方法應該是奉行你的信念。誠如經文中說的：「有人問你們心中盼望的緣由，就要常作準備……回答各人」（彼得前書 3：15）。■

如需協助回答福音問題，請造訪 lds.org/go/55914265。

不說髒話社

觀看影片，了解一位男青年如何經由說明他的各項標準，因而獲得地方、國家和國際社會的矚目：lds.org/go/nocussing。

我就讀於我們國家裡的一所教會學校；前不久，同學推選我擔任課業輔導員。有一天，就在我計畫要教些什麼內容的時候，無意間看到教會一本談貞潔律法的小冊子，於是我決定跟同學上一堂有關貞潔的課程，也請全部時間傳教士給我小冊子，讓我在課堂上分發給同學。

上完課之後，很多學生想更認識教會，所以我告訴他們，也給他們更多教會的資料，包括摩爾門經。我不知道主任老師不准許這樣的事。

有一天，他把我叫到辦公室，問我去哪個教會。我告訴他之後，他問我為什麼把我們教會的「聖經」發給同學。我告訴他，我只發給那些向我要的人。

我們談了很多關於教會的事，談話當中，他很明確地說，他不認為我們教會是神的教會，他告訴我，「我知道你沒有父母，不過，很抱歉，我還是要說——你得轉學，因為你會把很多好學生帶到你的

教會去。」他要我在教會和學校之間作個選擇。

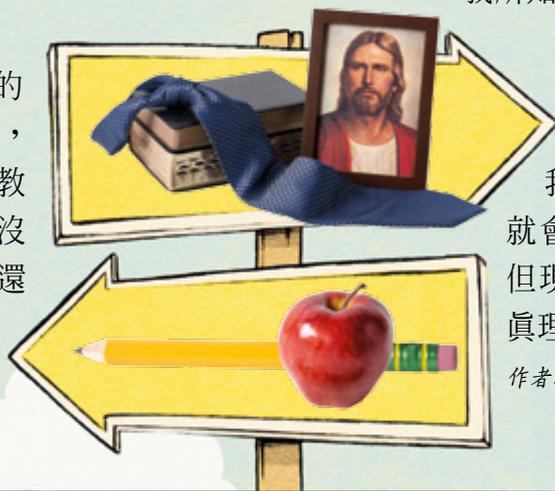
他召開集會，告訴學校同學再也不准我留在學校裡了，因為我屬於摩爾門教會，凡是和我一樣的學生也得轉學。

開會之後，他問我的決定如何：要選擇教會或者選擇學校。我覺得聖靈告訴我要挺身表明我所知道的事：主已經復興了祂真實的教會。離開的時候，我向他分享了我的見證。他告訴我，下一週要回學校拿一封我不再就讀於那所學校的證明書。

下一週我回到學校時，他改變主意了！他不再逼我轉學，我好高興，主要的原因是我為我所知道的真理挺身而出。

這個經驗教導我，永遠都要挺身捍衛我們所知道的真理，主永遠都會在一旁守護我們。如果我否認教會，同學就會說，我教他們的不是真理，但現在，他們知道我知道的都是真理了。■

作者現定居烏干達中區。



我知道我必須怎麼做

如果我不否認教會，我就必須離開學校。

一點通

我有個朋友一直在
貶低她自己。我可以
 怎樣幫助她對自己
有比較好的感受？

你要如何處理你朋友的問題取決於這問題的嚴重程度。舉例來說，她之所以批評自己，可能只是一種謙虛的表現，或只是想要獲得他人的讚美或保證。如果是這樣的話，就可以逕自向她保證，讓她安心，但也要溫和地試著讓她不要那麼專注在自己身上，而要多關心他人一些。這樣她就能找到更大的滿足和自我價值，還有真正的謙卑。

總會會長團第二諮理，迪特·鄔希鐸會長說：「看不起自己不會讓我們體認謙卑；少想到自己一點，才能讓我們體認謙卑」（「驕傲與聖職」，2010年11月，利阿賀拿，第58頁）。

如果問題似乎還更嚴重一些——如果你覺得她有重度憂鬱，就鼓勵她跟她的父母、學校輔導員、或主教談一談。或由你去找他們，說明這情況。他們可以確定她會獲得所需的協助，包括必要時的專業協助。■



他人對我不和善時，我要如何對他們表露愛心？

救主教導：「要愛你們的仇敵，祝福詛咒你們的人，善待恨你們的人，為輕蔑地利用你們並迫害你們的人禱告」（尼腓三書12：44；馬太福音5：44）。這項誡命並不容易遵守，因為這違反了我們的天性，違反了自然人的本性（見摩賽亞書3：19）那麼，要從何處著手呢？以下是幾點建議：

- 要知道救主吩咐我們要擁有的那種愛確實是一項來自神的恩賜，因此你必須「全心全力向父祈求，好使〔你〕滿懷父賜給祂兒子耶穌基督的真正信徒的這種愛」（摩羅乃書7：48）。
- 找一些小方法來為那些不和善的人服務。你永遠不會知道這樣做會在什麼時候幫助他們改變，但就算他們沒有改變，你也會因為和善待人而變得更好。
- 和他們分享福音，即使只是針對一項簡單的真理，率直地說出一個堅定的見證也行。例如，「我們都是神的孩子。」■
- 試著將所有的人都視為天父的孩子。這不但是個好建議，而且是個事實。要牢記這點，你們之間的互動也許就會改變。



山下彦和長老
七十員

「憑信心前進」是一句值得
作為人生座右銘的話。

蒙召喚去服
務」（聖詩
選輯，第156首）
這首聖詩在日文
版的翻譯中，把英
文字 *onward*（前
進）和 *forward*
（前進）都譯為
susume。這個詞因
為幾年前我擔任日
本福岡支聯會會長
時的一些事，而對
我意義非凡。

總會會長
戈登·興格萊
（1910-2008）當
時拜訪日本，我奉
派陪同隨行。在一
場聚會上，300名
全部時間傳教士
齊聚一堂，聆聽先
知說話。聖靈充滿
了會堂，很多人流
下喜悅的淚水。我
們唱著日文的「蒙
召喚去服務」，反
覆唱出 *susume*、
susume。興格萊
會長問坐在他身
旁的傳道部會長：
「*susume* 是什麼
意思？」

傳道部會長
回答：「是『前進』
的意思。」

那場聚會真
是美好，興格萊
會長鼓勵、期勉
傳教士，後來他
向他們揮手告別，
離開了大樓。他

坐上我的車回到
旅館時，用日文
對我說了一個字：
「*Susume!*」

非凡的信息

這個詞成了
我的座右銘：「前
進！積極！憑信
心面對未來！」在
鞏固青年最後一
個章節裡，教會也
給青少年同樣的
信息。在複習過服
從主的標準會帶
來哪些祝福之後，
在標題為「憑信心
前進」的單元裡這
樣說：「你若做這
些事，主必使你的
生命更為豐盛，遠
超過你自己所能
達到的。祂會提供
你更多的機會，開
拓你的視野，使你
變得堅強。祂會賜
你所需的協助，以
克服考驗及挑戰。

當你逐漸認識天父
及祂的兒子耶穌基
督，並感受到祂們
對你的愛時，你會
獲得更堅定的見
證，並找到真正的
喜樂」（〔2011〕，
第43頁）。

福音教導我
們要憑信心前進，
「尋找，就尋見；
叩門，就給你們開
門」（馬太福音7：
7）。對我來說，
這就是 *susume*。

著名的故事

武士是中世紀
和現代早期的日本
軍事貴族，日本人
到現在還會津津樂
道的一個人是坂本
龍馬；他在1867年
去世，至今仍受人
愛戴的原因是因為
他始終保持一種積
極的態度。他不怕
任何人或任何事

Susume!

佳句



你做不到

福音的信息充滿希望，即使已經心灰意冷，仍然可以憑信心前進。這裡有七個建議可以幫助到你。

1. **每天展現勤奮的精神**。祈禱。研讀經文。遵守誡命。參加聚會和福音進修班；參與家人家庭晚會。
2. **悔改**。犯錯時要尋求寬恕。
3. **傾聽聖靈的聲音**。聽從聖靈的提示。
4. **建立信任感**。支持領袖，接受父母正義的教導。
5. **認識救主**。接近祂，祂必接近你們（見教約88：63）。聖靈必將見證祂活著。
6. **把焦點放在自己以外的地方**。「得著」自己的最佳方式是經由為人服務而「喪失」自己（見馬太福音10：39；16：25）。
7. **永不放棄**。要記住天父愛你，祂對你有信心，你也要對自己有信心。



主的幫助

「當我們勇往直前，努力按照應有的態度生活，必能獲得主的幫助。」

多馬·孟孫會長「你當剛強壯膽」，2014年5月利阿賀拿，第69頁。



物，只要是需要他的地方，他就去。他深受「人生而平等」此一理想境界的啟發，竭盡所能地建設新政府，卻不幸遭人暗殺，甚至當他被另一名武士以利劍刺殺多刀後仍不屈服，反而奮力起身向前走；這是日本非常著名的故事。

我了解所有的人都有挑戰和痛苦，有時候甚至覺得遭到敵人攻擊。撒但會試探我們，讓我們思想消極、放棄希望。

但是我要向各位見證，福音會賜給我們力量，使我們能說 *susume*，繼續前進。福音並沒有

給我們負面信息，我們必須站起來，憑信心向前走，因為我們有主的應許，絕不會被擊垮。「耶和華必在你前面行；他必與你同在，必不撇下你，也不丟棄你。不要懼怕，也不要驚惶」（申命記31：8）。

幸福的源泉

親愛的朋友，我希望你們幸福快樂。真正的幸福必須建立在一項認知上，那就是我們的天父活著。祂愛我們每一個人，也認識我們每一個人；祂知道關於我們的一切——我們的弱點、實力、優點、缺點、

挑戰和痛苦。因為祂愛我們，所以差遣祂的兒子來拯救我們。耶穌基督是我的救主，是我家的救主，也是你的救主。祂會指引我們，帶領我們。我知道這個教會是祂的教會，我知道多馬·孟孫會長是我們活著的先知。

我應許各位，如果你們態度積極，尋求美好的事物，那麼必將有聖靈與你們同在。如果你們能想到神和美好的事物，聖靈必會指引你們，你們也將有能力鼓勵自己「前進」；儘管遇到種種考驗，仍然會憑信心前進。■

奉行標準獲得力量

如需進一步了解，請瀏覽鞏固青年網頁：standards.lds.org。



為我的朋友

像阿爾瑪一樣祈禱

「這是因為他憑信心祈禱」（阿爾瑪書 31：38）。

但以理·桑托斯

過去兩個星期，我最要好的朋友都和我去教堂，但是當我再度邀請他時，他說他不要和我去了，他想好好享受週末剩餘的時間，睡覺補眠、出去玩玩。我接受了他的回答，但內心很難過，因為我真的希望他能來，希望他能感受到聖靈，向神學習。我回到家的時候，進到房間祈禱，把悲傷告訴天父，懇求祂安慰我、指引我。

禱告之後，我到廚房去洗碗。父親問我，那位朋友明天是否會和我再到教堂去，我把朋友的話告訴父親時，他看得出來我很為這件事擔心、難過。他只是說：「你已經盡到你的責任了，每個人都有自己的選擇權。你已經種下了種子。」父親這番充滿信心的話，為我的心帶來平安的感受。

我為主日學作準備時，讀到了阿爾瑪書第 30～32 章。

在第 31 章，阿爾瑪全心全意地為他的弟兄卓倫人向主祈禱；卓倫人不但拒絕主的道路，也開始陷入謬誤之中。我讀到他的話語時，聖靈感動了我，我受到啟發，知道自己也應該像他那樣祈禱。

我跪下來，為我最要好的朋友獻上像阿爾瑪那樣的祈禱。我跟阿爾瑪一樣對天父說：「〔他的〕靈魂很寶貴，〔他是我的弟兄〕；因此，主啊，求您賜〔我〕力量與智慧，使〔我〕能帶領〔我這弟兄〕再歸向您」（阿爾瑪書 31：35）。

第二天我準備好去教堂時，知道我的朋友並不會和我一起去，不過我的內心有一股平安的感覺，因為我就像阿爾瑪一樣，已經憑著信心祈禱了。

我正要出發去教堂時，接到了這位朋友的電話。他問我是否已經出門了，還問我可不可以順道過去接他。那個星期日我們享受了美好的主日聚會，我知道聖靈向他見證了真理。

我知道那天因為摩爾門經和一份憑著信心的祈禱而蒙受祝福的人不只是我的這位朋友而已，我自己對主的見證、對這部經文的見證都更加堅定了，而那份見證促使我去傳教，使我得以為真理作見證。我知道摩爾門經能使我們更接近神，也教導我們要歸向基督，而且祂必然會拯救我們的靈魂。■

作者現定居巴西聯邦區。



真正受人歡迎 的十大祕訣

我在哪裡可以找到受人
歡迎的祕訣？
在新約裡？

可絲甜·坎貝爾

那位啦啦隊隊長在高中美式足球比賽場上大
喊：「我們第一名！」我真羨慕她那一口
整齊的白牙和燦爛無比的笑容。我在一旁
看著，她正和一群女生有說有笑，還和一堆男生打
情罵俏。

我想：「要是能像她一樣，一定很光彩」，
也一面思索著自己寂寞的景況。因為父親工作的關
係，我們每三到五年就要搬一次家，所以姊姊和我
很難和別人建立長久的友誼。

大家對那個啦啦隊隊長的風評都是衣著不端
莊、常喝酒狂歡。我看著她，極度渴望享有我認為
她所享有的那種人緣。我好渴望有朋友，所以曾有
那麼一刻，我想自己是不是也應該降低標準，變得
和她一樣。

和姊姊開車回家時，我沉溺在自艾自憐的情緒
中。我在心中向天父祈求，求祂告訴我帶走孤獨和

缺乏自信的祕訣。雖然當時我還不是教會成員，
但對神有堅強的信心。

這時候有個意念立刻進入我的腦海：「不
要只想到自己。」

我大失所望：「難道這就是那個祕訣嗎？
光是這樣怎麼能幫助我變成萬人迷啊？」

那個星期快結束的時候，我讀到哥林多前
書第 13 章裡談到仁愛的部分，那些內容讓了我
解到，天父想教我以仁愛之心對待他人，而不
是專注在他們對待我的態度上。我接納了那裡
列出和仁愛有關的種種特質，然後付諸實行。
這樣做時，我發現在學校的生活完全改變了。
以下就是我學習到的一些寶貴教訓。

仁愛是恆久忍耐

我努力對學校裡的人更有耐心。有個男生
在體育課時取笑我，但我努力用親切的態度和微
笑來面對他的惡意。最後，他不再取笑我了，到
了年底，我們成了好朋友。

仁愛是不嫉妒

我和姊姊都很嫉妒學校裡一名籃球隊員的
才華，以前講到她的時候總是免不了一陣尖酸
刻薄的話。但後來我決定開始為她的勝利喝采，
也開始培養自己的才華。當我做這些事時，不
但卸下了痛苦的負擔，也變得更快樂了。

仁愛是恩慈

我一直很敬佩班上一個女生，她對每個人都很友善，無論那些人多麼受歡迎或惹人厭。我開始學習她的榜樣，找機會用和善的態度對人。

仁愛是不張狂

有時候我覺得我之所以比一些人好，是因為我奉行較高的道德標準。當我想到救主，祂不但溫順，而且愛所有的人，於是我決定改變態度。當我努力保持謙卑、和善的態度，別人也開始試著和我做朋友。

仁愛是不做害羞的事

我愛主，也有很高的道德標準，我堅信如果妥協，不持守這些標準，我會很不快樂。

仁愛是不輕易發怒

有一次有個老師說了一些話讓我很難過，但我沒有回應，反而問她是不是心情不好。她承認了，還向我道歉。那些話是她個人的問題引起的，和我沒有關係。

仁愛是屬靈的恩賜

摩爾門教導我們如何培養仁愛的精神，也就是基督純正的愛。你可以研讀摩羅乃書 7：44-48，學習如何「滿懷……這種愛」（摩羅乃書 7：48）。

仁愛喜歡真理

有一件事是我後期聖徒的朋友教我的，他們告訴我說閒話和散布謊言都是邪惡的事。我會盡量避免說閒話，每當有人開始說刻薄的話時，我就換話題。

仁愛是凡事相信，凡事盼望

我開始看別人的長處並保持樂觀。當我在態度上有了這樣的改變，四周的人也開始覺得受到鼓舞，這使得他們想多跟我往來。

仁愛是凡事忍耐

當姊姊重病、無法正常行走時，由於她走路的樣子很滑稽，很多朋友便離棄了她。我看她傷心得不得了，也因而意識到不離棄那些遭遇困難的人是一件很重要的事。

仁愛是永不止息

當我在人際關係當中實踐仁愛的原則，便建立了很多真誠而持久的友誼。我的寂寞感消失了，也了解到受人歡迎實在無法和友誼、尊重等這樣真正的寶藏相比；而友誼和尊重，正是隨奉行福音原則而來的結果。

我很感謝天父花時間教導一個高二學生獲得長久友誼的祕訣。■

作者現定居美國華盛頓州。

聖約的道路

詞：馬文·賈納 (MARVIN K. GARDNER)

曲：凡雅·華金 (VANJA Y. WATKINS)

堅信地 ♩ = 48-62

C Gm C

1. 那 聖 約 就 是 一 種 約 定——我 答 應 主、我 的 承 諾。 主
(2.為) 了 遵 守 洗 禮 的 聖 約， 我 願 承 受 耶 穌 的 名， 我

1 3 1 2 1

Em A G D7 G

仁 慈 愛 我 賜 我 祝 福， 只 要 我 忠 於 祂 話 語。 我
記 得 祂、 遵 守 祂 誠 命， 願 作 祂 的 忠 信 門 徒。 在

1 3

Gm C F Fm Bb Eb G7

承 諾 遵 守 祂 的 誠 命， 若 我 留 在 祂 的 光 中， 祂
安 息 日 聖 餐 祈 禱 中， 歡 然 更 新 寶 貴 聖 約， 總

1 5 3

C Dm C Dm G7

承 諾 賜 我 祝 福 無 限， 在 祂 身 邊 喜 樂 完 全。 我 定 要
有 一 天 我 要 去 聖 殿， 在 那 裡 面 訂 立 聖 約。 我 定 要

2 3 2 1

© 2014 馬文·賈納和凡雅·華金。版權所有。核准使用。
本曲可複印供教會或家庭於伴奏、非商業演出時使用。
每份樂譜皆須列出此行說明。



C Gm7 C Gm7 C Am Dm G7

牢記我的聖約，它指引我回天父身邊道路。

Am D C D7 Dm C F C

我定要忠於我的聖約，持守這道路，聖約的道路，在

1. Dm G7 C | 2. Dm E Am D7

主愛中得看顧。為主愛中得看顧。——持

Dm C F C Dm *slower* G7 C

守這道路，聖約的道路，在主愛中得看顧。——



多馬·貝利長老
十二使徒定額組

十二使徒定額組的成員是耶穌基督的特別證人。

為什麼 需要服從誡命？

天父的目標是要使我們獲得永恆幸福。

我們絕對不可以只挑選自己認為重要的誡命來遵守。

我們應該服從神所有的律法。

祂的誡命就是帶領我們回到祂身旁的路線圖。

摘自「服從律法就是自由」，2013年5月，利阿賀拿，第86-88頁。

大會裡的答案



美雅（左）和艾比

艾比，7歲，美國內布拉斯加州

我的愛德華茲曾祖母去世的時候，我和妹妹美雅都好傷心。雖然爸媽告訴我們，我們有一天會再看到曾祖母，永遠都是一家人，我們還是很擔心。

爸爸告訴我們，我們可以作禱告，祈求在總會大會的演講裡，會有一些答案解答我們對愛德華茲曾祖母的疑問。我祈求能知道愛德華茲曾祖母是不是很快樂；美雅則祈求能知道愛德華茲曾祖母是不是和已經去世的曾祖父、姑婆在一起。

在星期日的晨間大會上，

我們聽著，聽到了先知回答我們的問題！孟蓀會長說，人去世的時候，就好像是走進了一個充滿心愛家人的房間裡，這些人是比他們早去世的人。所以，美雅知道，愛德華茲曾祖母會和曾祖父、姑婆在一起。然後，孟蓀會長又讀了摩爾門經裡的

在下個月的總會大會之前，你有沒有一個可以求問神的問題？

不要忘了聽你的答案！

一段話，談到義人的靈會到一種幸福的狀態中（見阿爾瑪書 40：11-12）。¹ 愛德華茲曾祖母總是很努力地選擇正確的事，所以我知道她會很快樂。

美雅和我都好高興，我們不但知道先知是神的發言人，也知道神會回答我們的禱告。我們不再為愛德華茲曾祖母擔心了，我們知道如果我們跟從她的榜樣，選擇正確的事，有一天一定還會再見到她。■

註：

1. 見多馬·孟蓀，「人生的競賽」，2012年5月，利阿賀拿，第93頁。

黃皮書

藍道·奎羅加
根據真實故事改寫

藍道住在玻利維亞，他喜歡上學，也會好好珍惜他的課本。他最喜歡的一本書，有著黃色的封面和有趣的圖畫。

有一天藍道找不到那本黃皮書，爸爸、媽媽都來一起幫他找，還是找不到。



藍道很難過，爸爸說：「我們來作禱告，祈求天父幫助我們。」

祈禱之後，藍道的爸爸想到了一個方法，



他說：「我們把這件事告訴大伯，說不定他的小孩也用同樣的書，他們一定肯借給你。」

藍道心裡想：「這就是我們禱告的答案。」

就在這時候，好幾個人走進大伯的店裡要賣書，他們有那本黃皮書耶！

藍道的爸爸買了那本書。藍道好感謝天父回答他的禱告。■

作者現定居玻利維亞。



藍道一家人都到大伯的店裡去，問他有沒有黃皮書。大伯說他的小孩沒有用過那本書。

藍道這時候可傻眼了，天父不是會回答他們的禱告嗎？

信心的祈禱

珍妮·貝莉

我每天跪下祈禱，
向天上的父說話。
祂聆聽且回答
信心的祈禱。

開始的時候我說：親愛的天父；
我感謝祂賜我祝福；
再謙卑求祂賜我所需之事，
奉耶穌基督的名，阿們。

(1991年3月，聖徒之聲，第33頁)



艾美·李威特訪談

你的名字有沒有特殊含義?在韓國，人的名字往往有重要的意義。盧卡八歲，他的名字的意思是「光」。他的父母選擇這個名字是爲了提醒他，他可以有一個光明的未來。■

作者現定居美國猶他州。

我是盧卡 來自南韓

我喜歡住在南韓，這是個
有趣的地方，很適合成長！

*Anyoung,
chingudul!**

* 韓語的「你好，朋友！」

我是家裡的
老大，我妹妹
叫做艾麗卡。

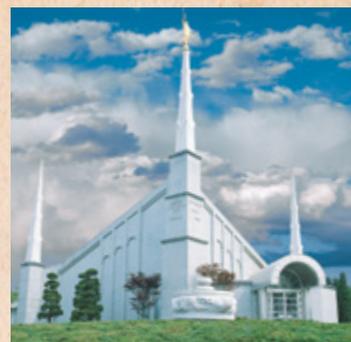




我喜歡讀書，而且會講兩種語言，也就是說，我會讀、寫、說韓語和英語。



我從上午8：30上課到下午2：30，然後去一種叫做hak-won的課後輔導班補習，我也要上鋼琴課和美術課。



我喜歡看到聖殿！



上路了！

盧卡的袋子裡裝了一些他喜歡的東西。你會把哪些東西裝進你的袋子裡呢？

我喜歡踢足球，一整年都在室內球場裡踢球。



我是美國和南韓公民，所以在教會參加美國的童軍活動。



中秋節是我們最大的一個節日，是個慶祝豐收的日子，等於韓國的感恩節。



我們的園地

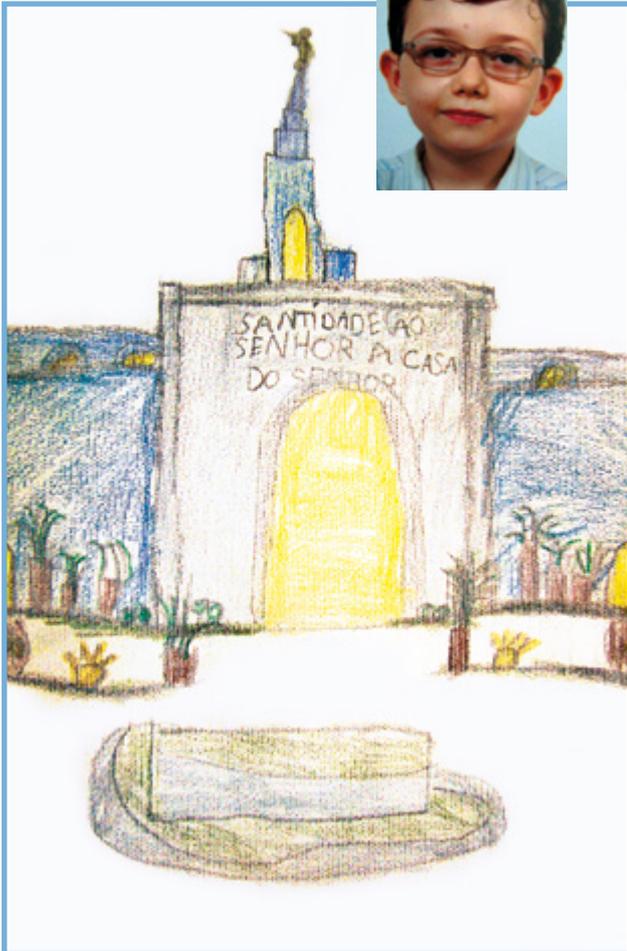
分享福音



在學校裡，我會和老師、同學分享福音。我會拿利阿賀拿給老師看，也會分享摩爾門經裡的故事。我知道雖然他們不是教會的成員，但還是可以多認識一點耶穌基督的福音。這樣做對我也很有幫助，讓我可以想到耶穌基督，也幫助我對祂、對祂的福音和摩爾門經有見證。

伊斯梅爾，9歲，阿根廷

恩佐，6歲，巴西



我喜歡看到聖殿，艾薇，7歲，美國喬治亞州



我知道神為我和你創造了一個快樂的世界！



普林斯·漢普，5歲，菲律賓



我們永恆的父神活著， 祂愛我們。

願我們都明白祂是多麼願意接近我們，
多麼願意幫助我們，
又是多麼地愛我們。

多馬·孟孫會長

取自「直到再相會」，2014年5月，
利阿賀拿，第115頁。

遵行福音 讓我的家庭獲得祝福

天父給了你哪些祝福？有些祝福很容易看得出來，比如天父創造的這個美麗世界，或者你家裡剛出生的小弟弟、小妹妹。不過有時候你需要專心一點才能注意到天父賜給你的祝福。在這個尼腓的故事裡，看看你能不能找出因為尼腓和他的家人奉行福音，天父賜給

他們的種種祝福。（你也可以閱讀尼腓二書第5章裡的故事。）

主提醒尼腓把人民帶進曠野，這樣拉曼人才不會傷害他們。尼腓很服從，召集家人和所有相信神話語的人到曠野去。他們走了很多天，最後搭建了帳篷，分頭工作，播下種子，

作物長得很好。他們也養了很多動物，還蓋了一些房子和一座聖殿，所以可以在聖殿裡崇拜神。尼腓用經文教導人民，人民都遵守誠命。

尼腓寫道，他的人民「過著幸福的生活」（尼腓二書5：27）。這表示他們的生活方式讓他們很快樂。當我們奉行福音，我們獲得的祝福也會讓我們很快樂。■



經文

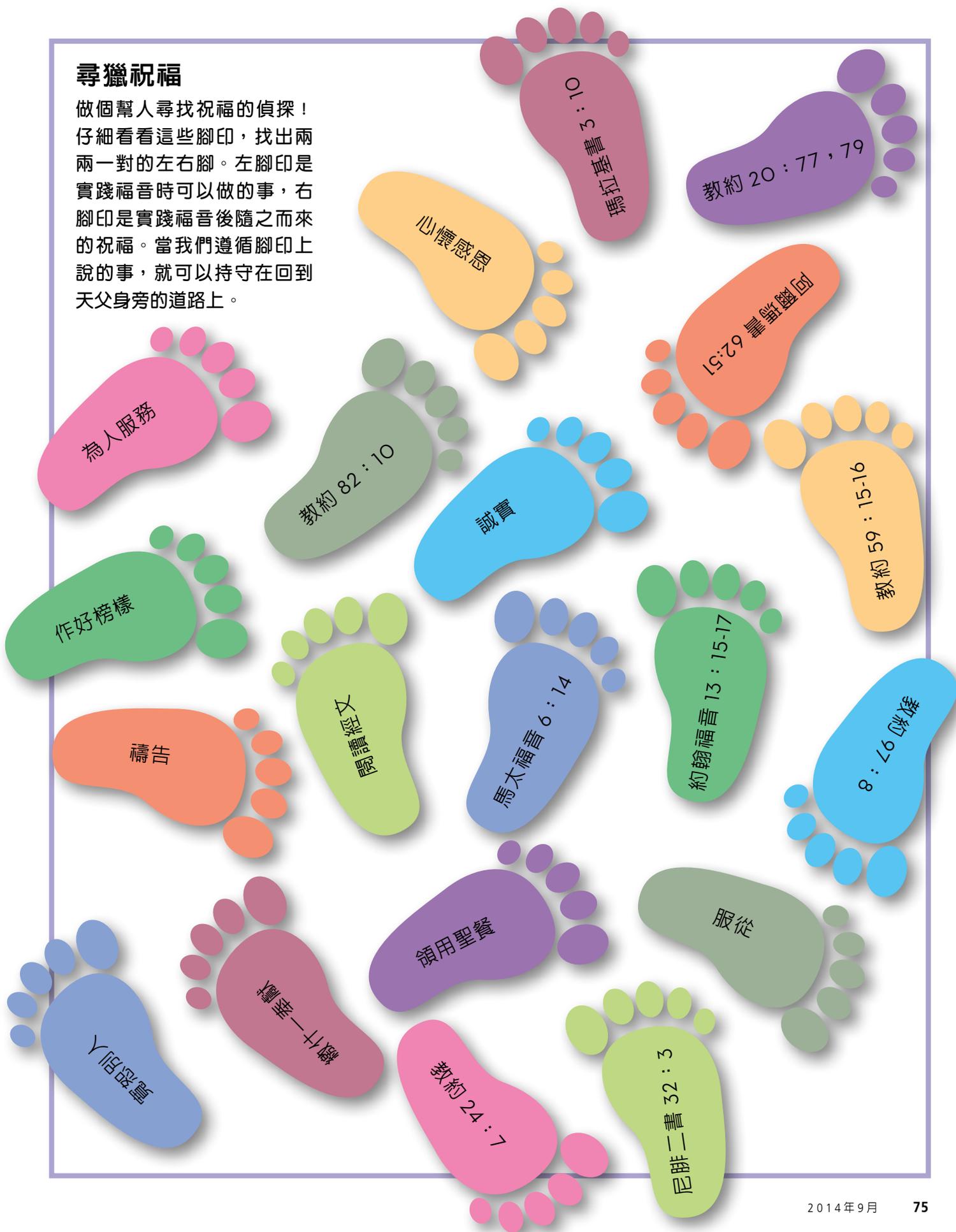
信條 1 : 13

家庭討論建議

你的家人可以做什麼，使你們「過著幸福的生活」？

尋獵祝福

做個幫人尋找祝福的偵探！仔細看看這些腳印，找出兩兩一對的左右腳。左腳印是實踐福音時可以做的事，右腳印是實踐福音後隨之而來的祝福。當我們遵循腳印上說的事，就可以持守在回到天父身旁的道路上。



哼出聖詩

奧莉薇雅·藍道
根據真實故事改寫



愛希喜歡唱歌，在初級會裡唱歌讓她很快樂，她知道耶穌喜歡聽她唱歌。



有一天，媽媽和爸爸在聖餐聚會上唱聖詩，愛希也很想唱，但是她不認識字。



媽媽問愛希：
「你爲什麼難過？」
愛希說：「我不
認識字。」



媽媽說：「我有辦法，下個星期我們唱的時候，你可以跟著哼出來。」

愛希開心多了，她很喜歡哼歌。



下個星期爸爸和媽媽唱聖詩的時候，愛希也跟著哼出來。愛希好高興，她知道耶穌喜歡聽她哼歌。■

奶奶最喜歡的花

凱倫·巴克斯特

我喜歡到奶奶的花園，摘採花兒；
花兒的顏色繽紛亮麗，萬紫千紅。
她親我、拍拍我的小臉，告訴我，
「你是我見過最甜美的花兒！」



黎格蘭·理查長老
(1886-1983)

十二使徒定額組



不凡的青年

我收到美國加州一位傳教士的來信，他說有個婦女俱樂部在一家旅館辦餐會，負責的女士在桌上多放了一個盤子，她說，「下一個士兵過來的時候，我們會邀請他坐在桌子的這個位置。」就這麼巧，這個士兵正好是個摩爾門教徒。

大家傳遞咖啡的時候，他連碰都沒有碰一下。你知道這個士兵本來大可以輕輕鬆鬆地說：「哦，沒什麼大不了的，反正我母親又沒來，父親也不在這裡，主教更不可能出現；在這群婦女當中，我是唯一的男性，喝一小杯咖啡無傷大雅的。」

但是，他必須表明對主的讚美之情，因為是主召喚他出黑暗、入奇妙光明的，他絕不碰咖啡。那些人又把茶遞給他，他也不喝。這下子，他們可真想知道這個人的一切了。這無異於打開了一扇門，讓他可以向在座的人娓娓道出他的成長背景。後來，用過餐之後，她們又點起了菸，互相傳遞。當然，這個年輕士兵也拒絕了。就在當下，有位婦女斬釘截鐵地說：「如果有摩爾門教的長老要到我家坐坐，我一定讓他們進門。可以教養出今天和我們同桌吃飯這樣青年的人，我真想多認識、認識。」



「你為什麼用牛奶敬我？」

另外一個摩爾門青年奉派到東部的一所軍官訓練學校。新任的指揮官來到營裡，他們舉行宴會歡迎他。在桌上，每個碟子旁都放了一只雞尾酒杯。時候到了，在場的準軍官紛紛手執雞尾酒杯，起身向踏進會場的長官敬酒。所有的人都舉起酒杯，只有一個青年例外，他舉起的是一杯牛奶。

好，指揮官看到了這一幕，歡樂的場面一過，他直接走到那名青年面前說：「你為什麼用牛奶敬我？」

他說：「長官，我從小到大沒有喝過酒，我自己不想喝酒，我父母不希望我喝酒，我認為您也不會要我喝。但是我想向您表示敬意，所以我想如果我用平常習慣喝的牛奶敬您，您應該不會介意。」

這位長官說，「你一早就到總部報到」，然後告訴他時間。

我想這個男孩一定徹夜難眠，但是當他第二天一早走進軍官的營舍時，這位長官卻指派他在他手下做事，並這樣解釋：「我希望圍繞在我身邊的是不管別人怎麼想，都有勇氣去做他認為對的事情的人。」

這不是很美好嗎！他是個不凡的青年，不是嗎？我希望你們都這樣不凡，我希望你們未來處在這樣的情況下，也會做出正確的決定。■

摘自“Stories from the General Authorities: An Uncommon People,” New Era, Feb. 1974, 28-29.

真知灼見



哪裡可以找到希望？

「我們每個人都會有需要知道事情會愈來愈好的時候。……我要宣講的是，那正是耶穌基督的福音所賜予我們的，特別是在我們有需要的時候。我們會得到援助，我們會得到幸福。……別停下來。繼續走。繼續加油。……最後一切都會沒事的。信賴神，相信美事將來臨。……有些祝福來得很快，有些祝福來得較遲，有些祝福要等到在天上時才會來到，然而這些祝福必會臨到所有擁抱耶穌基督福音的人。」

本期其他內容

年輕成人園地



聖約中的姊妹

不分地點、年齡或生活狀況，所有的婦女在福音中都有姊妹。

第42頁

青年園地



第50頁

如何確實學習

接受教育不只是得到好成績或上完課程。

兒童園地

大會裡的答案

曾祖母快樂嗎？爸爸說，我的問題可以在總會大會的時候得到答案。



第67頁

耶穌基督
後期聖徒教會