

利阿贺拿



**在今日建立锡安，
第4, 20页**

认识戴尔·瑞隆长老，第14页
教导青少年和孩童的八个要点，
第28, 30页

圣约和圣殿崇拜：深化你与神的
关系，第32, 36页



“万物都说明了真的有神；是的，就是那大地、大地上的万物，是的，还有大地之运转，是的，以及所有按其既定方式运行的行星，都证明的确有一位至高无上的创造主。”

阿尔玛书30：44

银河，摄于美国怀俄明州杰克森湖。

4



信息

- 4 总会会长团信息：
忠于我们祖先的信仰
多马·孟荪会长
- 7 探访教导信息：
我们的亲职潜能



封面

前：《不孤单》，蜜娃·铁丘绘。封面内页：
罗伊斯·倍尔摄。封底内页：盖·柯恩摄。

特稿

- 12 教师议会的功效
姗卓拉·卡特尔
教师议会会议中的一句话，
改善了她的教学。
- 14 戴尔·瑞隆长老：服从的仆人
昆丁·柯克长老
新任使徒瑞隆长老透过一生的
服务，知道主会让祂召唤
的人适任。
- 20 我的旅程：身为印度的先驱者
曼加尔·丹·迪普提口述，
约翰·穆拉拉撰文
主编织我的生命故事，远比
我所能想象的更美好。我从
一位在印度乡下长大的“丛
林男孩”，到接受洗礼，
以及与一位使徒成为朋友。

24 如同撒勒法的寡妇：

禁食捐献的奇迹

周伯彦（菲力普）及周冼美华
我们想帮助贫困及有需要的人，我们也想让我们的家庭克服自私的倾向。我们在禁食捐献中找到解决方法。

36 藉着遵守圣约崇敬神

约瑟·希塔提长老

当我们订立并遵守所有救恩的圣约和教仪来加深我们与天父的关系，就是在尊崇祂。

专栏

8 先知与使徒在今日说话： 支持宗教自由

10 我们谈论基督： 爱价值观与你不同的人 姓名保留

28 以救主的方式教导： 了解你所教导的青少年

30 以救主的方式教导： “看你们的小孩”—— 学习教导孩童

32 福音经典之作： 圣殿崇拜：认识神的关键 马里安·韩长老

40 后期圣徒的心声

80 直到再相会：灵性的鳄鱼 培道·潘会长



48

44 面对提早返乡的方法

珍妮·罗林斯

传教提早返乡令我感到非常悲痛。以下是我希望自己和我所爱的人能事先知道去做的一些事。

48 年轻成人侧写：

在法国保持坚强

敏蒂·瑟卢

在法国陆军的皮埃尔仰赖研读经文和祈祷，使自己在信心上作榜样。

50 教会领袖的回答：
如何获得圣殿的祝福
罗纳德·罗斯本长老

51 一点通
浪漫的情愫？今日的奇迹？

52 同侪压力和皮斯托
基亚拉·布兰科
我不停地求我的父母让我与朋友一起去参加派对。在他们终于让我去之后，我却祈祷他们来把我接回去。

54 科学及寻求真理
艾莉莎·史坦顿
担心你学到的一些科学知识如何与福音和谐一致？

58 准备并去做
雨果·马丁尼兹长老
主对家谱事工、圣殿事工和传道事工的愿景要靠你来推动。

60 记得救主
艾力克·莫达
遵守承诺一直记得救主所带来的五项祝福。

64 海报：人在心不在？

65 我的经验谈：
学习成为世上的光
维克托·华格斯



70

66 无论你是谁
琳达·戴维斯
“喔！不！”安蒂心想。“如果我没有和我的家人印证在一起，会发生什么事情呢？”

68 克拉伦斯对抗冠军
萝莉·傅勒
每个人都来看克拉伦斯赛跑，想知道智慧语是否是真实的。

70 昂然站立的儿童：朋友和信心
梅丽莎·哈特

72 使徒的回答：
传教士是怎样召唤的？
罗素·培勒长老

73 问题角落
爸妈吵架时，我觉得很担心也很难过。我可以做什么？

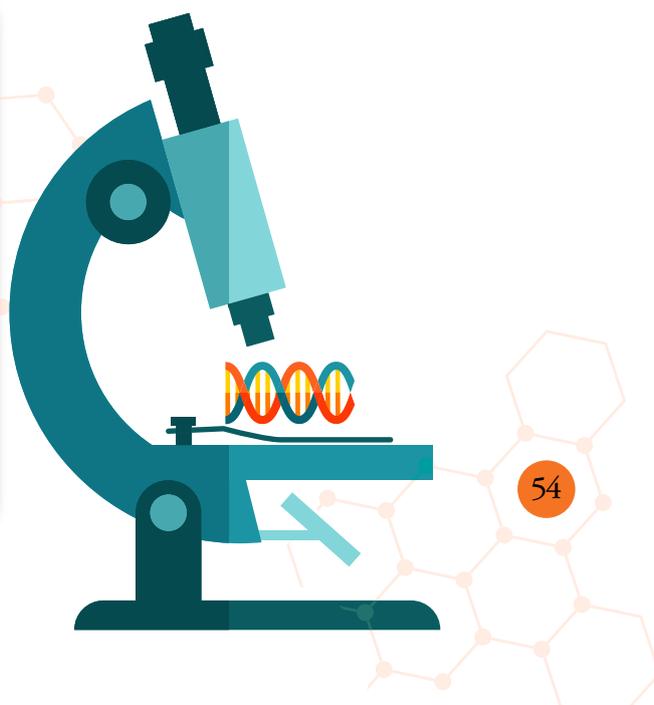
74 摩尔门经的英雄：
摩罗乃队长很勇敢

75 我能阅读摩尔门经

76 摩尔门经的故事：
摩罗乃队长的旗帜

79 音乐：当我听见先驱者小孩
珍妮·贝莉

看看你能不能找到隐藏在这期杂志里的利阿贺拿。
提示：什么是天主教摩尔门？



54

2016年7月, 第4期

利阿贺拿 13287 266

耶稣基督后期圣徒教会国际版杂志

总会会长团: 多马·孟荪, 亨利·艾宁, 迪特·邬希铎

十二使徒定额组: 罗素·纳尔逊, 达林·邬克司, 罗素·培勒, 罗拔·海尔斯, 杰佛瑞·贺伦, 大卫·贝纳, 昆丁·柯克, 陶德·克里斯多, 尼尔·安德森, 罗纳德·罗斯本, 盖瑞·史蒂文生, 戴尔·瑞隆

编辑: 约瑟·希塔提

副编辑: 雅各·马提诺, 卡萝·麦康基

顾问: 布莱恩·艾希顿, 蓝道·班尼, 奎格·卡登, 雪柔·艾斯普林, 克里斯·戈登, 道格拉斯·何梅兹, 赖瑞·劳伦斯, 卡萝·史蒂芬

总经理: 杰佛瑞·欧尔

营运主管: 文森·沃恩

教会杂志主任: 亚伦·洛伯

业务经理: 葛夫·肯农

主编: 法尔·强生

助理主编: 莱恩·卡尔

出版助理: 梅根·韦海英

编撰组: 布特妮·毕提, 大卫·狄克生, 大卫·爱德华兹, 罗莉·傅勒, 盖瑞·葛夫, 蓝妮·高恩特, 吉儿·海金, 夏绿蒂·拉克贝, 米迦勒·莫里斯, 艾瑞克·莫达, 莎莉·奥苗克, 约书亚·伯凯, 珍·宾柏若芙, 理查·罗慕义, 敏蒂·瑟卢, 保罗·范登堡, 玛瑞莎·韦迪森

美术主编: 史考特·纳德森

美术主管: 泰德·彼得生

设计组: 珍妮特·安德鲁, 菲·安德勒斯, 曼蒂·贝特利, 甘·巴特, 多马·柴德, 奈特·加恩斯, 科琳·兴格莱, 艾力克·强森, 苏珊·罗夫根, 史考特·慕义, 马可·罗宾森, 布莱德·提尔, 妮可·沃肯霍斯

智慧财产协调员: 珂莉特·妮尼

出版经理: 珍妮·彼德斯

出版组: 康妮·布利治, 茱莉·博德, 凯蒂·邓肯, 布莱恩·盖奇, 丹妮丝·柯比, 金妮·尼尔森, 盖尔·瑞弗帝

印前作业: 杰夫·马丁

印刷主管: 奎格·塞威克

发行主管: 司提反·柯丁森

美加以外地区的订阅事宜以及价格, 请至网站store.lds.org查询, 或洽询当地教会发行中心或支会、分会领袖。

投稿或有任何疑问, 请至liahona.lds.org线上提交; 或至电子邮件寄至: liahona@ldschurch.org; 或是来函寄至Liahona,Rm.2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA.

《利阿贺拿》(本词出自摩尔门经, 意谓“罗盘”或“导向器”)发行下列语言版本: 阿尔巴尼亚语、亚美尼亚语、比斯拉玛语、保加利亚语、柬埔寨语、宿雾语、中文、简体中文、克罗地亚语、捷克语、丹麦语、荷兰语、英语、爱沙尼亚语、斐济语、芬兰语、法语、德语、希腊语、匈牙利语、冰岛语、印尼语、意大利语、日语、基里巴斯语、韩语、拉脱维亚语、立陶宛语、马达加斯加语、马绍尔语、蒙古语、挪威语、波兰语、葡萄牙语、罗马尼亚语、俄语、萨摩亚语、斯洛文尼亚语、西班牙语、斯瓦希里语、瑞典语、塔加洛语、大溪地语、泰语、汤加语、乌克兰语、乌尔都语及越南语(发行期数依语言之不同而有区别)。

Intellectual Reserve, Inc. © 2016 版权所有 美国印行。

《利阿贺拿》杂志的文字与图案可以复制, 供教会或家庭作为附带、非商业用途。美术作品于作者栏内标示限制用途者, 均不得复制。若有任何版权问题, 请洽询Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; 电子信箱: cor-intellectualpropertyldschurch.org。

For Readers in the United States and Canada:

July 2016 No. 4. LIAHONA (USPS 311-480) Simplified Chinese (ISSN 2164-4098) is published six times a year (January, April, May, July, October and November) by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$5.00 per year; Canada, \$6.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 707.4.12.5). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O.Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

家人家庭晚会建议

本期所载的文章与活动可以用于家人家庭晚会, 以下是两个范例。



“如同撒勒法的寡妇：禁食捐献的奇迹”，第24页：可考虑与家人一起阅读这篇文章，然后研读列王记上第17章撒勒法的寡妇的故事。接着回答以下问题：禁食如何让我们个人和家人蒙福？我们的禁食捐献会造福哪些人？当我们更慷慨地缴付禁食捐献，可能会在家中看到哪些祝福？可以讨论如何能更慷慨地缴付禁食捐献，或是全家人有何其他方法可以帮助贫困者和有需要的人。

“摩罗乃队长的旗帜”，第76页：家人可以在这篇文章中一起读到摩罗乃队长的事迹。然后可以阅读阿尔玛书46：11-14，谈一谈是什么鼓舞了摩罗乃队长起来保卫他的人民——“我们的神、我们的宗教和自由、我们的和平、我们的妻子、我们的儿女”。在今日，这些事情仍然同等重要，而且依然饱受攻击。可考虑制作一面自己家庭的“自由旗帜”，讨论有何方法能保卫这些对你来说极重要的事情。

上网浏览更多

多种语言的《利阿贺拿》和教会其他出版品均可在网站languages.lds.org取得。若要寻找灵感信息、家人家庭晚会建议和可与家人朋友分享的资料，请造访facebook.com/liahona.magazine（提供英语、葡萄牙语和西班牙语）。

本期主题

数字代表文章起始页。

爱, 10, 44

传道事工, 40, 44, 58, 65, 70, 72

服从, 80

福音进修班, 58

个人的价值, 42

归信, 20

家谱, 42, 43, 58

家庭(家人), 7, 10, 66, 73, 76

教导, 8, 12, 28, 30

教仪, 32, 36, 43

禁食, 24

禁食捐献, 24

经文研读, 44, 48, 75

救恩计划, 66

科学, 54

奇迹, 51

祈祷, 24, 48, 68

亲职, 7, 28, 30

青少年, 28

神性, 7

圣餐, 36, 60, 64

圣殿事工, 32, 43, 50, 58, 66, 70

圣灵, 41

圣约, 32, 36

赎罪, 10

天父, 36

同侪压力, 52

牺牲, 4

先驱者, 4, 20, 79

信心, 4, 44

耶稣基督, 4, 32, 60

勇气, 74, 75

召唤, 41

贞洁, 51

贞洁律法, 51

智慧语, 52, 68

子女, 7, 30,



多马·孟荪会长

忠于 我们祖先的 信仰

约翰·林福特四十三岁那年，和妻子马利亚以及三个儿子决定离开英国葛佛利的家园，长途跋涉数千英里，到盐湖谷加入圣徒的行列。他们的第四个儿子当时正在传教，他们没等他就变卖了他们的财产，到利物浦登上了《索尔顿号》。

他们经由海路到纽约市，然后从纽约市经由陆路到艾奥瓦，一路平安。林福特家庭和其他乘坐索尔顿号的后期圣徒在1856年7月15日离开艾奥瓦市不久后，就开始遇上麻烦了，他们是不幸的雅各·威利手推车队中的成员。

恶劣的天气和艰苦的旅程使得车队里的许多人生病、死亡，其中也包括了约翰。最终他病重无力，需要躺在手推车上继续行程。车队到达怀俄明时，他的情况明显恶化。在约翰死去的几个小时后，来自盐湖城的救援队于10月21日抵达。那天清早他在甜水河河岸附近撒手人寰。

约翰是否后悔带着一家人前往锡安，放弃原来舒适安逸的生活，却换来一番挣扎、困苦和磨难呢？

约翰在死前对妻子马利亚说：“我从没后

悔过。我很高兴我们来了，我无法活着到达盐湖，但你和儿子们会到那里，如果我们的儿子能在锡安长大，在那里成家立业，那么我一点也不后悔我们所经历的一切。”¹

马利亚和她的儿子们完成了旅程。马利亚大约三十年后才过世，她和约翰留下信心、服务、奉献和牺牲的传承。

成为后期圣徒就是要成为先驱者，因为先驱者的定义是“走在人前的铺路者或开路者，使他人有路可循”。²要成为先驱者就要明了什么是牺牲。虽然教会成员不再被要求要离开自己的家乡到锡安聚集，但是成员往往必须舍弃旧有的习惯、沿袭已久的习俗和心爱的朋友。有些人要作出痛苦的决定，离开反对他们加入教会的家人。后期圣徒继续向前迈进，不过他们也祈祷心爱的家人和朋友会明白和接受他们。

先驱者的道路并不容易，但是我们要跟从救主这位最伟大的先驱者的步伐，祂走在我们前面，向我们显明当依循的道路。

祂邀请我们：“来跟从我。”³

祂宣告：“我就是道路、真理、生命。”⁴

祂呼唤着：“到我这里来。”⁵



“你会忠于你祖先的信仰吗？……你们要力求无愧于〔他们〕为你们所作的牺牲。”⁷

当我们努力在我们心中、我们的家、我们的社区及我们的国家建立锡安时，愿我们都能记得那些抱着坚定不移的勇气和持久信心的人，他们付出了一切，使我们能享有复兴的福音的一切祝福，以及经由耶稣基督的赎罪所带来的希望和应许。■

注：

1. See Andrew D. Olsen, *The Price We Paid* (2006), 45–46, 136–37.
2. *The Compact Edition of the Oxford English Dictionary* (1971), “pioneer.”
3. 路加福音18：22。
4. 约翰福音14：6。
5. 约翰福音7：37；亦见尼腓三书9：22。
6. “圣徒齐来”，《圣诗选辑》，第18首。
7. See Olsen, *The Price We Paid*, 203–4.

这条道路可能困难重重。有些人难忍愚昧者的嘲讽奚落，那些愚昧者嘲弄贞洁、诚实和对神诫命的服从。对于服膺原则，世人向来都嗤之以鼻。挪亚受到指示要建造方舟时，愚顽的群众望着万里晴空百般地嘲弄——直到雨从天降。

许多世纪前在美洲大陆，人们怀疑、争论且不服从，直至大火毁灭柴雷罕拉城、泥土覆盖摩罗乃哈城，以及大水淹没摩罗乃城。再也没有嘲笑、嘲弄、猥亵的话语和罪；全被阴沉的寂静和浓密的黑暗所取代。神的耐心已过了期限，祂的时间表应验了。

尽管马利亚·林福特在英国受到迫害，一路千辛万苦到

达“神所安排之地”，⁶随后又为她的家庭和教会忍受了一连串的考验，但是她从不曾失去信心。

1937年，在马利亚墓地的奉献仪式中，乔治·斯密长老（1870-1951）问她的后代：

本篇信息的教导

不妨问你教导的对象，请他们想一想在他们的生命中，有哪些人是走在他们前面的先驱者。然后问他们自己曾在何时是先驱者，帮助他人预备道路。邀请他们仔细思考他们过去需要牺牲的时刻，以及为何那些牺牲是值得的。然后你可以向他们提出挑战，请他们写下自己对救主这位“最伟大的先驱者”的见证。

忠于他们的信仰

子孟 苾会长讲述关于一个先驱者家庭的故事，然后引述乔治·斯密会长的话：“你会忠于你祖先的信仰吗？……你们要力求无愧于〔他们〕为你们所作的牺牲。”不论你是有先驱者祖先，或是家中的第一代教会成员，你是否仰望一些信心的榜样，以得到指引和力量？以下是你可以着手开始的一个好方法：

1. 列出你所钦佩的人。他们可以是你的家人（过去或现在的）、朋友、教会领袖或经文中的事物。

2. 写下他们具有哪些你喜爱的特质。你妈妈是否很有耐心？也许你的朋友对人很亲切，或许你喜爱摩罗乃队长的勇气。

3. 从你列出的表中选出一项特质，问自己：“我要怎样才能拥有这项特质？我需要在生活中做些什么来培养这项特质？”

4. 写下培养这项特质的计划，把这计划放



在你时常看得到的地方，藉此提醒你记得自己的目标。祈求天父的帮助，定期检查你的进步状况。当你觉得自己已充分培养出这项特质后，可以选择一项新的特质来培养。

要记住，当我们自身培养美好的特质时，不仅光大了我们祖先的信心和所作的牺牲，也可以对身边的人产生良善的影响。

你也是先驱者！

先 驱者就是预备道路，好让其他人跟随的人。画一幅你某位祖先的画像或找出他的一张照片。你可以找出他们如何预备道路，好让你跟随的一则故事吗？写下你可以在今日成为先驱者的两个方法。你可以在下次的家人家庭晚会分享你的看法！



请认真研读这些资料，并透过祈祷找出可以分享哪些内容。了解“家庭：致全世界文告”如何增加你对神的信心，并造福你在探访教导中所看顾的人？如需更多资讯，请浏览网站reliefsociety.lds.org。

我们的亲职潜能

十二使徒定额组的达林·邬克司长老教导：“神的灵体儿女必须降生世上，才有机会朝向永生前进。从伟大幸福计划的终极目的观点来说，我相信天上与地上的最大财宝就是我们的孩子与后裔。”¹

十二使徒定额组的尼尔·安德森长老说：

“我们相信要组织家庭，也相信要养育儿女。……

“神……对〔亚当和夏娃〕说：‘要生养众多，遍满地面’〔创世记1：28〕。……

“在耶稣基督后期圣徒教会里，这项诫命不曾被遗忘或弃置一旁。”²

虽然并不是每个人都会在今生成为父母，然而对于各个



年龄层的孩子，我们都可以加以栽培。我们享受身为天父家庭一份子的祝福，我们也经历成为世上家庭一份子的喜乐和挑战。对许多人来说，亲职在未来的永生等着他们。

其他经文出处

诗篇127：3；马太福音18：3-5；尼腓一书7：1；摩西书5：2-3

注：

1. 达林·邬克司，“伟大的幸福计划”，1994年1月，《圣徒之声》，第81，83页。
2. 尼尔·安德森，“儿女”，2011年11月，《利阿贺拿》，第28页。
3. 尼尔·安德森，“儿女”，第28页。

想一想

我们在世上的家庭在哪些方面与我们在天上的家庭相似？

信心，家庭，慈助



真人实事

安德森长老说：“在今日的世界，种种声浪贬低生儿育女的重要，或是提倡延后生育、限制家中儿女的人数。我的女儿们最近介绍我看一位基督徒母亲（非本教会成员）所写的博客，她养育五名儿女。她的见解是：‘在这样的文化里〔成长〕，很难落实圣经中所教导的母职观念。……一般人认为念大学比小孩来得重要；环游世界，晚上有空出去消磨时间，去健身房塑身，或是有一份理想的工作，都比小孩来得重要。’她还说：‘母职并不是一种嗜好，而是一项召唤。你不会因为发现孩子比邮票可爱而搜集小孩，母职不是等你空出时间了，才来养育小孩；神之所以给你时间，就是要你善尽母职。’”³

支持宗教自由

教会领袖一再表示，各国人士应当共同合作，倡导宗教自由。

总会会长团第二咨理迪特·邬希铎会长于2015年4月在美国洛杉矶南加州大学举行的约翰·维特苏宗教座谈会上说：“教会成员在与各种宗教信仰、政治诉求和种族团体人士往来时，要寻求建立友好的善意。”

邬希铎会长说：“要摆脱互不信赖和心胸狭隘的传统，用新的目光去真诚看待彼此——不要把彼此看作是陌生人

或仇敌，而要视为同行者、弟兄姊妹和神的儿女——这是一项极艰难的挑战，但同时也是人类活在世上最值得去做和最崇高的经验。”他是近期呼吁尊重和彼此理解的先知和使徒之一。

十二使徒定额组的达林·邬克司长老于2015年10月在美国加州萨克拉门多，由以色列比奈会众所举办的法院及神职人员会议上说：“宗教和政府之间不应有争斗。”他说：“当愤怒、敌对或纷争的气氛笼罩时，所有人都是输家。”

他说：“政府和法律可以为有宗教信仰者、宗教团体及其活动提供应有的保障。”他指出宗教方面的原则、教导和组织“可以帮助营造出让公众法律、政府机构和市民繁荣的环境”，使他们能“快乐、和睦及平安地一起生活”。

邬克司长老也在阿根廷的一场聚会中谈到宗教自由（见“教会新闻”，2016年1月，《利阿贺拿》，第16页）。

十二使徒定额组的杰佛瑞·贺伦长老于2015年6月在英国伦敦上议院，针对外交关系向跨党派国会团体演说。他说：“宗教和宗教团体透过诉诸个人最高的价值观，因而拥有特别的能力可以鼓舞人们，同时帮助人们培养宽恕以及和解的态度，愿意再次为他们理想的个人生活和社会作出努力。”

十二使徒定额组的陶德·克理斯多长老于2015年4月在巴西圣保罗巴西清真寺对宗教人士演说，他说：“要在这众多哲学理论争鸣的世界中维持和平，就必须以宗教自由为基础。”他在庆祝巴西大力支持



贺伦长老在伦敦与国会团体会面，他表示宗教人士有激励社会大众的力量。

鄂克司长老在美国加州一场宗教会议上呼吁教会

和州之间要互相尊重。



在巴西的一场宗教人士聚会中，克里斯多长老表示“要维持和平，就必须以宗教自由为基础”。



鄂希铎会长和他的妻子海荷瑞在美国加州拜访许多宗教领袖。



罗纳德·罗斯本长老劝告杨百翰大学的学生要跟从基督的教导，像祂那样去爱人。

宗教自由的活动中以葡萄牙语向听众演讲，听众包括回教徒、天主教徒、基督复临教徒、犹太教徒、福音派教徒、后期圣徒、原住民神灵论者、无特别信仰者和其他人。他说：“愿我们追求和平，同心协力维护和保障所有人的自由，让人人得以支持和表明自己所选择的宗教或信仰，不论是个人或团体、在家或在外、在公开场合或私下，都可以崇拜、遵行、实践和教导信仰。”

十二使徒定额组的昆丁·柯克长老于2015年5月在澳洲悉尼圣母大学法学院校区所举行的年度宗教自由讲习会中

演讲，他说：“有宗教信仰的人必须站在最前线捍卫宗教自由——这种自由衍生出其他许多重要的自由。”他说：“我们不仅要护卫自己信奉宗教信仰的能力，还应当护卫每个宗教各自执行其教义及律法的权利。”

十二使徒定额组的罗纳德·罗斯本长老在担任七十员会长团资深会长的时候，于2015年9月对美国杨百翰大学普浮柔校区的学生讲话。

他说：“有些与你们年纪相仿的人不知道宗教团体起初为什么要参与政治，他们往往质疑宗教人士的动机和做法。”近年来，那些认为

宗教不应参与政治议题的反对声浪越来越大，以至于提高了“制造出另一种受害阶层的危险（也就是像你我这样有信仰的人）”。

罗斯本长老告诉学生，这世界需要他们这世代的积极参与。“我们需要你们这个时代对怜悯、尊重和公平有正常的理解。我们需要你们的乐观和决心，去处理这些复杂的社会问题。”他说这些问题的解答，就是要从救主的诫命“我怎样爱你们，你们也要怎样相爱”开始（约翰福音13：34）。■

请造访 news.lds.org 进一步了解教会新闻和活动。

爱价值观与你不同的人

姓名保留

我努力教养我的孩子要有高道德标准，但当她们心目中的一个榜样作了错误的选择时，我怀疑我曾努力教导的一切是否都付诸流水。

我的小姑（姓名已更改）贾妮在福音中长大，而且曾经是一个很忠信的教会成员。在她那段看似幸福美满的圣殿婚姻结束后，她居住的小社区里的人开始散播谣言、论断她。她与许多朋友疏远，最后离开了教会。

她开始与一名叫安迪的年轻人约会，不久他就搬去跟她住。我担心该怎么对我的孩子说。我三个年幼的女儿很爱姑姑贾妮。贾妮不仅跟我们家庭很亲近，也是孩子们的舞蹈老师，所以她们每星期都会见好几次面。

几个月以来，孩子们都以为是安迪时常来访，但是到最后我需要告诉她们，贾妮和安迪同居。我加以说明，他们所作的选择是一项严重的罪。我的女儿们似乎明白我说的话，而我们也好好讨论了奉行福音原则的重要。

后来发生了一件令人震惊的事。贾妮开心地向家人宣布，她怀了安迪的孩子。我对这个消息会如何影响我的孩子，而再次感到忧心。她们是否明白这不是天父希望祂的儿女来到世上的方式？如果这种情况发生在她们周遭，她们会不会认为这种事是正常的，是

可以接受的呢？

我担心了几个星期，不想告诉我的孩子这件事情的最新发展。一个月后，贾妮和安迪决定结婚。他们为什么不等到结婚后才宣布怀孕的消息呢？

我内心充满愤恨。我要如何爱贾妮，而不爱她的所做所为呢？我要如何教导我的孩子



对真理的承诺

“我们对他人和他们信仰的包容和尊重，并不意味着我们要放弃已经了解的真理和已经立下的圣约。……我们必须挺身而出捍卫真理，甚至对于和我们不同的信仰与观念，以及所有抱持这些不同信仰与观念的人，我们都要予以包容和尊重。……”

“同样地，我们也有教导自己孩子和别人的责任，这是我们对真理的最高责任。当然，教导要能开花结果，还有赖于他人的选择，因此，教导时总要用爱心、耐心和劝说。”

十二使徒定额组达林·鄂克司长老，“在真理与包容之间求取平衡”，2013年2月，《利阿贺拿》，第32，33页。



我要如何教导我的孩子继续爱她们的姑姑，而不要去爱她所作的选择呢？

继续爱她们的姑姑，而不要去爱她所作的选择呢？

有一天，我姊姊告诉我，她支会中有个女青年怀孕了。这位女青年继续去教会，似乎对在她生活中即将发生的事感到开心和兴奋。看到她对这种情况表现出看似轻率的态度，其他女青年感到很困惑。

不过我姊姊是这位女青年母亲的探访教师，她知道这位女青年曾在无数的夜晚，因自己的选择所导致的困境而饱受折磨，哭着入睡。经过几星期的折磨后，这位女青年想通了，她可以继续为她的行为感到悲哀，也可以让自己开心，继续向前迈进。由于基督的赎

罪牺牲，她可以接受自己的决定所带来的后果，并透过悔改而再次洁净。

我猜想贾妮可能也经历过同样的事情。她是否可能为自己的选择感到后悔，却没有能力改变后果，因而接受后果，并决定继续向前迈进？

我为自己的严苛论断，以及不能以耶稣基督期望的方式爱人而感到羞愧。当我沉思救主的一生，想起祂总是寻找罪人，透过祂的话语和榜样教导他们、爱他们。就是这种爱软化人心，改变人们。

我发现，许多时候只要人们的行事作风与我认为他们该做的一致时，我就爱他们。

但只要他们犯错，我就在内心谴责他们。我是多么伪善的人啊！我意识到我需要悔改。我需要学习在不认同罪恶的情况下，去爱犯罪的人。最后，我终于能抛掉对贾妮的愤怒，再次真心地爱她。

我又跟孩子好好的讨论了一次，我强调结婚后才生育孩子的重要性。我们期待家中即将诞生的新生儿，我们大家都想支持贾妮，与她一起分享她生命中这个特别的时刻。我的孩子明白贾妮姑姑做错了，但她们仍然爱她和安迪姑丈，并希望他们美好的家庭将来有一天会决定回到我们救主耶稣基督的怀抱里。■

教师议会 的功效

教师议会会议中的一句话，改变的不只是我的教学。



教师议会会议帮助珊卓拉·卡特尔（中）改进教学能力。

珊卓拉·卡特尔

我的年纪蛮大的，所以在我被召唤去教导女青年的时候，我心想：“唉呀！他们为什么要召唤我呢？”

我花了很多心思准备适合女青年需求的课程，也希望她们会愿意分享自己学到了什么，以及她们在一周里如何运用学到的事情。但是，在我问了问题后，学生常常沉默不语。

在我们支会头几次召开的几次教师议会会议中，有一次有位教师提到，她也发现要青

少年在上课时沟通真的很难。会议中的另外一个教师说道：“你知道吗，有时候是可以允许沉默的。”有时候他们需要一些时间来思考问题，然后才能回答。

教师议会会议中的那句话不仅改变了我教导的方式，也改变了我的学生。我常常想到这件事。在接下来的女青年课程中，我请她们分享自己在那一周应用了哪一项福音原则。她们跟往常一样沉默。但是，我没有立刻开口打破

为什么要举行教师议会会议？

由于我们都是神的儿女，因此任何愿意学习和遵行福音的人，都可以变得更像天父；而教师对于我们如何学习和遵行福音，具有很大的影响。

为了帮助教师，总会会长团及十二使徒定额组邀请教会的各支分会要召开教师议会会议。这项每个月举办一次的会议，让教师和领袖有机会分享教学构想和一起学习。

这些会议虽然是新的作法，但是已经对教师和学习者产生积极正面的影响。以下是一些成员在了解教师议会会议，并从中获益之后，所提出来的看法：

- “这个支持系统强化了我的能力。身为教师，有时候我们会觉得这是一个人的工作。但是，有一个议会和讨论平台可以分享我们遇到的困难、想法和感觉，然后得到了解这项召唤的团体所提供的反馈意见，真的改变了那种情况。”——普雷斯頓·斯特拉福
- “教师议会会议帮助我了解，我在促进学习上所作的努力有多重要。”——玛格丽特·图勒
- “我很高兴能得到许多建议，学到教师要如何更好地‘教导人’，而不是‘教课程’。”——李察·帕堤



- “讨论如何改善提出问题和鼓励积极参与的方法，令我受益良多。有机会分享成功和挫折的经验，也让我有更多领悟。”——肯恩·撒恩伯格
- “这个议会大大地帮助我们学习教学技巧，让我们成为更好的教师。如果你有更好的教学技巧，班上的每个人都会受益。虽然这是教师议会，但我觉得自己在灵性上也有所成长。”——布兰特·纳尔逊
- “我很高兴能扩大自己的思考层面，去改善教学。”——卡蜜儿·法兰克

若要进一步了解教师议会会议和《以救主的方式教导》，请造访 teaching.lds.org。

沉默，因为我记起在教师议会会议中的讨论，所以我小声地说：“我们不赶时间。”

我这句话刚说完，她们就开始说话了。女青年开始发言，分享自己的一些亲身经验。我立刻想要谢谢那位在教师议会会议中提出这项有关沉默的简单建议的教师。我很惊讶地发现，应用那一项原则竟然这么快就带来如此巨大的改变。

不过，我后来才发现，我所学到的这项原则和其他原则到底有多大的影响力。教会聚会

结束后，一位女青年的母亲告诉我，她的女儿说，她知道我是神所召唤的。

我无法形容听到这句话对我来说是多么特别。我之前还在想：“我能教这些女青年什么呢？”但是，我应该是教了她们一些事情。我被召唤是有目的的，而教师议会会议帮助我达成那项目的。■

作者现居苏格兰。

若要进一步了解你如何能藉由改变教导方式来改变生命，请造访 teaching.lds.org。

戴尔·瑞隆

长老： 服从的仆人

昆丁·柯克长老
十二使徒定额组



隔页：瑞隆长老和他的兄弟姊妹（盖瑞、安妮塔和琳达）从小说瑞典语，在犹他州长大。他们的父母马茨·瑞隆和马利安娜为了要在圣殿里印证，于1950年从瑞典搬到犹他州，因为北欧或欧洲当时并没有圣殿。右：瑞隆长老夫妇和他们的女儿艾诗莉在美国马里兰州巴尔的摩住了六年，他在那里的约翰·霍普金斯医院完成住院医疗训练和心脏科执业训练，瑞隆姊妹则就读于马里兰大学法学院。

戴尔·瑞隆和路得·瑞隆的生活极为忙碌。他们当时快要30岁，住在美国马里兰州巴尔的摩。戴尔在犹他大学念完医学院，他和路得搬到美国的另一端，好让自己能在约翰·霍普金斯大学医学院接受要求严格且享有盛名的住院医师训练。他们育有一个美丽的女儿艾诗莉。戴尔在心爱的妻子路得接受癌症治疗期间，服从地接受了主教的召唤。

有时候，戴尔会带着艾诗莉拜访支会的成员。有一天，他们拜访了一位较不活跃的成员。瑞隆长老回忆道：“我知道没有人能拒绝得了我身旁这位可爱的小女孩。”他敲了一个人的门，这个人先前曾愤怒地赶走了瑞隆主教的一位咨理。

那个人打开门时，他的块头大到把门框都堵满了。他瞪着瑞

隆主教。四岁的艾诗莉脱口说出：“嗯，我们可以进来吗，或者不可以？”

他出乎意料地说：“我想可以吧。进来吧！”

他们进到屋里坐下来时，那个人告诉瑞隆主教他不相信这教会是真实的，也不相信耶稣基督。他气愤地说个不停，艾诗莉则在玩玩具。最后她从椅子下来，把手拱成杯状放在父亲耳边，并大声地用耳语说：“爸爸，把真理告诉他。”

于是他这么做了，瑞隆主教向那人分享自己的见证。他回忆道：“那个人的态度软化了，圣灵来到他家中。”

如今身为十二使徒定额组成员的瑞隆长老，有机会把真理告诉全世界（见教约107：23）。瑞隆长老说：“最大的喜乐来自





戴尔的父母在斯德哥尔摩的教会认识。他们决定结婚之后，下定决心只会在圣殿里结婚。由于当时的欧洲没有圣殿（瑞士伯恩圣殿于1955年奉献），他们俩来到犹他州，并在盐湖圣殿印证。

比瑞隆长老小7岁的妹妹琳达·莫勒说，当他们4个子女长大后，“才了解到父母不懂英



于协助将基督的赎罪带进各地人们的生活中。我认为这项召唤使我有机会在更大的范围、到更多的地方以基督见证人的身份向世人做这件事。”

北欧的成长背景

戴尔·瑞隆于1952年11月3日在美国犹他州盐湖城出生，他和兄弟姐妹都是说瑞典语长大的。他们的母亲马利安娜·安德森来自瑞典，父亲马茨·瑞隆则来自芬兰西部一个说瑞典语的城镇，他们于1950年从瑞典移民到犹他州。



语又没有很多的支援，却为了要获得福音和圣殿婚姻的祝福而移民到另一个地方，是多么了不起和忠信。”

戴尔11岁时，他那擅长木工、从事建筑工作的父亲蒙召唤在瑞典担任建筑传教士三年，他们一家人在芬兰赫尔辛基和瑞典哥德堡度过那段时光。他们参加教会在当地的小分会，孩子们在瑞典的公立学校上学。比戴尔小一岁的妹妹安妮塔·瑞隆回忆在那段过渡期间所面临的一个困境：“一开始这对我们来说是个冲击，因为虽然我们在家里说瑞典语，但我们并不懂瑞典语的文法或拼写。”

戴尔小时候在阅读摩尔门经后，获得了一个巩固见证的经验。瑞典传道部部长那时邀请亚伦圣职的男青年读摩尔门经，于是戴尔当时12岁的哥哥盖瑞接受了这项挑战。当时11岁的



瑞隆长老在妻子和女儿（上图）的陪同下，在盐湖城的2016年寻根科技家谱大会上演讲。隔页：瑞隆长老和瑞隆姊妹于1977年在盐湖圣殿结婚，他们不论在任何地方、任何时候蒙受召唤，都一直按照指派事奉主。



戴尔也接受了挑战。读完摩尔门经后，他祈祷求问这部经文是否是真实的。瑞隆长老回忆道：“我得到一个清楚的感觉：‘我一直都告诉你这是真实的。’那是很神奇的经验。”

戴尔和他的兄弟姊妹——盖瑞、安妮塔和琳达——记得当他们全家搬回美国时，他们继续用瑞典语说话和祈祷。他们也记得他们的父母特别着重经文知识。他们说：“向父母表明看法的最佳方法，就是使用经文。”安妮塔开玩笑说：“在我们家里，熟悉经文是必要的求生技能，由不得你选。”

十分特别的是，盖瑞和戴尔在同时间蒙召唤到瑞典传道部服务。他们从来没有当过同伴，但是两人都能运用他们的瑞典语技巧来为主担任超过两年的传教士。瑞隆长老

形容自己的传道是个工作繁重但相当美好的经验：“那种献身服务、决心竭尽所能成为基督门徒的经验改变了我的生命。”

最美好的祝福

戴尔于1974年传教返乡后就读犹他大学。他是个很优秀的学生，取得化学学士学位。他的兄弟姊妹和密友都记得他很有能力、很专注、很勤劳而且使命必达，这些都是他一直展现的特质。盖瑞直呼：“他是我所见过最勤奋的人。”

戴尔在自己的支会认识了一位名叫路得的年轻女子。她是支联会会长团成员莫林·李伯特的女儿；莫林·李伯特后来成为七十员。戴尔回想自己鼓起勇气约路得出去约会，但遭她拒绝。他在几个月后再次尝试，这次她接受了。路得的版本却有些不同。她记得在圣餐聚会中听到他谈起自己的传道经验，令她十分钦佩。他们越来越认识对方；当他邀她出去约会时，她感到兴奋不已，但是她当时正在筹办一个派对，所以不得不拒绝他。当他再次约她的时候，她欣然接受了。

戴尔和路得于1977年在盐湖圣殿结婚时，戴尔正在念犹他大学的医学院，而路得也在位于盐湖城的南区高中（South High School）教书。瑞隆长老斩钉截铁地说：“除了决定要在教会中保持活跃外，娶到路得一直是我生命中最美好的事。”他们的女儿艾诗莉在瑞隆长老于1980年从医学院毕业一周

后出生。

瑞隆长老后来很高兴能被约翰·霍普金斯医院录取，这是他在医学方面持续深造的首选医院。他们一家人搬到马里兰州巴尔的摩，并成为该医院的医疗人员。

在考验中成长

1981年10月，瑞隆姊妹被诊断出罹患卵巢癌，她动了两次手术和九个月的化疗。瑞隆长老很难好好照顾路得和他们的女儿，他回忆道：“我那时很痛苦，我的祷告似乎不能上达天上。”

他把路得从医院带回家时，她很虚弱，但是他们想要一起祈祷。他问瑞隆姊妹她可否作祷告。“她所说的第一句话是：‘我们在天上的父，感谢您赐予圣职能力，让我们无论发生什么事，都可以永远在一起。’”

在那一刻，他觉得与妻子和神特别亲近。瑞隆长老说：“我以前用大脑理解何谓永恒家庭，但如今我在心中感受到何谓永恒家庭，路得的疾病改变了我们的人生方向。”

瑞隆姊妹为了将注意力转离她的疾病，决定去念法学院。瑞隆姊妹说：“我想‘除非我们从现在的情况创造出一些好的事情，否则这只会是个不好的经验’。我们并没有预料我会在年轻的时候罹患癌症，只生一个孩子。我也怀疑自己是否能活下来，但是我们觉得念法学院是对的。”

她在追求学业期间，继续接受疾病治疗，而丈夫也继续当住院医师。



巴尔的摩市中心的主教

当瑞隆长老结束三年的住院医疗训练，开始接受心脏科执业训练时，他接受面谈成为巴尔的摩支会的主教。马里兰州巴尔的摩支联会当时的第一咨理布兰特·培迪记得那次面谈。他和支联会会长司提反·希普利与他面谈的时候，感受到“圣灵强烈的影响力”。

培迪弟兄回忆道，“他是个杰出的主教”，即使在职业和家庭方面都面临许多挑战。培迪弟兄指出，瑞隆长老去年蒙召唤担任十二使徒时，巴尔的摩支会的成员以及瑞隆长老的医疗同事——大多数是非成员——都很开心。他们表达对他的爱，赞赏他的服务和卓越的道德品格。

成功的事业

瑞隆姊妹从马里兰大学法学院毕业，而瑞隆长老完成三年的内科住院医师训练和三年的心脏科执业训练后，他们于1986年回到犹他州。瑞隆姊妹



瑞隆长老放弃了成就斐然的心脏科医生职业，接受召唤担任总会持有权柄人员，他的第一项指派工作是在东南非区域会长团服务。隔页：瑞隆长老在孟菲会长办公室看到这幅由亨利·霍夫曼所绘的救主画像后深受吸引，便选择在自己的办公室也挂上这幅画。

开始在犹他州司法部长办公室担任律师，而瑞隆长老则成为犹他大学医学系教授。他担任犹他州心脏移植医院联合计划的医疗主任达18年之久。

2000年，他也成为盐湖城山间保健中心（Intermountain Health Center）心衰竭预防与治疗计划的主任。该项计划包含植入式心脏泵和全人工心脏。国际著名的心脏外科医师唐诺·达提，是瑞隆医师在后期圣徒医院的同事和朋友。达提医师说：“他杰出的训练、深入的研究、行政的长才和同情心确实卓越不凡”。

与瑞隆医师密切共事多年的阿·卡夫里医师是个虔诚的天主教徒，他说瑞隆医师是该区域内的首席心脏移植医师，“拥有无比的品格、正直、谦卑和同情心”。他

说瑞隆医师“启发他人作出最好的表现，他一直默默地这么做。他细心聆听且关心别人，而且非常关心和他共事的人能获得成功”。瑞隆医师以榜样默默地引导，而且一直很关心同事的家人。

卡夫尔医师特别注意到瑞隆医师对病人很有爱心。比方说，如果有病人没有交通工具，瑞隆医师会开好远的车到病人的家，把他们抱上他的车，然后开车送他们到医院。卡夫尔医师说这真是了不起。

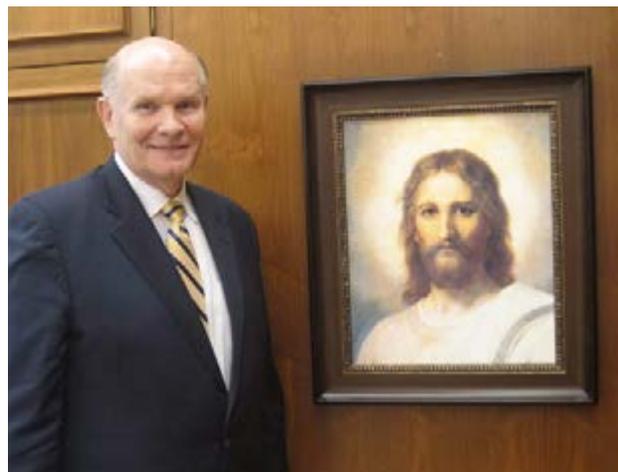
七十员的服务

瑞隆长老在担任盐湖大学第一支联会会长五年后，于2000年蒙召唤担任犹他州区域的区域七十员。之后他于2009年4月蒙召唤为总会持有权柄人员七十员。他首先蒙指派到东南非区域会长团服务，这个区域的教会单位遍布25个不同的国家。

瑞隆姊妹分享他们在接到这项召唤时的反应：“确实感到意外。人们说‘你的事业正在巅峰，而你却要离开职场’，这种说法可能一点也不为过。但是如果主需要我们处于事业的巅峰，而此时正是我们可以效劳的时候，那么就应该是去服务的时候了。”

瑞隆长老提到





蒙召唤担任特别证人

2015年9月29日，他意外地接到总会会长团办公室的来电。在教会行政大楼里，“我受到多马·孟荪会长和他两位咨理的诚

妻子是自己的英雄时说：“她所作的牺牲更大。”瑞隆姊妹为了和丈夫一同服务，辞去她法律事务所所长的职位，也辞去了几个重要董事会的职位。瑞隆长老说：“我们被派到非洲，从圣徒身上学到什么是真正重要的事。”

在某个星期日，他在刚果中部问教会成员正面临到哪些挑战，但他们想不出有什么挑战，他再问一次，最后，房间后面的一位老先生站起来说：“瑞隆长老，我们怎么会有挑战？我们有耶稣基督的福音。”瑞隆长老回想那次经验时说：“我希望能像这些刚果圣徒一样，每天祈求和感激能获得食物，并感激有家人。他们身无长物，但却拥有一切。”

瑞隆长老在该区域会长团服务的五年间，走遍辽阔的东南非区域，拜访成员和传教士。他学习法语，因为其中有几个国家是说法语的。

当时被指派与东南非区域会长团一同工作的十二使徒杰佛瑞·贺伦长老这样形容瑞隆长老：“没有人比瑞隆长老为该区域、该区域的人和他们的需要付出更大的心力。他不停地工作，好让自己能认识当地的人、热爱他们的文化，并帮助圣徒迈向有救赎之光的地方。”

挚欢迎。我们就坐后，孟荪会长看着我说：‘瑞隆弟兄，我们要召唤你为十二使徒定额组的成员。’”

瑞隆长老很惊讶，他谦卑地接受这项召唤，回忆道：“我想孟荪会长察觉到我不知所措，所以他看着我说：‘神召唤了你；主让我知道这件事。’”

瑞隆长老回到自己的办公室后，关上门，跪下来祈祷。他在情绪回复平静后，打电话给妻子。他说：“她虽然感到惊讶，但也表达会对主、祂的教会和我绝对忠诚。”

他们的女儿艾诗莉承认：“家父因上天的祝福而更上一层楼，他一生的服务帮助他准备好接受这项召唤。他有颗宽大为怀、充满爱心的心。”

瑞隆长老的哥哥盖瑞也说了类似的事，他说“藉着瑞隆长老过去所面对的种种挑战和所做的服务，主在很久以前就一直在准备他来接受这项召唤。这项召唤是神长远计划的一部分，我很乐意支持他。”

瑞隆长老在沉思这项召唤的重要性时说：“我不觉得自己够资格，但有件事除外：我确实知道耶稣基督是世界的救主，我可以见证祂确实活着，祂是你我的救主，我知道这是真的。” ■

我的旅程

身为印度的先驱者



当我回顾自己的这段旅程，从印度乡下的一位“丛林男孩”变成今日的我，我知道我的一生和信心确实是一连串的奇迹。



曼加尔·丹·迪普提口述，
约翰·穆拉拉撰文

我 出生在印度东高止山脉环绕的一个丛林小村庄，当我十八个月大时，我们搬到科拉巴河畔的丹格帕利村，我父母用篮子提着我，步行到那里。这个村庄有20到25户人家，住在没有电力的小茅屋里。那里没有学校、医院或公交车站。我们靠挖掘河床取水饮用。我会在丛林和田野里游玩、在沼泽中踩高跷、以及在河中游泳，就这样度过了童年。

我的祖先是印度庙的祭司，隶属贾格达尔普尔的巴斯塔大君。但后来政局动荡、处境变得很危险，我的祖父便举家逃往科特帕德。德国路德会收容了他们，让他照顾病患，做Ayurveda（草药）。我祖父就是在这里选择归信基督教。

我父亲延续信奉基督教的信仰，选择成为一位传道人 and guru（教师）。我在出生后被取名为曼加尔·丹·迪普（意思是“良善”、“恩赐”和“光明”），继承基督教信仰的传统。

我儿时就定期参加德国路德会的聚会，我们常常一起去山上祈祷。有一个下雨天，祷告小组的每个人都湿透了，其中一位牧师献上热切的祈祷，恳求主让雨停下来。令我们惊讶的是，雨竟然停了，我对神和祈祷的信心就此萌芽。

摩尔门主义是基督教吗？

读完八年级后，我没有继续学业，而是前往科特帕德就读为期三年的神学院，和我父亲

一样被任命为传道人。在科特帕德及邻近地区主持聚会几年后，我迁往印度北部，开始在那里贩售福音派基督教文学社的书籍。我偶然看到一本书，名为《摩尔门主义是基督教吗？》这本书激起了我的兴趣，我决定加以阅读。

书中有很多对摩尔门及他们信仰的批评，即使如此，这本书有很多部分激起了我的兴趣，尤其是他们对神组的概念、崇拜的要件和多妻制的历史。然而，最令我感兴趣的是，他们的教会是用耶稣基督的名字来命名的。我很好奇，想进一步了解。

有一天，当我祈祷时，我获得灵感要去接触摩尔门教会。我得知犹他州盐湖城是这教会的总部，我决定写一封信寄给“美国犹他州盐湖城耶稣基督后期圣徒教会的负责人”。

向使徒学习

1959年，教会传道部门的拉玛·威廉兄弟回复我的信件，他寄给我约瑟·斯密的见证、信条和摩尔门经。我全都加以研读，并确信这些事是真实的。然而，在印度并没有传教士或成员教导我。

后来在1961年1月，十二使徒定额组的宾塞·甘长老（1895-1985）造访德里。我用了三天时间陪伴他前往阿格拉的泰姬玛哈陵和达兰萨拉。我如同一块海绵般吸取他所教导的一切福音教训，在他造访印度的最后一天，我已经准备好接受洗礼。1961年1月7日，甘长老在亚穆纳河为我施洗；甘姊妹是正式的见证人，不过还有许多人好奇围观。我在当晚接受证实。

主的使徒毫无间断地教导我的那三天，是我人生中最美好的日子。离别时我很难过，因为他已经成为我特别的摩尔门朋友了。

渴望与圣徒同在

甘长老离去后，我与朋友分享我的归信经验，他们都嘲笑我。但无可否认地，我知道福音是真实的，所以我决定找寻别的职业。我开始像我父亲一样经营服装生意，渐渐地，我领悟到除非自己接受更多的教育，否则我无法进步。当时我二十五、六岁，重回校园的念头令人却步，但我还是在接下来的九年去接受教育。我在白天经营生意，晚上去进修，我把赚来的钱都花在进修上。我意志坚定并祈求神的帮助。我在阿格拉大学修读心理学、社会学和艺术的学士学位。最后，我进入密拉特大学修读法律学位。

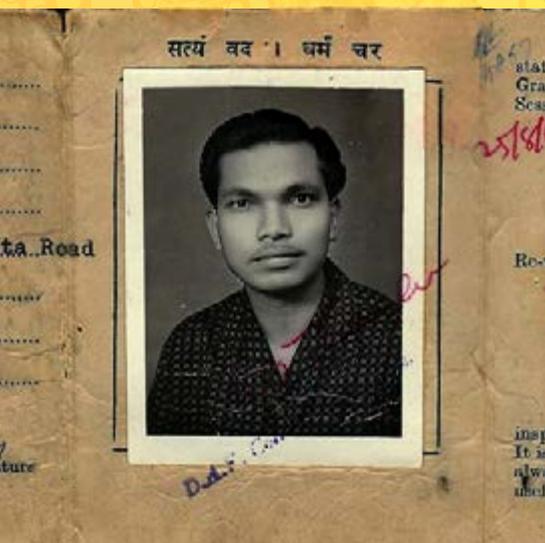
在这九年当中，早期在德里有个后期圣徒家庭——索力夫家庭，他们在美国大使馆工作。我会前往德里，在他们家中参加圣餐聚会。1962年，十二使徒定额组的理查·伊凡长老（1906-1971）来拜访我们；1964年，十二使徒定额组的戈登·兴格莱长老（1910-2008）也来过。我记得我将一串花环挂在兴格莱长老的身上，并把装了我积存多年的什一奉献的罐子交给他。

可惜，这些交谊的时刻——虽然有所帮助——却不常有，我在印度时，经常缺乏与其他圣徒的交谊，这让我的心感到忧愁。年复一年，孤独感使我身心耗损，我在印度看不到自己的未来。我渴望拥有圣职以及生活在圣徒之间。

成为一位先驱者

当我感觉到是该更接近圣徒的时候，我中断了法律课程，移民到加拿大。当我踏上亚伯达省的埃德蒙顿时，我去了距离最近的支会。我遇到哈利·斯密主教，对这支会立刻产生归属感、感受到友谊。即使那时我还不能接受





上：在印度求学时的迪普弟兄。

下：迪普兄弟（左）与教会在印度的另一位先驱者保罗·柴夫维达斯在盐湖城圣殿广场。左：宾塞·甘会长在迪普弟兄的先驱之路上扮演了重要角色。



个人恩道门，我仍去参观了亚伯达省卡德斯顿圣殿。

我想造访盐湖城，给我的好朋友甘长老和拉玛·威廉弟兄一个惊喜。终于在1969年的春天，在我洗礼后的八年，我造访了盐湖城，和甘长老会面。他很高兴，把那天剩下的时间都拿来陪伴我。

我在盐湖城时，去了一间理发店理发。我与理发师分享我的见证，他本身也是一位归信者。一位等待理发的男士听到我说的话，便向我讲述关于他多次到印度旅行的事。他付了我的理发钱，邀请我共进晚餐，并开车载我到杨百翰大学。我对这校园印象深刻。我表示我想在这里继续我的学业，但无力负担。他掏出1,000元美金，让我拿来缴学费，我惊讶不已，极为感激。

我在杨百翰大学修读社工课程。1972年，我从杨百翰大学毕业，随后搬到盐湖城，在犹他大学修读硕士课程。后来我又搬到加州，取得临床心理学博士学位，教导防止家庭暴力课程，撰写著作。我现在已经退休，与我的妻子温蒂住在美国内华达州。

曾有一段时期，我经历了许多内心挣扎、挑战和苦难，专注在福音和圣殿祝福上，帮助了我克服人生中的许多挑战。

祂的计划多么奇妙

当我回顾自己的这段旅程，从印度乡下的一位“丛林男孩”变成今日的我，我知道我的一生和信心确实是一连串的奇迹。主编织我的生命故事，远比我所能想象的更美好。有蒙主膏立的先知宾塞·甘对我谆谆教诲，在我人生旅程中的重要时刻与我同行，这是多么奇妙啊！

我常常回想与甘会长共度的时光。他会邀请我参与他们家庭的露营旅游、野餐，以及感恩节和圣诞节晚餐。在那时，我已经知道他确实是主耶稣基督的使徒和先知。

我最后一次和甘会长见面时，他病得很重，但仍然对我微笑并拥抱我。他是我第一个交往的后期圣徒，我知道他绝不会松手放弃我的。

我感谢神赐给我们先知和复兴的福音，我们的教会是今日这世界所需要的神圣典范，因为教会我才能获得教育和一个人应有的成长。我很感谢我知道祈祷是真实的那个日子，并感谢我愿意听从那微小的声音去接触这教会。我很感激我让主塑造我的生命，我知道如果我们先求祂的国，其他一切都会加给我们（见马太福音6：33）。■

本文作者来自印度泰伦加纳邦。



如同 撒勒法的寡妇： 禁食捐献 的奇迹

当我们考虑更慷慨地缴付禁食捐献时，我们要记住：人即使只给主一小块面包，没有不得到一整条面包作为回报的。

周伯彦（菲力普）及周冼美华

世 界各地有许多家庭遭遇财务困难，尤其是在经济危机的时期。¹几年前，我们在自己支会见到几个需要援助的家庭，感受到这项危机的冲击。那年年初，我们的主教向大家分享来自支联会会长的一项邀请：慷慨缴付禁食捐献来帮助有需要的人。

虽然教会领袖要求我们去审视我们个人的情况，考虑我们是否能够更慷慨地缴付禁食捐献，但是他们并没有指定我们该捐多少金额。然而，圣灵提醒我们记起多年前总会会长团第一咨理墨林·罗慕义会长（1897-1988）的忠告。他说：“我坚决相信，你不会因为捐献给教会，以建立神的国度，而在财务上变得比以前匮乏。……人即使只给主一小块面包，没有不得到一整条面包作为回报的。我的经验正是如此。如果教会中的成员们加倍缴付禁食捐献，教会的灵性也会加倍增长。我们需要将此事牢记在心，并慷慨地捐献。”²

我们知道对我们家庭来说，增加禁食捐献确是一项牺牲，但我们认真思考罗慕义会长的教导和应许。我们全家一直蒙受丰厚的祝福，对增加禁食捐献有着强烈的渴望。

再者，我们也希望我们的家庭能够克服自私的倾向。由于我们所处的社会十分注重获取物质和满足个人的欲望，所以我们担心我们的孩子会渐渐变得自私。但是我们对宾塞·甘会长（1895-1985）的话抱有希望：“藉着遵行禁食律法，可以使人找到力量的泉源去克服自我放纵和自私。”³

在我们更慷慨地缴付禁食捐献的头三个月，我们开始看到许多祝福。我们在食品杂货上的花费减少了，我们的瓦斯桶似乎满满的，用得更多。我们的孩子对物质的要求减少了，自私之情在我们家中几乎消失。

例如，当我们响应当地的食物捐赠时，我们的孩子开始鼓励我们要捐赠更多。当我们年度盘点我们的食物储藏时，发现我们的存量实际上可供两年使用。另外，以前我们会在一个月內吃掉一袋50磅（22.7公斤）的白米，现在同样一包白米便能吃上两个月，我们的食物储藏量似乎倍增了。

这提醒了我们撒勒法的寡妇的故事。在饥荒的日子，以利亚先知呼求一位无力喂养他的寡妇为他提供水和面包。她说：“我指着永生耶和华——你的神起誓，我没有饼，坛内只有一把面，瓶里只有一点油；我现在找两根柴，回家要为我和我儿子做饼；我们吃了，死就死吧！”（列王纪上17：12）

先知则应许她：“坛内的面必不减少，瓶里的油必不缺短。……”

“妇人就照以利亚的话去行。她和她家中的人，并以利亚，吃了许多日子”（列王纪上17：14-15）。她坛中的储藏原本只够她家人吃最后一餐，却数量倍增，足够她一家及其他人

吃许多日子。同样类型的奇迹——根据我们自己的捐献——也正发生在我们家中。

在财务困难的日子里，慷慨缴付禁食捐献和帮助看顾有需要的人可能不容易，特别是当我们像撒勒法的寡妇一样也需要帮助时。慷慨缴付禁食捐献，无论多少金额，都需要对主和祂会看顾我们的应许有信心。但是主会实现祂的应许，并且我们家庭的经验教导了我们，我们越愿意分享，就会越蒙受祝福。

正如罗慕义会长说：“不仅为了穷人，还要为自己的福利施予。慷慨分赠，好使我们能藉着奉献金钱和时间，献身神国。”⁴更慷慨地缴付禁食捐献，帮助我们家庭在看顾贫困者中寻得喜乐，也在照顾我们自己的灵性福祉上获得力量。

我们甘心乐意捐出一小块面包，已经为我们带来许多条面包的回报。我们慷慨缴付禁食捐献，使得我们的食物储藏超过了双倍。事实上，主的大能倍增了五饼二鱼，喂饱除了妇人孩子外，有5,000人，零碎的还装满12个篮子（见马太福音14：16-21），祂同样的大能也装满撒勒法的寡妇的坛、倍增我们家庭储藏的食物。然而，我们最大的获益并不在于食物的倍增，而是在于我们家中减少的自私之情和增加的灵性。

我们见证，当我们慷慨奉献禁食捐献基金给教会时，包括即使在我们资源有限时，主会以超乎我们理解的方式，增强我们的力量和祝福我们。■

作者现居美国犹他州。

注：

1. 例见亨利·艾宁，2015年5月，“我所拣选的禁食”，《利阿贺拿》，第22-25页。
2. Marion G. Romney, Welfare Agricultural Meeting, Apr. 3, 1971, 1.
3. 宾塞·甘，“清心”，1978年10月，《利阿贺拿》，第114页。
4. 参阅墨林·罗慕义，“禁食的祝福”，1982年12月，《圣徒之声》，第4页。



禁食： 珍惜你神圣的权利

“我见证，属灵和属世方面的奇迹会临到奉行禁食律法的人。我也要为临到我身上的奇迹作见证。正如以赛亚所记载的，我曾不只一次在禁食时高声呼求过，而神也确实回应了我，说：‘我在这里’（以赛亚书58：9）。因此，请珍惜这项每个月至少一次的神圣特权，并且只要情况允许，就慷慨地缴付禁食捐献和其他有关人道救济、教育和传道方面的捐献。我应许各位，神会对你很慷慨，而经由你的手得到援助的人必永远称你们为有福的。”

杰佛瑞·贺伦长老，十二使徒定额组，“我们岂不都是乞丐吗？”2014年11月，《利阿贺拿》，第42页。

了解 你所教导的青少年

努力去了解你所教导的青少年，
就能打开他们的归信之门。

很多青少年拥有热诚和活力，这会让教导和辅导他们成为一大乐事。但也有些青少年可能会在成长和成熟的过程中面临许多挑战——举凡从适应身体的变化到学校压力，以及试图阻碍他们奉行福音的文化压力。青少年需要了解和关心他们的教师。他们需要良师营造安全的环境，让他们去学习和实践所学。

当你筹划、准备并以救主的方式去教导他们时，以下几点能帮助你了解青少年：

1. 青少年想要并需要学习教义。在这越来越偏离福音标准的世界里，青少年渴求得到永恒真理。他们希望被教导“事情现在的真相与事情未来的真相”（摩尔门经雅各书4：13）。这些事都能在福音教义中找到。当你教导时，要专注在经文、活着先知和使徒的教导及教会其他正式教材中的教义上。要鼓励青少年自行研读这些资源。教义具有强大的效力（见阿尔玛书31：5）。

2. 青少年正在建立他们的身份。他们正努力了解自己的身份，以及自己想要成为怎样的人。在他们为未来的角色作准备时，他们想知道主已经为他们预备了什么，以及他们未来又是否能够做到所有被期望的事。身为父母或教师，你能鼓舞他们对未来怀抱信心，指引他们为将来作好准备。要帮助他们更加接近神，并

把生活建立在福音的标准上。要教导他们圣殿的重要性，以及他们在建立神国上所扮演的角色。

3. 青少年知道你是否关心他们。为了使青少年真正投入福音的学习，他们需要知道你爱他们，关心他们个人。要聆听他们说的话。找



出他们的正面特质，据此培养他们。要表达你对他们的信任，让他们确认自己是有价值和被需要的。

4.青少年有很多兴趣。每位年轻人都是独特的个体。要认识他们个人的兴趣、需求和挑战。这可能需要在定期安排的聚会、课堂或活动以外，主动关心他们。藉着认识他们，你会经由圣灵获得洞察力和灵感，知道他们的需求，这会影响到你教导他们的方式。当青少年感受到你真诚地关心他们的生活，他们就会更容易敞开心扉，接受你的教导和见证。

5.青少年能为自己的问题找到答案。任何年龄的学习者都能享有领悟福音真理的快乐，而且这对正在发展价值观和信念的青少年来说特别重要。若亲身学习并身体力行，福音课

程就会对个人产生持久的影响力。你能运用一些教学法，邀请并启发青少年自己找出答案，而非直接给予答案。这么做会带来深化的归信——那是所有福音教导的最终目标。

6.青少年能互相教导。青少年会有兴趣就教导的内容提供见解，并且会兴奋地分享他们知道的事。藉着你的榜样和指导，你能帮助他们学习用救主的方式去教导。在你的引导下，他们可以开始教导课程的一部分，或带领简短的讨论。在他们获得经验和自信后，他们可以偶尔有机会教导整个课程。当青少年互相学习时，他们会帮助巩固彼此，抵抗来自不同价值观的人所给予的压力。

7.青少年正在学习领导。班级和定额组长团有神圣召唤去带领他们的同侪。但即使他们已经有过领导经验，他们在如何主持聚会、帮助他人学习和施助方面仍需要你的指引。当青少年在家中被赋予有意义的责任时，也会获得其他的领导机会。

8.青少年会向父母和其他足为楷模的成人学习。身为教师，你的一项责任就是要帮助巩固青少年与他们领袖和他们与父母之间的关系。你能帮助青少年找到许多问题的答案，但有些问题还是由他们的父母或领袖回答比较好。要指导青少年去找他们的父母，鼓励他们要巩固家庭关系。与父母们定期沟通你的授课内容，分享你在他们子女身上观察到哪些才能、成长与正面贡献。在教导他们的子女方面，询问你可以做什么来帮助他们。

帮助青少年归信需要父母、领袖、顾问和教师，包括福音进修班教师的共同努力。你们共同努力为青少年所创造的学习经验，将会比你们个别行事来得更有力量。■

更多建议，见新用本《以救主的方式教导》中的“教导青少年”（可上网在teaching.lds.org找到）。



“看你们的小孩”： 学习教导孩童

“〔耶稣〕——抱起他们的小孩，祝福他们，并为他们向父祷告。……祂向群众说话，对他们说：看你们的小孩”（尼腓三书17：21，23）。

身 为父母或蒙召唤教导孩童的人，都蒙得了一大恩赐。十二使徒定额组的罗素·培勒长老曾教导：“神已指派〔你〕们用爱、信心之火和了解其真正身份的心，来围绕今日的儿童。”¹

孩童会带给你快乐，促使你作好榜样。当你逐渐看出孩童的忠信、爱心、信任和希望时，你会更接近主，并且更明白祂要我们“变成小孩的样式”这项诫命（马太福音18：3）。

在你努力用救主的方式去爱及教导他们时，请牢记以下关于孩童的八件事。

1. 孩童易于相信，他们易于接受真理。要运用他们能够理解的语言和例子，简单清楚地教导他们正确的教义。

2. 孩童能辨认圣灵的影响力。要教导他们，他们在谈论或歌颂耶稣基督及其福音时所感受到的平安、爱和喜乐，都是从圣灵来的。帮助他们明白这些感觉是见证的一部分。

3. 孩童会按字面的意思去理解，复杂的隐喻可能会令他们困惑。当你教导时，要引用他们熟悉的事件或活动：例如家、家庭和与他们周遭的世界。

4. 孩童渴望学习。他们喜

欢透过不同的经验和多重感官去学习，他们对视觉教材和课堂参与的反应特别良好。要容许他们到处走动、探索和尝试新事物。

5. 孩童渴望分享与助人。他们能互相教导和教导你一些事情，要邀请他们分享所学到的事情。给他们机会去阅读经文、手持图片、回答问题或在白板上写字。

6. 孩童会关爱他人，也想要获得关爱。找机会强化他们自然流露的仁慈和有爱心的行为。表达你对他们的爱和赞赏，并专心聆听他们所说的话，这么做会建立他们的自信。

7. 孩童会跟随你的榜样。即使你不自觉，但其实你一直都在教导。孩子会留意你如何奉行你所教导的原则，你正义的榜样会在他们培养见证时发挥强大的影响力。

8. 小孩通常只有短暂的注意力。不专心的行为可能代表着他们感到疲倦或饥饿、不了解你所说的事情、需要走动一下，或是感到无趣。他们喜欢透过重复、变化、简单的故事、歌曲和活动来学习。要鼓励他们参与课程。■

课程资源

需 要故事、视觉教材或影片来充实初级会课程或是家人家庭晚会课程吗？请访问LDS.org！

更多建议，见新用本《以救主的方式教导》中的“教导儿童”（可上网在 teaching.lds.org 找到）。

注：

1. 参阅罗素·培勒，“看你们的小孩”，1994年10月，《圣徒之声》，第48页



“愿小孩的笑声令我们满心欢愉，愿小孩的信心抚慰我们的灵魂，愿小孩的爱心促使我们向善。”

多马·孟荪会长，
“宝贵的孩童——神的恩赐”，2000年6月，《利阿贺拿》，第9页。



马里安·韩长老
(1921-2011)

于1953年至
1992年期间
担任七十员

圣殿崇拜： 认识神的关键

在圣殿中，我们能学习像基督在世时那样生活，
并准备好去过祂和天父现在所过的生活。

我还清楚记得，我开始在盐湖圣殿担任圣殿会长时，与某位圣殿与会者的一段焦虑又真诚的对话。她是个思虑细密的年轻女子，已经阅读过圣殿被视为学习和教导之家的相关经文。她很敏锐地察觉到，认识神和基督，即“独一的真神，并且……你所差来的耶稣基督”，就是“永生”（约翰福音17：3）。她也知道，我们透过基督来学习认识我们的天父，以及最后回到祂的身边。

我向她见证，对我来说，圣殿里的一切最终都指向基督和我们的天父。教仪和圣约的功效，就存在于祂的赎罪之爱和祂所委派的权柄——即“按照神子体制的神圣圣职”（教约107：3）的权柄中。但在她的心思意念中，还是不清楚圣殿崇拜如何能成为认识主的关键。……

基督、经文、圣殿、家

圣殿最重要的就是提供一个场所，让我们得以净化，继而圣化我们自己，也就是当我们学习有关基督的事时，这会引领我们个人去认识祂、获得对祂的见证，进而获得人生中最宝贵的恩赐。

透过耶稣基督，圣殿学习和崇拜可以成为永生的大学。在嘉德兰的奉献祈祷中，先知向主祈求：“神圣的父，求您恩准，让所有在这家宅中崇拜的人，都能……被教导智慧的言语……；

“好使他们在您里面成长，获得圣灵的充满”（教约109：14-15）。

这些是否靠仪式和礼规达成呢？如果我们明白其中的目的和象征，就像亚当和夏娃在尘世生活最初的日子被教导了解的那样，那么这在某种程度上是对的。但是基本上，我们是透过这信息的实质，即永恒进步和永生的各项原则来学习。其实我们与主立约，是环绕着几项简单的原则。回想保罗对罗马人所说的话：我们藉着基督的死亡与神和好，并“因他的生”得救（罗马书5：10）。对我来说，这番话说明了主神圣生平的各项原则会引领我们获得圆满的救恩，即超升——也就是跟我们所爱的人和父与子在神的层次上，过着充满爱、学习、服务、成长和有创造力的生活。在圣殿中，我们能学习像基督在世时那样生活，以及像祂和天父现在那样生活。



基督生平中的核心原则

圣殿中教导了祂的生平中有哪些核心原则，是和我们与神所立的圣约有关呢？……

祂爱的程度或许只有祂和父才真正明白。但是我们今生就是要来学习这些，学习有足够的爱去给予。我曾在战场上、在病房中，以及在为父母或子女无私奉献的许多宁静又英勇的情况下，看到有些人已经真正学会用祂的方式去爱和奉献。

当我们选择并走在付出、关心、亲切和仁慈的道路上时，我们会逐渐明白这项要素在福音中并不是可有可无的；这项要素乃是福音的核心。我们被期许要端庄、有荣誉感、无私、有良好的态度和好品味。毕竟，真正重要的是我们是怎样的人，我们愿意付出什么。……这些都是在我们学习和接受主的指导时，每天时时刻刻都需要作的决定。

在救主被钉十字架、复活和升天后，幸存下来的门徒发生了一些事；带领他们的是一度因压力而离弃救主的彼得。五旬节时——圣灵来到——那些曾经动摇的人见证坚强，坚定地为主作见证。使徒行传第1至5章讲述了这个故事，第5章的最后几节记载了戏剧性的影响。迦玛列在与他往来的人当中作调停，希望再给门徒一次机会和多一点的时间。因此，门徒们再次受到警告要停止教导和传扬基督，又被打了一顿后便获释。经文说到他们心里欢喜地离开公会，因为他们被算是配为基督的缘故受苦。接着，“他们就每日在殿里、在家里不住地教训人，传耶稣是基督”（使徒行传5：42）。

只要我们离开圣殿时，怀着尼腓三书17：3中的精神，就会有类似的事发生在我们身上；这节经文写道：“因此，回家去，沉思我讲的事，奉我的名向父祈求，使你们得以明了，并为明天准备好你们的心；我要再到你们这里来。”

圣殿崇拜的净化力量

净化之灵能使我们——如今以特别的方式，熟悉主所跟随和照亮的道路，并且爱祂——成为新的人，实践爱心和兄弟情谊，齐心遵照神的旨意，服务、分享、爱人、忠于健全的标准和先求神的国。

我们需要净化我们的家庭生活，使我们的家能成为每天教导及传扬耶稣基督，并且始终跟随祂的场所。我们的家、我们的家庭和个人生活，应当以学习、无私和服务为中心。套用鲁弗斯·琼斯所说的：“成为圣徒不是为了光环，也不是为了获得内心的兴奋，而是为了成为光与能力的焦点。真正的圣徒是一位好母亲、好邻居、社会上一股良善的建设力量、一股芳香和一项祝福。真正的圣徒是充满活力的基督徒，他们在某些场合展现出天国中理想的生活模式。”¹

请想一想对我来说，这项清楚有力，能了解圣殿意义和圣殿崇拜的关键是什么？在1836年，主向先知约瑟·斯密启示了奉献嘉德兰圣殿的祈祷文，这篇祈祷文成为教义和圣约第109



篇。凡真心渴望想要明白圣殿基本意义的人，都应该再三阅读这一篇，特别是感动人心、充满力量的前24节经文。第5节是值得我们深思的一段美好陈述：“因为您知道我们历经了极大的苦难才完成这工作；我们在贫困中献出我们的物资，为您的名建造一所家宅，让人子有地方向祂人民显现”（教约109：5）。

主如何在圣殿中向祂人民显现呢？

我相信，主要是透过圣殿的各项原则、教仪与圣约中优美而令人信服的力量，也透过圣殿崇拜——透过启示之灵和圣灵的其他祝福；凡心思意念与神和谐，怀着耐心，切望学习和使自己的生活迈向理想、以成为像基督一样的人，都能获得这些祝福（见尼腓三书27：21，27）。

有一个例子足以显明，灵性力量会临到那些在圣殿中坚持不懈地为主服务的人身上。有一天，我家门前堆满厚厚的积雪，我很感谢我能在铲雪后前往圣殿，并在大约凌晨4：30抵达进入圣殿。我意外遇到一位我非常敬重的朋友，他比我还要年长。当时他坐在宁静的房间里沉思，身体斜靠着拐杖。他穿着圣殿工作人员的白色衣服，和我同样一身白。我愉快地向他打招呼，问他那么早在圣殿里做什么。

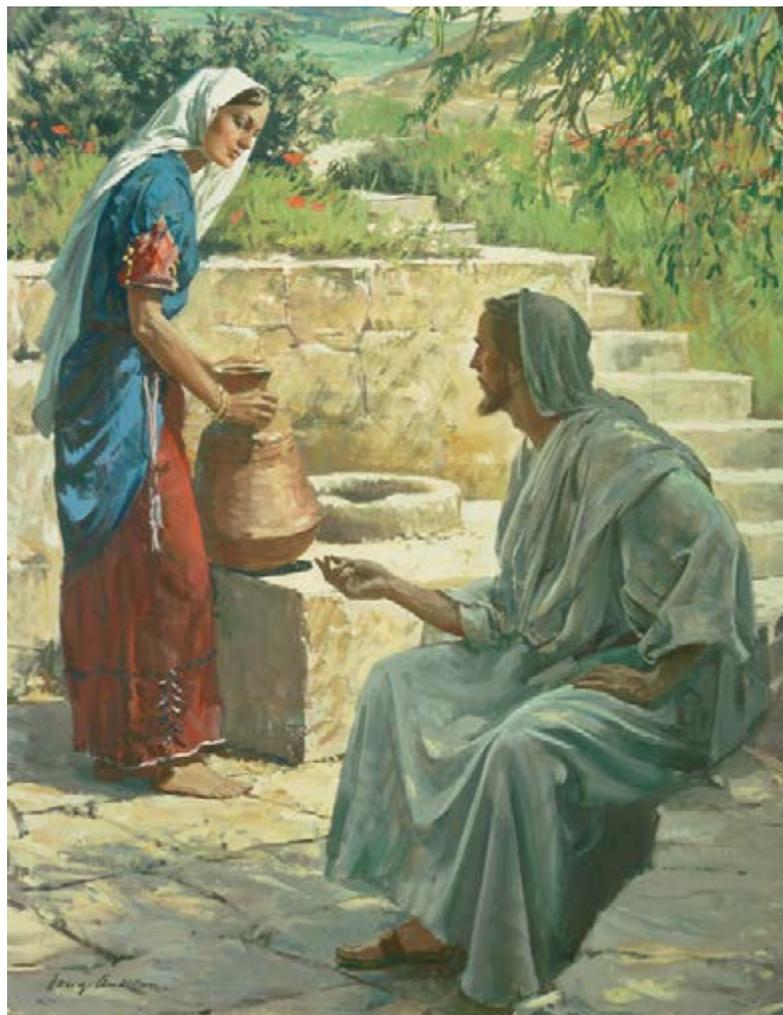
他说：“韩会长，你知道我来这里做什么。我是教仪工作人员，来这里履行我被指派的工作。”

我说：“这我知道，但我很好奇你是怎么通过暴风雪来到这里的。我刚才从收音机听到，帕雷峡谷的交通已经封闭，事实上已经设置路障了。”

他说：“我有一辆能够爬树的越野四轮车啊。”

我说：“我也是，要不然我就到不了这里，而我住的地方很近，才几英里远。”

我接着问他是如何通过路障的，因为新闻宣布峡谷已经设立路障了。这位农场主人和



支联会会长的回答风格一如往常。我初次认识他时，曾在支联会大会的会议前和他共处了一个下午，那时他身强体健，骑着马。如今关节炎和年纪确实使他的个子变小，不久将会夺去他的性命，他一走动就感到非常痛苦。那天早上他的回答是：“韩会长，我认识那些公路警察，其中许多人从一出生我就认识他们。他们知道我一定要通过，如果有必要，即使翻山越岭我也会这么做。他们也知道我的卡车性能和我的历练，所以他们会需要的时候移开路障。”

他到了圣殿，忠信又忠诚地在尚未破晓的清晨时分开始从事神圣的事工。圣殿所培养出来的人，就是有如此信心和奉献精神的人。■

摘自1993年2月在杨百翰大学的讲辞；全文内容收录于 *Temples of the Ancient World*, ed. Donald W. Parry (1994)。

注：

1. *Rufus Jones Speaks to Our Time* (1961), 199.



我们藉着订立及遵守救恩的所有教仪和圣约，加深我们与天父的关系，这样就是在崇敬祂。祂会祝福遵守圣约的人都能有祂的灵，来提供指引和巩固他们。以下是我们能与天父建立的几项最重要的圣约关系。

洗礼圣约

洗礼是我们与神建立的第一个圣约关系。当我们“在神前谦卑〔自己〕，……带着破碎的心和痛悔的灵前来，在教会成员前证明〔我们〕确实悔改了〔我们〕一切的罪，……并确实以〔我们的〕行为表明〔我们〕已接受基督的灵以获得〔我们的〕罪的赦免”（教约20：37），我们就有资格接受这项教仪。

当我们透过行动表明我们确实“愿意承受耶稣基督的名，决心事奉祂到底”（教约20：37），“愿意承担彼此的重担，使重担减轻；……愿意与哀者同哀；……安慰需要安慰的人，也愿意随时随地，在所有的事上作神的证人，直到死亡”（摩赛亚书18：8-9），我们就是在遵守圣约。

相对地，神会赐予圣灵的恩赐来祝福我们，使我们不断获得圣灵为伴，圣灵会在一切事上提供指引和方向，引导我们通往永生（见摩赛亚书18：9-10）。

我在受洗之后感到莫大的喜悦和被圣灵充满的感觉；之后，每当我感觉特别亲近神的时候，都会继续体验到这样的感受。

圣职的誓约和圣约

遵守洗礼圣约的男性有资格订立圣职的誓约和圣约。我们藉由按手礼的教仪来接受圣职。圣职的圣约是为了使神的儿女获得救恩的服务圣约。当我们光大召唤（见教约84：33），“尽心、尽能、尽意、尽力事奉祂”（教约4：2），

并且怀着“信心、希望、仁爱和爱心，以及眼睛专注于神的荣耀”（教约4：5）事奉祂，就是在崇敬神。

主的祝福会临到忠信的圣职持有人身上，包括“会被灵圣化而更新他们的身体”（教约84：33）。他们会继承摩西和亚伯拉罕的祝福（教约84：34）。后期时代先知和使徒是光大圣职的好榜样。他们的一生就是主表扬他们的见证。

圣殿教仪和圣约

配称持有高级圣职的男子和配称的女性，均可在圣殿里接受神圣的教仪和订立神圣圣约。透过圣殿教仪和圣约，我们能了解今生的目的和为永生作好准备。我们接受教仪，立下永恒婚姻的圣约，并与家人印证在一起。我们承诺将自己献给神，献身致力于祂为祂所有儿女的救恩所预备的事工。忠信地遵守这些圣约会使我们有资格获得圣灵的指引，并有能力克服尘世的种种考验和获得超升；那是神能赐给祂儿女的最大的恩赐（见教约14：7）。超升或永生，意即能全家一起享有天父所过的生活。

圣餐

对于教会成员，每个安息日配称地领受圣餐是极为重要的。透过这项教仪，我们证实我们愿意继续承受耶稣基督的名，更新我们的承诺，愿意遵守我们所立的所有圣约。我们祈求耶稣基督赎罪的力量能帮助我们，在正义中持守到底。只要我们这样做，便能配称地获得我们所立圣约的所有祝福。

正义的渴望

违反圣约会冒犯神并且得不到应许的祝福（见教约82：10）。



只要我们运用对耶稣基督的信心，祂的赎罪会使我们有能力履行所有的圣约义务。

在撒母耳记上2：12-17，22-34中，我们读到祭师以利的儿子们所行的恶事。他们利用他们父亲的职位来破坏圣职的圣约。他们沉迷于与前来崇拜的妇人发生不道德的行为，以及为自己而擅取以色列人民献祭给神的肉，他们是在追求满足自身淫荡的欲望。因此，主因以利儿子们的恶行，以及以利未阻止儿子们做恶，而对他们发出严厉的审判。

藉着下定决心坚守与神所立的圣约，就像埃及的约瑟在面对淫荡的不信者时所作的那样

（见创世纪39：9，12），我们就可以克服这种肉体的欲望。神嘉勉约瑟，并帮助他克服所有邪恶诡计。他崛起成为埃及权力第二大的人，并成为神手中的工具保存了以色列家族（见创世纪45：7-8）。

我们若屈服于诱惑，那种想要恢复与天父之间关系的渴望，会引导我们真诚悔改。接着救主耶稣基督的赎罪就能帮助我们再次变得配称。

跟从先知

当基督建立他的教会时，他选择了使徒、先知、传福音的、牧师和教师来“建立基督的身体：

“直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量”（以弗所书4：12-13）。

我们活着的先知和使徒教导：“以主耶稣基督的教训为基础，最有可能获得家庭生活的

幸福；成功的婚姻与家庭建立在信心、祈祷、悔改、宽恕、尊敬、爱心、同情、工作及有益身心的娱乐等原则上，并藉这些原则来维持”（“家庭：致全世界文告”，2010年11月，《利阿贺拿》，第129页）。

家与家庭为我们提供基础，让我们与神建立以圣约为基础的稳固关系。跟从活着的先知受灵启发的教导，会使我们有坚强的家庭，让我们有力量遵守圣约，并获得我们信仰中最伟大的祝福。■

感谢你介绍我认识福音

在1980年代初期，我与家人住在西德，我们是德国凯撒斯劳腾军人支联会的成员。那时当地的领袖强调传道事工的重要。我们被教导，我们的朋友当中有些人是主精选的灵体儿女，他们正在寻找耶稣基督的福音。

我和太太珍妮相信这是真实的。我们的领袖鼓励我们每个人都去找出那些我们认为会对福音有兴趣的非成员的朋友。我们在名单上写了大约10位朋友，然后为这名单上的朋友禁食和祷告，以决定我们应该先从谁开始接触。我们决定先与我的两位男同事联络。我一开始与年轻单身的克里斯联络，但他当时对福音不太感兴趣。接着，我们决定由我去接触布鲁司·汉比，他是一个善

良亲切的年轻父亲。

但是几天后，我发现自己对于要与他分享福音感到紧张。直到有一天，珍妮打电话到办公室找我，问说：“你跟布鲁司谈过了吗？”我说：“还没有，但是很快会跟他说。”她接着问布鲁司是否还在办公室，我回答他还在。这时她说：“司考德，放下听筒。你现在就去跟他说话，我等你！”

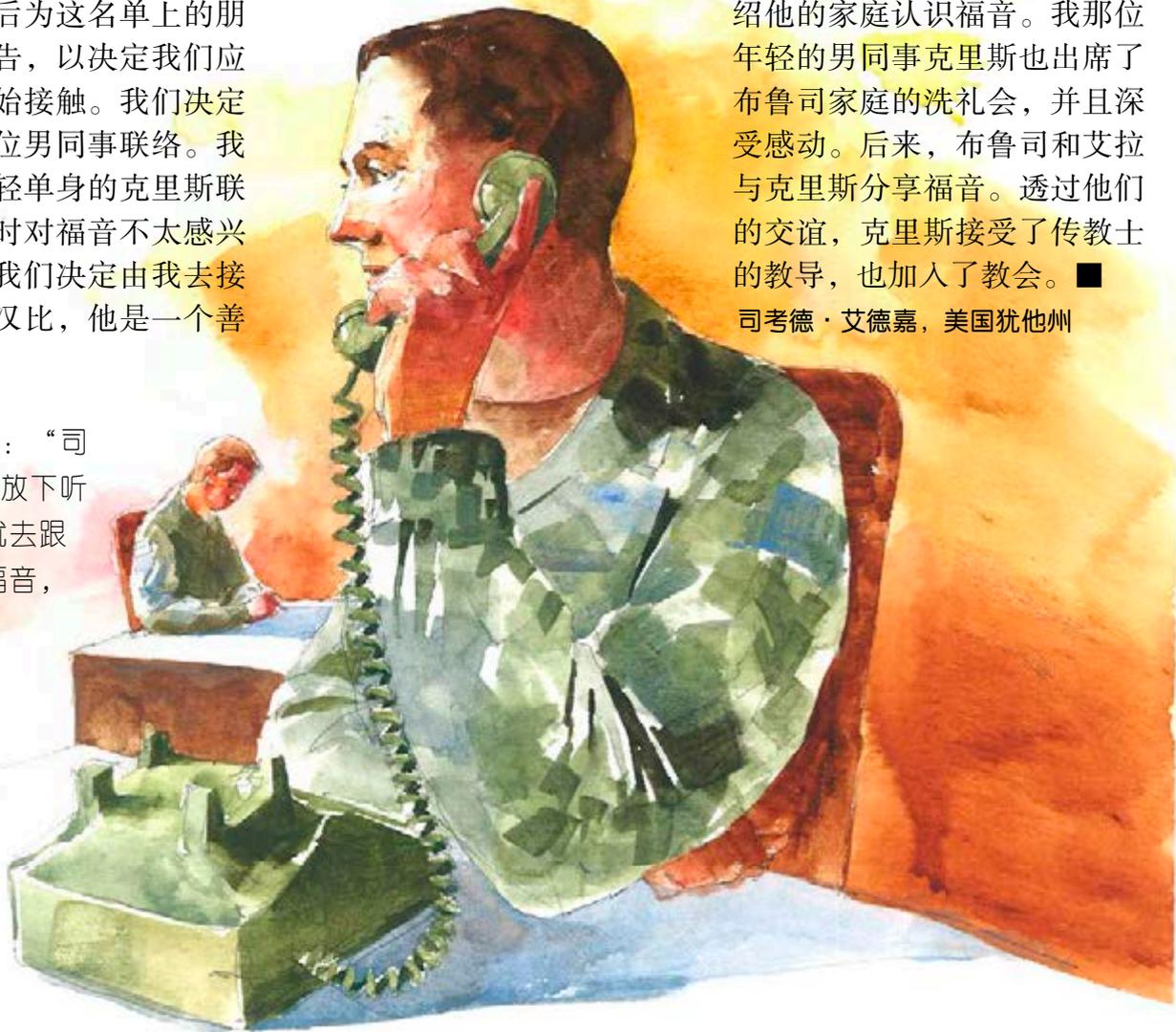
我放下听筒，很紧张地走到布鲁司那里，问他：“布鲁

司，你知道我是耶稣基督后期圣徒教会的成员吗？”他说他知道；然后我问：“那你有兴趣认识这教会吗？”他回答说：“我有兴趣。”

几个星期后，布鲁司、他的太太艾拉，以及他们的女儿坦妮亚，到我们家共进晚餐并与传教士见面。他们上了传教士课程，和我们一起出席教会聚会，接受了福音，并洗礼加入教会。那是极为美好又快乐的一天。布鲁司很感谢我们介绍他的家庭认识福音。我那位年轻的男同事克里斯也出席了布鲁司家庭的洗礼会，并且深受感动。后来，布鲁司和艾拉与克里斯分享福音。透过他们的交谊，克里斯接受了传教士的教导，也加入了教会。■

司考德·艾德嘉，美国犹他州

我太太说：“司考德，放下听筒。你现在就去跟布鲁司分享福音，我等你！”



令人惊讶的是，我竟在大厅遇到一位较不活跃的姊妹，她需要人安慰和帮助。



自觉能力不足

我刚被召唤为慈助会会长时，是个忙碌的年轻母亲。我从小就是教会成员，并且一直奉行教会教导，但我知道自己并不完美，我担心自己是否有能力去帮助支会中遭遇困难的姊妹。

某个星期天参加教会聚会时，我感到心情特别低落。这一天，有很多姊妹来寻求我的帮助。有些姊妹需要解决福利方面的需求，有些则只是单纯地需要我倾听她们的心事。后来圣餐聚会开始时，圣灵提示我不要进去聚会。令人惊讶的是，我竟在大厅遇到一位较不活跃的姊妹，她需要人安慰和帮助，这件事无法等到聚会结束后再处理。

当教会聚会结束后，我整个人累垮了！我在开车回家的路上不断哭泣。那时我脑海出现这样的声音：“找主教谈谈

吧！”我觉得主教会给我一些明智的建议，使召唤的重担得以减轻，但我不想在一整天教会聚会后再去打扰主教。就在我决定不要打电话给主教时，电话却响了起来。是主教打来的，他觉得应该要打电话给我。

我告诉主教要立刻解决那么多事情，让我心力交瘁，而且我因为无法帮助更多的姊妹而感到难过。他耐心地聆听着。我们也讨论了那天姊妹们所提出的一些福利问题，我感到安心许多。

在我们谈话结束时，我说：“我以为你会给我一些明智的建议，让我知道如何不再感到负担过重。”主教回答他也希望可以给我一些建议，但很可惜他没办法。

虽然我的问题并未得到解决，但挂断电话后我感到快乐多了。我感觉到主已提供了我所需的指引和帮助。

在接下来的几周，不安的感觉再次来袭。我祈求我能明白该怎么做才能成为一位更好的慈助会会长。有一天，我在聆听总会大会时，有几个字引起了我的注意，圣灵强有力地对我说话。我顿时明白我之所以觉得能力不足，是因为我光靠我自己，才会能力不足。

主教以他自己的榜样，向我显明聆听圣灵何其重要。圣灵才是我们担任教会召唤的关键，而不是凭借我们自身的才干或技能。这是长久以来，我首次感到平安和安心。

虽然我仍然缺乏经验，并且一如往常忙于照顾家庭，但我不再认为自己必须完美地履行自己的召唤。天父会提供我所需的一切，助我完成祂的旨意。只要我们遵守祂的诫命，祂会增强我们付出的努力。■
姓名保留，瑞典斯德哥尔摩

找到祖母的故事

我有个遗憾，就是 I 从未与祖母坐下来谈谈她的生平，并为她的子孙把这些回忆记录下来。祖母辞世后，父亲和叔叔们告诉我，祖母觉得自己很平凡，甚至有时会说：“为什么会有人想知道我的事呢？”

当我家庭遇上财务困难，不得不住进祖母的故居时，我心中充满快乐的回忆，但又带着一丝遗憾。搬回去数天后的一个晚上，我浏览了祖母的几本旧相簿及一盒子的纪念物，里面有叔叔以前写的信、旧的圣殿推荐书，以及祖父的葬礼程序表。看过这些纪念物以后，我好奇是否还有其他东西。

我觉得应该要到阁楼看看，之后马上找到一袋物品，里面有一个非常老旧的蓝色文件夹。在那个文件夹里，我发现了祖母30年前所写的生平故事。令我感到惊讶的是，我后来发现家中竟然没人知道这些纪录的存在。父亲和叔叔说得没错——祖母认为自己再平凡不过了，因此她根本没向任何人提起自己正在写生平故事！

那天晚上，我仔细阅读这八页纸上的内容。透过这些纪录，让我更认识祖母——她的高中生活、她与祖父相识的

过程，以及关掉他们夫妻合力经营的电影院时，她有多么难过。

我在读这些纪录时，能感觉到她的存在，仿佛她想要告诉我，不用再为无法完成口述历史而担心。有幸读到祖母亲笔记下的生平，这机会弥足珍贵，也让我心中长久以来的遗憾得以减轻。这是主温柔慈悲的确证，也证明家谱不仅只是找出我们在今生未曾认识的祖

先，也包括要发掘更多与我们在世上共度宝贵时光的挚亲有关的故事。

当我与家族其他成员见面，记录他们的历史故事时，他们会问我谁会想知道他们的事，我都会向他们保证，他们的故事非常有价值。他们的子孙会为此感谢他们，正如我感谢祖母留下她那珍贵的纪录一样。■

路宾·华兹华斯，美国犹他州



世界另一端的圣殿

我在大约18、19岁时，不顾家人反对加入了教会。父亲在我20多岁时去世，之后我便开始作家谱。不久后，我嫁作人妇，每天忙于照顾年幼的子女，家谱工作也中断了。

由于我的家庭里只有我是教会成员，这令我有强烈的渴望想要研究自己的家谱。我喜欢作家谱，也时常希望可以有更多的时间作家谱。

在我33岁那年，我的健

康状况突然开始走下坡。以前我可以和家人一起健行，但现在我连在家附近散步都感到吃力。以前我在周六只要花两个小时就能打扫完家里，但现在这是不可能的，我要是能用吸尘器吸完地板，就已经谢天谢地了。以前我有一大群朋友，但现在因为我无法像以往一样时常出席聚会，我的朋友圈也缩小了。

就在此时，我开始重拾家

谱事工。我的女儿开始研究我先生那边的家谱，她竟然只用了一个晚上，就完成了我之前要花上好几年时间才能完成的工作。我完成了我家系里好几个世代的家谱，并把那些名字提交到圣殿，以完成圣殿事工。我一直希望能亲自到圣殿为家族成员接受圣殿教仪，可是以我的健康状况及圣殿的距离来看，这实在很困难。

我把名字提交到圣殿后，便哭了起来。因为我无法在家族成员接受教仪那天到场与他们同在，我怕他们会感到失望。一周后，我登入FamilySearch.org，查看他们的圣殿教仪的进度时，发现了很神奇的事。那些事工不仅已经完成，而且执行者竟然是加纳阿克拉圣殿的成员！我惊讶地发现世界另一端的成员替我们这个小小的家庭完成了圣殿事工。当我想到加纳的成员为了我的家庭到圣殿去，以及他们为这趟路途所付出的牺牲时，我再次流下泪水。我非常感谢加纳阿克拉圣殿区域的成员，他们替我做了我自己无法完成的事：到圣殿去并使我的家人获得圣殿教仪的祝福。■

罗宾·埃斯塔布鲁克斯，
美国弗吉尼亚州



我觉得应该要到阁楼看看，之后马上找到一袋物品，里面有一个非常老旧的蓝色文件夹。

面对 提早返乡 的方法

珍妮·罗林斯

当我跛着脚走出返乡客机时，因为父亲到外地出差，所以只有母亲来接机。她抱着我，我们哭成一团。

我接受了各种医疗检查，但医生们还是无法找出病因。要提早九个月拿下传教士名牌，是我遇到最困难的事之一。我因无法完成传教而感到失败。

注定要当传教士

我一直计划要成为一位传教士。我哥哥当年去传道时，我特地穿得像传教士，并别上自己做的传教士名牌去送行。教会在2012年宣布调降传道年龄时，我刚满19岁。我知道那项宣布就是我祈祷的答复。我高兴地在房里手舞足蹈，当天就填完申请表格，预约健康检查的时间，然后在当周递交了传道申请书。两个星期后，我

提早返乡——即使是因为健康问题——可能是个令人相当难受的经验。对我而言确实如此。但是你可以把它变成向前迈进一步，而不是向后倒退一步。

收到传道召唤书，蒙召到加州安纳翰传道部服务，两个月后出发到传教士训练中心报到。

抵达传道地区时，我这个“新手”传教士满怀热忱，丝毫不想停下手边的事工。我的训练者和我对于教导感到相当兴奋，我们简直是迫不及待地跑进教室。于我而言，担任全部时间传教士是再自然不过的事。偶尔我

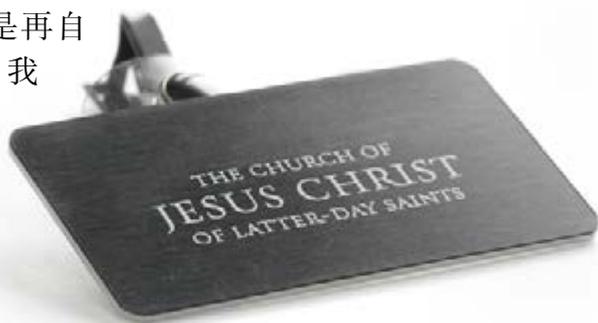
会感到自己很笨拙及有所挣扎，但对我而言，没有任何事能比当传教士更精采。

大约在我开始传教后的八个月，由于汽车数量不足，所以我和同伴必须以脚踏车代步。我已经很久没骑脚踏车了，也不太清楚穿着裙子要怎么骑，但我还是为此感到相当雀跃。不过，几个星期后，我开始发现腰侧有时会痛。

我不理会那股疼痛感并继续工作。

我越来越常感觉到疼痛，且症状越发严重。直到有一天晚上，我痛到必须由同伴送我到急诊室。我接受各种医疗检查，但医生们还是无法找出疼痛的原因。

之后的几个星期，我祈求天父能让痛楚消失，并接受





了数次圣职祝福，但情形却每况愈下。我无时无刻都感到疼痛，痛楚不曾消失。但我决定要适应疼痛并继续传教。

有一天，我痛到倒在路旁，完全不能动。我被送到医院检查，但仍然找不出病因。我尝试放轻松点，与同伴坐在公交车亭的长椅上，教导正在等公交车的人。我咬牙苦撑，忍痛坐着教导课程。由于我罔顾自己的健康状况，结果又要再度进医院。我意识到如果我继续传教，很可能会对自己的身体造成永久的伤害。经过无数祷告后，我得到了答复，知道我必须返乡去处理我的健康问题。

向前迈进

当我知道自己必须永久返乡时，我感到非常沮丧。但我竭尽所能保持信心并继续研读经文。对于我提早返乡这件事，我的家人知道该如何面对，但周遭的其他人却不知如何是好。他们不断问我问题，让我几乎快崩溃。有一天，我意外接到一位男士的来电，他告诉我他儿子多年前也在传教时提早返乡。他告诉我这个考验有可能摧毁我的信心和快乐，而且这种事经常发生在很多提早返乡的传教士身上。他



只要尽力过正义的生活，你永远都可以向前迈进。

说：“你必须谨记，只要尽力过正义的生活，不管在你能力所及的范围外发生什么事，你永远都可以向前迈进。”

这句话成了我的座右铭。在隔年我全仰赖它来支持自己。我有将近八个月的时间无法走路，但人们却依然因为我提早返乡而论断我。他们说有些人即使健康状况再不好，也完成了传教。他们不明白为什么我不能完成传教，即使我有病痛折磨。我是如此热爱传教，因此他们的话令我感到相当痛心；但我深信天父自有祂的目的，这项考验能使我向前迈进。

我重返校园，并开始约会。我可以看到自己慢慢在进步，但每当我想起自己的传教经验，仍会感到扼腕。后来我的一位

朋友提醒我，救主的赎罪能治愈一切的痛苦和悲伤。在主的帮助下，我的传教回忆能变得快乐。

我跪下来向天父祷告。我向祂倾诉我的苦痛，以及我为了获得治愈和安慰所付出的努力。我问祂是否可以让我所感受到的痛苦消失。我祈祷完以后，天父让我能以祂的角度来看待自己的传教经验。我去传教和提早返乡都是主计划中的一部分，为了帮助我成为祂希望我成为的那种人。我现在可以看出自从我返乡后，祂所赐给我的种种奇迹。一路走来我遇到了许多困难，但在了解到神总是处处为我的益处着想后，如今回想起自己提早返乡的经验，我的内心一直有平安。

给返乡传教士： 面对提早返乡的6个方法

被送回家的确令人难受，但只要付出努力，你可以使提早返乡成为帮助你向前迈进的光荣之事。以下这些事帮助了我：

归向基督。无论你因何事而提早返乡，基督都能帮助你加以解决。祂的赎罪不只是为了帮助我们悔改，也能为我们提供平安、谅解和医治。

要记住这件事可以变成向前迈进一步。只要你保持配称有圣灵同在，并竭尽所能，原本

看似绊脚石的考验也能成为让你进步的垫脚石。

养成研读经文的习惯。神透过圣灵对我们说话，其中一个方法便是经由诚心研读和应用经文。你或许会发现神为了使你得到安慰，祂已为你预备了许多篇章。

保持忙碌。从受到严格忙碌的传教生活方式，转换到无所事事的状态，意味着你会多出许多空闲时间，以致你开始自怨自艾或觉得能力不足而难过，但这就如了撒但的愿。神期望你“热心”

做好事（见教约58：27），因为那是帮助你获得快乐的方法。

祈求神的帮助。天父为我们准备了安慰和指引的祝福，你只需要问祂。我们需要主的帮助来克服一切考验。

宁可相信所有的人都是出于好意。有时候，人们可能只是真的想关心你，却并不晓得对于你的情况该如何反应，因此你很容易觉得受到冒犯。专注于那些支持你的人，并宽恕那些论断你的人。

给亲友： 帮助提早返乡的传教士的 5个方法

当我提早返乡时，我发现人们不懂得如何与我相处。以下是我想给他们的一些建议：

不要论断。提早返乡的传教士在身体、心理、灵性或甚至家庭方面，都处于康复或调整的阶段。请善待那些正在辛苦奋斗的人。

避免过问私事。虽然关心别人是件好事，但是过问私事可能会伤害到他们。即使是出于善意，也千万不要盘问提早返乡的传教

士。你可藉由其他方式来表达你对他们的爱和支持。

帮助他们保持忙碌。从井然有序的传教生活到闲暇无事的返乡生活，而且日常生活中充满各种新的选择，要适应是相当困难的。帮助他们找到和从事有建设性、有趣且有益身心的活动。

让他们获得神要给他们的启示。传教士是否选择继续回去传教，是他们自己与天父之间的事。鼓励他们寻求来自天上的忠告，并相信他们会获得自己的答案。

成为他们的朋友。这可能是提早返乡的传教士最难克服的考验之一。他们之中有很多人的信心面临严峻的挑战。那并不表示他们无法获得快乐或进步，不过他们需要愿意无条件爱他们的朋友。■

作者现居美国犹他州。



在法国保持坚强

敏蒂·瑟卢
教会杂志

对于大多数的人而言，能够受训成为直升机驾驶员是很难得的经验。24岁的皮埃尔决定加入法国陆军时，便有幸获得这样的机会。驾驶员的训练为期4年，而皮埃尔目前受训第2年，即使身处军旅生活，他仍尽力在日常中作信徒的榜样。

皮埃尔的驻地离法国西南部的波尔多约一个半小时车程，此地离他的家乡雷恩很远，他与朋友、家人也相隔甚远。最近的教堂离营区约一个小时车程，这表示他平日没有太多机会与教会成员接触。皮埃尔说：“军中有许多诱惑，而且军队和教会是两个完全不同的世界，因此在军中当个教会成员并不容易。在军中，人们大多会视你的身份，而非你的行为来评断人。”皮埃尔希

望让周遭的人知道由于他是教会成员，所以他不会参与军中的一些常见活动，如喝酒、抽烟、观看色情媒体或开派对。他努力赢得周遭人们对他的尊重，祈祷和研读经文帮助他保持坚强的见证。他解释：“我尽量在每天晚上睡前读经文，也尽量随时随地作祈祷。”

皮埃尔解释说：“在求学期间，读经文和祈祷对于了解神确实存在有很大帮助，纵然我尚未完全了解福音，但我知道祂就在我身边。”“知道神就在我身边，帮助了我一直走在正确的道路上。”

研读经文是支持皮埃尔度过求学时期的基础，这项根基即使到他今日投身军旅也不曾改变。皮埃尔在入伍之前，曾在加拿大魁北克省蒙特利尔的传教，他的见证和对福音的了

教会成员皮埃尔
在法国陆军服役，
他仰赖研读经文和
祈祷，成为信心的
榜样。

解因传教而受到巩固。他说：“经文是天父回答我们祷告的最明确方法之一。”

皮埃尔藉着每天祈祷和研读经文，不仅能获得灵感，而且也能成为军中同袍的榜样。虽然皮埃尔和同袍除了同样富有爱国心外，并没有太多的共通点，但是他知道只要跟从经文的教导，他的同袍会因为他的信仰而敬重他。■

进一步认识皮埃尔

你喜欢吃什么？

我喜欢吃布列塔尼酥饼（源自法国西部的松饼料理）。我也喜欢吃面包、芝士、香肠和乡村肉酱。

你空闲时做些什么？

我喜欢与朋友外出，我们有时只是外出吃东西和谈天。我喜欢与太太外出购物，或是去看电影。我也喜欢阅读和体育活动，最喜欢跑步和游泳。

法国人怎么约会？

以朋友方式与女孩约会并不容易，除非她知道美国人约会的方式：以单纯交友为前提，透过约会来更认识彼此。教会领袖尝试举办很多单成活动，为我们制造互相认识的机会，并且举办大型的团体约会——我跟我妻子就是这样认识的。

教会在法国

37,812位后期圣徒
107个支会和分会
67个家谱中心
2个传道部
1座兴建中的圣殿

法国的数据

人口有6千6百万人（截至2015年止）
有4万座城堡（中世纪的城堡、庄园、宫殿）
每年有8千万名游客到法国旅游，是全世界最多游客到访的国家





罗纳德·罗斯本长老
十二使徒定额组

如何 获得圣殿的祝福

圣殿是主的屋宇，在其中透过代替死者洗礼和婚姻等等这些能使家庭永远在一起的神圣教仪，再次重申救主的教导。

在你们思考自己要专注投入的领域，或要在生活中奠定稳固的基石时，我建议各位都要养成定期到圣殿崇拜的习惯——不论是个人或家庭一起去。我知道你们当中有很多人已经这样做，我们对此极为感激。

总会会长团已向教会全体成员发出以下的邀请（当然也适用于你我）：“若时间和情况许可，教会鼓励成员将某些休闲活动改为去圣殿服务。”

我们忠信前往圣殿时，愿我们会思索先知、先见和启示者所应许的祝福。多马·孟荪会长应许：“到圣殿去，将你的重担放在主面前，你必会以新的态度面对人生，并

且对未来满怀信心。要信赖主，如果你这样做，祂必会支持你、关怀你，并且一步步引领你走上通往神高荣国度的道路。”¹

圣殿崇拜另一项令人欣慰的祝福就是，圣殿是我们现今在暴风雨中获得保护和平安的保证。主的殿是天父为聚集祂的人民而建立的最安全的地方之一。

每一座圣殿的外墙上都刻着“主的屋宇 / 归主为圣”。我见证每一座主的殿都是祂在世上的圣所。我邀请你们每一位在情况许可下，更常去圣殿，以获得神的先知应许给各位的祝福和保护。■

摘自2009年2月10日杨百翰大学祈祷会讲辞。如欲取得全篇英文讲辞，请至 speeches.byu.edu。

注：

1. Thomas S. Monson, quoted in Dell Van Orden, “San Diego Temple: 45th House of the Lord Dedicated in ‘Season for Temple Building,’” *Church News*, May 8, 1993, 12.



怎样 运用这项原则？

每次去圣殿时所感受到的平安，都让我更加确定圣殿是主的屋宇。由于家人从军的关系，我曾造访过世界各地的许多圣殿，不过每次的感受都一样，我感受到平安、安慰和圣灵。圣殿里的平安帮助我更了解自己在今生的职责，以及如何让自己变得更好。也让我更有能力去应付日常生活的压力。

珍妮丝，美国犹他州

一点通

为什么
神会在我们距离
适婚年龄
尚远的年纪，
就让我们
受异性吸引呢？

异性相吸本身当然并不是什么坏事，事实上它最终能促成婚姻这项神圣目的。但为什么我们要早在能适当运用这些情感以前，就先拥有这些情愫呢？

今生是验证我们是否服从的时期，而贞洁律法是我们必须遵守的最重要律法之一。这项考验在我们进入青春期以后会变得更为困难。我们的荷尔蒙（以及接受婚前性行为的文化）不断怂恿我们“跟着感觉走”，但基督的光和圣灵（以及经文、先知、父母和教会领袖）却叫我们要“耐心等待”。我们若遵从后者的忠告，就证明我们配称，展现出我们的成熟和道德纪律，也就是“持之以恒运用选择权去选正义，只因为这样做是对的，即使在不容易做到的时候”（陶德·克理斯多，“道德纪律”，2009年11月，《利阿贺拿》，第105页）。

就如同我们生命中的其他考验一样，这项考验让我们证明自己配称获得日后更大的祝福——包括接受今生及全永恒的圣殿印证。■



为什么今日没有像基督
在世时一样的
奇迹？

救主的奇迹是“神圣的行为”，也是“神的教导的一部分”（Bible Dictionary, “Miracles”）。今日的教会中依然有医治和其他的奇迹，虽然奇迹并非一直都很戏剧化，而经历过奇迹的人往往不会公开地加以谈论，因为他们视之为神圣。你可能想要在自己的生活中，或家人或祖先的生活中寻找奇迹。虽然我们渴望获得奇迹，但是我们应当记住，天父会依照祂的时间和用祂的方式给我们答复。

奇迹是耶稣基督福音的一部分。奇迹显示出世上有信心存在（见以帖书12：12），而且奇迹是一项属灵的恩赐（见教约46：21）。■

同侪压力和 皮斯托

我终于和我所有的朋友
一起参加派对了，
但每个人都在喝酒。





好朋友很重要

“要跟那些和你们一样，在为最重要的事——即永恒的目标——作计划的人往来。”

President Thomas S. Monson, “Decisions Determine Destiny” (Brigham Young University devotional, Nov. 6, 2005), 4, speeches.byu.edu.

基亚拉·布兰科

我12岁时，我新学校的一些女生邀请我参加一场生日派对。这是我第一次受邀参加这些学校朋友的派对。我问父母我是否能去时，他们说不行，因为派对开始得太晚了。

不久之后，我又收到一个邀请。我再次问父母，但他们又说不行，于是我生气了。难道我不能有任何乐趣吗？

后来我最要好的一个朋友打算要办一场派对，我是她第一批邀请的人之一。这场派对开始的时间比其他派对要早，这是私人派对而且在我家附近举行。我征求父母的同意让我参加派对，他们说好！我兴奋极了！

那一天终于来临。我的父母把我载到那里，他们说晚上10点会来接我。我去到派对，和我的女性朋友们会合。二十分钟后，我还没有看到寿星。

过了几分钟后，有位年轻人走了过来问：“你有没有带钱来买皮斯托？”他比了比手势，让我知道“皮斯托”指的是啤酒。我的女性朋友们同意会付钱。我没有带钱，所以我

决定在这些人进行交易时跟其他女孩离开。

最后，寿星到了——整整晚了一个小时。我向她祝贺，而我们在谈话时，有辆大卡车抵达。五名男子从车上下来，卸下两箱啤酒。大家都围挤在一旁，开始分发啤酒。我的女性朋友们也去了，留下我一个人，看着那些年轻人抢着喝啤酒。

我的女性朋友们走了过来，要给我一些啤酒。我告诉她们：“不了，谢谢。”她们再次坚持。我再次说不。我的心开始跳得很快，而且有奇怪的感觉，仿佛自己是一部悬疑电影里的角色，被困在荒郊野外里。后来我听到汽车的喇叭声，是我爸妈！我只说了声再见就离开了，然后冲向车子。

我上了车，喘得很厉害。我开始思考自己刚才处在多么严重的环境。妈妈问我还好吗。我回答说：“没事，不过有件事情让我感到很惊讶。”

爸爸问：“什么事让你这么惊讶？”

“我所有的朋友都在喝酒，我在那里真的吓坏了，期待能

有好事发生。我那时多么希望你们赶快来，而我现在在车上了。”我看了看车上的时钟，时间还不到10点。

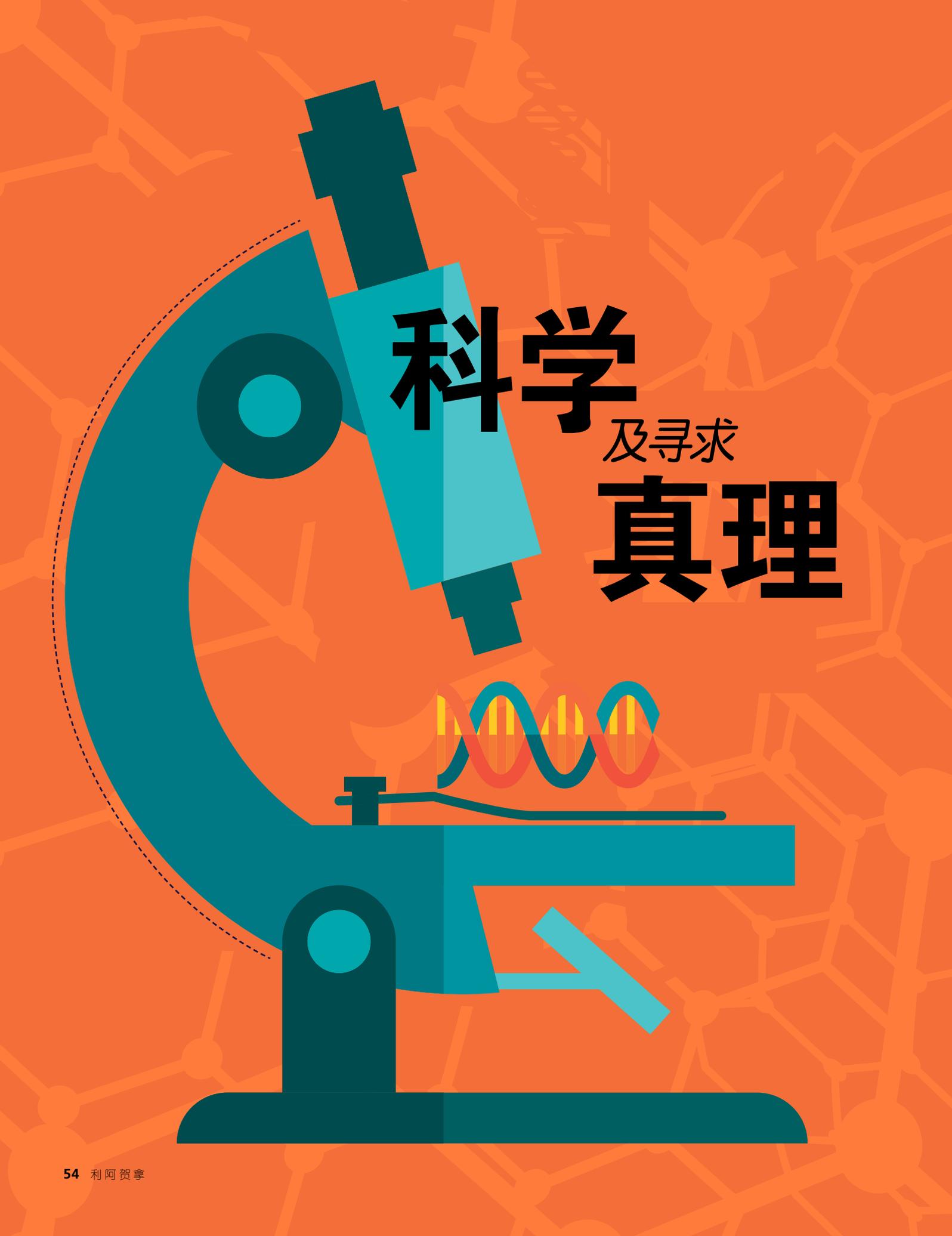
妈妈说：“这就是世俗的派对，这就是为什么我们不让你去参加前几次派对的原因。”

那天晚上，我祈祷感谢天父让我的父母提早来到。

身为教会成员的我们虽然生于世，但我们不应属于世。我了解到如果我继续参与那些派对，我可能已经沦落到违反智慧语，甚至贞洁律法。我认识的许多朋友都已经沦落到这样的地步，他们大多数不是教会成员，但教会的成员若不保持坚定，也可能会沦落到那种地步。

我很高兴我作出不喝酒的决定。我以为我的朋友会取笑我，但他们反而更尊重我，因为他们知道我的标准。从那次以后，我再也不害怕对我知道会伤害我的事物说不了。■

作者现居墨西哥萨尔蒂约。



科学

及寻求

真理

如果你对福音的理解与你透过科学所学到的知识
似乎有冲突，你也无需为此担心。

艾莉莎·史坦顿

你能想象，你去找皮肤科医生看严重的青春痘问题，而他告诉你治疗方法就是要替你放血吗？你可能会觉得那很荒谬，但其实几个世纪以前的治疗方法大概就是这样。在以前那个时代，例如消化不良、精神病，甚至长青春痘等，几乎所有疾病的标准治疗方法都是放走身体中相当份量的血液。当时没有人会质疑这个方法，他们怎么会想要质疑呢？毕竟，放血疗法在许多不同文化中已施行了数千年。

要不是医生开始以科学角度去研究医学，根本不会有人质疑这种方法。在深入研究放血疗法后，除了针对少数特殊的病症外，医生已停止使用这种疗法。¹

藉由这个真实的历史案例，我们可以发现，即便是广泛为人所接受或流传已久的信念，也并不表示那就是真实的。由此可知，科学可以是发掘真相的极佳工具。

对于后期圣徒而言，这可是一件大事。知道真相，除了让我们在作重要决定时能有更好的依据（“谢了，不过我绝不会接受放血治疗！”），而且还能增进我们对福音的了解。正如百翰·杨会长（1801-1877）所教导的：“凡真理无不属于福音。……如果你能在天上〔或〕世上……找到一个真理，它就是属于我们的教义。”²

原因和方法

在谈到科学如何有助于我们明白真理时，我们显然必须确定自己清楚了解，哪些是可以透过科学发掘的真理，以及哪些是无法透过科学发掘的真理。其中一个方法是找出科学能够

和不能够解答的问题是哪些。

在美国纽约伦斯勒理工学院修读化学工程的爱琳·马格南姊妹解释道：“科学解释事物如何运作，但却无法解释事物发生的原因。”她补充说，宗教会解释原因所在，例如地球被创造的原因，以及我们为何会被安排住在世上。

著名的物理学家爱因斯坦也相信，虽然宗教与科学的目的南辕北辙，但却彼此相辅相成。

他写道：“因为科学只能断言是什么，而不能断言应当是什么。在〔科学〕的范畴以外，各种价值判断仍是必要的。”³

这句话对后期圣徒而言有什么意义呢？首先，我们知道科学上的认知会不断地更新。毕竟，科学就是不断地找寻更好的方法，来了解我们的世界是“如何”运作的。但是，我们不须藉由研读最新的科学研究，来了解人生的“目的”与“责任”。我们





可以倚靠耶稣基督不变的福音，帮助我们在对错之间作出选择。

并存不悖

十二使徒定额组会长罗素·纳尔逊会长是一位著名的心脏外科医生，他提到宗教和科学如何并存不悖。

他说：“科学和宗教之间并没有冲突。唯有我们对科学和宗教，或对其中一方的知识不足时，才会出现冲突。……不论真理是来自科学实验室或透过神的启示，都是并存不悖的。”⁴

所以，如果你曾经疑惑在科学课堂中所学到的地球、恐龙或进化的年龄，要如何与福音并存不悖，那真的是非常好！科学和宗教确实并存不悖，但由于我们还有很多事情需要学习，所以仍有许多问题尚未得到解决。加拿大魁北克的药物科学家布莱恩·唐弟兄说，他期待万事向我们显露的时日（见教约101：32-34）。

至于目前，他说：“我们还没有足够的力量能够透过科学来理解世界的所有奥秘。同样的，我们也还没有足够的理解力去明白神的奥秘，以及祂为祂儿女所制定的伟大计划。”

因此，如果你对福音的理解与透过科学学到的知识相互冲突，你也无需为此而担心。事实上，没有任何一项科学新知能证明你的信心是错的。

所以，如果你喜欢科学，就尽情在你有兴趣的范畴内学习吧！你的信心甚至会对你的学

习有所助益。南弗吉尼亚大学生物系副教授理查·贾纳弟兄表示，他对耶稣基督福音的信心对他有很大的帮助。

他说：“研究工作有时会遇到瓶颈，似乎没有可行的解决方法。知道福音能带来祝福，帮助了我克服这些困难。”

唐斯弟兄也体会到，信心对他在从事科学方面极有助益。

他说：“我工作时总是满怀信心，相信万事皆有其逻辑和秩序；只要我投入足够的时间和心力去思考那问题，天父终将开启我的眼界，让我可以找到答案。”

为科学发现喝采

我们对基督和祂福音的信心也可帮助我们保持谦卑，以及对正在寻求的科学或灵性上的真理保持开放的态度。

贾纳教授说：“在科学上我们还有很多不了解的事，而神也有很多事尚未向我们显露。我们在未来还会接触到许多新知，所以在心态上保持开放和不为此担心是相当重要的。”

譬如，有些人相信神，只因为他们无法用其他方法来解释所观察到的世界。这些人所相信的是“填补间隙的上帝”，因此科学上的发现会令他们感到不安。贾纳教授举例说：

“有些人之所以相信有神，是因为化石纪录之间有断层（意即对他们而言，进化论无法解释人类的起源）。但是当新发现的化石填满这些断层间隙时，我们的信心会有什么变化呢？相反的，我们需要藉着圣灵去获得神存在的证据，然后我们便能不再担心新的科学发现，而是能真心为之喝采。”

我们若能用这样的角度去思考，便会记得科学和宗教在我们寻求真理的过程中极有助益，而最终我们将了解到所有真理皆出自同一源头——也就是神。

贾纳教授说：“神能够显露任何祂想显露的事，包括科学的一切真相。而祂肯定启发过众多科学家、发明家以及工程师——只不过祂

没有提供他们所有的答案。祂希望他们，还有我们，运用自己的脑袋，因此祂让我们自行去理解科学的运作。而祂对教会的启示是关于如何组织教会，特别是关于我们要如何归向基督和得救。

“但祂给我们的个人启示则五花八门，尤其是让我们知道祂活着而且祂爱我们，基督已实现救恩计划；并让我们知道今日有活着的先知，我们可以跟从神的计划，而且这是非常值得我们去做的事。” ■

作者现居美国犹他州。

注：

1. See, for example, K. Codell Carter and Barbara R. Carter, *Childbed Fever: A Scientific Biography of Ignaz Semmelweis* (1994).
2. 《总会会长的教训：百翰·杨》（1997），第14页。
3. Albert Einstein, “Science and Religion,” in Ken Wilber, *Quantum Questions: Mystical Writings of the World's Greatest Physicists* (1984).
4. Russell M. Nelson, Marianne Holman Prescott, “Church Leaders Gather at BYU's Life Sciences Building for Dedication,” *Church News*, Apr. 17, 2015, LDS.org.



与分子暨
细胞生物学家

理查·贾纳博士 的

问与答

你是如何对科学产生兴趣的？

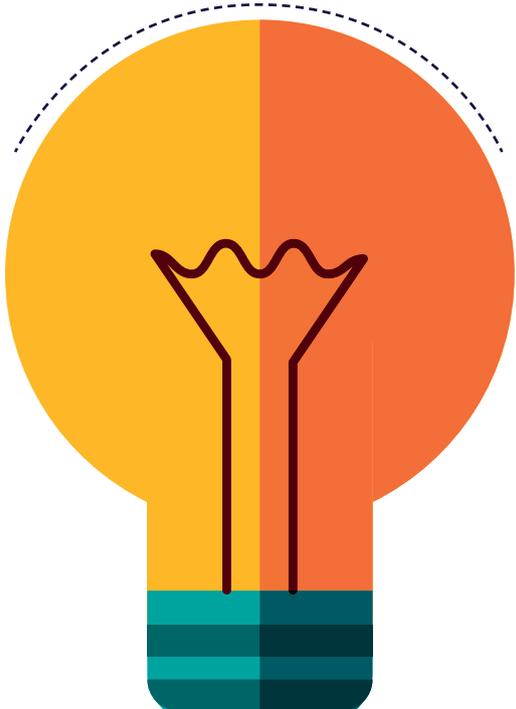
我父亲是位植物学家，他引发我对科学的兴趣。我从小就经常把玩他的显微镜和实验室里的其他器材，并且听他讲解有关植物和菌类的事。我的祖父是位遗传学家，他给了那时年约九岁的我一些果蝇做研究。高中时，我选修了所有与科学有关的课程，而制作昆虫标本是我最爱的一项作业。我从小就立志要当一个科学博士，因为我对事物运作的方式很感兴趣，而且我热爱学习。

你的科学研究如何巩固你的信心？

我越是深入了解单细胞内部的复杂性，就越为此感到惊奇。我有两张大型海报，上面以文字和图示说明一个典型细胞内大部分的化学反应；所有这些反应都受到严格规范。有一次，我向我所教导的圣职班级展示那两张海报。我向他们提到在圣殿广场及其他后期圣徒访客中心的《基督》像。《基督》像身后有一张宇宙的图画，言下之意是：“祂是一切的创造者！”而我建议把那两张海报放在《基督》像的身后。这两张海报是不及那幅宇宙的图画美，但基督创造了细胞的化学反应，并且对它了如指掌。

你的信心如何在科学研究上帮助你？

无论是在我以前作研究时，或是现在以教书为主，信心对我而言都相当重要。因为若没有信心，我便无法看到事情的全貌。只知道细胞如何运作，而不知道它们或我们存在于世上的原因，则无法让我心满意足。





雨果·马丁尼兹
长老
七十员

准备并去做

准备自己和从事神的事工会改变你的生活。

我曾担任福音进修班教师六年。我们每天早上6:00在我波多黎各的家中上课。从星期一到星期五，每天都要花很多心力来

带着学习的渴望
而来

备课。但我很喜欢这项召唤，而它帮助我培养出对教会的青少年有更多的爱。

我注意到，学生在福音进修班所获得的知识，有赖于他们的个人准备。所以，如果你想从福音进修班获益良多，我邀请你要事先研读课程并认真沉思。带着求知若渴的态度来上课，像小孩子一样来上课，时时想要学习。要为参与而作准备，以便能够彼此教导。同时，带着问题来上课。另一位青少年、一节读到的经文，或者是教师的一番话都可能回答你的问题。

在任何课程或教会聚会中，最好的教导会在你作好准备时，藉由出现在你思绪中的属灵提示来到。把它们写下来，然后据以采取行动。寻找更多有关那些想法的经文、总会大会的演讲或教会杂志的文章。在你的心思意念中沉思这些想法，并准备好去服务，因为一旦你心中保有这些真理，主就会透过你去帮助别人。

后来我的妻子陪同我担任传道部会长时，我领悟到福音进修班对于传道服务是一项很棒的事前准备。多年来，我看到了福音的奇妙力量造福了那些忠信的福音进修班学生。他

为参与
而作准备

们运用了课程中的教导来面对生活中的重大挑战，并通过那些挑战，有些人甚至在不活跃一段时间后，重返教会。

你对主而言非常重要，你真的很重要。青少年时期的工作是要为传道事工作做好准备，然后去从事传道事工。你必须了解只要你继续从事传道事工，并继续作准备，这会激励和引导你在成为主的传教士方面有更大的进步。由于你所立的圣约，你已在心版上刻写着耶稣基督的名，因此你不需要传教士名牌就能从事传道事工。

你可以
从事这项事工

在家谱和圣殿事工上也是如此。例如，在我服务的加勒比海地区，在以青少年担任家谱顾问的支联会中，其成员找出名字以执行圣殿教仪和从事圣殿事工的比例比较高。在一个支联会，有20个青少年在达到传道年龄的前一年，蒙召唤担任家谱顾问。当他们到成员的家中拜访，示范如何作家谱

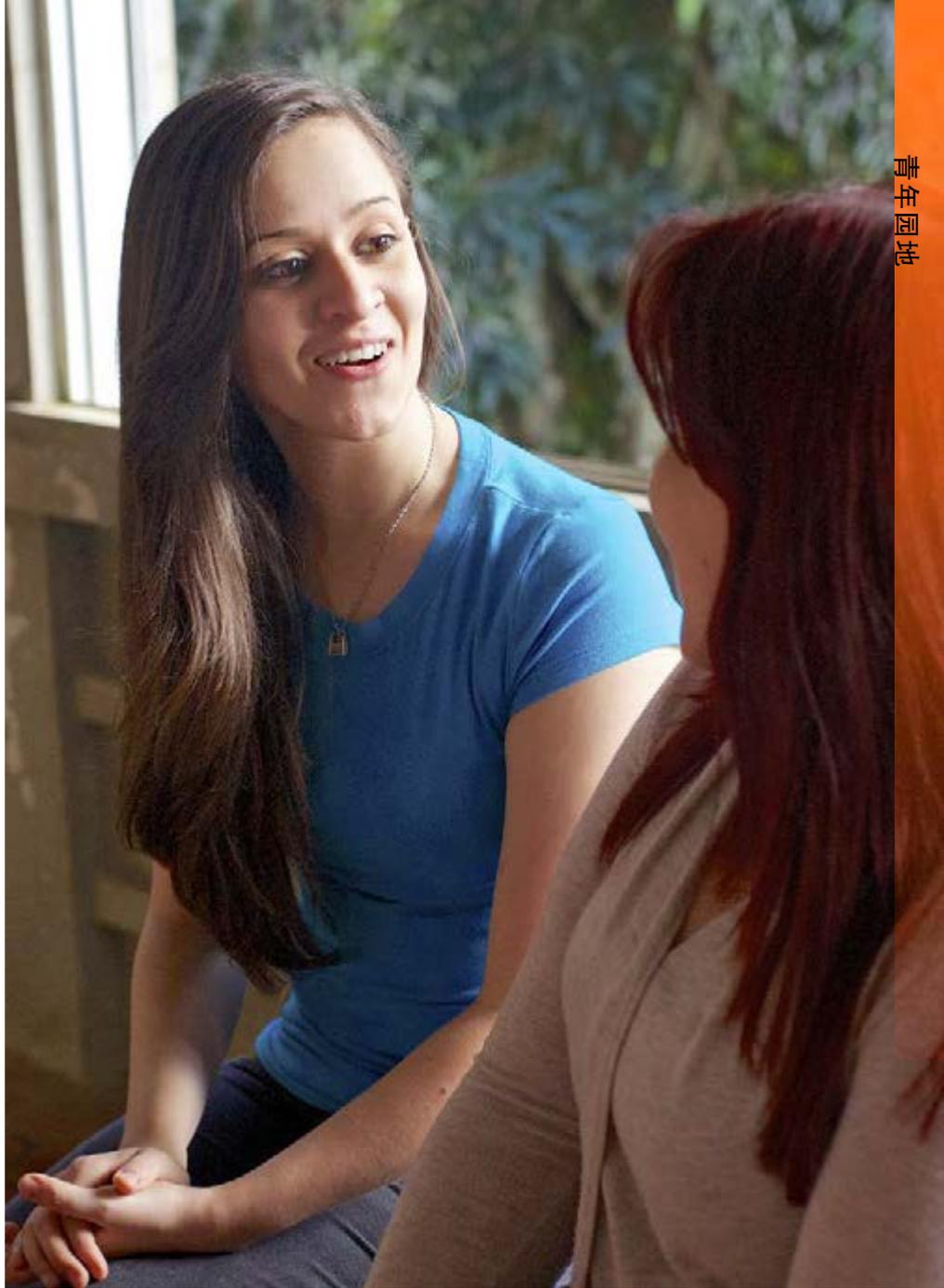
时，他们沿路与人攀谈，与人们分享家谱和圣殿的事。那就是传道事工！

我希望在他们传教时，他们已经强烈地感受过圣灵——希望他们是在自己家中感

你的生活将因此而蒙福
和改变

受到，但如果不是在家中，那么在他们从事传道、家谱和圣殿事工时，一定也会感受到圣灵。然后，当他们进入传教士训练中心，我不希望他们告诉我说：“我在这里感受到生平前所未有的强烈圣灵感动。”他们应该在那之前，就已经强烈地感受过圣灵的影响。

主爱你们。祂的愿景是，由你们来带动家谱、圣殿和传道事工。你们拥有技能和知识。当你充分作好准备，就能从事这事工。你的生活将因此而蒙福和改变。■



记得 救主

艾力克·莫达
教会杂志

每个星期我们参加教会聚会时，都蒙福有机会领受圣餐。事实上，这是我们星期日去教会的一项主要原因。但你知道为何圣餐如此重要吗？我们承诺要做一件事，这件事使得圣餐成为教会中最重要且最神圣的教仪，那就是记得救主。

想一下：记得救主是圣餐祈祷文的核心部分。在圣餐祈祷文里我们承诺要“一直记得祂”（教约20：

77，79），不只是在星期日，而是一直记得祂。当我们一直记得救主，我们的生活会反映出祂的标准和教导，我们也会在生活中找到一股有力而持续的影响。

记得救主如何帮助了一位年轻人

例如，当神的天使叫小阿尔玛悔改，小阿尔玛倒在地上，有好几天不能讲话也不能动。在这个时候，他被自己罪的记忆折磨，但后来他“……记起曾听〔他〕父亲……预言，有一位耶稣基督——神的儿子——要来临，赎世人的罪”。然后他说：“我的心抓住这个念头时，我便在心中呼喊：耶稣啊，您这位神的儿子，请怜悯我这个身陷苦胆之中，被永恒的死亡锁链捆绑的人。现在看啊，我一想到这点，就不再记得我的痛苦了”（阿尔玛书36：17-19）。

想到救主这个念头引导阿尔玛祈求获得怜悯，因此除去了他的罪疚、减轻他的痛苦并帮助他悔改。像阿尔玛一样，我们都可以将我们的生命献给基督，并体验奉行福音而来的喜乐。这始于选择记得耶稣基督和祂的赎罪力量。



我们藉着领受圣餐记得
耶稣基督时，就会获得
极大的祝福。

以下是我们遵守承诺一直记得救主所带来的
五项祝福。

1. 祂的灵会与我们同在

当你在星期天领受圣餐时，圣餐提醒你记得这项应许：即如果你记得基督、遵守祂的诫命并承受祂的名，就会一直有祂的灵与你同在。在这个充满挑战的世界，人们很容易被引入歧途。但如果你有圣灵为伴，“藉着圣灵的力量，你们可以知道一切事情的真实性”（摩罗乃书10：5）。主的灵会引领和祝福你们蒙得指示和保护。

2. 祂会赐给我们力量抗拒诱惑

抗拒诱惑最好和最妥当的防护，就是我们对耶稣基督的信心（见阿尔玛书37：33）。当我们把意念集中在基督身上，我们就可以辨认出撒但的谎言，拆穿他欺骗我们的伎俩。由于耶稣曾面临诱惑但没有屈服，所以我们面临诱惑时可以仰赖祂。尼腓教导“凡听神的话并紧守住的人，永不灭亡；敌人的诱惑和带火的箭也无法战胜他们”（尼腓一书15：24）。当我们记得救主和祂的教导，祂就能提振和巩固我们抗拒诱惑。

3. 祂的榜样会引领我们

耶稣不仅告诉我们该往哪里获得永生，祂也在前面领路。祂说：“我就是道路、真理、生命”（约翰福音14：6）。基督是我们的完美典范。耶稣在世上传道时，教导和彰显出爱、温顺、谦卑和怜悯。祂把时间用在教导、服务和爱人。



更多关于圣餐的资料

想进一步了解救主和圣餐，你可以阅读：

- 杰佛瑞·贺伦，“如此得以纪念我”，1996年1月，《圣徒之声》，第71页。
- 雪柔·艾斯普林，“圣餐——更新我们的灵魂”，2014年11月，《利阿贺拿》，第12页。



祂所做的一切都是服从祂父的旨意（见约翰福音5：30）。在一切事上，救主已为我们树立了该如何生活的模式，祂邀请我们每个人效法祂的榜样。

如果你发现自己不知道该去哪里或该做什么，请记住救主。祂说：“我是世界的光。跟从我的，就不在黑暗里走，必要得着生命的光”（约翰福音8：12）。

4. 祂能帮助我们为人服务

耶稣时常将他人的需要放在自己的需要之前。祂“周流四方，行善事”（使徒行传10：38）。祂治愈病人，帮助周遭的人。当我们记得耶稣，就会记得祂无私的服务，那是祂一生的写照。我们也记得祂吩咐我们，要透过为人服务来事奉祂。“你们为同胞服务时，只是在为你们的神服务而已”（摩赛亚书2：17）。

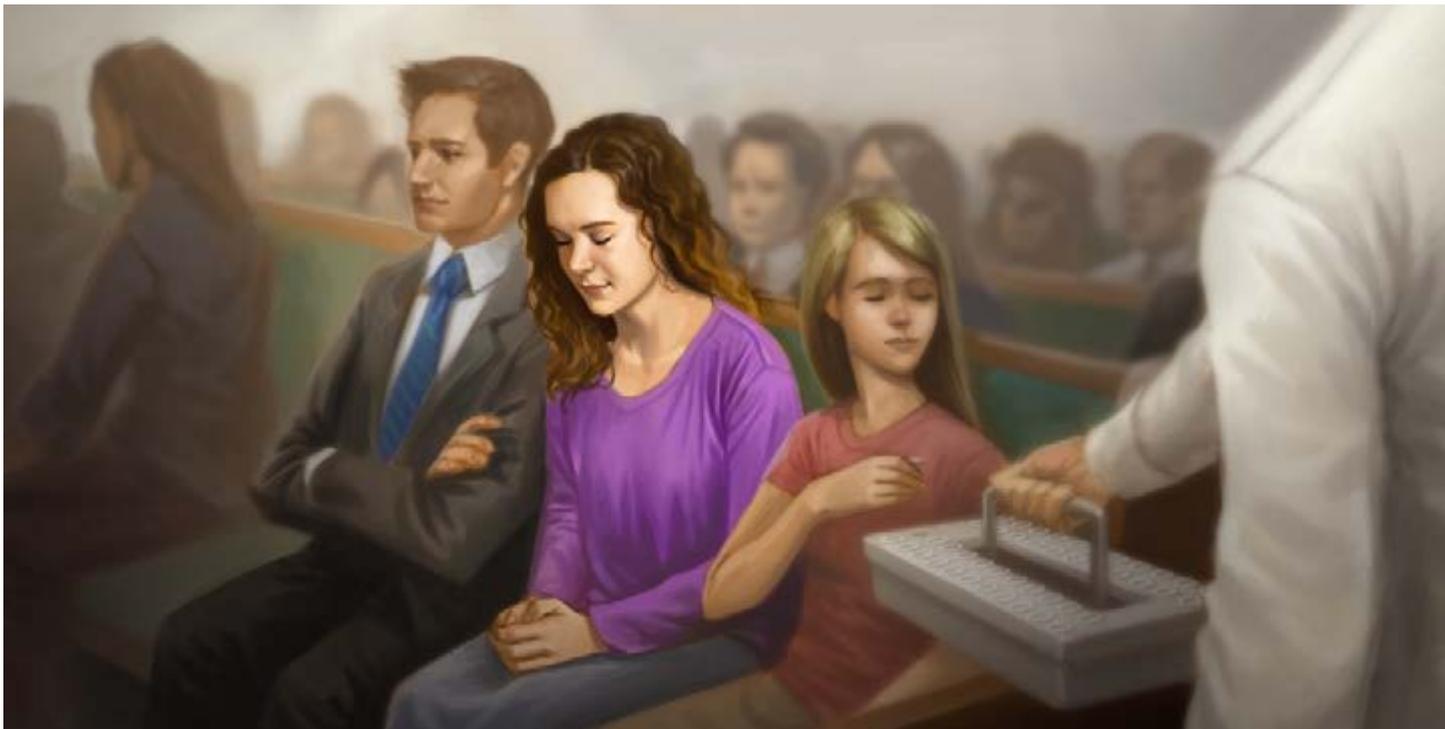
主会帮助你认出你身边那些需要你帮助的人。你也会得到引领，知道如何以最好的方式去为他们服务。当你以微小而简单的善举去为人服务时，你的生活会更快乐，更有成就感。为人服务会为你的生活带来平安和喜乐。

5. 我们可以悔改

就算我们真诚地努力遵守诫命，我们每个人都有不足之处，无法做到完全。但由于耶稣基督的一生和使命，祂赐给我们方法回到祂身边。

要记住耶稣基督提醒我们记得，透过祂的赎罪而赐给我们的悔改恩赐。耶稣邀请我们每个人悔改，当我们弃罪和转向祂，就会体验到喜乐。我们若有真诚的渴望去改变和遵守诫命，主应许我们：“凡悔改自己的罪的，就被宽恕，我，主，不再记住那些罪”（教约58：42）。

当你领受圣餐时，就是承诺要一直记得救主。你越常想到基督，祂就越会成为你生活中的重心，也会越常引导和指引你发挥所有潜能。一直记得救主会一直造福你的生活。■



拯救我的安息日

麦肯兹·布朗

我迟到了！我急急忙忙穿上一件好看的洋装，拿了发带，驱车前往教会，停好车，急忙进入教堂。欸！正当主教起身要开始圣餐聚会时，我及时在讲台上找到位置坐下。

那个星期天我需要演讲，所以我很快地看过笔记，确保我没有忘记任何事情。时间过得很快，圣餐聚会结束了，我要去上主日学。我又成功的度过一次圣餐聚会！

但就这样吗？

在接下来的一整个星期我开始思考。下一个星期日又到

了，我在圣餐聚会中坐着，思考圣餐对我有什么意义时，脑海浮现一个想法：我每个星期都再次承诺要一直记得耶稣基督，但我是否有认真做到？

我想要改变，所以我决定拟订一周的计划。

- 在这一周，我会花时间想一想自己的行为，并请求神宽恕我的罪。我也一定要提早到教堂，这样我可以聆听会前音乐，感受圣灵。
- 圣餐仪式中，我会记得耶稣基督和祂的赎罪。我会虔诚地回顾自己做对和做错了什么。我会问自己：“主，我

还缺少什么呢？”（见马太福音19：20）。

- 圣餐聚会后的每一天，我会祈求神帮助我改进并记得基督。

当我按照这计划去做时，我发觉自己越来越喜欢圣餐！我喜欢向天父祈祷，和祂谈谈我的生活。无论我在过去一周的行为如何，我一直都感谢耶稣基督的赎罪，以及有机会让我可以改变和变得更好。如今我了解到，圣餐不只是为星期日而设的；而是为了每一天。

作者现居美国犹他州。

人在心不在?

“有人请你准备、祝福、传递或领受圣餐时，
你是否深深思考救主和祂为你所作的赎罪牺牲？”

十二使徒定额组罗素·培勒长老（“最优秀的
年轻成人世代”，2015年5月，
《利阿贺拿》，第68页）



我的经验谈

学习成为世上的光

维克托·华格斯

我出生在多米尼加共和国，从小在教会中长大。在我成长的过程中，我身边有很多伟大的领袖，他们努力帮助我走在正确的道路上。我的梦想是去传教和帮助别人。

由于我父亲搬到美国，他想让我们过更好的生活，所以母亲独力照顾我和姊妹们。有时我会感到孤独，但我并不孤单，因为我可以找教会领袖来讨论我在生活中遇到的任何难题。

我们搬到美国后，我开始面临巨大的考验。我们在一个小分会聚会，那里有一些伟大领袖想要帮助我，但我学校里的同学却想拉我偏离福音的道路。不幸的是，我开始用刻薄的方式对母亲说话，也很少听她的忠告。

尽管我每个星期天会去教会，但其实我并没有想去的渴望，而且我不知道自己是否还想去传教。

有一天早上，我翻开摩尔门经，刚好翻到我最喜欢的经文，尼腓三书12：14-16：

“我实实在在告诉你们，我要你们作这人民的光。城造在山上，是不能隐藏的。

“看啊，人点灯是放在斗底下吗？不是，而是放在灯台上，照亮

一家的人；

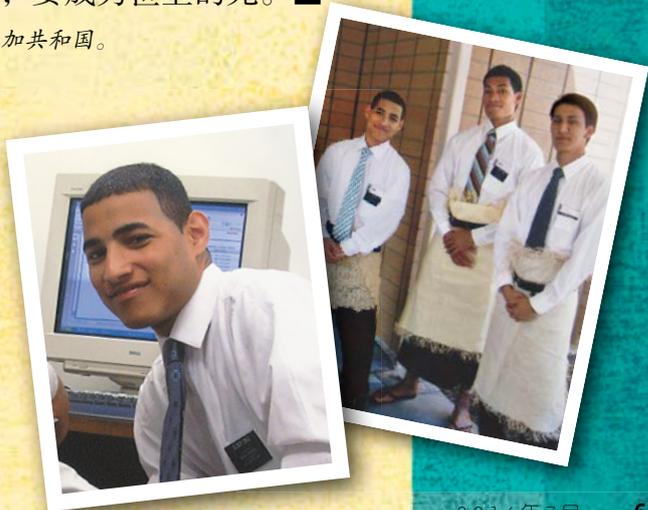
“因此让你们的光这样照在人前，叫他们看见你们的好行为而赞美你们在天上的父。”

读到这段经文带给我极大的快乐，因为它帮助我想起自己在福音进修班学到的事情，以及天父的计划是多么奇妙。所以我决定要努力成为世上的光。

我邀请了两位表兄弟来教会。其中一位原本不太活跃，后来变得活跃；而另一位不是教会成员，后来我为他施洗。

一年后，我收到传道召唤，到美国加州服务。在我传教期间，我毫无疑问地知道这是耶稣基督真正的福音。我在帮助别人的时候，我的见证不断增长，而每当我研读经文的时候，我总是会背诵尼腓三书的这段章节，要成为世上的光。■

作者现居多米尼加共和国。



无论你是谁

琳达·戴维斯

根据真实故事改写

安蒂心想：“喔！不！如果我没有和家人印证在一起，会发生什么事情呢？”



说：“可以在圣殿结婚。”

龙姊妹说：“很好。还有呢？”

艾利森又说：“家人在圣殿印证后，家庭可以永远在一起。”

安蒂心想：“但我的家人不行。爸爸妈妈还没有在圣殿印证！”突然间，她觉得脸颊发烫，她的眼睛因泪水而刺痛。

龙姊妹问：“安蒂，你还好吗？”

“我是神的孩子，祂差我来此地”
(《儿童歌本》，第2页)。

安蒂照了照镜子，心想：“很好看！”她穿着自己最喜欢的红色洋装，她总是希望能在星期天呈现自己最好的一面。她跑下楼吃早餐。

车道传来里德家庭汽车的喇叭声，安蒂刚好吃完最后一块吐司。安蒂说：“妈妈，再见！爸爸，再见！”她亲吻他们，随即跑出门。

虽然爸爸妈妈不是教会的成员，但是他们鼓励安蒂每周去教会。从她受洗和接受证实后，里德家庭几乎每个星期天都会开车载她到教会。安蒂喜欢里德家庭，因为他们总是让

她感觉受到欢迎和喜爱。

圣餐聚会结束后，接着是初级会的课程。安蒂喜欢上龙弟兄和龙姊妹的勇士班课程。他们人很好，他们的课程都很棒。

龙姊妹说：“今天我们要谈的是圣殿。大家知道哪些有关圣殿的事情呢？”

安蒂知道一个答案：“我们可以执行圣殿洗礼教仪。”她对于去圣殿执行教仪感到兴奋，因为她支会里的女青年每年都会去圣殿代替死者洗礼。不久，安蒂也可以去了！

“安蒂，很棒。还有哪些方面呢？”

安蒂的朋友艾利森



安蒂吸了一口气，试着忍住眼泪回答说：“没事。”但在接下来的课程中，她觉得自己的心砰砰直跳。

下课时，龙姊妹坐在安蒂旁边，并伸出手臂搂着安蒂。她问道：“怎么了？”

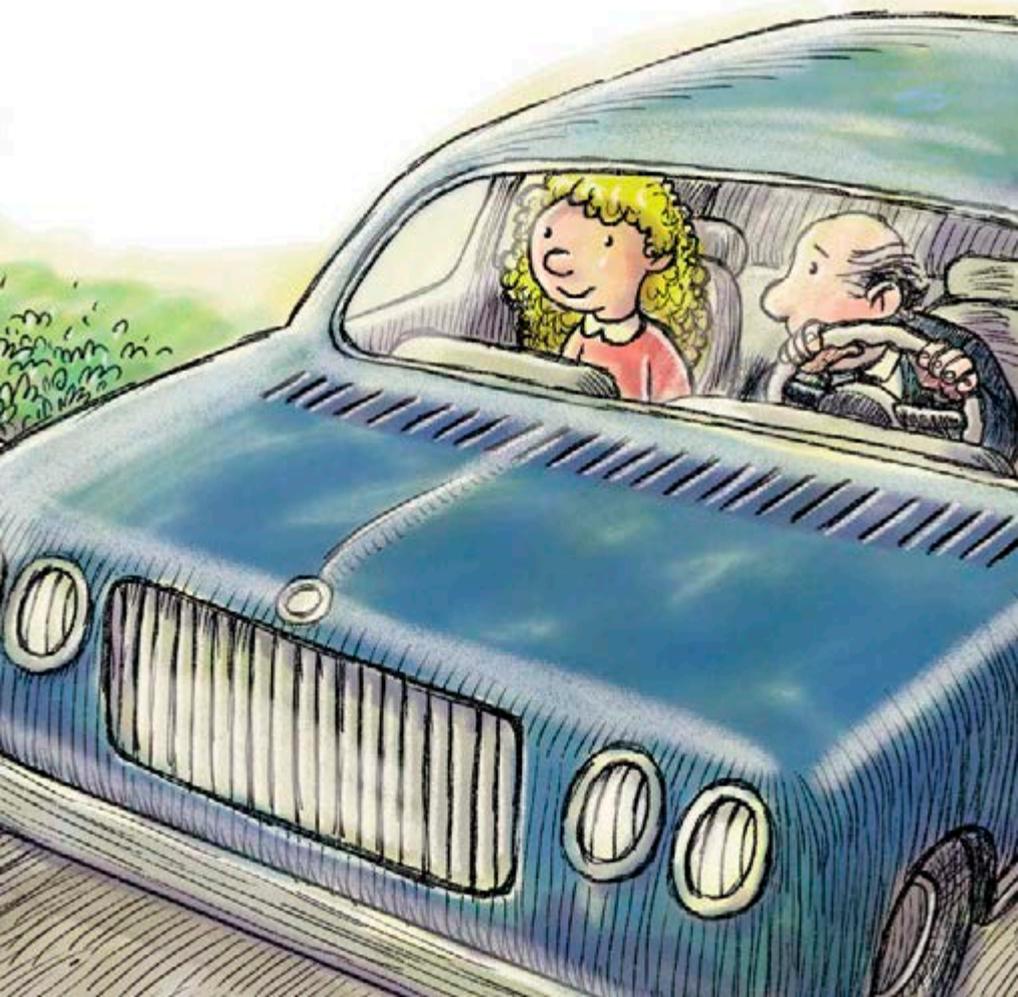
安蒂说：“我不会跟我的爸爸妈妈永远在一起。他们并没有在圣殿结婚。我死后将会跟谁在一起呢？如果我的父母不是教会成员，天父是不是还爱我呢？”

龙姊妹看着安蒂的眼睛。

“无论你是谁，无论你的家庭是否去过圣殿，你都是天父大家庭中的一份子。你可以与祂保持亲近，作别人的榜样。不管怎样，祂都会一直爱你、引导你和保护你。祂想要祝福你和你的家人。安蒂，你是神的孩子。”

这时安蒂的心情为之一振，不再难过了。此刻，她的内心充满了一股温暖的感觉。她知道她老师说的话是真的。■

作者现居美国犹他州。



你能做什么？

如果你的父母或其他家人不想成为教会的一份子，你可以做什么？

- 记住他们有选择的自由，而且天父爱他们。
- 让他们知道你爱他们。
- 藉着奉行福音，成为他们的榜样。
- 记住他们所有的优点。
- 祈求天父帮助他们感受到祂的爱，并带领他们到教会。



克拉伦斯对抗冠军

萝莉·博勒

教会杂志
根据真实故事改写

克拉伦斯盯着车窗外映入眼帘的海港，五颜六色的房子和商店前面有许多漂浮在海中的船只。丹麦的首都哥本哈根是一座到处都是宫殿、豪宅和公园的美丽城市。这跟克拉伦斯在美国犹他州的家乡截然不同。克拉伦斯还清楚记得自己小时候，在尘土飞扬的街道上赛跑的情景。如今他是美国国家田径队的一员，而明天他将面对一场与丹麦著名选手

的重要比赛。

车子停在小教堂前，聚会已经开始了。

克拉伦斯溜进聚会后座的座位时，坐在台上的一位传教士从一则报导隔天赛事的新闻中一眼就认出他来。分会会长请克拉伦斯上台演讲。

在克拉伦斯告诉大家他为什么来访后，一个男孩举手站了起来，他问：“你认为你能击败丹麦的冠军吗？”

克拉伦斯不知道要说什么。这位丹麦选手这个赛季

确实在1,600米项目中有较佳的成绩。

其中一位传教士在克拉伦斯还没能答复前就说道：“他当然可以，因为他遵守智慧语。”他打开经文翻到教义和圣约第89篇。他读出给那些遵守智慧语的人的应许：“必奔跑却不困倦，行走却不疲乏”（第20节）。

克拉伦斯还能说什么呢？他知道智慧语是真实的。从孩提时起，他已经承诺会一直遵守智慧语。但是，单靠



克拉伦斯的选择

克拉伦斯·罗宾逊参与了1948年夏季奥运会的比赛，并成为一位杰出的大学田径教练。他年轻时便承诺他会永远遵守智慧语。他知道这么做并不会让他赢得所有的比赛，但是他知道，当他是洁净、配称而且有信心时，天父会帮助他有很好的表现。

遵守智慧语并不意味他可以赢得这场比赛。胜出还需要练习与技巧。克拉伦斯离开聚会后，他心想：“反正教会应该没有人会去看明天的比赛。”

第二天傍晚，克拉伦斯在为比赛热身时，他抬头一看，看到了两位传教士和大约17位男孩。他们已经来了！

他们走近前来，其中一位传教士低声对克拉伦斯说：“今晚你最好跑出个人的最佳成绩。”很多男孩都不是教会的成员，但他们跟着自己的朋友来，想看看智慧语是否确实是真实的。

克拉伦斯很担心。在这

场比赛中，就算尽全力可能都还不够；但他是为了耶稣基督的一项福音原则而跑，他必须赢。在这之前，他从来没有祈求获胜，但他找了一个空房间作祈祷。

他祷告说：“天父，我知道智慧语是真实的，我从来没有违反过这项诫命。请祝福我在这场比赛中取得胜利。”当他出场走到起跑线时，他知道天父听到了他的祈祷。他信赖天父的旨意。

那天晚上下着雨，场地泥泞。克拉伦斯起跑时，这场比赛就像他参加过的许多1,600米竞赛一样，节奏很快，而丹麦的冠军选手一路

领先。但克拉伦斯在跑完第三圈后，突然间他再也不觉得累。他开始跑得更快，而且一点也不觉得痛；甚至再快一点，还是不觉得痛。他超越了丹麦的冠军选手，并继续跑得更快。

当克拉伦斯跑到弯道时，他的教练大喊：“放慢速度！你这样绝对跑不到终点线！”但克拉伦斯知道他可以继续跑下去。当他完成比赛时，他比丹麦的冠军选手足足领先了50码（46米）！他知道自己之所以能够获胜，是因为天父已经答复了他的祷告，也因为智慧语是真实的。■

朋友和信心

梅丽莎·哈特，美国犹他州



嗨！
我是伊凡娜。

我住在哥伦比亚波哥大，我透过与朋友和家人分享福音而感到勇敢自信。



我就读一所天主教女子学校。尽管我所相信的一些事情与我的同学和老师所相信的有所不同，但是他们尊重我，我也尊重他们。他们对我的信仰非常好奇，所以我有机会与他们分享我的信仰！这是我和我的朋友露易莎的合照。

老师问我，我们和天主教徒是否相信同样的事情。我说我们相信耶稣基督。我也谈到摩尔门经、圣经及教义和圣约。

我的爸爸不是教会成员，但他经常参加教会活动。我开玩笑说他是“天主教摩尔门”。



我们去过盐湖城参加总会大会，聆听孟荪会长的演讲。他的话非常美好，那些话教导人们福音。



我邀请学校的一个朋友来参加我的洗礼会，她来了！我很高兴能够和她共享这个经验。



伊凡娜 勇敢自信的小秘诀

微笑并与人分享教会和经文中的故事。

每个星期天参加教会聚会。
举行家人家庭晚会。
努力每天研读经文。

哥伦比亚波哥大圣殿很漂亮。我希望有一天可以进去，以便了解更多关于福音的事。我的朋友萝拉和我一起来。





罗素·培勒长老
十二使徒定额组

传教士是怎样召唤的？

首先，你的主教和支联会会长会跟你面谈。



接着，十二使徒定额组的一位成员会在电脑萤幕上看到你的照片和关于你的资料。



他们会看着你的眼睛。

然后，藉着主的灵的力量，他们会指派你到教会409个传道部里的其中一个。

摘自罗素·培勒，“最优秀的年轻成人世代”，2015年5月，《利阿贺拿》，第67-70页。



问题角落



爸妈吵架时，我觉得很担心也很难过。我可以做什么？



你可以向天父祈祷，那总是会让我觉得好多了。

海登，6岁，加拿大亚伯达省



你可以祈祷来帮助你的妈妈和爸爸克服他们的问题，和哼一些教會的歌曲来让你心情好一些。

艾迪生，10岁，美国华盛顿州



我和我的兄弟姐妹会进去我们的房间，听大会堂唱诗班的演唱。这帮助我们感受到平安。

班，11岁，澳洲布里斯班



为了让他们高兴，我会告诉他们有趣的笑话，和在学校的生活动。他们开始笑的时候，我感觉到圣灵在告诉我，我做了对的事情。

埃琳娜，12岁，美国加州



我会向天父祈祷，在我父母吵架时，请祂帮助他们能够感受到圣灵和解决他们的问题。

伊森，11岁，美国加州



迈克斯：我会拥抱他们，唱初级会的歌曲给他们听，提醒他们记得耶稣。

盖博：画一幅你的家庭在天上的图，让你父母的心情好起来。

迈克斯和盖博，6岁和10岁，印度高知



下一个问题

“我要怎么知道我已经够大，可以开始禁食？”

你有什么建议吗？请在2016年7月31日之前把你的回答及照片寄给我们。请在 liahonalds.org 网站线上投稿或以电子邮件寄至 liahona@ldschurch.org。（请在主旨栏写上“问题角落”。）请记得要附上父母的同意书！

摩罗乃队长很勇敢

摩罗乃队长带领尼腓军队，他非常乐意服从他的天父。他帮助尼腓士兵共同抵御拉曼人，他提醒尼腓人想起天父的祝福。他提醒他们要为自己的自由和家庭而战，好让他们能够勇敢。



很多小孩在学校里会说一些让我感到不舒服的话。我和妈妈作了祈祷，祈求能获得勇气并知道对这件事情最好的做法。第二天，当他们开始说那些话时，我很有礼貌地说：“请别说那些话，那些话让我很不舒服。”他们说：“好的，对不起。”这让我感到快乐，也很高兴了解到，当我寻求帮助时，天父会帮助我。

贝拉，10岁，美国弗吉尼亚州



格兰特，10岁，美国佛罗里达州



剪下这张挑战卡，折好后好好保存！

我可以很勇敢！

- 背诵阿尔玛书48：11-12。也要读第17节！
- 帮助担心或害怕的人变得勇敢，与他们分享你对天父的见证。
- 到scripturestories.lds.org观看摩尔门经影片的第31-33章和第35章。
- 我要挑战自己去……

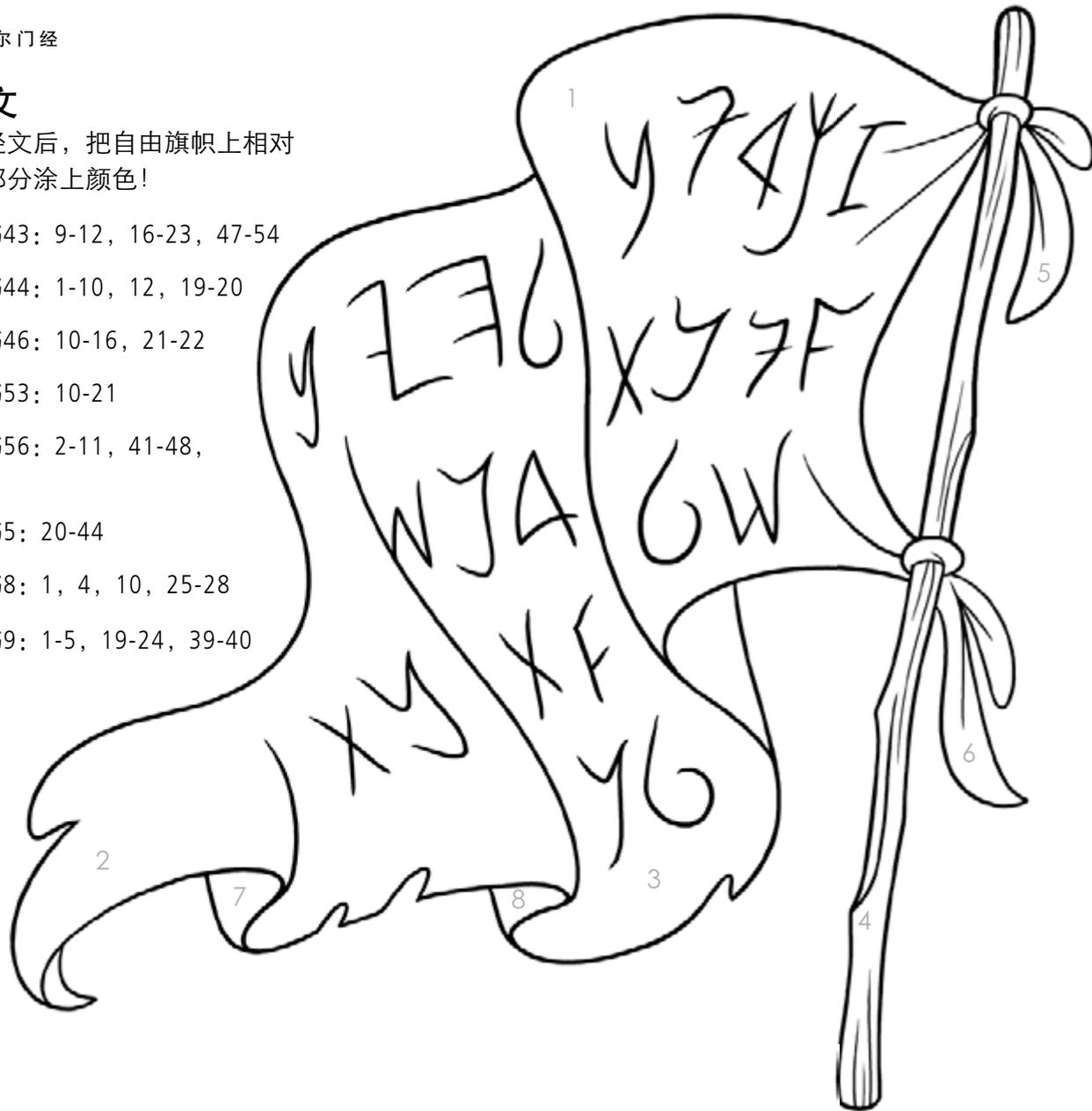
摩罗乃队长

我能阅读摩尔门经

本月经文

读完一段经文后，把自由旗帜上相对应的数字部分涂上颜色！

- 1 阿尔玛书43: 9-12, 16-23, 47-54
- 2 阿尔玛书44: 1-10, 12, 19-20
- 3 阿尔玛书46: 10-16, 21-22
- 4 阿尔玛书53: 10-21
- 5 阿尔玛书56: 2-11, 41-48, 55-56
- 6 希拉曼书5: 20-44
- 7 希拉曼书8: 1, 4, 10, 25-28
- 8 希拉曼书9: 1-5, 19-24, 39-40





自由旗帜

为了保卫他们的家园和家人，摩罗乃带领尼腓人与拉曼人作战。摩罗乃队长用他的外衣做了一面“自由旗帜”。他写了一个特别的信息，提醒尼腓人记得他们为何而战：“为纪念我们的神、我们的宗教和自由、我们的和平、我们的妻子、我们的儿女”（阿尔玛书46：12）。请到第76页作进一步阅读。找出下一期杂志里的另一个阅读挑战！■

摩罗乃队长的旗帜

从前有个邪恶的国王，他想要统治尼腓人。



摩罗乃是尼腓军队的队长，他很强壮，而且爱神。



摩罗乃队长想要保护他的人民，不受邪恶国王军队的攻击。



他决定为他的人民做一面旗帜。



摩罗乃队长的旗帜提醒他的人民，他们要
跟随神和保护他们的家人。那么他们
就会有平安。■

当我听见先驱者小孩

坚定地 ♩ = 120-126

词曲：珍妮·贝莉

C Dm7 C F G

1. 当我听见先驱者小孩，在考验中忠信勇
2. 当我听见先驱者小孩，我就想此生能坚

C F Dm C

敢，我也愿像他们般的乐意仰
强，我努力遵守所有的诫命，作

G D7 G C Dm7

望主并的获得力量。像他们一样跟随
真正的后期圣徒。以身体作则散发出

C F E7 Am

先知，因我也想看锡安。我
光芒，让信徒们都看见，我

F C Dm7 G7 C

将有信心做困难事，如果主希望我去做。
要像先驱者的小孩，因主一直很信赖我。



培道·潘会长
(1924-2015)
十二使徒定额组组长

灵性的鳄鱼

我说：“怎么可能，那里没有鳄鱼啊。”

我一直想到非洲去一趟，亲眼看看那些动物。机会终于来了，……

我们在一个水池边停车，观看动物喝水。那一季极为干旱，水不多，水池根本就是个泥潭。大象踏进软软的泥巴里，水分就渗到大象的脚印当中，其他动物就到大象的脚印里喝水。

羚羊最胆小，它们才一走近泥潭边，就吓得立刻逃跑。我见附近并没有狮子，便问向导，为什么羚羊不喝水。他的回答是因为有“鳄鱼”，这就是这个故事的重点了。

我想他一定是在开玩笑，于是一本正经地问他：“到底是怎么回事？”他的答案还是：“鳄鱼。”

我说：“怎么可能，那里没有鳄鱼啊。”……

我想，他看得出来我不相信他，于是决定给我一个教训。我们驱车前往另一个地点，车子停在泥潭上方的堤



岸，我们可以向下俯瞰。“就在那里，”他说：“你自己看看吧。”

除了泥巴和一点点水，以及躲在远处的胆小动物之外，我没看见任何东西。然后，我忽然看到了——一只大鳄鱼，埋伏在泥潭中，等着毫无戒心的动物在耐不住口渴时，前来喝水。……

我实在不配让向导对我那么友善。当他第一次回答说是“鳄鱼”时，对我那种自以为是“万事通”的质疑态度，他大可以邀我说：“不信，你自己出去看看！”

我自己根本看不到有鳄鱼。我对自己那么有自信，我想我很可能会跑下车去看个究

竟。这么自负地去一窥究竟，可能会让我丧命！但是他却那么有耐心地教导我。

年轻朋友们，我希望你们在跟你们的人生向导谈话时，会比我在那样的情况下聪明一点。那种自以为样样都懂、自作聪明的想法，实在不是我该有的行为，你们也不该这样。别以为我对这件事沾沾自喜，若不是因为告诉你们这些事可能对你们有益，我想我是羞于提起此事的。

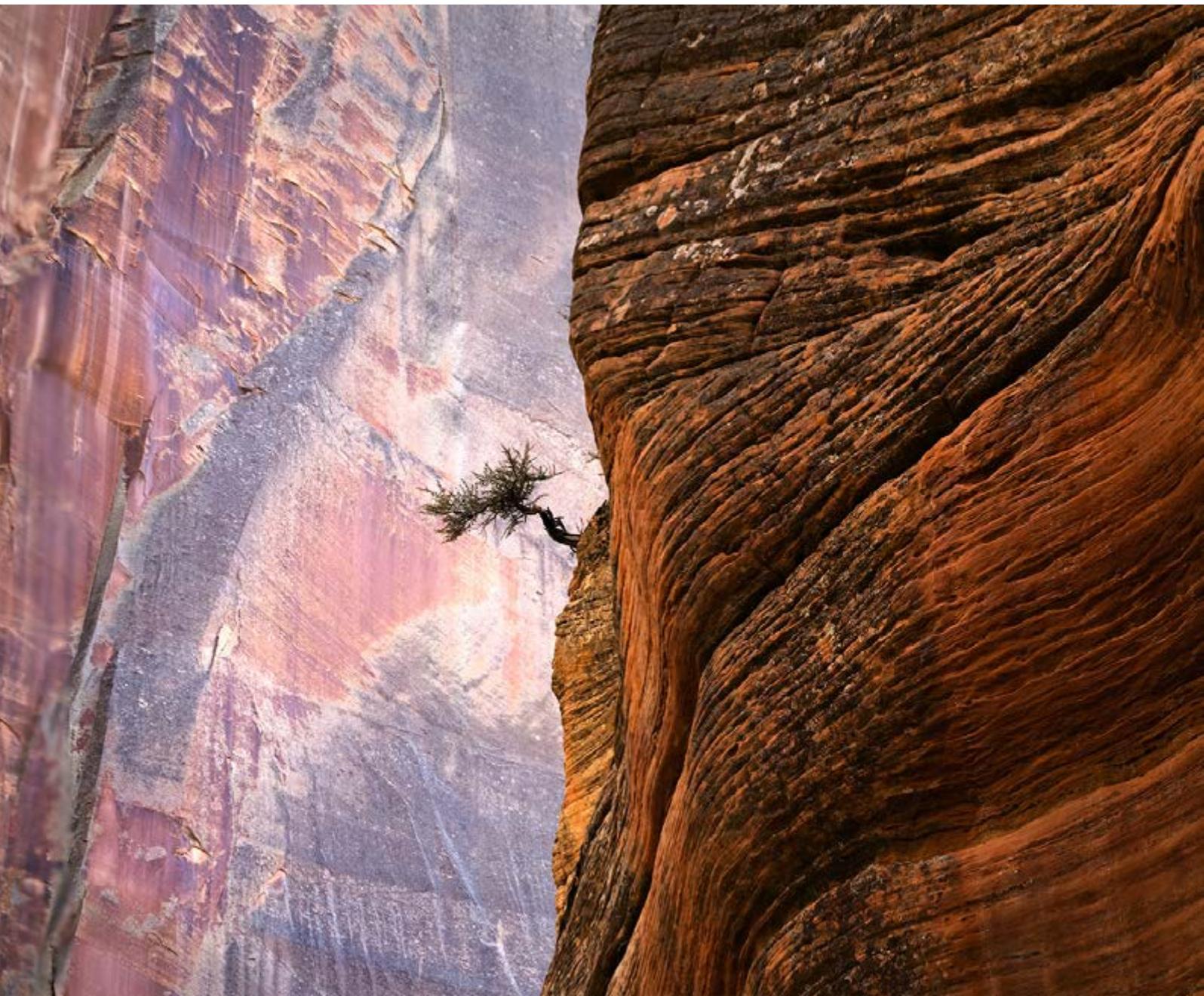
在人生的道路上，那些走在你们前面的人已经稍微探查过水池，并且高声警告有鳄鱼了。不只是那庞大的灰色爬虫会把你咬成碎块，灵性的鳄鱼甚至比善于伪装的非洲爬虫更危险至极，更擅于骗人、更加看不到。

这些灵性的鳄鱼会扼杀或摧残你的灵魂，它们能够摧毁你及爱你之人内心的平安。这些都是我们所要警告的，今生中几乎每一处水池都有它们出没的踪迹。……

幸好人生中有够多的向导，只要我们愿意不时听从忠告，就可以避免这些事情发生。■

摘自“灵性的鳄鱼”，2002年10月，《利阿贺拿》，第8-11页。

真知灼见



我们如何能充满敌意的世界里成长茁壮？

“我们是基督的门徒，生活在一个动荡不安且充满敌意的世界里，如果能把我们的根深植在对救主的爱里，谦卑地奉行祂的教训，我们也能枝叶茂盛，绽放花朵。”

十二使徒定额组昆丁·柯克长老，“主是我的光”，2015年5月，《利阿贺拿》，第63页。

本期的其他内容

年轻人园地

第44页



面对 提早返乡 的方法

传教提早返乡令我感到非常悲痛，但我发现，当我专注于这六点，我可以向前迈进。

青年园地

记得 救主

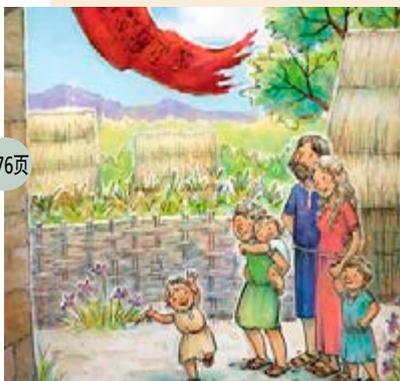
每个星期，我们承诺要一直记得耶稣基督，当我们遵守这项承诺时，就能天天获得祝福。



第60页

儿童园地

第76页



摩罗乃队长的 旗帜

摩罗乃队长做了一面旗帜，帮助他的人民记得最重要的事，像是他们的家人和神。你会如何记得你生活中最重要的事？

请将您对《利阿贺拿》的意见，以电子邮件寄至 liahona@ldschurch.org。

耶稣基督
后期圣徒教会