

耶 穌 基 督 後 期 聖 徒 教 會 • 2 0 1 6 年 6 月

# 利阿賀拿



父親要如何造福子女  
的生活，第4, 10頁

在日本傳教、總主教、新使徒：  
蓋瑞·史蒂文生長老，第14頁

摩爾門經如何恢復人們的  
靈性眼力，第20頁

有關來生的14個問題解答，  
第32頁



「他們必不飢不渴，炎熱和烈日也必不傷害他們；因為憐恤他們的，  
必引導他們，領他們到水泉旁邊。」



## 信息

- 4 總會會長團信息：  
我們的父，我們的良師  
迪特·鄔希鐸會長
- 7 探訪教導信息：  
聖殿教儀和聖約

## 特稿

- 14 蓋瑞·史蒂文生長老：  
有顆善解的心  
羅拔·海爾斯長老  
史蒂文生長老在服務時，有一顆聆聽聖靈提示的心，了解救主贖罪所帶來的各項祝福，並了解教會有能力去造福有需要的人。
- 20 瞎子的眼必得以看見  
林恩·羅賓長老  
摩爾門經是耶穌基督和祂的榮耀福音的第二個見證人。

## 26 一路上七個溫柔的奇蹟

以法蓮·斯密  
我從貧窮卑微的孤兒到成為為主服務的傳教士，這段歷程充滿了奇蹟。

## 28 來跟從我： 在家中教導基本原則

艾莉西雅·史坦頓  
和娜塔莉·肯伯  
和家人一起學習每月青少年各項主題的建議。

## 32 我們對死後的生命有何認識？

大衛·愛德華茲  
因為復興福音明白而寶貴的真理，我們可以協助回答有關死後生命的一些問題。

## 36 經歷內心的改變

愛德華·杜貝長老  
當我們的女兒病倒時，我意識到我需要像阿爾瑪那樣經歷內心巨大的改變。

## 專欄

- 8 我們的信仰：  
我們信要跟隨先知
- 10 我們的家，我們的家人：  
父親慈愛的榜樣  
姓名保留
- 12 音樂：來歸向祂  
提多·柯提斯和修·杜格爾
- 40 省思：萬歲！  
奎格·凱澤
- 41 在教會中服務：不會在我任內！  
布瑞特·波特
- 42 後期聖徒的心聲
- 80 直到再相會：  
作見證的內容、理由和方式  
賓塞·甘會長

### 封面

封面：寇迪·貝爾攝。  
封面裡：iStock/Thinkstock攝。  
封底裡：萊斯里·尼爾遜攝。



46

46 堅持不懈與門徒身分

大衛·伊凡長老

我們必須堅持不懈，才能成為救主的真正門徒，達成真正良好的目標，天父知道我們必須達成這些目標，來為永恆作準備。

50 安息日的得勝者

珊曼莎·麥法研

我們需要選擇在安息日參加比賽，努力贏得全國冠軍，或是放棄比賽，守安息日為聖。

52 擔任傳教士最困難的部分

溫蒂·烏利齊

你已經讀過摩爾門經和宣講我的福音，但是你知道如何與陌生人交談，面對別人的拒絕嗎？掌握一些其他技能，你去傳教時絕對會用得到。

57 我們的天地

58 來自傳道區：呼救的靈魂

司提反·杜達爾

他看起來不太友善，難以親近，而且讓人有點害怕。但他真的只是一個需要知道永恆答案的靈魂。

61 教會領袖的回答：

如何幫助傳教士

大衛·貝納長老

62 答問篇

我的父母會說髒話、聆聽嘈雜的音樂及觀看不適宜的電視節目。我在家裡，特別是在星期日的時候，可以做什麼來感受到聖靈？

64 如何當個好朋友

大衛·摩瑞爾

我們都需要朋友。這裡有一些方法可以交到好朋友，和幫助我們當個好朋友。



76

66 勇敢自信的兒童：堅守正義

艾西亞·譚

68 喬丹的研讀夥伴

克絲汀·愛德

喬丹少了他的研讀摩爾門經的夥伴後，不知道該怎麼辦。後來他想到一個主意！

70 神的全副軍裝

你可以做哪些事來保持靈性的平安和快樂？

72 使徒的回答：

我們在洗禮時作了哪些承諾？

尼爾·安德森長老

73 我們的園地

74 摩爾門經的英雄：

艾別絲是傳教士

75 我能閱讀摩爾門經

76 摩爾門經的故事：

阿爾瑪教導如何祈禱

79 著色頁：我可以保持虔敬

履歷表



看看你能不能找到隱藏在這期雜誌裡的利阿賀拿。提示：哪裡可以祈禱？

52



2016年6月，第6期  
利阿賀拿13286 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·艾寧，迪特·鄔希譚

十二使徒定額組：羅素·納爾遜，達林·鄔克司，羅素·培勒，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，羅納德·羅斯本，蓋瑞·史蒂文生，戴爾·瑞隆

編輯：約瑟·希塔提

副編輯：雅各·馬提諾，卡羅·麥康基

顧問：布萊恩·艾希頓，藍道·班尼，奎格·卡登，雪柔·艾斯普林，克里斯·戈登，道格拉斯·何梅茲，賴姆·勞倫斯，卡羅·史蒂芬

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：法蘭·強生

助理主編：萊恩·卡爾

出版助理：梅根·韋海夫

編撰組：布特妮·畢提，大衛·狄克生，大衛·愛德華茲，馬太·富利頓，羅利·傅勒，蓋瑞·葛夫，藍妮·高恩特，吉兒·海金，夏綠蒂·拉克貝，敏蒂·萊維特，米迦勒·莫里斯，莎利·奧苗克，約書亞·伯凱，珍·賈柏若夫，理查·羅森森，保羅·范登堡，瑪瑞莎·韋迪森

實習編輯：艾麗西亞·斯坦頓

美術主編：史考特·納德森

美術主管：泰德·彼得生

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·奧格萊，艾力克·強森，蘇珊·羅夫根，史考特·慕義，馬可·羅賓森，布萊德·提爾，妮可·沃肯霍斯

智慧財產協理：珂利特·歐尼

出版經理：珍妮·彼得生

出版組：康妮·布利治，茱莉·博德，凱蒂·鄧肯，布萊恩·蓋奇，丹妮絲·柯比，金妮·尼爾森，蓋爾·瑞弗帝

印刷作業：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：蔡紅龍

中文出版助理：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、斯瓦希里文、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. © 2016 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；電子郵件：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

For Readers in the United States and Canada:

June 2016 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480) Chinese (ISSN 1522-9157) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). 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

本期所刊載的文章與活動可以用於家人家庭晚會，以下是兩個範例。



「我們的信仰」，第8頁：本文教導：「我們支持先知和使徒時，就會得到見證，知道他們是神的僕人。」閱讀或聆聽總會大會的演講可以增強你對先知的見證。不妨全家人一起閱讀孟孫會長最近的一篇演講，選擇一項特定的忠告加以遵行。遵行先知所吩咐的事時，試著察覺你們得到了什麼祝福。

「來跟從我：在家中教導基本原則」，第28頁：賓塞·甘會長（1895-1985）教導：「無論是個人或教

會的成功，大多取決於我們如何切實地在家中實踐福音。」不妨用一個月的時間，全家一起研讀來跟從我的一個主題。可以在每星期使用經文或其他研讀輔助資料，像是宣講我的福音、LDS.org、經文指南，和耶穌基督的生平的聖經影片，來探討所選主題的各個層面。也可以在每星期的家人家庭晚會中分享自己的學習心得和感受。不妨在研讀日記中記下自己的看法和感想，並透過社群媒體跟朋友分享你所學到的事。

## 上網瀏覽更多

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。若要尋找靈感信息、家人家庭晚會建議和可與家人朋友分享的資料，請造訪facebook.com/liahona.magazine（提供英語、葡萄牙語和西班牙語）。

## 本期主題

數字代表文章起始頁。

友誼，64

父神，4

父職，4，10

目標，46

先知，8，42，44

安息日，45，50，62

自立，28

見證，80

亞倫聖職，41

奇蹟，26

服務，41

服從，8，28，70

門徒身分，46

青少年，41

信心，36，46，75

洗禮，72，73

祈禱，12，58，61，66，76

耶穌基督，12，28，40

家庭（家人），10，28，

36，43，44，62

虔敬，79

堅持不懈，46

婚姻，28

救恩計畫，32，58

教儀，7，28

教導，28，43

傳道事工，52，58，61，74

聖約，7，28，72

聖殿，44，73

聖殿事工，7

聖經，20

聖餐，40

態度，52

摩爾門經，20，57，68，

74，75

謙卑，52

歸信，36

贖罪，36



迪特·鄔希鐸  
會長

總會會長團  
第二諮理

# 我們的父， 我們的良師

**你** 是否曾經打開一整箱的配件，拿出裝配手冊，心裡卻想：「這樣組裝根本一點都不合理」？

有時候儘管我們非常用心且自信滿滿，還是會一手拿著配件，一邊問道：「這是做什麼用的？」或是「這要如何裝進去？」

當我們看到盒子上還註明：「滿 8 歲以上才能裝配」時，我們變得更加洩氣。由於我們還是一頭霧水，這樣的說明對於提升我們的自信或自尊毫無幫助。

有時候我們對福音也有同樣的感覺。我們看著福音的某個部分，可能會感到不解，不知道其中的目的；我們也可能審視福音的另一個部分，經過一番努力想要徹底了解，卻發覺我們始終不明白為何那個部分會包含在福音裡。

## 天父是我們的良師

幸運的是，天父已賜給我們美好的指示來架構人生，成就最好的自己，這些指示適用於各個年齡和各種處境。祂賜給我們福音和耶穌基督的教會；祂賜給我們救贖計畫，也就是救恩計畫，亦即幸福計畫。祂不會讓我們獨自去面對人生的無常和種種挑戰，說：「去吧！祝你好運，自己想辦法吧。」

只要我們有耐心，懷著謙卑的心和開闊的胸襟去體察，就會發現神已賜給我們許多工具，來幫助我們更了解祂周詳的指示，以獲得幸福的人生：

- 祂賜給我們聖靈，這無價之寶在我們研讀神的話語，並努力在思想言行上更符合祂的教導時，能成為我們從天庭而來的個人導師。
- 藉由信心的祈禱和真誠的懇求，祂讓我們無時無刻都能接近祂。
- 祂賜給我們近代的使徒和先知，揭示神在這時代要對我們說的話，並擁有在地上和天上捆綁或印證的權柄。
- 祂復興了祂的教會，這是一個由信徒組成的組織，在戰戰兢兢和懷著無比喜樂的心情去努力獲得救恩的過程中，大家一起互相幫助。<sup>1</sup>
- 祂賜給我們神聖經文，給予我們祂的書面話語。
- 祂賜給我們琳瑯滿目的現代科技工具，在我們努力成為神的門徒的過程中幫助我們。我們可以在 [lds.org](https://www.lds.org) 上找到許多這樣奇妙的工具。

為什麼天父如此傾力幫助我們？因為祂愛我



們。正如祂親自說的：「這是我的事工和我的榮耀——促成人的不死和永生。」<sup>2</sup>

換句話說，天父是我們的神，而神是我們的良師。

天父比任何人都更了解祂兒女的需求，祂的事工和榮耀就是不斷幫助我們，賜給我們奇妙的屬世和屬靈資源，幫助我們回到祂的身邊。

### 每一位父親都是良師

在世界上的某些地方，當地的社會和家庭會在六月份慶祝父親節。孝敬父母向來是一件好事。父親為家人做了許多

美好的事，而且具有許多令人欽佩的特質。父親在子女生活中最重要的兩個角色，就是成為他們的好榜樣和良師。父親不只是告訴子女是非對錯；他們並非只是將一本人生手冊丟

給子女，然而期望他們自己去摸索出人生的方向。

父親要指導寶貴的子女，用美好的榜樣讓他們看到如何過誠實的生活。父親不會丟下自己的子女不管，反而會迅於援助子

#### 本篇信息的教導

**開**始時可以先請你教導的對象想一想，天父曾經指導他們的一個經驗。然後請他們想一想，這跟他們接受世上的父親指導時有何相似之處。邀請他們把這兩種指導的相似之處寫下來。不妨向他們提出挑戰，請他們試著仿效所寫下來的事，努力成為他人更好的榜樣。

女，幫助他們在跌倒時站起來。有時基於睿智的判斷，父親會讓子女去面對困難，他們明白這是讓子女學習的最佳方式。

## 我們都是良師

雖然世上的父親是為了自己的子女而提供指導，然而我們需要懷著輔導協助的精神去幫助神所有的兒女，不分年齡、地點或情況。要記得，神的兒女都是我們的弟兄姊妹；我們每個人都是這永恆家庭的一份子。

就這一層意義而言，我們都應該成為良師——願意伸出援手，幫助彼此成為最好的自己。由於我們是神的後裔，因此我們有潛能變得

像祂一樣。愛神、愛我們的同胞，遵守神的誠命，並跟隨基督的榜樣，就是那條直而窄，且充滿喜樂的道路，能引領我們回到天上的父母身邊。

如果這宇宙的神那麼關心我們，願意成為我們的良師，那麼或許我們也可以超越膚色、種族、社會經濟條件、語言和宗教，對同胞伸出援手。讓我們成為受靈啟發的良師去造福人們的生活——不僅造福自己的子女，也包括神在世界各地的兒女。■

註：

1. 見使徒行傳13：52；腓立比書2：12。
2. 摩西書1：39。

## 兒童園地

### 天父的幫助

**天**父愛我們，祂已賜給我們許多工具或恩賜來幫助我們。把下列恩賜和相對應的圖片配對。你如何能運用這些恩賜來造福自己和他人的生活？



聖職的能力



祈禱



對他人的愛



經文



使徒和先知

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「家庭：致全世界文告」會如何增加你對神的信心，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](http://reliefsociety.lds.org)。

## 聖殿教儀和聖約

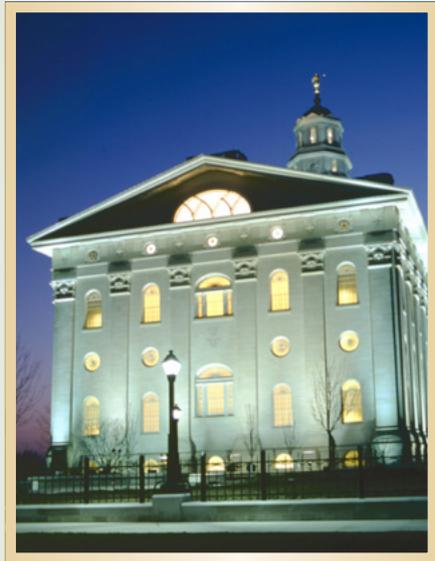
**獲**得救恩和超升的一切必要教儀都伴隨著與神立約。總會慈助會會長琳達·柏頓說：「訂立和遵守聖約的意思是選擇讓自己和天父、耶穌基督連結在一起。」<sup>1</sup>

十二使徒定額組的尼爾·安德森長老說：「主說：『在……各項教儀中，都顯示了神性的能力。』」

「神有許多特別的祝福要賜給每一個受洗、接受聖靈並定期領受聖餐的配稱者。」<sup>2</sup>

十二使徒定額組的羅素·培勒長老說：「男人和女人去聖殿時，都會獲得相同的能力，也就是聖職的能力。……」

「……所有的人，不論男女，都可以在生活中獲得這項能力來幫助他們。凡是已經與



主訂立神聖聖約，並遵守這些聖約的人，都有資格獲得個人啓示，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，享有我們的父所擁有的一切。」<sup>3</sup>

### 其他經文出處

尼腓一書 14：14；教義和聖約 25：13；97：8；109：22

註：

1. 琳達·柏頓，「遵守聖約的能力、喜樂和愛」，2013年11月，利阿賀拿，第111頁。
2. 尼爾·安德森，「聖職的能力」，2013年11月，利阿賀拿，第92頁。
3. 羅素·培勒，「主事工中的男人和女人」，2014年4月，利阿賀拿，第48頁。
4. 見陶德·克理斯多，「聖約的力量」，2009年5月，利阿賀拿，第19-20頁。



信心，家庭，慈助

### 真人實事

2007年祕魯發生大地震，地震後四天，七十員馬可仕·納許長老遇見了分會會長溫契司羅·康德和他的妻子潘蜜拉。「納許長老詢問康德姊妹，她的孩子們情況如何。她面帶微笑地回答說，由於神的仁慈，他們都平安無事。他問到康德家的房子。

「她簡單帶過：『沒了。』」

「……納許長老提出：『可是，我們交談時，你還面帶微笑。』」

「她說：『沒錯。我作了祈禱，心裡感到很平安。我們擁有所需要的一切。我們有彼此、有孩子，也已經在聖殿裡印證了，我們有這個美好的教會，還有主。我們可以靠主的幫忙重建家園。』……」

「與神訂立聖約及遵行聖約為何能帶給我們力量，讓我們以微笑度過困境、化苦難為勝利……？」

「神就是其來源。我們藉著與祂立約而獲得這種力量。」<sup>4</sup>

### 思考要點

聖殿的教儀和聖約會如何強化我們，給我們力量？

## 我們信要跟隨先知

今日的教會和耶穌基督在塵世傳道期間所建立的原始教會一樣，「建造在使徒和先知的根基上，有基督耶穌自己為房角石」（以弗所書 2：20）。我們有十二使徒，還有總會會長和他的諮理，他們都是先知、先見、啓示者。他們蒙召喚為耶穌基督作見證，向全世界宣講祂的福音。

救主揀選祂的先知，並用許多不同的經驗來準備好他們領導教會。教會成員說到先知時，指的是總會會長，他是世上唯一為整個教會接受啓示的人。

總會會長代表主發言（見教約 1：38），因此從他的忠告中只挑選我們想遵行的某些部分來實行是不明智的作法。相反地，我們應該像直接從耶穌基督那裡接受到的一樣，「用一切耐心和信心」接受他的忠告和邀請（教約 21：5）。

我們選擇聆聽和跟隨先知及其他使徒時，就會在努力變得更像耶穌基督的過程中得到祝福，並獲得保護，不受世界的動盪不安和欺騙所影響（見以弗所書 4：11-14）。

例如處在道德標準和價值

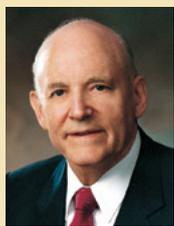
觀搖擺不定的世界裡，我們透過遵行先知和使徒所教導的亙古不變的標準來生活，就能獲得靈性上的安全。我們也可透過遵行先知的忠告，儲蓄、避免負債和儲藏食物，而得到屬世上的保障。

總會會長和使徒獻身主的事工，到世界各地為基督作見證、教導聖徒，並督導教會在全全球的事工時，祂會支持他們，祝福他們和他們的家庭。而我們為他們祈禱，聽從他們的忠告，並尋求聖靈向我們證實他們所教導的真理時，也就是在支持他們。

我們支持先知和使徒時，會得到見證，知道他們是神的僕人。雖然他們並不完美，但是天父不會讓他們引領我們走入歧途（見申命記 18：18-20）。■

要了解更多有關跟隨先知的事，請閱讀十二使徒定額組會長羅素·納爾遜會長的「支持先知」（2014年11月，利阿賀拿，第74-76頁）一文。

### 透過活著的先知而來的指引



「神已再次說話，透過今日一位活著的先知繼續為祂所有的兒女提供指引。我們宣告，正

如神所應許的一樣，祂必一直與祂的僕人同在，指導著祂的教會在全世界的事務。」

**總會會長的教訓：豪惠·洪德（2015），第115頁。**

以下是經由神活著的先知  
而來的一些祝福：



先知約瑟·斯密（1805-1844）「藉著神的恩賜和能力」翻譯摩爾門經（見摩爾門經緒言）。摩爾門經從 1830 年發行以來，造福了千千萬萬人的生活。



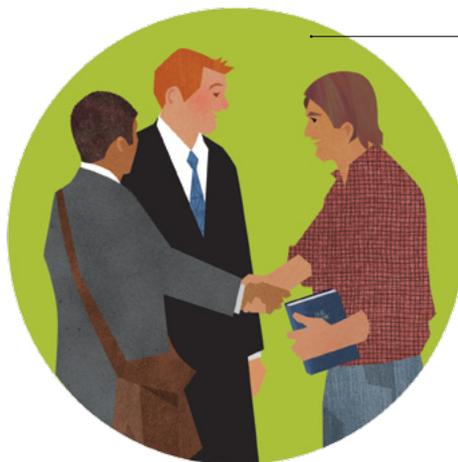
禧伯·郭會長（1856-1945）在 1936 年經濟大蕭條期間，宣布推行教會福利計畫。如今這項計畫在世界各地協助各種信仰的人。



教會在 1998 年 4 月有 51 座運作中的聖殿，那時戈登·興格萊會長（1910-2008）宣布一項計畫，將興建許多小型聖殿。這些聖殿如今在世界各地造福越來越多的教會成員。



約瑟 F·斯密會長（1838-1918）和他的諮理於 1915 年邀請教會成員開始舉行家人家庭晚會。許多家庭至今仍獲得他們當年所應許會得到的偉大祝福。



多馬·孟蓀會長在 2012 年宣布將傳道服務的年齡降低為男性 18 歲，女性 19 歲。成千上萬的家庭和傳教士因傳教人數擴增而蒙受祝福。

## 父親慈愛的榜樣

姓名保留

父親讓我知道如何愛我迷失的子女。

**我**曾經接受兩位朋友的邀請，參加福音進修班，就這樣加入了教會。我的父母向來都支持我受洗、去傳教和在聖殿結婚的決定。不過我還記得，我在猶他州普柔浮聖殿和未來的妻子印證，而父母只能耐心地在等候室等待時，我所感受到的痛苦（而我相信他們也一樣難過）。

我們後來有四個孩子，由於他們是在聖約中出生，所以知道他們每一位都已經印證給我們時，我心中的那股喜樂記憶猶新。我們的孩子是我父母的長孫子女，雖然我的父母和兄弟姊妹都沒有加入教會，但他們和我的孩子都很親。有好幾年，我們都住的很近，父母看著我們的孩子參與學校活動和體育競賽，他們也參加了每個孩子的洗禮。

不過在孩子青少年的時候，

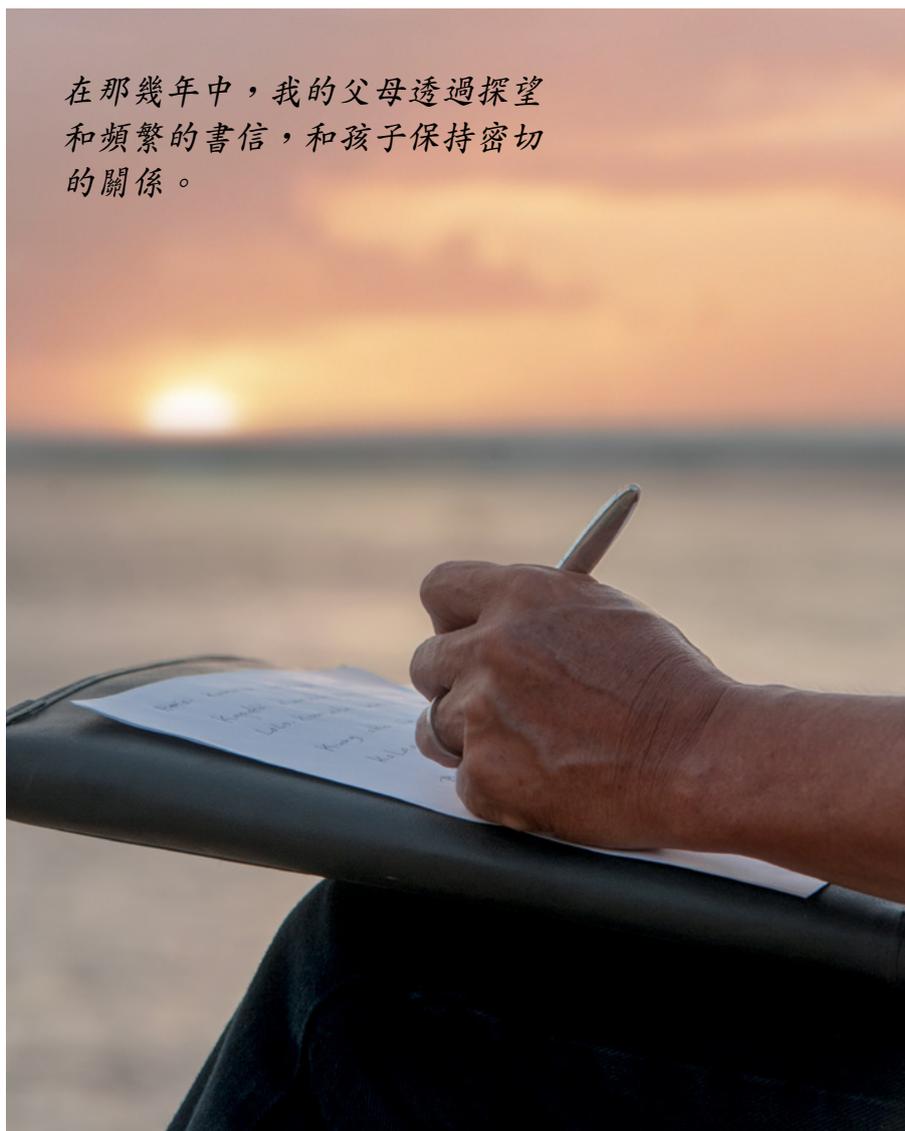
由於我工作上的關係，我們搬到另一州。儘管如此，在那幾年中我的父母仍透過探望和頻繁的書信，和孩子保持密切的關係。

在我父母步入中年時，母

親罹患早發型阿茲海默症。父親一心一意堅持要照顧她，即使在後來她需要全天候的照顧時，也是如此。就算在後來這幾年，父親還是透過每週，有時候甚至每天的電話及信件，



在那幾年中，我的父母透過探望和頻繁的書信，和孩子保持密切的關係。



和我聯絡。我一直與父母關係密切，但在父親過世的前10年，我們更加親密。那時我才知道，他也用同樣的方法，和我的三個兄弟姊妹保持密切的關係，即使我們在長大後都各自選擇了不同的興趣和信仰。

最後那幾年，父母和我們一家分別住在美國的東西兩岸，即使母親的阿茲海默症已經惡化，照顧她長途飛行對父親來講十分吃力，但是他們還是橫越大陸，探望了我們兩次。

在此同時，我的子女一個個全都決定不再參加教會聚會；其中兩位最後還從教會除名。這對我和妻子而言確實是生活中的一大考驗。雖然我父親不是後期聖徒，但他也和我們一樣痛苦，不了解他們為何作這樣的選擇。他是個心地虔誠的人，那幾年他都和我們一起為孩子祈禱。

父親於2005年因癌症過世，三年後母親也撒手人寰。妻子和我在他們去世後，很高興能代替他們接受聖殿教儀。

長久以來我不斷祈求能了解如何與目前已經成年的子女保持最好的關係；他們有些已經成家，有自己的子女，但沒有一個是後期聖徒。我們和四個子女的感情都很好，很高興他們也經常主動關心我們。

最後我得到很清楚的答案，

知道在未來的歲月中該如何與這些成年的子女相處。我需要像父親對待我那樣對待他們。儘管生活型態不同，對宗教也有不同的看法，但我父親下定決心要與我保持親密的父子和朋友關係，在那時我也因子女所選擇的生活方式和信仰與我不同而感到痛苦。我體會到我必須效法我父親的榜樣，他教導我如何與不同信仰的子女相處：就像救主一樣，毫無保留地愛他們。■

# 來歸向祂

詞：提多·柯提斯  
曲：修·杜格爾

沉思地 ♩ = 80-92

1. 幽 靜 深 夜 我 獨 徘 徊，  
2. 當 我 全 心 遇 我 熱 切 不 渴 望，  
3. 任 何 境 遇 都 不 要 緊 緊，

一 向 不 片 孤 寂 遍 滿 四 方  
不 管 求 賜 祝 福 縱 然  
威 脅 危 險 四 縱 四 伏；

獨 自 一 人 在 星 光 下，  
未 見 是 我 棘 在 火 焰 的 奇 蹟，  
祂 是 我 的 永 遠 的 保 護，

但 我 知 道 神 在 身 旁。  
但 我 我 所 遠 求 離 敵 在 滿 人 身 傾 注。  
護 我 我 知 所 遠 求 離 敵 在 滿 人 身 傾 注。

跪當悲 在狂傷 草風之 地怒人 祈號來 禱波歸 訴濤向 說；起；

得雖犯 到未了 一感錯 個受的 無到沮 聲祂喪 答雙靈 覆。臂；

肩但疲 上風憊 重暴渴 擔終望 完將安 全都息 消散之 去；人；

使若來 我我歸 沉全向 痛心祂！ 的意來 心信歸 歡賴向 欣。祂！

# 蓋瑞·史蒂文生 長老： 有顆善解的心

羅拔·海爾斯長老  
十二使徒定額組



蓋瑞·史蒂文生在美國猶他州卡奇郡長大，猶他洛干聖殿就在他家附近（見隔頁），蓋瑞·史蒂文生一點一滴地獲得來自父母親的許多教誨。他的父親教導他要跟從聖靈，他的母親則鼓勵他要選擇正義。在青少年時期，他學會珍視聖職定額組的交誼和服務，這為他今日在十二使徒定額組的服務作了部份準備。

**蓋**瑞·史蒂文生大約11歲時，他的父親帶他去健行。「我在石頭上跳來跳去，走在父親前頭，」他回憶道。「我打算爬到一顆巨大岩石上往下看。正當我爬向巨石的頂端，他一把抓住我的皮帶，把我往下拉。」

「我問：『怎麼啦？』」他回答：『不要爬到那塊石頭上。我們繼續往前走。』過了一會兒，我們從步道較高處往下看，看到一隻響尾蛇正在那塊巨石頂端享受日光浴。」

「『那就是我把你拉下來的原因，』我的父親解釋。」

「後來我們開車回家的時候，我知道他在等我問這個問題：『你怎麼知道那裡有蛇？』他說：『讓我教你關於聖靈的事。』當下他就為我上了一課，告訴我聖靈在我們生活中扮演的角色：保護者、安慰者和見證者。『在剛剛的情況下，』我父親告訴我：『聖靈透過我來保護你。祂警告我要把你拉走。』」



這雖然是件小事，但這次的經驗幫助史蒂文生長老了解，一旦感受到靈的提示，就要接受並照著去做。這是他父親一點一滴給他的許多教誨之一。

## 賢師良母

史蒂文生長老表示，他的母親是真正良善的榜樣：「她對我的期望鼓舞了我。幾乎每次在採取行動之前，我都先想著：『我不要让媽媽失望。』」

他的父母同心協力，在家人家庭晚會、其他家庭活動或聚會中強調福



音原則的重要。「他們以福音教導來穩固我們的家庭。那是我們生活的根基，」他說。

他也受到其他良師益友的引導。「我記得在我擔任總會持有權柄人員初期接受訓練時，總會會長團第一諮理亨利·艾寧會長建議我們在紙上寫出 20 個曾對我們生命有正面影響的人。我想每個人都可以這麼做並從中獲益。想想所有曾經給我適時幫助的人，特別在我青少年時期。這樣做讓我大受鼓舞。」

### 受到家人和朋友的鞏固

蓋瑞·史蒂文生於 1955 年 8 月 6 日出生，在美國猶他州洛干長大。他的父母伊凡和薇拉·史蒂文生了四個孩子。身為長子的蓋瑞排行第二。

「我和兄弟姊妹很親近，我的姊姊黛比期望我行爲正義，我的妹妹瑪麗莉和弟弟道格期望我



做好榜樣。我們都覺得有責任過正義的生活，並參與教會活動。」他的堂表親也都抱持很高的期望：「舉個例子，我最大的堂哥要離家去傳教時，簽了一張兩美元的支票交給下一位準備去傳教的堂表親。那張兩塊錢支票先後傳給了 16 位接著要到世界各地傳教的堂表親，提醒每一個人記得我們團結合一事奉主。」

持有聖職的朋友也帶給他深遠的影響。「我在年輕時就學到定額組交誼的意義，不只是在星期日，在社區和在學校裡也要常常聯繫，」



史蒂文生長老在日本傳教（右下），培養了對亞洲及其人民的愛。他返鄉後，在福音研究所遇見了他未來的妻子，他們是同班同學。他們在愛達荷州愛達荷瀑布聖殿結婚，兩人育有四名兒子。史蒂文生長老談及妻子時眼睛為之一亮，「我生命中的陽光。」

他說。「那給我一種認同感、歸屬感、兄弟情誼和服務的渴望。」他特別記得有一次陪同一位定額組成員去向支會中一位姊妹收禁食捐獻。那位姊妹不方便出門，雙眼失明而且收入微薄。「儘管她的情況不佳，總是拿出五分錢或一毛錢當作禁食捐獻，」他回想。

### 勤奮工作而獲得的一項恩賜

史蒂文生長老高中畢業，在猶他州立大學就讀一段短時間後，就蒙召喚去日本福岡傳道部傳教。「學習日語讓我很憂慮。在傳教士訓練中心時，我越來越憂慮。但六星期之後，熱烈的祈禱和勤奮的學習讓我有了一股平安的感覺。

我知道主會在我日語的

學習上祝福我，但如果我不努力，就沒有祝福。我學到，說方言的恩賜就像信心、行為和其他福音原則一樣。在你全力以赴之後才會蒙得祝福。」

傳完教之後，史蒂文生長老開始熱衷於教會歷史，研究摩爾門經和教義和聖約，鑽研歷史書刊和家譜。他特別感興趣的是約瑟·斯密及其家庭、惠特茂家庭、奧利佛·考德里和馬丁·哈里斯。他研究了摩爾門經不同版本的翻譯和發行。

他再次學到信心和勤奮工作是相輔相成的。「每個福音問題的答案不一定會立即來到，」他勸告說。「主期望我們去閱讀、研究、沉思和祈禱。當我們懷著信心和正義的渴望這麼做，假以時日，甜美的見證將會來到。」

他被召喚去教男女青年主日學、福音教義和男青年課程，經年累月的服務讓他感到深受祝福。這些召喚讓他能夠見證他對經文真實性的深刻感受，這是多年研讀而獲得的確信。

史蒂文生長老回到猶他州立大學繼續學習商業管理和行銷。他花很多時間在圖書館裡。「每次我入館時都會看到一句標語……寫著：『用你一切所得的去換聰明』（箴言4：7）。」這節經文深深印在他的心版上，多年後成了他在楊百翰大學祈禱會演講的主題。

「這種聰明是透過相互依存的研讀和祈禱而來，」他在演講中解釋道。「當我們信賴並依靠主，主會讓更大的理解力進入我們心中。」<sup>1</sup>



## 福音研究所裡的戀愛

他在福音研究所上舊約課程時，認識了從加州搬到愛達荷州，當時在猶他州立大學求學的莉莎·興吉利。「教師要莉莎扮演夏娃，要我扮演撒但去誘惑她。結果，我花了一番功夫才讓她答應和我約會，」他微笑著回憶道。他們約會滿一年後不久，就於1979年在愛達荷州愛達荷瀑布聖殿結婚。

史蒂文生長老談到莉莎時眼睛為之一亮。她稱她是「我生命中的陽光。」<sup>2</sup>史蒂文生姊妹畢業時取得家政教育學位，結婚初期在學校教書，之後持續為學校、市政和社區委員會、一些團體，以及一些活動奉獻時間和才能。然而史蒂文生長老認為，她持家的才能才是她最大的天賦之一：「她有能力營造一個以福音為中心的家，一個有聖靈同住的安全溫馨的環境。」這樣的能力，再加上她了解真正喜樂來自為人服務，她為丈夫、家庭和她週遭許多人的生活帶來祝福。

史蒂文生長老和姊妹成為四個男孩（奎格、布萊恩、布瑞特、凱爾）的父母。「這些年來我們一同享受每件事情，」他說。「男孩子們玩籃球、美式足球、棒球和網球。我們都很喜歡戶外活動，像是四輪車、雪上機車、滑雪、雪橇和各種水上運動。雖然如此，莉莎也給兒子們一些文化的薰陶，培養他們對音樂和藝術的喜愛。為了讓我們一家人發揮為人服務的才能，她需要消耗這些男孩們旺盛的精力。」

## 開創事業

史蒂文生長老的經商生涯源自於他對亞洲人民的愛。他結束傳教返鄉時，和一些朋友開始從亞洲進口送禮用的飾品，後來改為銷售健身器材。隨後的三十年，他們的小本生意擴展為一間經營成功的公司，員工超過2,500人。



一位員工回憶當時史蒂文生長老經商的態度：「我們在討論一個生意上的困難決定。我告訴他我們務必要一切合法。他告訴我，我們不但要一切合法，而且要正派經營。」

「做生意時運用一些好原則，對生意極有幫助，」史蒂文生長老說。「正直、勤奮工作、同情心、尊重他人——同時負責任——這些不是只在星期日談論和奉行而已。這些是每天都要奉行的原則。」

隨著事業的成長，他變得非常忙碌。他說：「那時我是個年輕的主教，家中有幼兒，還必須常常到亞洲出差。我父親來告訴我：「我觀察到你和家人在一起時，你並沒有真正和他們在一起。我擔心這也表示，你工作時沒有完全專注在工作上；你履行主教的召喚時，可能還牽掛著你的工作或家人。你的生活需要有更好的平衡。」

這個勸告讓他獲益良多。史蒂文生長老說：「我學到，在家庭、事業、教會召喚之間保持平衡，同時也要把自己照顧好，是很重要的。」



## 一次又一次蒙召喚去服務

有位受人敬重的企業家曾經鼓勵史蒂文生長老要「求知，賺錢，服務。」在2004年，那個模式的「服務」這部分受到了考驗。史蒂文生長老和他長年的生意夥伴史考特·瓦特森（中文姓名黃仲傑）都被召喚擔任傳道部會長。他們覺得必須向眾多股東和客戶解釋為什麼他們要離開公司一段時間。他們逐一地去拜訪。

「當我們說明我們的召喚，以及我們服務三年不會向教會收取任何費用，他們都對這樣的善舉表示尊敬，」他說。他們將事業交託給信任的執行團隊，而公司業務蒸蒸日上。

史蒂文生長老擔任日本名古屋傳道部會長期間，覺得自己已深深愛上亞洲。「那裡是我第二個家，」他說。當他看到妻子融入當地文化，對他人（包括傳教士和成員）提供援助，並繼續養育兩個隨行的兒子時，他對妻

子的愛也與日俱增。由於她努力與周遭的人為友，間接促成了好幾個歸信者接受洗禮。

結束傳道部會長的召喚返家僅僅7個月後，史蒂文生長老於2008年被召喚至七十員第一定額組服務。

「我很惶恐且深感謙卑。我想有很多人比我更有能力服務。然而我想到從前的一些經驗——擔任長老定額組會長、高級諮議、主教、支聯會會長團諮理——每次我都覺得自己還沒準備好去做被召喚去做的事工。我學習到在我們被召喚前，我們可能還不能勝任，但這個召喚讓人開始有資格要求上天的幫助。

「我很喜歡的一節經文告訴我們，當我們被召喚時，我們應當做兩件事：第一，『要忠信。』第二，善盡我們被指定的職責（見教義和聖約81：5）。對我而言，這代表要展現信心，知道什麼是需要去做的事，然後竭盡所能去光大召喚。如果我們這麼做，主會增強我們，讓我們有能力勝任，以祝福其他人。」

## 重返亞洲

史蒂文生長老還是七十員時，被指派擔任區域會長團諮理，之後擔任北亞區域會長。

在2011年3月，地震和海嘯重

身為七十員和總主教，史蒂文生長老以他如同櫻花般溫柔的同情心著稱（櫻花是日本著名的象徵）。他援助人們，無論距離遠近，都與他們分享救主之愛的治癒油膏。身為使徒，他會繼續援助貧困者，「援助軟弱的人，扶起垂下的手，堅固無力的膝」（教約81：5）。





創日本。9 級強震產生的海水劇烈波動，導致 2 萬人死亡，數千人被迫離開家園，55 萬棟房屋全毀。

他多次訪視災區。「我們探訪人們時，心情有極大的起伏，」他回憶道。「我們看到悲慘與損失，同時也在當中看到希望與重建。我們一次又一次見證我們救主之愛的治癒力量，內心深受感動。」

此外，他親眼看到教會如何幫助那些需要援助的人，他說：「能夠對抗災難並協助規劃因應措施，那正彰顯了耶穌基督的教會是如何履行其神聖的指派職責之一，即照顧貧困者。」能夠施助災民並看到他人也在做同樣的事，他形容這是一項神聖的特權：「我們學到謙卑的美德。」

## 主教的傳承

他於 2012 年被召喚為總主教時，心中對同情有了更深刻的理解。由於那樣的理解，他組織了一個廣大的教會網絡，為後期聖徒及其他人提供福利援助和緊急應變措施，也包括提供人道援助給「處於世界上最艱困、最貧窮、最受壓制地區」的天父的兒女。<sup>3</sup>

主教的角色對史蒂文生長老有特別的意義。「父親在我 12 歲時被召喚為主教，」他回憶。「支會裡有許多寡婦，爸爸拜訪他們時，常常帶我一起去。他會叫我清理垃圾桶，打掃屋子裡某處，或找一些朋友跟我一起掃落葉或鏟雪。當我們離開時，我心裡有很好的感覺。拜訪寡婦們這件事

幫助我了解，主教們所做的事有一部分是一對一的施助。教會裡的每一位主教都是我的英雄。」

## 先知的應許

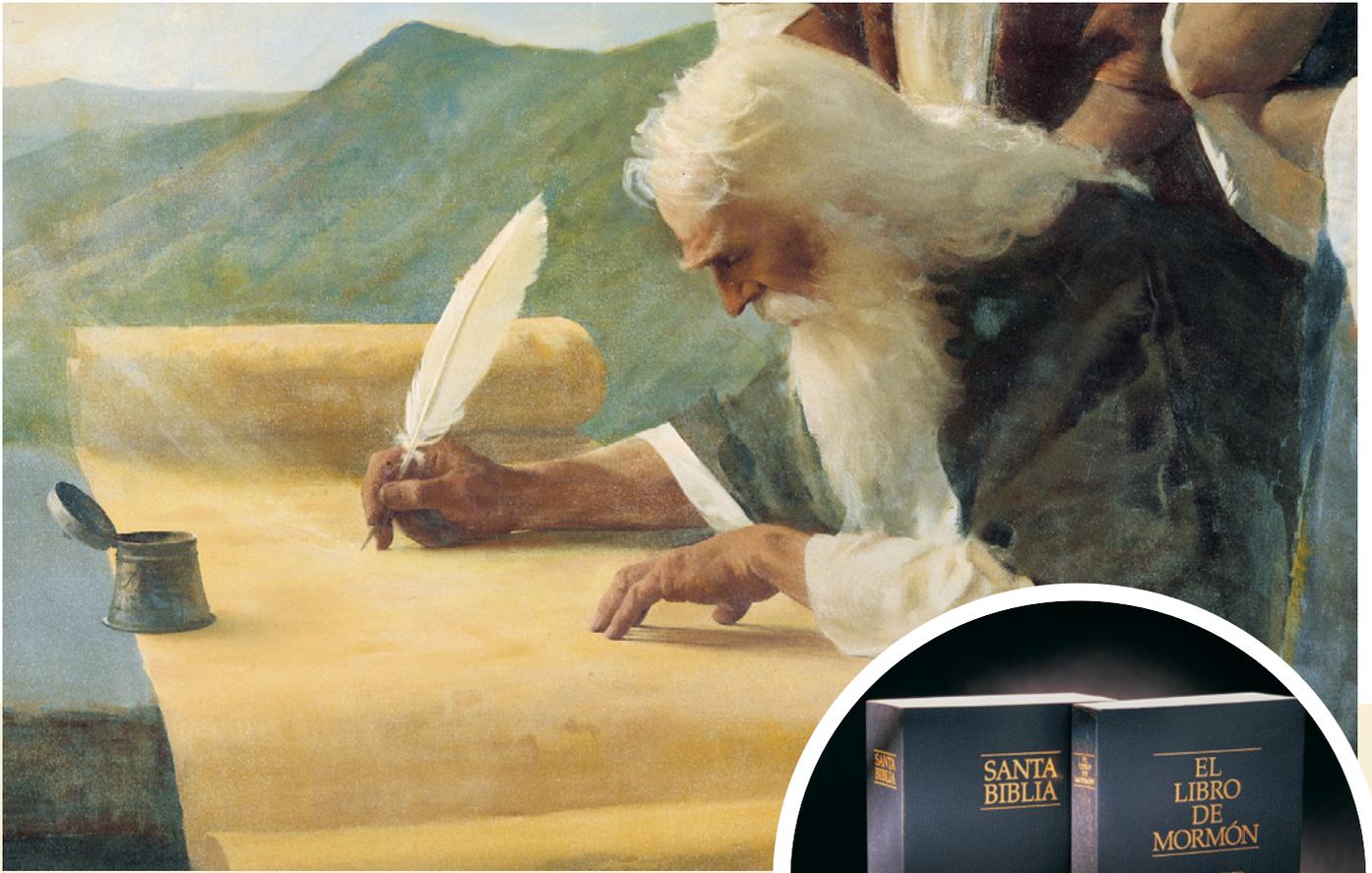
2015 年 10 月總會大會之前的那個星期二，當時的史蒂文生主教接到一通電話，請他與多馬孟蓀會長和他的諮理會面。

「孟蓀會長……〔提出〕要召喚我到十二使徒定額組。他問我是否願意接受。……我……作出肯定的答覆。緊接著，……孟蓀會長仁慈地安慰我，他談到……他〔被召喚〕為使徒的時候，他也感到自己無法勝任。他平靜地教導我：『史蒂文生主教，主會讓祂召喚的人有能力勝任。』〔從那時開始〕，先知這番撫慰人心的話語成為平安的來源。」<sup>4</sup>

蓋瑞·史蒂文生長老是真正不懷詭詐的人。身為使徒，他會繼續援助貧困者，就像他在擔任總主教、七十員時和他一生中所做的一樣。他會跟從經文的指示，去「援助軟弱的人，扶起垂下的手，堅固無力的膝」（教約 81：5）。這是個充滿挑戰的召喚，但是他很適任，因為他有顆善解的心。■

註：

1. Gary E. Stevenson, "Lean Not unto Thine Own Understanding" (Brigham Young University devotional, Jan. 14, 2014), 2, 3, speeches. byu.edu.
2. 蓋瑞·史蒂文生，「明白而寶貴的真理」，2015年11月，利阿賀拿，第92頁。
3. 蓋瑞·史蒂文生，2015年10月3日，記者會。
4. 蓋瑞·史蒂文生，「明白而寶貴的真理」，第91頁。





林恩·羅賓長老  
七十員會長團

# 瞎子的眼 必得以看見

我們可以把摩爾門經的問世，視為恢復我們  
靈性視力的奇蹟。

**以**賽亞預言主會在後期時代著手進行「奇妙又奇妙的事」，  
他也預言摩爾門經的問世，說：「瞎子的眼必從迷矇黑暗  
中得以看見」（以賽亞書 29：14，18）。

## 一種「可怕的盲目狀態」

榮耀的第一次異象發生之前，美國紐約州曼徹斯特的宗教熱潮使許多人非常困惑。約瑟·斯密說：「各教派間的混亂和爭吵如此嚴重，……對於誰是誰非，不可能有任何定論」（約瑟·斯密——歷史 1：8）。

摩爾門經談到復興前的這段混亂時期時，說這是一種「可怕的盲目狀態……，因為那可憎的教會隱瞞了羔羊福音中明白而最寶貴的部分」（尼腓一書 13：32）。

幾個世紀以來，聖經提供的清晰的靈性視力變得模糊，因為許多明白而寶貴的部分都已遺失，有時候是因為翻譯的缺失而在無意間遺失，有時候卻是經由惡意的編輯而刻意遺失，「是爲了歪曲主的正道，使人類兒女眼盲心硬」（尼腓一書 13：27）。

## 「從前我是眼瞎的，如今能看見了」（約翰福音9：25）

救主最常行的奇蹟是恢復瞎子的視力。<sup>1</sup> 但是救主更重要的使命和奇蹟卻是醫治靈性上的盲目。祂說：「我……到這世上來，叫不能看見的，可以看見」（約翰福音9：39）。

將以賽亞的比喻和尼腓有關靈性盲目的異象套用在後期時代，我們可以把摩爾門經的問世，視為恢復我們靈性視力的奇蹟。

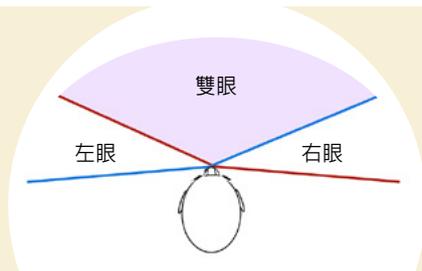
「主神也必不容許外邦人一直留在那可怕的盲目狀態中，……

兩者「合而為一」，正是雙眼看見或運作的方式。因為我有青光眼，必須一天兩次，在兩隻眼睛點神奇的視力救星藥水才能預防失明。醫師發現我有青光眼之前，我有一隻眼睛已經失去部分的視力。我深深感謝現代醫學，感謝我沒有失明。我也很感謝我還有一隻視力良好的眼睛，彌補了失去部分視力的另一隻眼。這個雙眼的比喻和我個人有密切的關聯。

有多項科學分析指出，雙眼比單眼更具優勢。我要提出其中六個優點，以及這六個優點在屬靈上延伸的含義，說明摩爾門經是



2A. 這件小孩玩具說明了這種精良深度知覺的力量。



1. 人類雙眼的水平視場最大可達190度左右，其中約120度是雙眼都看得到的範圍。



2B. 在動物界中，兩隻眼睛讓可能成為獵物的動物看到精準的深度知覺，能幫助牠看穿獵食者的偽裝。

「……那日我必對外邦人發慈悲，我要以我的大能，把我福音中的許多部分，……賜給他們。……

「因為看啊，羔羊說：我必向你的後裔顯現，他們要把我教導他們的許多明白而寶貴的事情記錄下來；……這些東西必被藏起來，藉著羔羊的恩賜和大能，傳給外邦人。

「羔羊說：那些紀錄記載著我的福音、我的磐石和我的救恩。

「……這些最後的紀錄，……必確立最先的紀錄的真實性。……兩者必合而為一」（尼腓一書13：32，34-36，40-41）——共同幫助我們看見真理。

耶穌基督的第二個見證人，要恢復世人的靈性視力。

### 1. 雙眼會擴增視野的範圍，並使視力更為清晰

人類雙眼的水平視場最大可達190度左右，其中約120度重疊，也就是雙眼都看得到的範圍。除了匯聚視場，兩隻眼睛也各有其獨特的周邊視場。<sup>2</sup>

在失去其中明白而寶貴的部分後，聖經在這許多世紀以來，都處於視力不良的狀態。摩爾門經在其完美視力的狀態下問世，不僅提升靈性的視野，也為屬靈雙眼重疊的部分帶來迫切需要的清晰度，也就是雙眼視覺或視野（見圖像1）

——經文稱此為兩位證人的律法（見馬太福音 18：16；以帖書 5：4；教約 6：28）。

重疊的視覺或視野，也就是雙眼總和，加強了偵測模糊物體的能力。<sup>3</sup>每隻眼睛接受到的個別視野加在一起成為單一影像時，我們會看得更清楚，視軸<sup>4</sup>得以匯聚在一起，除去了令年輕的約瑟感到迷惘的「混亂和爭吵」（見約瑟·斯密——歷史 1：8）。

雙眼勝過單眼是個放諸四海皆準、不辯自明的事實，以賽亞選擇這個比喻來向全世界說明，真是再恰當不過了：「瞎子的眼必……得以看見」（以賽亞書 29：18）。但願那些目前只用一隻靈性眼睛——聖經——來看的人，會看到其中的智慧，而給自己一個機會，不要拒絕接受摩爾門經為耶穌基督的第二個見證人。他們會發現「猶大的杖」和「約瑟的杖」（以西結書 37：19）像雙眼同步匯聚在一起，看到完美清晰的影像——這是一個讓人大開眼界的經驗！

## 2. 立體影像——以防受騙

「雙眼視覺……讓人類能夠快速準確地通過或繞過障礙」，因為有了更精確的深度知覺。<sup>5</sup>有個例子可以說明這種精良的深度知覺，那就是用立體鏡觀看一張簡單的照片所得到的清晰的 3 維（3-D）空間影像（見圖像 2A）。

在動物界中，兩隻眼睛讓可能成為獵物的動物看到立體影像，也就是精準的深度知覺，以及辨識 3 維空間視差的能力，這就能幫助牠「看穿〔潛在的獵食者〕的偽裝」<sup>6</sup>（見圖像 2B）。

摩爾門經提供世人類似的保護，恢復靈性雙眼視覺的清晰度和神聖的深度知覺，讓我們避開撒但的偽裝及騙局。他透過模糊聖經多篇章節的意義，巧妙地混淆了我們的視聽。摩爾門經以清晰明瞭的佐證，揭穿他的偽裝，「推翻一切假教

義」（尼腓二書 3：12），並且「剖開魔鬼的一切詭詐、陷阱、騙局」（希拉曼書 3：29）。

泰福·彭蓀會長（1899-1994）分享了摩爾門經這個鼓舞人心的應許：「書中有一種力量，會在你開始認真研讀的那一刻起，流進你的生活中。你會有更大的力量抗拒誘惑。你會有力量，不致受騙。你會有力量走在這條狹窄而小的道路上。」<sup>7</sup>

## 3. 視線不受阻擋

雙眼視覺讓人可以看到更多或甚至完全看到障礙物後面的物體。達文西是指出這項優勢的



3. 雙眼視覺讓人可以看到更多或甚至完全看到障礙物後面的物體。  
能看出哪裡不同嗎？

人，他注意到直立的柱子擋住一件物體時，左眼可能只看到物體的一部分，或完全看不到，但是右眼卻能看到<sup>8</sup>（見圖像 3）。

救主對猶太人說的這番話就是這現象的屬靈範例：「我另外有羊，不是這圈裡的；我必須領他們來，他們也要聽我的聲音，並且要合成一群，歸一個牧人了」（約翰福音 10：16）。

由於耶穌沒有指出另外那些羊在哪裡，猶太人就聽不懂祂在說什麼。然而透過摩爾門經所增添的視野，原本隱藏的就顯露了：「我實在告訴你們，你們就是我說的那些人：我另外有羊，不是這圈裡的；我也必須領他們來，他們要聽到我的聲音；並且要合成一群，歸一個

牧人」（尼腓三書 15：21）。結果就是清晰的視場，完全不會誤解救主的意思——不會再有障礙錯覺。

#### 4. 每隻眼睛的餘光優勢

「餘光是視覺的一部分，存在於視線的外圍。」<sup>9</sup>換句話說，我們能察覺到視野中的事物，即使沒有專心去看。這是視野的一部分——雙眼視覺或立體影像範圍外的視覺——是每隻眼睛所獨有的（見圖像 1）。

我們由衷感謝能有聖經，以及它獨特、寶貴的內容——賜給我們最重要的事蹟，就是耶穌基督的傳道和生平的歷史。

我們也非常感謝能有摩爾門經，以及它提供的純正、清晰的視野，透過古代美洲先知和祂親自對尼腓人的顯現和傳道，澄清基督的教義，並揭示祂的教導。

就像神安排我們有兩隻眼睛，聖經和摩爾門經相輔相成，成就精采絕倫的雙眼全景，並且加上個別的遠景。

#### 5. 消除盲點

我們的視野都有盲點，這一點不難證明。把圖像 4 的圓圈和星星的圖像放在眼睛的正前方，與手臂等長的距離。閉上左眼，直接用右眼凝視小圓圈。右眼盯著圓圈，慢慢地開始把影像移向你自己。大約到了一半的地方，星星會在餘光中消失不見。

驚訝嗎？你不知道你有盲點嗎？恰如另一隻眼睛彌補了這個盲點，摩爾門經也為聖經提供類似的好處。

就像那顆星星眼睜睜地在你眼前消失，希律

也看不見伯利恆之星，而必須問博士：「那星是什麼時候出現的」（馬太福音 2：7）。那是他靈性餘光的盲點。只有那些尋找星星的人才注意到它。

今日有許多人像希律一樣，拒絕尋找或看見屬靈的事物。「那不願看的瞎子有禍了」（尼腓二書 9：32）。驕傲也導致猶太人「藐視明白的話，……那盲目是因為他們看目標看過了頭而造成的」（摩爾門經雅各書 4：14）。

摩爾門經提供了一個令人醍醐灌頂的看法，就是預先警告世人共通的盲點——驕傲，「我們



很容易看到別人犯了驕傲的罪，卻很少承認自己也是如此。」<sup>10</sup>這就像口臭，別人都聞到了，自己卻渾然不知。

「在前生的會議中，……路西弗因驕傲而墜落。」<sup>11</sup>「尼腓人的驕傲，已證明他們必定滅亡」（摩羅乃書 8：27）。神用火潔淨大地時，如碎屑般被燒盡的就是那些驕傲的人（見瑪拉基書 4：1；尼腓三書 25：1）。

那條窄而小的道路路口掛了一個隱約可見的「警告」標誌：「慎防驕傲，免得你們像古代的尼腓人那樣」（教約 38：39）。可悲又諷刺的是，那警告標誌本身往往是驕傲之人的盲點。因此，「〔驕傲〕的人要謙抑自己並呼求主，他的神，

以學習智慧，好使他的眼睛張開能看見」（教約 136：32）。

## 6. 眼—腦連線

這條公式（見圖像 5）似乎正確，卻並非完全正確，只是腦部的影像系統告訴我們眼睛看到了什麼。腦部在晚間製造我們的夢，在日間闡釋我們所看到的事物。看見並不一定是相信或看得正確。例如，「〔耶穌〕雖然在他們面前行了許多神蹟，他們還是不信他」（約翰福音 12：37）。單靠眼睛還沒辦法培植信念，或讓人真正看到。

就像腦部和眼睛串聯，聖靈也與經文串聯，幫助我們看得到靈性的事物。光是閱讀經文還不夠，無法產生靈性的視力，因為「屬血氣的人不領會神聖靈的事，反倒以為愚拙，並且不能知道，因為這些事唯有屬靈的人才能看透」（哥林多前書 2：14）。

要讓摩爾門經成為靈性的眼睛，我們必須接受並真誠地跟從摩羅乃在摩羅乃書 10：3-5 的邀請。這個邀請附帶了應許，承諾神「必藉聖靈的力量，向你們顯明這些事情的真實性」（第 4 節）。

## 見證與感激

為避免靈性的盲目，李海的兒子冒著生命危險取得銅頁片（見尼腓一書第 3～4 章）。要是沒有這些頁片，他們「會在不信中衰落」（摩賽亞書 1：5）。今日，由於有印刷機與電子產品，經文可以更輕易且更快速取得。不過這對撒但來說沒什麼差別；在宗教黑暗時期，他的伎倆是讓人得不到經文，而在這後期時代，他的策略是誘使人不讀經文。無論是用什麼方法，他的「黑霧〔成功地〕……使人類兒女眼盲……

使他們滅亡與迷失」（尼腓一書 12：17）。

就像我每天都要點眼藥水，也唯有藉著「一直緊握著鐵桿」（尼腓一書 8：30），我們才可以避開後期時代不易察覺而無所不在的黑霧，不致眼盲。一個人變得較不活躍或離開教會，肯定是他不再閱讀摩爾門經了。

摩爾門經：耶穌基督的另一部約書，這確實是一件奇妙又奇妙的事。那是耶穌基督和祂榮耀福音的第二個見證人，帶來第二隻眼的所有好處。

願我們繼續緊握著鐵桿，也能配稱得到救主

# 眼睛 = 看見

5 ·

對祂門徒的讚揚：「但你們的眼睛是有福的，因為看見了」（馬太福音 13：16）。■

註：

1. 見馬太福音 9：27-31；12：22-23；15：30-31；21：14；馬可福音 8：22-26；10：46-52；路加福音 7：21-22；約翰福音第 9 章；尼腓三書 17：7-9；26：15。
2. See “Binocular Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
3. See Randolph Blake and Robert Fox, “The Psychophysical Inquiry into Binocular Summation,” *Perception & Psychophysics*, vol. 14, no. 1 (1973), 161-68; see also “Binocular vision.”
4. See “Vergence,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
5. “Binocular Vision.”
6. “Binocular Vision.”
7. 總會會長的教訓：泰福·彭森（2014），第 141 頁。
8. See “Binocular Vision.”
9. “Peripheral Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
10. 總會會長的教訓：泰福·彭森，第 235 頁。
11. 總會會長的教訓：泰福·彭森，第 231 頁。

# 一路上 七個溫柔的 奇蹟

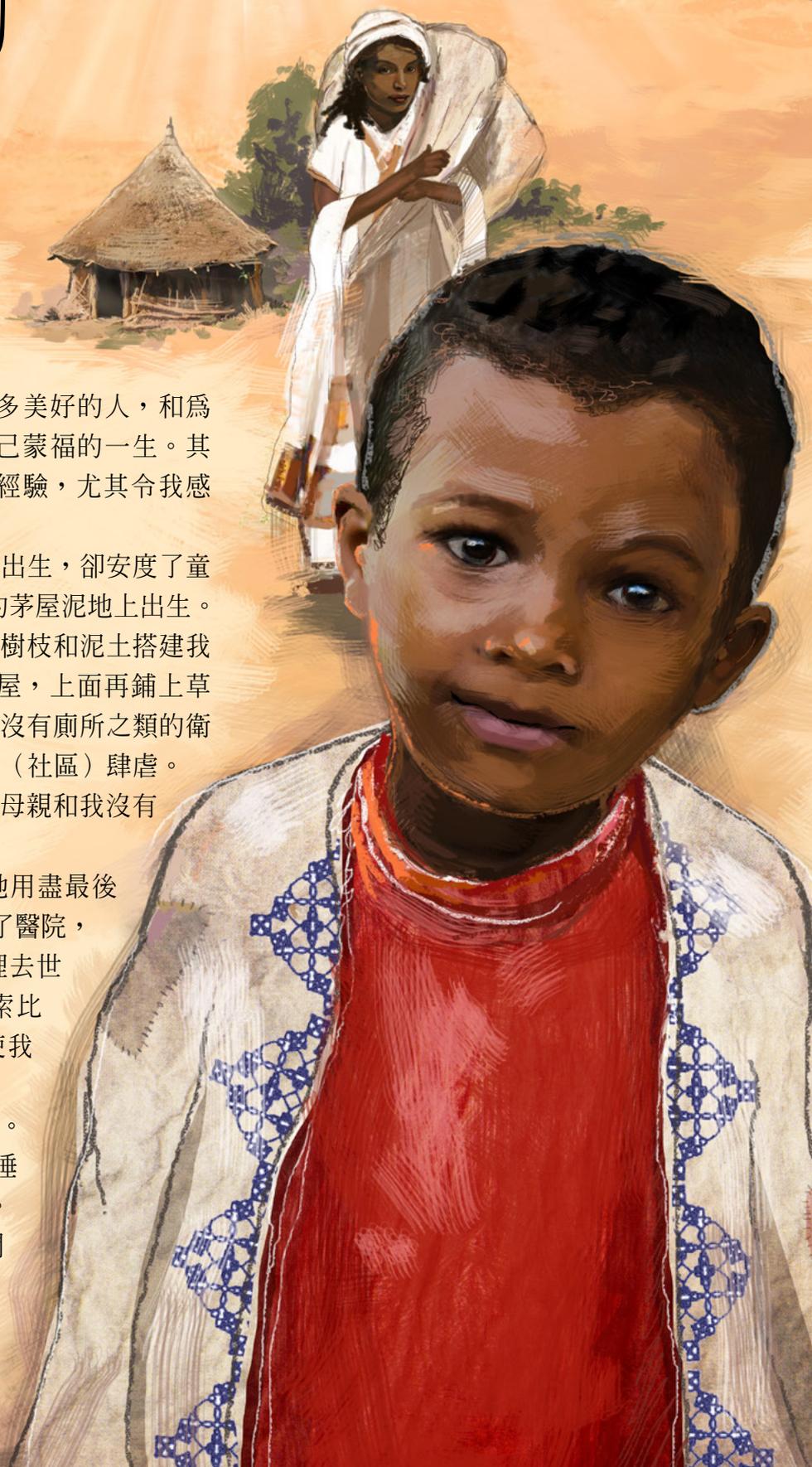
以法蓮·斯密

**在**德州沃斯堡傳道部教導許多美好的人，和為他們服務時，我常想到自己蒙福的一生。其中有七個我認為是奇蹟的經驗，尤其令我感到驚奇。

首先，我在極貧窮卑微的環境下出生，卻安度了童年。我在衣索比亞德西，我母親所住的茅屋泥地上出生。母親是我唯一知道的親人，她親手用樹枝和泥土搭建我們所住的八呎（2.4公尺）大圓頂茅屋，上面再鋪上草和樹葉。我們的社區沒有自來水，也沒有廁所之類的衛生設備。疾病和死亡在我們的 kebele（社區）肆虐。我們很難找到食物，也根本買不起。母親和我沒有一天不是餓著肚子。

在我四歲時，母親罹患重病。她用盡最後的力氣，拖著沉重的步伐，我們撐到了醫院，我那心愛、吃盡苦頭的母親就在那裡去世了。醫院的工作人員安排我住在衣索比亞首都阿迪斯阿貝巴市的孤兒院，使我不致流落街頭，活活餓死。

第二個奇蹟使我的人生全然改觀。在孤兒院裡，我住在乾淨的樓房，睡在真正的床上，想吃什麼就吃什麼。其他的孤兒也經歷過喪親之痛，他們教我如何面對喪母之痛。晚上我們聚在一起唱英文歌，用母語阿姆哈拉





主祝福我在一生中有許多奇蹟，幫助我走上祂為我預備的道路。

語祈禱。我們為彼此祈禱，祈求神祝福我們會被「善良、仁慈、有愛心的家庭」收養。音樂和祈禱對我的生活產生莫大的影響，我從未停止祈禱。

第三，我在八歲時認識了傳教士和教會。我受邀於2003年11月30日星期日，去觀看後期聖徒教會在衣索比亞的第一座教堂奉獻典禮。我在奉獻典禮上感受到聖靈的強烈影響，在場的傳教士也散發出喜悅、快樂和強而有力的靈性。我記得那時心裡想著我要像他們一樣，但我完全不知道要如何達成這目標。

第四個奇蹟不久之後來到。有個美國家庭領養了我，我新的父親到孤兒院來接我，帶我回家。我們開始彼此認識的過程，我也開始在新的環境中安頓下來。

從踏上這片土地的第一天開始，我立即面臨接二連三的挑戰。無論到哪裡，都有人嘲笑我的英語。由於所受的教育有限，在學校遇到很多問題。我祈求幫助，然後更用功讀書，想在學業上迎頭趕上，尤其是英語。天父再次回答了我的祈禱，兩年後我成功地跳級。

後來我的家庭生活四分五裂。向主的祈禱、崇高的個人目標，以及對成功的深切渴望，伴隨我走過那段極為困難的時期。最後在社工人員的協助下，我和父親達成協議，終止收養關係。這段期間我的生活充滿祈禱、耐心、信心和天父的幫助。

15歲的我在寄養家庭住了將近一年。第

五個奇蹟就在那時候出現。有一天我和兩個朋友在滑雪橇時，遇到一個後期聖徒家庭，他們有兩個好心的女兒。在他們回家的路上，其中一位女兒突然說：「我覺得主希望我們收養以法蓮·斯密。」沒想到這家庭的其他三位成員也獲得同樣的靈感。那位父親與社會服務部門交涉，不久我就搬進新家。從一開始我這位了不起的新父親就給我選擇權，例如，他解釋他們的家庭每個星期日會去教會，他讓我選擇要跟他們一起去或是留在家裡；他說如果我決定不去教會，他們仍然會愛我。我選擇去教會；從那時起，我作了其他許多正義的決定。

第六個奇蹟是在我獲得對福音的見證時來到。某個星期日我坐在聖餐聚會唱著「令我驚奇」（聖詩選輯，第116首），豆大的淚滴從我的雙頰滑落，我獲得個人的見證，知道耶穌是基督，也知道這教會是祂的教會。

九年後我終於知道要如何變得像那些傳教士一樣！傳道的年齡那時已降為18歲，但我的領養手續尚未完成。等了漫長的七個月後，我的領養手續完成了，我終於可以提交傳教申請書。四天後我收到了傳道召喚。在短短的一個星期內，主祝福我完成領養手續並收到傳道召喚。我非常珍惜這兩份文件！那是我的第七個奇蹟。是的，從衣索比亞的泥舍，到獲得寶貴的傳道機會，全靠這一路上不斷出現的奇蹟。■

作者現居美國內華達州。

# 來跟從我： 在家中教導 基本原則

艾莉西雅·史坦頓  
和娜塔莉·肯伯

**先** 知一再教導我們：「無論是個人或教會的成功，大多取決於我們如何切實地在家中實踐福音。」<sup>1</sup>

奉行福音是學習和教導福音的最佳方式，奉行這些教義原則會帶領家人和我們自己更接近聖靈，有了聖靈的協助，我們在學習和教導這些原則時，就能做到最好。聖靈會引領我們用最有效的學習方式來滿足我們的需要和情況，讓我們與家人更接近救主。

效法這些成員的榜樣，你也可以把青少年課程的各項原則帶進家裡。





## 七月：

### 教儀與聖約

聖職教儀和神聖聖約——我們對天父所作的承諾——將強而有力的祝福帶進生活中。展望教儀目的的一個方式，就是把這些教儀看作是引領我們回到天父面前——即永生——道路上的里程碑。我們藉著遵守所立的聖約，持守在這條道路上。

舉例來說，一位女青年描述她如何持守在聖約的道路上：「曾經有位同學請我幫忙。我不假思索就提供了她所需要的協助。後來聖靈提醒我，幫助她減輕負擔就是在遵守我在洗禮時所立的聖約（見摩賽亞書 18：8-10）。感謝天父每天給我許多機會，選擇走在聖約的道路上。」

你們可以全家一起找出每個成員還需要接受的教儀，然後評估你們遵守聖約的情況。舉例來說，你為領受每週的聖餐教儀所作的準備，如何反映出你對聖約的承諾？聖靈可以教導你如何改進。



## 八月：

### 婚姻與家庭

婚姻與家庭是我們獲得幸福及天父為我們的救恩所制定的計畫的核心。家庭是今生和永恆中最基本的單位。

教導子女了解婚姻和家庭時，可以像分享個人經驗那麼簡單。一位年輕成人會分享自己的經驗，說明她如何體會到自己對聖殿印證的感激：

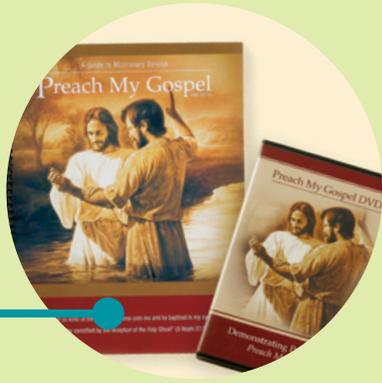
「我記得獨自坐在聖殿裡空無一人的高榮室，我那時很焦慮，不知道當天是否能完成聖殿印證，由於溝通不良的緣故，我未婚夫的推薦書出了一些問題。

「我開始熱切祈禱，祈求主讓我們那天能在祂的聖殿印證。祈禱時，有個想法浮現腦海：雖然你現在獨自在高榮室，但是你在高榮國度裡不會孤單，因為那就是高榮的意義。你會與你永恆的家庭和天上的家庭在一起。這就是你接受印證的目的。」

「等了四十分鐘加上打了幾通電話後，我和丈夫終於印證了。我鬆了一口氣並滿懷感謝。這教儀對我更深具意義，因為我們可以和神一同營建高榮生活，在那裡永遠都不會孤單。」

哪些經驗曾經幫助你了解婚姻與家庭在天父計畫中的角色？聖靈能幫助你記得和分享適當的經驗。不論你目前的家庭情況如何，聖靈能教導你如何在生活中應用婚姻與家庭的原則。





## 九月： 誠命

誠命是慈愛的天父爲了祝福我們的生活而賜予的律法和要求。

學習這些誠命很有效的一種方式就是透過查考經文，來學習服從所帶來的祝福，就像這位年輕人一樣：

「學習一項誠命時，我喜歡閱讀所有能找到與這誠命有關的經文，然後列出如果我服從，天父應許會賜予哪些祝福。學習更多有關神所應許的祝福，鞏固了我的見證，我知道天父愛我，想要祝福我。」

學習或教導誠命時，可以和子女一起閱讀宣講我的福音第3章第4課，研讀相關經文，並列出你們所找到的應許的祝福。可以用這個方法學習任何福音原則的相關祝福。

## 十月： 變得更像基督

基督在塵世傳道期間命令我們：「所以，你們要完全，像你們的天父完全一樣」（馬太福音5：48）。我們努力邁向完全時，一次只要培養一項基督的品格，並靠著祂的協助，努力在那方面改進自己。有位男青年選擇從勤奮做起。

「我想要培養更多基督般的品格，因此我研讀經文和宣講我的福音。我在宣講我的福音第6章找到一項建議的模式，幫助我們培養基督般的品格，便決定從培養勤奮的品格開始。我先寫下自己對勤奮的定義，以及和勤奮有關的疑問。然後閱讀勤奮欄下的建議經文，寫下我的感想和在閱讀時找到的答案。之後我設立目標要更用功讀書，當我每天晚上祈求要勤奮時，我發現自己獲得更多的激勵，並且更能持續下去。」

在你努力培養基督般的品格並教導子女這樣做時，教會的資源能幫助你知道該從何開始。經文不斷提供基督的榜樣，宣講我的福音等資源也提供許多模式，幫助我們培養研讀和設立目標的習慣。經文和其他資源雙管齊下可幫助我們應用所學，讓我們變得更像基督。



## 十一月： 屬靈與屬世的自立



培養自立是指運用選擇權來照顧自己和家人，並竭盡所能找到自己問題的解決之道。我們若越能自立，就越有能力在家庭、教會和社區中服務。教導這些概念的最佳方式之一就是以身作則，就像以下這位成員描述的：

「從我有記憶以來，媽媽每天一早就起來研讀經文。我看到她如何培養出靈性的力量，幫助她度過一個個難關。她仰賴自己與天父的關係，這成為她的支柱。除了她的靈性力量以外，她照顧家庭的能力也讓我非常欽佩。我看到她作預算、犧牲個人的喜好、追求教育，非常謙卑地用許多方法，來滿足家庭的財務需求，並在子女放學後能留在家裡陪他們。我也想要有她那樣的力量，感謝她的榜樣教導我如何獲得那種力量。」

你要如何樹立更好的榜樣，幫助子女過未雨綢繆的生活？如果對自立的某些方面有不了解的地方，可以邀請子女和你一同學習，這也是一種身教的好方法。



## 十二月： 在後期時代建立神的國度

「焉知你得了王后的位分，不是為現今的機會嗎？」（以斯帖記 4：14）。你也可以問自己和子女這樣的問題，找出你們在建立神的國度上所扮演的角色。

這位成員學會信賴主來幫助她建立神的國度：「我記得我的父母從小就教導我要接受召喚，因為召喚是主賜給我們的。大學時我被召喚為慈助會會長。我覺得不勝負荷，但是從沒有想過要拒絕。於是那一年我開始看顧 100 多位姊妹，我沒有什麼經驗，但我相信主會彌補我的不足。一年後我被卸任了。回想起我有很多次得到啓示，明確知道要教什麼課程或分享什麼見解，或是有人知道我忙得沒時間煮飯而送飯過來，或是收到成堆的鼓勵信箋，這些都讓我確實知道主在我努力建立國度時，幫助我光大召喚。」

你和子女思考如何建立神的國度時，不要忘了鼓勵他們，並給他們機會去服務。不妨討論你們要如何在現有的召喚上為人服務。你還可以做哪些事來協助推動這事工？不論你在哪個職位上服務，你的努力都極有價值。誠如總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長所說的：

「緊靠在一起，就地舉起。」<sup>2</sup>■

作者現居美國猶他州。

註：

1. 參閱賓塞·甘，「讓家庭活在福音中」，1978年10月，聖徒之聲，第142頁；亦見多馬·貝利，「門徒身分」，2001年1月，利阿賀拿，第72頁。
2. 迪特·鄔希鐸，「就地舉起」，2008年11月，利阿賀拿，第56頁。

這篇文章的第 1 部分刊登在 2016 年 1 月的利阿賀拿。

大衛·愛德華茲

教會雜誌

**歷**代以來，有無數人問過約伯提出的這個問題：「人若死了豈能再活呢？」（約伯記 14：14）。對這樣的問題高聲回答「能！」，是對耶穌基督和祂的復活有見證的人才有的極大特權。

但我們周遭仍有許多人終其一生「活在世上……沒有神」（以弗所書 2：12），他們必須遊走在關於死亡各種事實和信念之間。其中一項，就是他們親眼所見到的，又稱為「殘酷的現實」，死亡臨到全人類，而且絕對會來到——他們從未見過任何人起死回生。而在許多瀕死經驗的普遍報導中，都有顯著的共同之處。事實上，世界各地的人類文化都有某種程度關於來生的概念，而這又是另一個有待解答的共同之處。

然而我們的生命不會因為死亡而結束，這項保證是來自於神，祂從太初起就透過無數的證人，包括先知、使徒，以及最重要的聖靈，啟示了這件事。

# 我們對 死後的生命 有何認識？





「人若死了豈  
能再活呢？」  
能！但，  
然後呢？

## 從太初起

救恩計畫在世上起初先教導給我們的第一對祖先，亞當和夏娃。他們學習了耶穌基督的福音，學到要如何回去天父身邊——他們也了解，回去意味著我們以前曾和祂一起。因此，從太初起，亞當和夏娃就清楚地知道，今生並非一切。他們知道——並教導他們的子女——由於耶穌基督的贖罪，他們在今生結束後會再復活，並且只要他們服從，就能獲得永生（見摩西書 5：10-12）。

世俗的學說皆認為，相信來生是出於某些共同心理需求的一種自然結果。但相信死後生命仍然存在的普遍觀念，卻包含了某種對太初以來啓示的一切，所代代相傳的祖先記憶或群體記憶（如果不是前生的記憶）。約瑟 F·斯密會長（1838-1918）曾說，有些常見的宗教儀式顯示出人們所具有共同的信念，例如死後的生命。他說：「無疑地，〔這些〕知識……隨著亞當的後裔帶至全地，並……經由挪亞……隨那些繼承他的人，散佈到各國各邦」（“Discourse,” *Deseret News*, Feb. 19, 1873, 36）。

因此，今生之後仍有生命這項概念變得非常普遍，因為這項概念的起源與人類本身的起源是一致的。

## 明白而寶貴的真理

身為後期聖徒，我們可以協助將希望帶給那些在世時不相信神的人；對於我們的存在，我們可以充滿自信地見證這項真理：死亡並非結束。此外，由於復興的福音所啓示的明白而寶貴的真理，我們可以解答許多有關死後生命的問題。以下是一些這類問題的簡短答案。

### 我們死後，隨即的景況如何？

死亡時，我們的靈體會離開身體，進入靈的世界（見聖經雅各書 2：26；阿爾瑪書 40：11）。

### 我們的靈體是什麼樣子？

我們的靈體看起來就像在前生時一樣：有完全的成人的身量（見以帖書 3：16；總會會長的教訓：約瑟 F．斯密會長〔1998〕，第 131-132 頁）。死亡後，我們的靈體所具有的態度、欲望和願望，就像我們在世時的身體所具有的一樣（見阿爾瑪書 34：34）。

### 靈體是什麼？

靈體是一種物質，只是「更細緻或純粹」（教約 131：7）。

### 靈的世界是什麼樣子？

靈的世界中的靈會處在兩種主要的狀態或地方：樂園或靈監。義人的靈會到樂園去，那「是一種安息的狀態，平安的狀態；他們必在那裡安息，不再煩惱、憂慮和悲傷」（阿爾瑪書 40：12）。據說，尚未接受耶穌基督福音的人，其靈體會到靈監去（見彼得前書 3：18-20）。他們仍然可以選擇善惡，也可以選擇接受或拒絕福音。在樂園的靈會向他們傳講福音（見教約第 138 篇）。在靈和身體長期分離的人看來，這樣的分離是一種「束縛」（教約 45：17；138：50）。

### 何謂天堂？

天堂通常被認為是神住的地方，也是義人最後可以居住的地方。就這個意義而言，天堂與靈的世界中的樂園並不相同。

### 何謂地獄？

在經文中，地獄有兩種意思：（1）「那些在今生不服從的人，死後在靈的世界暫時居住的地方」，或（2）「那些不被耶穌基督的贖罪所救贖之人的永久住所」（經文指南，「地獄」，<https://www.lds.org/scriptures/gs/hell?lang=zho>）。一般來說，這是拒絕福音之人所處的靈性



狀態。約瑟．斯密教導：「〔離開身體的〕靈……最不幸的就是知道他們得不到別人所享有的榮耀，而那本是他們也可以享有的，並且控告他們的人就是他們自己」（總會會長的教訓：約瑟．斯密〔2007〕，第 224 頁）。

### 何謂復活？

復活是靈和身體在完美而不朽的狀態下重新結合（見阿爾瑪書 11：43）。

### 誰會復活？

每一個曾活在這世上的人都會復活（見哥林多前書 15：22；阿爾瑪書 11：44）。

### 我們會在什麼時候復活？

人們會在不同的時期復活。耶穌基督的復活帶來了第一次復活，或義人的復活。從那時起，有些義人已經復活了。耶穌基督第二次來臨之



後，會有更多義人復活。在千禧年間，會有其他的好人復活。千禧年之後，惡人會復活。（見教約 76：32-112；88：97-101）。

### **復活的身體是什麼樣子？**

復活的身體有骨有肉（見路加福音 24：39），是不死的（見阿爾瑪書 11：45）、完美的（見阿爾瑪書 11：43），榮耀又美麗。「沒有任何事物比復活的男人或女人更優美」（朗卓·舒會長 [1814-1901]，*The Teachings of Lorenzo Snow*, ed. Clyde J. Williams [1996], 99）。

### **我們復活後會怎樣？**

所有的人全都復活，千禧年也結束了之後，我們會被帶到神面前，按照我們的言語、行為、思想和願望接受審判（見啓示錄 20：12；阿爾瑪書 12：14；教約 137：9）。耶穌基督將是我

們的法官（見約翰福音 5：22，27-29；羅馬書 14：10）。

### **最後的審判之後會發生什麼事？**

最後的審判之後，我們會接受到以下其中一種永恆的酬賞：

**高榮國度：**是天父、耶穌基督，以及所有藉著訂立和遵守一切福音聖約，而有資格獲得永生之人的家園（見教約 76：50-70）。

**中榮國度：**是在世時沒有接受耶穌基督的福音，卻在靈的世界接受的好人，以及在世時對耶穌基督的見證不勇敢的人所住的家園（見教約 76：71-80）。

**低榮國度：**是沒有接受耶穌基督福音的惡人所住的家園；他們要到千禧年之後才會復活（見教約 76：81-89）。

**無限的懲罰：**是沉淪之子和魔鬼及其使者的最後景況（見教約 76：31-49）。

### **人們在高榮國度會做些什麼？**

繼承高榮國度最高等級的人將獲得超升，意思是他們將有永生，成為像天父一樣，並獲得父所有的一切。變得像天父一樣是指獲得祂的完美特質，包括愛和服務。<sup>1</sup>這也意味著分享祂的事工和榮耀，也就是「促成人的不死和永生」（摩西書 1：39）。超升包括印證到永恆的婚姻中、住在永恆的家庭，並擁有永恆的屬靈後裔。（見教約 76：59，62；130：2；132：19-23）。

### **其他國度中的人會做些什麼？**

其他國度的人將成為天使，「是服務的僕人，為那些配得到更多、更大、更重的永恆榮耀的人服務」（教約 132：16）。他們不會結婚，也不會有屬靈的後裔（見教約 131：1-4；132：16-17）。■

### **註：**

1. 「我們並非在世上忍耐服務，以便取得進入高榮國度的資格。事實上，服務是高榮國度中超升生活的精髓」（參閱總會會長團第二諮理，墨林·羅慕義會長 [1897-1988]，「自立的高榮本質」，1983年1月，聖徒之聲，第125頁）。



我們在生活中  
若全然接納耶  
穌基督的贖  
罪，就會在  
不斷努力經歷  
內心改變的  
過程中找到  
喜樂。

# 經歷 內心的 改變



愛德華·杜貝  
長老  
七十員

**我**們的第一個孩子蘿絲瑪莉出生時很漂亮，我的母親遠從她所住的辛巴威中部來看我們。內人娜虹和我都是新手父母，對於我母親的來訪感到非常興奮，很熱切地想要學習養育孩子所必須知道的一切。

母親一抵達，就拿出一條布做的圓形項圈。她說，這條布裡面包著一個有魔法的東西。她把那項圈拿給娜虹，要她戴在蘿絲瑪莉脖子上。母親察覺到娜虹的猶豫，立刻說道：「這個有魔法的東西是我小時候，我的母親和外祖母給我的，它保護了我和我所有的孩子，包括你丈夫在內。這個護身符會保護你女兒免於疾病，破除各種符咒，使她能夠克服人生的一切困難。她必須戴著這項圈直到五歲。」

我那時擔任分會會長，立刻想到：「要是分會成員在我們小寶寶脖子上看到這條『魔法』項圈會怎麼想？」然後我想到：「也許我們可以把項圈遮起來，讓它不要這麼顯眼。」我看著娜虹；她的表情告訴我，我們不應接受這禮物。我問母親可否做一條比較小、比較細的項圈，不要這麼明顯。她回答說不可能，而且這個有魔法的東西要依照她所準備的方式，才能發揮魔力。

娜虹再次看了我一眼，清楚地表達她不贊成。我轉向母親，說明我在本地擔任教會的分會會長，要把這項圈戴在孩子身上，會讓我很不自在。母親在回答時警告我說，要是沒有這項圈，我們的寶寶會死掉。

## 令人驚恐的危機時刻

幾個星期後，我們的小蘿絲瑪莉病得很重。我們沒有錢帶她去看醫生。那時是晚上，當時我開始想到母親提出的警告，心想早知道就該接受那項圈，把那項圈戴在蘿絲瑪莉的脖子上。在那恐慌的時刻，我聽到一個微小的聲音敦促我要運用對主耶穌基督的信心。我立刻穿上安息日服裝，抱起我們的寶寶，給她一個聖職祝福。我感受到平安和安慰，也察覺內人也有同樣的感受。娜虹和小蘿絲瑪莉幾乎立刻就安詳地睡著了。我們的女兒蘿絲瑪莉得著醫治。接下來的幾天裡，她逐漸康復，恢復健康。我們親眼目睹了莫大的奇蹟！主在祂溫柔的慈悲中幫助了我，鞏固了我對祂的信心。

我很感激，但也有點羞愧。我雖然是返鄉傳教士，又擔任分會會長，卻擔心他人的看法更甚於相信神（見摩賽亞書4：9）。是的，即使是我非常敬愛景仰的母親，她也無法理解

所有的事。我必須做的，不只是當個返鄉傳教士，或當個分會會長而已；我必須有所改變：必須去經歷阿爾瑪所經歷的事。

## 巨大改變的時刻

邪惡的挪亞王的祭司阿爾瑪在聽到先知阿賓納代提出以下這個發人省思的問題時，可能曾仔細地檢視過自己：「你們未曾真心求了解，所以，你們並不聰明，因此你們教導這人民什麼？」（摩賽亞書 12：27）。就像阿爾瑪一樣，「〔我的〕心」也必須「起了巨大的變化」（阿爾瑪書 5：12）。

阿爾瑪身為挪亞王宮廷裡的祭司，已經很習慣特權階級的生活。他用來生活的，是人民所納的稅。他享有權力和名望，曾經是個「內心驕傲而自大」的人（摩賽亞書 11：5）。但是當阿爾瑪得知救主將來到世間，學到關於救主的教訓、受苦、死亡和復活，以及耶穌基督是「是世界的光和生命，是的，是無盡的、永不暗淡的光，也是無盡的、不再死亡的生命」（摩賽亞書 16：9）——他就已經準備好要有所改變。他甚至準備好在必要時犧牲性命。

阿爾瑪在一片反對聲浪中，冒著生命危險，勇敢地懇求挪亞王讓阿賓納代平安離開。阿爾瑪的行動是發自內心的；他經由主的先知阿賓納代，感受到救主對他的愛。

當我母親給我一條保護項圈，要我放在寶寶的脖子上時，我的擔憂

是基於外在的觀感，擔心分會成員會對我會怎麼想。顯然，我那時尚未完全體驗到「內心的巨大改變」。後來我才體認到，我們的成功和幸福有賴於我們樂意敞開心懷，全然接受這福音。我們若要找到真正的幸福、喜樂和平安，「耶穌基督純正的福音〔就〕必須藉著聖靈的力量深植在〔我們……〕的心中。」<sup>1</sup>

## 作見證的機會

有了這樣的改變後，我們若隨時隨地、在一切事上仰望救主，就會讓我們有能力去伸出援手、幫助他人。阿爾瑪成為強有力的傳教士，幫助了許多逃離挪亞王的人，在他們當中組織起基督的教會。

你們是否能看出，當我母親要給我們那條魔法項圈，並深信這項圈曾經保護過她和她的子女時，我怎樣錯失了與母親分享福音的機會？我本來可以成為主手中的工具，像阿爾瑪一樣傳講耶穌基督的福音；阿爾瑪「改變了他們的心；是的，

我抱起我們的寶  
寶，給她一個  
聖職祝福。



## 持續地歸信

「我們需要持續地歸信，而這有賴於我們在一生中不斷增加對耶穌基督的信心，以及對祂的福音保持忠誠——不只一次，而是經常地。」

十二使徒定額組  
羅素·培勒長老，  
「留在船上牢牢  
抓緊！」2014年  
11月，利阿賀拿，  
第90頁。





阿爾瑪勇敢地懇求挪亞王讓阿賓納代平安離開。

〔祂〕把他們從沉睡中喚醒，使他們覺悟神的存在」（阿爾瑪書 5：7）。

當我回想起母親的這件事，我都會好奇想到，要是我那時回應的方式更像阿爾瑪，結果會如何。我的母親可能因而覺悟神的存在，而母親的改變可能會對我的兄弟姐妹產生正面的影響。然後這變化可能也會對我的兄弟姐妹的孩子及其後代的一生，產生極大的影響。

感受到阿爾瑪巨大改變的人，不只是那些他所教導和作見證的人，也包括他的孩子和後代。他的兒子小阿爾瑪在對柴雷罕拉地及附近地區的人傳教時，就曾提醒他們記得他父親對救主耶穌基督的見證，他說：

「看啊，我可以告訴你們，我父親阿爾瑪不是相信阿賓納代口中傳講的話嗎？……

「由於他的信心，他的心起了巨大的變化」（阿爾瑪書 5：11-12）。

對於像阿爾瑪這樣的年輕人，由於阿賓納代邀請人們真心尋求了解主的話，因而內心起了巨大的變化，而這正是他找到幸福，並成功地幫助人們的關鍵：「看啊，他向你們的祖先宣講神的話，他們的心也起了巨大的變化；他們謙抑自己，信賴真實而活著的神。看啊，他們一直忠信到底；因此他們得救了」（阿爾瑪書 5：13）。

## 持續地改變

今日有些年輕人在選擇神眼中正確的事，和取悅父母或監護人之間難以取捨；他們的長輩對於福音的真實性可能有不同的感受。當你面臨這樣的抉擇時，可以問自己：「這樣的決定會讓我感覺自己『做的是正義的事』（阿爾瑪書 5：16），也讓我覺得想『唱救贖之愛的歌』嗎？」（阿爾瑪書 5：26）。

雖然我們應當敬愛父母，但我們也必須知道，我們所作的選擇會直接影響到我們的子女和後代。我們有些人可能必須像阿爾瑪一樣離開舒適圈，他逃離了挪亞王的僕人，在非常艱困的環境中教導福音。他不僅促成自己家人的改變，也幫助了其他人改變。要經歷內心的改變，就必須為他人著想，並「為那些不認識神的人的靈魂的福祉，一同禁食，懇切祈禱」（阿爾瑪書 6：6）。

要是我們的寶貝蘿絲瑪莉在接受我給她的聖職祝福後，依然沒有痊癒呢？救主以下的勸誡給了我極大的力量：「得著生命的，將要失喪生命；為我失喪生命的，將要得著生命」（馬太福音 10：39）。

我們在生活中若全然接納耶穌基督的贖罪，就會在不斷努力經歷內心改變的過程中找到喜樂。我很感謝能有這樣的知識，我深知我們的救主曾到各處，「受盡各種痛苦、折磨、試探，以應驗祂要承擔人民痛苦、疾病的預言」（阿爾瑪書 7：11）。我知道仰望主並聽從祂的忠告，會帶來真正的平安與保護。■

註：

1. Henry B. Eyring, "We Must Raise Our Sights," *Ensign*, Sept. 2004, 16.

# 萬歲！

奎格·基瑟

一個四歲的小孩幫助了我用嶄新的方式體會聖餐的真諦。

會眾唱完聖餐詩歌時，我的思緒專注地想著救主，然而當我正要闔上詩歌本時，音樂仍繼續彈奏。那一天的與會者很多，因此司琴必須再彈奏兩段音樂，讓祭司擘完麵包。我很感謝有這段額外的時間，這讓我在聖餐祈禱文之前，多了一些虔敬沉思的時刻。

祈禱時，我仔細聆聽祭司唸出的話語，他們所祝福的是基督為我們所作犧牲的象徵物。就在最後的祈禱文結束、會眾齊聲說「阿們」之際，蹦出了一個小男孩的聲音，那是坐在我後面兩排位子的一個四歲小孩。

他大喊：「萬歲！」。

他自然又響亮的聲音，讓鄰近的幾個孩子咯咯笑了起來。我承認自己也驚訝地笑了一下。

「萬歲？」我心想。對聖餐祈禱文作這樣的回應真是奇怪。這確實是我前所未聞，也大概不會再聽到的回應。畢竟，我們是說「阿們」來結束祈禱。

或許那個小孩比我體會到更多的真理。



萬歲！

萬歲一詞傳達出興奮之情，那是一種喜悅的呼聲，通常是因為勝利。有時候，這樣的歡呼是在表達對某人完成艱鉅任務的嘉許。<sup>1</sup>

我立刻就喜歡上這個想法。是的，我心想，萬歲！耶穌基督已克服死亡，使我們都能復活！萬歲！由於祂的贖罪，祂能寬恕我們的罪！尤其是，祂能寬恕我的罪！萬歲！透過祂的恩典，我能回到天父身邊，享有永生的希望。是的！萬歲！

就在我默默向天父呼喊這樣的讚美和感謝時，聖靈讓我的心中充滿喜樂，令我幾乎流下淚來。在那天，一個小孩引導了我（見以賽亞書 11：6），讓我有嶄新的眼光，因救主的贖罪為我的生活所帶來的許多祝福而感到歡欣。■

作者現居美國俄勒岡州。

註：

1. See Merriam Webster's Collegiate Dictionary, 11th edition (2003), "hooray"; see also [en.wiktionary.org/wiki/hooray](http://en.wiktionary.org/wiki/hooray).

## 不會在我任內！

布瑞特·波特

我們成功的關鍵就在於為男青年服務時，去愛他們。

我曾經跟一個家庭很親近，他們有個兒子在男青年。在他還是執事的時候，有位領袖在某個活動中責備他，在他同儕的面前讓他難堪。之後他感覺深受羞辱，不再參加活動，轉而尋找支會外的朋友。

這個經驗對我有很大的衝擊，我下定決心，要是我被召喚到男青年服務，決不會讓這樣的事在我任內發生。兩年後，我蒙召喚和執事們一起服務。

沒幾個月我就發現自己需要處理某個情況，有位男青年的行為常常游走在界線邊緣。

我終於對他談起他的行為，說：「這是界線，不可越線。」

他越線了。我們起了一點爭執，他就走了。

後來我跟他談話，想化解我們的歧見。我說：「大衛，我愛你，你是個很好的男青年，但我不喜歡你做的一些事。其他男青年把你當作領袖，如果

他們看到你做出不恰當的事，他們可能也會嘗試。」

我們化解了歧見，他感覺受到接納，我們幾個領袖協助他擺平了一些個人挑戰。他滿14歲時，請我按立他為教師。多年後的今天，他每次見到我都給我一個大大的擁抱，並且帶著仰慕之情談起他在男青



年的時光。

當我們關愛男青年，並且喜歡跟他們在一起，他們都知道。由於如此，我的兩位諮理和我都很真誠地關懷我們的男青年。我們辦活動時，從來不是因為手冊上寫著要辦活動，而是因為我們知道男青年會學習到技能、會成長，會覺得好玩。

有一次，我們有位男青年的父母對我們的計畫不感興趣。

我告訴他們：「沒關係，但你們還是可以讓你們的兒子來學習，一起玩嗎？」

我們把那位男青年納入我們的計畫，沒多久他的父母就同意讓他全程參與了。他們看到他們的兒子在學習，也玩得很開心。後來他擔任全部時間傳教士，他的弟弟見賢思齊，也去傳教了。

我們看到這兩者之間有著密切的關聯性：領袖關懷男青年，男青年學習、成長和最後去傳教。看著男青年成長令人感到滿足，而和他們一起學習則令人感到愉快。我們成功的關鍵就在於為男青年服務時，去愛他們。■

作者現居美國加州。

## 每個人都能向先知學習

**我**17歲時，在美國夏威夷州科納開魯亞的一間小旅館工作。我那時擔任門僮，看到許多知名人士來光顧旅館，包括約翰·韋恩、桃樂絲·拉摩，及以斯帖·威廉斯（Esther Williams）。

有一天晚上，在大部分的賓客都抵達後，我在旅館前面小歇一會，有輛黑色豪華轎車在路旁停了下來，走出七個身穿白襯衫、黑長褲，打著領帶的男人。和他們一起的是另一位穿著黑色西裝的男人。司機停好車後，他們就全部進入餐廳用餐。我走回裡面繼續接聽客房服務的電話，那時我心想，他們看起來真像聯邦調查局（FBI）的探員。

大約一個小時後，我在旅館外抽菸時，看到先前的那群人走出來，要回到停在路邊的那輛豪華轎車。他們從人行道走向轎車，打開後車門讓穿黑西裝的那人上車，但那位穿黑西裝的人卻停下來，轉身看著倚在牆邊的我，並走了過來。

他又高又瘦，帶著金屬框眼鏡，留著一小撮白色的山羊鬍。他伸出手跟我握手，另一隻手搭在我的肩膀上。我很驚訝這樣一位氣度不凡的人，竟

會跟我這樣一位不認識的年輕人說話。

我記不得他說的每一句話，只記得他提到我的香菸，說：「這些事對你不好。」他的仁慈和風範在我腦海中留下深刻印象。

一年後，我上了傳教士課程並接受了洗禮。

我在瀏覽教會領袖的照片時，注意到喬治·斯密會長（1870-1951）的照片，立刻認出他就是我在旅館前面所遇到的那位氣度不凡又仁慈的人。

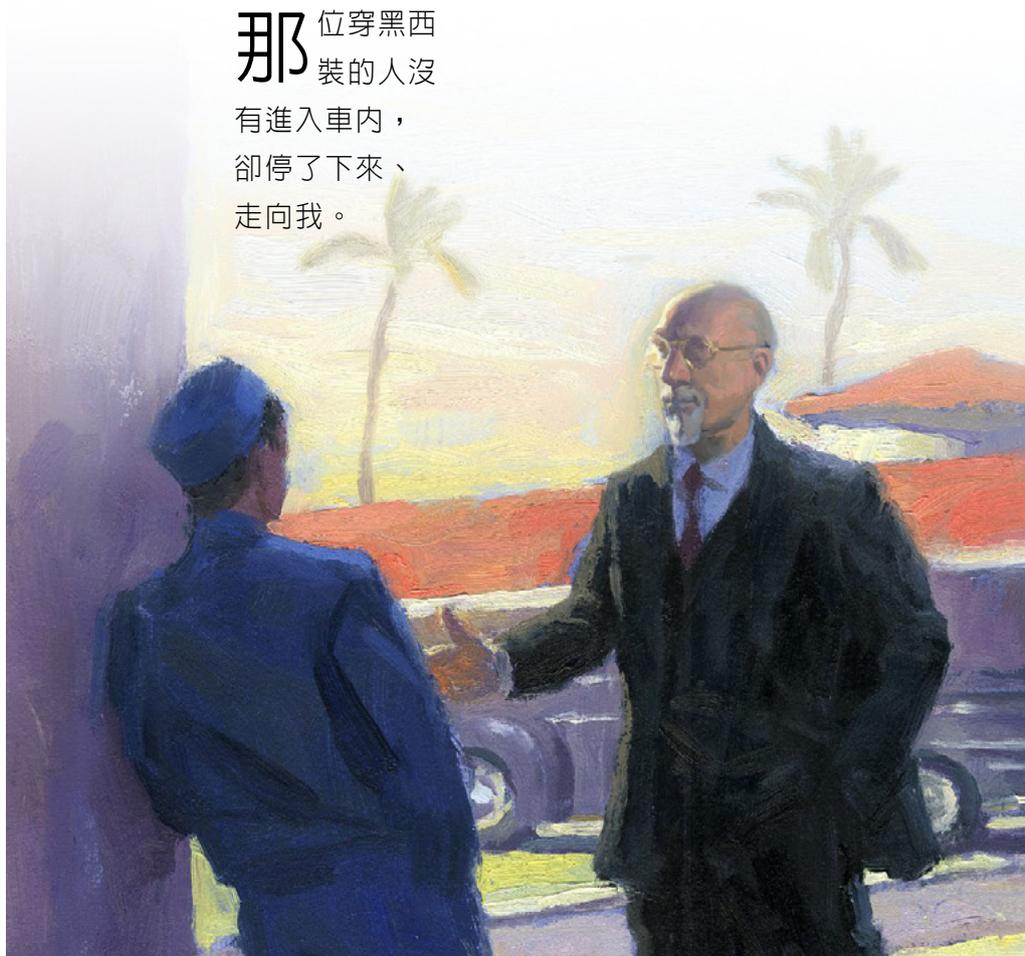
令我更加敬佩的是，教會的總會會長竟會向我這樣一位既不是教會成員，又不是特別重要的男孩做出那樣的舉動。

他是何等偉大，竟會向一位職位既不起眼、對福音一無所知，也不知道天父對我們的愛的年輕男孩，表現出這樣的愛心和關懷。

六十五年後，我對那樣的關懷與愛心有深切的體認，我也努力像斯密會長看待我那樣，去看待我周遭的人。■

老亨利·瑟立昂，美國夏威夷州

**那**位穿黑西裝的人沒有進入車內，卻停了下來，走向我。



## 這真的值得嗎？

**我**們四歲的兒子寇登驕傲地拿出一張初級會教師給他的紙條，上面詳細寫著他在即將來臨的初級會演出中要負責的部分。我們的工作是教他念出一句九個字的台詞，兩星期後就要演出了。

星期一晚上我們花了整個家人家庭晚會的時間來排練。寇登臉上掛著笑容，練習了數十次，我的妻子和我則在一旁指導，提醒他「說話時，不要那樣傻傻的」、「要說清楚一點」之類的話。

儘管我們很努力，但連我都不確定我們是否有任何進步。

接下來的星期天早上，為參加教會聚會所作的準備包括尋找兩隻遺失的襪子、照顧一個正在長牙的八個月大娃娃，和一個不停哭泣的四歲幼兒。

聚會開始後，開會詩歌尚未結束，我就帶著哭泣的孩子去了門廊兩次。等到唱詩班站

起來獻詩時，我幾乎已經放棄希望，不指望我們家能受到任何啟發，只希望能撐到聚會結束。

說完最後的阿們後，我筋疲力盡地鬆了一口氣。但就在我慶祝勝利的時候，我不禁想著：「這真的值得嗎？」我們每個星期帶孩子到教會，真的會讓我們和孩子有任何進步嗎？

我想起十二使徒定額組大衛·貝納長老的一番話。他說：「有時候，貝納姊妹和我會感到很生氣，因為我們很努力去培養正義的習慣，但似乎並未立即產生我們所期待的靈性結果。……

「貝納姊妹和我以前認為，幫助兒子們了解某個特別的課程或某節經文的內容才是最終的結果。但是，並非我們每次研讀、祈禱或一起學習時，都會有這樣的結果。我們的用

心堅持和持續努力可能才是最重要的課程——但當時的我們並無法完全體會」（「在家裡更加勤奮、關心」，2009年11月，利阿賀拿，第19頁）。

我恢復信心，回家後繼續跟我兒子反覆練習。終於輪到他演講了，我們激動地聽著他清楚而自信地說出：「耶穌基督是神的兒子。」

我們在他演出前就已經聽他說過這句話數十次，但是聽到他在家裡以外的地方自行說出這句話，卻是有所不同，而且更令人欣慰。

在我們的小兒子長大成人之前，我們還需要作許多的教導，但我們會竭盡所能地繼續參加教會聚會、舉行家人家庭晚會、每天祈禱，希望他在未來離家獨立時，會再次記起這句十分重要的話：「耶穌基督是神的兒子。」■

布藍登·坎斯陶克，美國猶他州





凱莉熱切地想帶  
孩子們去聖  
殿，好讓他們觸摸。

## 感受聖殿的靈性

我到美國內華達州拉斯維加斯探望我的女兒凱莉，她最近才剛和丈夫及兩個孩子搬到那裡。凱莉的支會在中午聚會，因此我們有個悠閒的上午可以從容準備，並討論聚會後可以做些什麼。由於凱莉還沒有機會去那裡的聖殿，因此我們決定去聖殿廣場幫孩子們拍一些照片。

就像所有的聖殿一樣，內華達州拉斯維加斯聖殿十分優美、維護妥善，有著美麗的噴泉和花朵。

在讀過多馬·孟蓀會長所說的故事後，凱莉就熱切地想帶孩子們去聖殿，好讓他們觸摸（見「尋找平安」，2004年3月，利阿賀拿，第5頁）。她做的第一件事是向她的女兒史

黛拉解釋聖殿是多麼神聖而重要。

史黛拉就像任何三歲的孩子那樣聽懂了，我們也鼓勵她觸摸聖殿。我們拍了幾張史黛拉和她三個月大的弟弟觸摸聖殿的照片。

要離開的時候，史黛拉顯得格外不情願。我們以為原因很明顯；以為她置身在這優美的環境裡十分開心，也無疑地像我們一樣感受到靈性。

把她放進車子裡，扣上安全帶後，我們就動身離開。我轉過頭，揮著手，對史黛拉說：「說聖殿，再見。」她注視著聖殿，揮揮手，說：「聖殿，再見。外公，再見。」我不確定自己真的聽到她這麼說，但是當我轉向凱莉，看到她眼裡含著淚水

時，就知道她也聽到了。

史黛拉的外公——我的丈夫提姆——在史黛拉出生的四年前就過世了。她確實看過外公的照片，聽過家人談起外公，但是那天我們並沒有談到外公。

提姆過世時，我們只有一個孫子，現在我們有12個。每當我抱著一個剛離開天父面前，新生的寶貝嬰孩，我都想問：「你見到外公或祖父了嗎？他給了你什麼忠告？」

在那天，我對神聖聖殿的見證更加鞏固。我們也許無法帶著年幼的孩子一起進入聖殿，但我們可以帶他們到門口，讓他們觸摸大門，亦即無數的配稱成員得以進入主的屋宇的大門。■

凱西·羅希爾，美國加州

## 什麼事情對我最重要？

**我**在大學三年級讀到一半時，發現用來支付房租和水電費的存款不足以支撐我度過那個夏天。而一年當中，唯有這段時間，我可以工作賺錢來支付下學期的費用。我找了一份兼職工作，在店裡擔任售貨員。

一切都很順利，但後來我的班表變動，星期天也要上班。我在應徵面談時並沒提到任何不能在星期天工作的事，因為當時那間店星期天沒有營業。但這份工作對我很重要，我也很喜歡工作的內容。我和一個朋友共事，我們兩個人可以各休息兩個星期天，另外兩個星期天要工作。這讓我可以參加一些教會聚會，從事我的召喚事工。

但我很快便發現，我無法配合這樣的班表。事實上我覺得，就算我每個星期天都不上班，我也無法履行我星期天的責任。我開始自問，可以做些什麼來改變這情況。在我祈求能想個辦法軟化我的主管的心時，我讀到尼腓一書第7章。我記得讀到第19節，在尼腓祈禱後，他哥哥的心軟化了。最後，我終於向我的雇主談起不要在星期天工作的事。

我告訴我的主管，我是耶穌基督後期聖徒教會的成員，他們則問我，後期聖徒相信些什麼。當我問他們，我是否能星期天不上班時，答案是不行。他們指出，我在第一次面談時曾說我每星期的任何一天都能工作，也沒有提到任何宗教上的需求。

幾個月過去了，一切都沒有改變，直到有個星期天，我匆匆離開教會聚會，趕去工作。我自問：「什麼事情對我最重要？」答覆立即來到，且無法忽視：教會、福音、在我的召喚上服務、全心全意參與星期天的聚會，以及在言語行為上表現出門徒身分。

**有**個星期天，我匆匆離開教會聚會，趕去工作。我自問：「什麼事情對我最重要？」

我決定要再次請求不在星期天工作，但這次我手裡會帶著辭呈，以免他們再說不行。

我祈禱、禁食，並收到朋友們寄來鼓勵我的簡訊。

我在面談時，雖然心臟怦怦跳，但卻感到平靜，因為我知道自己在做對的事情。這次我的主管說可以。我的祈禱得到了回答，我一回到家，就把辭呈撕了。

我從這次經驗得到許多祝福，但最立即且最具體的祝福就是我能保有工作，又能守安息日為聖。我為此深深感謝主。■

伊蓮諾拉·索內利尼，義大利，第里雅斯特



大衛·伊凡長老  
七十員

# 堅持不懈與 門徒身分

**有**一本網路字典將堅持不懈定義為「鏗而不捨、不屈不撓和堅定的決心」。並說明：「絕不放棄的人展現出堅持不懈這項特質——他會不斷努力，直到達成目標為止。」<sup>1</sup>

我們必須堅持不懈，才能成為救主的真正門徒，達成真正良好的目標——成為優秀的傳教士、完成教育、找到永恆伴侶、開始建立家庭——天父知道我們必須達成這些目標，來為永恆作準備。我們在一切良善的事情上堅持不懈的能力，會決定我們是否能成為神所期望的那種兒女——祂知道我們能夠而且必須成為那樣的兒女。

今日這一代的全部時間傳教士被稱為「本教會有史以來最優秀的傳教士世代」，並且被比作希拉曼的 2,000 名青年戰士。<sup>2</sup> 儘管這些青年具有非凡

的特質，並且懷著堅持不懈的信心和努力，他們的領袖希拉曼仍說：「我的兩千零六十個人當中，有兩百人因失血而昏倒；然而，令我們十分訝異，也令全軍高興的是，由於神的良善，他們竟無一人陣亡」（阿爾瑪書 57：25）。

他們獲救是「因為他們對受教導要相信的事有極大的信心——相信有一位公正的神，不懷疑的人必被祂奇妙的力量所保全」（阿爾瑪書 57：26）。

希拉曼談到他們，說：「他們年輕，意志堅定，不斷信賴神」（阿爾瑪書 57：27）。

我們也必須成為如此。在生活中，只有碰到雨水、洪水和強風吹打著我們和我們的房屋，我們才能斷定自己的信心是否夠堅強，我們是否不斷信賴神。因為沒有逆境，就沒有考驗。

**要對神和祂的  
應許有信心，並且  
無論是否有人  
知道，都要始終  
做正確的事。**

## 不要灰心

幾年前，我和妻子瑪莉曾主領日本名古屋傳道部。描述那 2,000 名青年戰士所用的詞彙，如勇敢、強健、勤勉和值得信賴（見阿爾瑪書 53：20），也適用於和我們一起服務的那些傳教士。對那 2,000 名青年戰士所作的另一項描述——有些人昏倒了（見阿爾瑪書 57：25）——同樣也適用於我們的一些傳教士。



傳教並不容易，人生也是如此。所有的人都會受點傷，有些傷害來自尚未解決的違誡，有些來自意外或疾病。有些來自看到我們所愛的人拒絕耶穌基督的福音，或未忠於他們所知道是真實的事。但我們會從這一切當中漸漸認識神，並逐漸成爲救主的門徒。我們的心會改變，而且我們若繼續選擇正義，戰勝罪惡和懷疑，那樣的改變就會變得持久。

那 2,000 名青年戰士對自己渴望的事堅持不懈，他們就是不放棄，即使路途艱難也一樣。他們上一代的父母親受到艾蒙和其兄弟的教導。那些傳教士獲得極大的成功，但他們也必須在傳教變得艱難且令人沮喪時，堅持下去且不放棄。

艾蒙描述那些時期，說：「當我們心情沮喪，打算回去時，看啊，主安慰我們，並說：到你們的弟兄拉曼人那裡去，耐心忍受你們的痛苦，我必賜你們成功」（阿爾瑪書 26：27）。

艾蒙和他的同伴懷著耐心，堅持不懈地度過重重苦難，最後獲得非凡的成功。

## 對福音堅持不懈

1999 年，瑪西·巴爾姊妹從美國俄亥俄州哥倫布來到日本名古屋傳道部。對她來說，

日文並不容易，但是她堅持不懈。她一學會溝通，就不停地與人談論福音。

忠信、不屈不撓且堅持不懈的傳教士，都獲得了極大的應許（見教約 31：7）；他們依照主制定的方式，盡全力工作，並懷著愛心、勇敢地開口。但有些傳教士卻害怕被人拒絕，任由畏懼勝過他們懷著愛心的勇氣。

但巴爾姊妹並非如此！她整個傳教期間都一直在尋找和教導。

在傳教的最後一天，巴爾姊妹要到名古屋的傳道部公館。那天晚上我會和她面談，並告訴她，她做得非常好。隔天她就要返鄉。

她在途中看到一群高中年紀的女孩在地鐵上聊天，便走過去，問是否能跟她們談話。她談到福音和福音的復興，然後將一份傳教士小冊子送給一位似乎有興趣的女孩，並告訴她，有傳教士姊妹可以教導她福音。

然後巴爾姊妹就到傳道部公館進行面談，但沒有談到她在地鐵上的經歷。對她來說，那件事並不足爲奇。她只是就自己所知做正確的事，自始至終一直如此。就我所知，對福音堅持不懈的最佳定義或許就是：無論情況如何，都持續對

神和祂的應許有信心，並且無論是否有人知道，都始終做正確的事。

巴爾姊妹返鄉回到哥倫布，在那裡的一個學生支會認識了她未來的丈夫。他們目前正一起在耶穌基督的福音裡養育家庭。

地鐵上的那個女孩，北山仁美，則接受傳教士姊妹的教導。北山不屈不撓，克服家人的反對和自己的疑慮，接受了福音真理，用她自己的方式展現出堅持不懈。

將近六年後，我們在日本的一次傳道部大會中見到北山，她當時在那裡傳教。她告訴我們在地鐵遇到巴爾姊妹，以及她後來歸信福音的經過。

傳教結束後，她認識另一位返鄉傳教士山下心平，並結了婚。有趣的是，心平的父親是藍迪·切克次長老和我在





### 努力更加自制

「我要鼓勵各位，不論老少，去檢視你的目標和理想，並

努力更加自制。我們日常的行為和選擇應當與我們的目標一致。」

十二使徒定額組昆丁·柯克長老，  
「明智地選擇」，2014年11月，  
利阿賀拿，第49頁。

1971年夏天第一次到日本傳教時教導的對象。

我們不僅在傳播福音時需要堅持不懈地做正確的事，我們也同樣需要正義且堅持不懈地去努力克服個人的罪和誘惑、完成學業、尋求聖殿婚姻和永恆家庭。我們都需要用堅持不懈、愛心和韌力，來固守我們的配偶和孩子，克服每個婚姻和家庭都會遇到的種種挑戰。而當我們所尋求的祝福並沒有按照我們預期的時間來到時，我們也需要堅持不懈、保持忠信和有耐心。

在这一切和其他各項正義的事情上，我們依義而行、為人正義的決心會受到世人的挑戰。但我們不可放棄，我們需要不斷努力，直到達成目標。

我們最終的目標是和丈夫、妻子、兒女，以及未來世世代代的子孫共享永生。

### 設立有價值的目標

我們要如何培養依義而行的決心，並獲得力量來遵守這承諾呢？

首先，要設立值得達成，而且與我們最終的永生目標相符的目標。這包括教育和就業的目標，這些目標要能促成和符合建立家庭、個人成長、服務、在教會中積極，以及個人幸福。設定這些目標的一部分在於我們個人的選擇，但另一部分則必須包括祈禱和個人啓示。只要你真的在乎而尋求神的旨意，祂必會回答。

在你應當祈禱的許多事情中，要包括尋找配稱的伴侶，能和你一起到聖殿訂立神聖聖約。如果你想要訂立和遵守神聖聖約，並且很渴望達成你極為正義的目標，就要透過祈禱去尋求婚姻的祝福和責任。

在你人生的這個領域和其他領域中，都要找出神希望你做的事，要仔細研究，作出決定。將這些決定求問主，找出答案。然後懷著達成目標的決心向前邁進。

在這當中，我們若要在正確的事情上堅持不懈，就必須

透過正義的生活來接近主。最會讓我們無法專注於達成正義目標的，莫過於生活不配稱，無法享有聖靈的祝福。

設立正義的目標要常常祈禱，尋求主的指引。要保持配稱，避開會使你分心或阻礙你進步的事物。要持有並使用你的聖殿推薦書。遵守所立的聖約，尤其在生活艱難的時候。要尋求獲得永恆婚姻和家庭的祝福，然後牢牢守住。不要放棄，不要半途而廢，

要在每一件正義的事情上堅持不懈。你會看到自己的信心增強，而且隨著你的信心加增，你會看到自己的力量和才能日益加深和擴大。記住十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老所應許的：「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信奉耶穌基督福音的人。」<sup>3</sup>■

摘自2014年11月4日楊百翰大學祈禱會講辭，「Tenacity（堅持不懈）」。如欲取得全篇英文講辭，請至 [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu)。

註：

1. [Vocabulary.com/dictionary/tenacity](http://Vocabulary.com/dictionary/tenacity).
2. 見羅素·培勒，「最優秀的傳教士世代」，2002年11月，利阿賀拿，第47，48頁；至於摩爾門經對他們的描述，見阿爾瑪書53：17-21；56：17，45-48；57：20-21。
3. 傑佛瑞·賀倫，「將來美事的大祭司」，2000年1月，利阿賀拿，第45頁。

# 安息日 的 得勝者

珊曼莎·麥法研

**當**橄欖球教練告訴我們的球隊，全國冠軍錦標賽的八強賽我們被排在星期天時，我滿腦子一直想著：「為什麼是現在？」

我所屬的這支 2010 年楊百翰大學女子橄欖球隊，一整季都在為冠軍賽作準備，希望能和去年在錦標賽打敗我們的那支隊伍一決高下。我很有把握我們會贏——因為我們網羅了全國最好的一些選手。我們希望贏得全國錦標賽，藉此在橄欖球界證明我們的實力，但天父給了我們一條不同的路。

## 堅守我們的標準

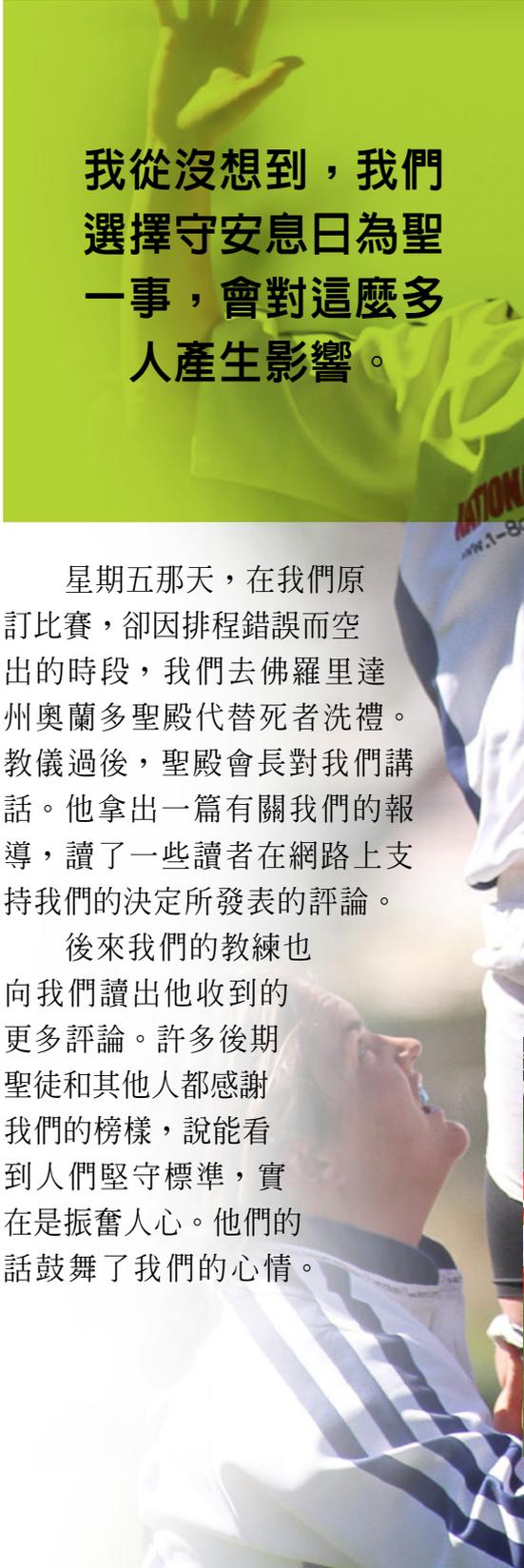
錦標賽的官員曾向我們保證，會把我們的比賽排在星期五和星期六，但由於失誤，竟排到星期六和星期天。錦標賽將在美國佛羅里達州桑福德舉行；直到比賽前五天，我們才

發現這項錯誤。由於當時的女子橄欖球隊還不是楊百翰大學的正式球隊，因此我們要自行決定是否參與比賽。我們選擇不參與，大家都一致同意這項決定，沒有人抱怨。

我們從未在星期天打球，我也從沒這麼想過。我的父母教導我要守安息日為聖，我一輩子都遵守著這條誠命。服從天父的誠命比橄欖球比賽更重要。

但知道我們做的是正確的事，並沒有讓情況變得比較容易。我們帶著沮喪的心情飛往佛羅里達，知道星期六的比賽無論勝負，都是我們的最後一場比賽。

抵達佛羅里達後，我們接到紐約時報記者來電，說要刊登我們的故事。我們很震驚，我們沒料到會有人關心我們選擇守安息日這件事，更別說是一家全國性的報社了。



我從沒想到，我們選擇守安息日為聖一事，會對這麼多人產生影響。

星期五那天，在我們原訂比賽，卻因排程錯誤而空出的時段，我們去佛羅里達州奧蘭多聖殿代替死者洗禮。教儀過後，聖殿會長對我們講話。他拿出一篇有關我們的報導，讀了一些讀者在網路上支持我們的決定所發表的評論。

後來我們的教練也向我們讀出他收到的更多評論。許多後期聖徒和其他人都感謝我們的榜樣，說能看到人們堅守標準，實在是振奮人心。他們的話鼓舞了我們的心情。



這時我們  
才開始體會  
到，即便沒有  
成為全國冠軍，我  
們可能帶來的影響。

我以前就知道天  
父在注意著我們，但從沒  
想過別人也在看。由於人們  
對我們的決定所做的回應，使  
得我們在佛羅里達州有了新的  
目標：不是為了贏得比賽，而  
是為了堅守我們的標準。

### 一條更好的路

星期六來了，我們以 46 比  
7 贏得比賽。之後我們走到錦標  
賽官員那裡，告訴他們我們要  
棄權，放棄排在星期天的那場  
比賽——比賽的對手剛好是去  
年擊敗我們的那支隊伍。我很  
失望，我們這一季的比賽是這  
樣收場。我很希望能跟這支隊  
伍比賽，但我不希望在安息日參  
賽，無論對手是他們或任何人。

人們寫了很多篇有關我們  
的文章，我們也持續收到支持



### 敬重安息日

「救主已表明祂是  
安息日的主，這天  
是祂的日子！祂一  
再要求我們要守安  
息日，或以安息日

為聖。我們已經立約要這麼做。

……〔我們〕只要問自己：  
『我要給神什麼樣的證據？』那個  
問題讓〔我們〕對選擇安息日所  
從事的活動一清二楚。」……

「……我們知道不論住在哪  
裡，我們都是家人、鄰居和朋友  
中信徒的榜樣；真正的信徒會守  
安息日為聖。」

十二使徒定額組會長，羅素·納爾遜會  
長，「安息日是可喜樂的」，2015年  
5月，利阿賀拿，第130，132頁。

的信件和電子郵件。由於堅守  
標準，我們影響了更多的人，  
多過即使我們贏得錦標賽所可  
能影響的人。

我學習到要信賴天父，祂  
會帶領我走一條更好的路，比  
我自己所想的更好。我的隊伍  
原本希望能藉著成為冠軍來證  
明自己，但現在我了解到，天  
父希望我們能在截然不同的地  
方得分。祂在我們以為沒有人  
關注時，給我們機會去成為榜  
樣，而且由於我們選擇服從，  
祂能用我們來促成好事。■

作者現定居美國華盛頓州。



照片由女子美洲獅橄欖球隊（楊百翰大學）及保羅·梅爾斯惠予提供。

# 擔任傳教士最困難的部分

傳道事工中最大的挑戰有時並不是傳道工作。

溫蒂·烏利齊博士

**有**位傳教士曾告訴我：「當人們說傳教很困難時，我曾以為他們是在說我會挨寒受凍、面臨惡劣的生活條件或是學不好語言。但對我來說最困難的部分是心理層面的壓力，像是感到沮喪、因同伴問題而感到挫折、不喜歡與陌生人說話等等，而我必須處理所有情緒上的起伏、習慣遭人拒絕和適應改變。」

爲了準備傳教，你可以而且應當去閱讀宣講我的福音、研讀經文，以及學習如何下廚和洗衣服。但是你現在也應該實際體驗一下身爲傳教士，你需要具備那些情緒、社交和其他方面的能力。以下是這些能力的部分清單，你可以勾選其中一兩項，從現在開始練習。

## 保持謙卑又不覺受辱的能力

有位在美國阿拉巴馬州的傳教士姊妹對我說：「我以前以為在我被按手選派後，我就會獲得超能力。所以當我抵達傳道部時，我有點震驚，因為我還是原來的我。我還是有相同的弱點、恐懼和不足之處，那些部分其實並沒有消失。我必須學習如何在做主的事工時，同時處理自覺能力不足的心態。」

無論你來傳教之前有多少成就，只要你謙卑、易於受教並願意不斷努力和工作，主就能與你一同工作。但是唯有當你作練習、提出問題、尋求

協助並不斷嘗試，你的傳道能力才會改善。如果你深信人們是天生就擅長（或天生就不擅長）從事傳道事工、學習語言、分享見證或培養人際關係，你就會過得很辛苦。

有位傳教士曾對我說：「我必須學會這是主的事工，不是我的。如果我覺得自己能力不足也沒關係，因為我確實能力不足。去做只有神才能做到的事，我的能力當然永遠都不足。我有很多可以改進之處，但我不需要全靠自己解決。我可以仰賴祂。」

試著去做一些從未做過和困難的事，那麼你就會學到不必太在意能力



不足這件事。例如：

- 做一些能讓你稍微踏出舒適圈的事，像是新的工作、課外活動或不熟悉的課程。提出問題、尋求協助、分析錯誤並繼續嘗試。挑一些你必需練習和下工夫的事情，使你能學會相信只要你付出努力必會有所改進。
- 你的頭腦若有聲音告訴你，人所具備的才能、智能或社交能力都是天生的，就要用正面的事情去反駁那股聲音。世上最偉大的運動員、音樂家、學者和傳教士，在他們通往成功的路上，都曾經歷過許多失敗和練習過許多個小時。



## 面對可能會（和實際上）遭人拒絕的能力

被拒絕和感到失望的經驗在傳教時是家常便飯。練習冒險和遭人拒絕的情況，使你能更擅於處理這類情緒。

- 申請一份工作、做求職面談，從事兼職或全職的工作。
- 參加校隊或演員的甄選。
- 主動提出約會的邀請，或請人參加活動。
- 當事情不順利時，留意能幫助你處理和改善情緒的想法與行為。
- 從挫折中學習，並不斷嘗試。

## 保持自我激勵的能力

我們大家都必須想辦法在感到厭倦時激勵自己，並在壓力過大的時候保持心情平靜。

- 如果情況令人感到厭煩或毫無進展，要主動探究是哪裡出問題和如何解決，把事情當作遊戲來進行，或找出你能從中學到什麼。
- 留意你在何時感到壓力過大，並了解你在傳教時仍可以做哪些事（與人談談、放鬆、寫字、唱歌、散步）使自己保持心情平靜。退一步想、把問題拆成許多小部分、跟別人談一談、採取一些小行動、祈禱和反駁負面想法的自言自語。

## 面對人際間的差異的能力

同伴、領袖、成員和慕道友都是很好的人，但他們有時也會試驗你的耐心。

與你的兄弟姐妹及朋友們一起練習：

- 透過問他們為什麼會做某些事情，以學習去了解別人。
- 當你的行為傷害到別人，即使你並非有意，也要負起責任並真誠地道歉。
- 用愛心為別人的行為找尋解釋，不要懷恨在心。
- 提出遇到的難題並尋求他人的協助來解決，而不是責怪或悶在心裡。
- 與人意見不合時，語氣要溫和並尊重別人的感受。
- 找跟自己個性不同的人當室友，保持積極的心態，並渴望了解他們的喜好。



## 溝通的能力

無論你是內向害羞或外向喜歡交際的人，都能學會良好的溝通技巧，這在你傳教時和一生中都需要用到。

如果你是比較內向的人：

- 設立目標，每星期要跟一位新認識的人（特別是不熟悉的成年人）談上五分鐘。
- 要面對微笑、對人感到好奇，並學會一些能引發他人說話的好問題。
- 找出一些能打開對話和親切結束交談的方式。
- 在其他人的試著開啓對話時要專心留意，使你能敞開心胸並有所回應。

如果你是比較外向的人：

- 藉著提出問題來認識交談的對象。
- 練習當個好聽眾。
- 找出你的聽眾感到厭倦的徵兆，給人一些空間。

## 維持身體健康的能力

我丈夫在擔任傳道部會長時，曾跟一位既沮喪又苦惱的傳教士談話。我丈夫獲得靈感，問他說：「長老，你早餐吃什麼？」

「冰淇淋。」

「你午餐吃什麼？」

「薯條。」

「你晚餐吃什麼？」

「薯條和冰淇淋。」

「你只吃薯條和冰淇淋多久了？」

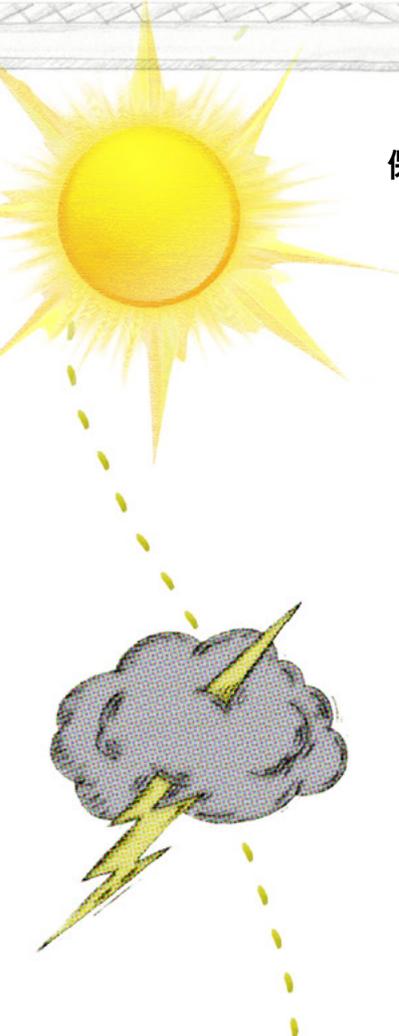
「大概一個月了。」

「我給你一項指派工作：回家以後吃一些綠色的食物——但不要吃薄荷冰淇淋。」

飲食和運動確實會影響我們對生活的感受。現在就開始：

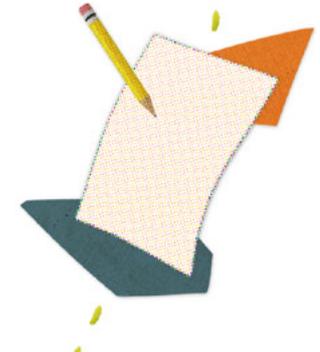
- 學習如何獲得良好的營養，吃得健康。如果你很挑嘴，請開始嘗試一些新的食物。
- 作運動。規律作運動能幫助人們更有效地對抗焦慮和憂鬱。從輕度的運動開始慢慢做起，像是在傍晚時散步（不妨邀一位朋友同行或是邊聽音樂），在電視的廣告時間原地踏步，或做一些仰臥起坐和伏地挺身。
- 學習好好照顧和管理你的個人物品、衣服、金錢和時間。
- 管理睡眠。如果你很難入睡或起床，請向他人尋求建議。試著讓你的就寢與起床時間跟傳教士的作息一致。





## 保持積極心態的能力

- 培養幽默感。消遣自己，不要消遣他人。不要把每件事看得太嚴重，那會使你壓力過大。
- 請曾擔任傳教士的人告訴你一件對他們而言很難的事，以及他們如何加以克服。找出你可以運用的建議。
- 列出能鼓舞你並讓自己充滿信心的經文和聖詩。
- 反駁你腦海裡的負面聲音。如果這個聲音帶有嘲諷、貶低、羞辱、憤怒或殘酷的情緒，或會讓你感到絕望或無助，那麼它就不是從主來的。主的聲音始終都會讓人感到充滿希望、振奮人心和滿懷愛心，尤其是在你努力去嘗試的時候。



## 獲得靈性福祉的能力

- 懇切祈禱。邀請天父坐在你身旁，向祂訴說你的問題、願望和感激。試著作出聲的祈禱，祈禱時要準備好紙筆以記下得到的靈感，或只作感謝的祈禱。
- 研讀經文。針對你的疑慮尋找解答，並期待會找到答案。
- 現在就當個傳教士。跟全部時間傳教士出去服務，讓福音主題在你每天和朋友交談時出現，以及在教會作真誠的見證。當你這麼做時，你會更迫不及待地想要從事傳道事工。■

作者現居美國猶他州。

## 通常會難以調適的兩種人

在傳教時受情緒狀況所苦的人，通常是：

- **那些不用非常努力就能從學校畢業的人。**很聰明或才華洋溢的人由於不需要很努力，生活就能過得去，因此可能會將本身的才華看作是具有某種魔法。當魔法破滅時（在某個時間點，這魔法一定會破滅），他們不知如何是好，反而一直試圖隱藏自己的錯誤。為了能繼續成長和進步，每個人到頭來都要學會謙抑自己、努力工作、作練習、尋求協助，克服障礙和錯誤。
- **那些成功經驗不多的人。**有些人認為遇到困難，就代表自己很笨或沒有才能。但是當人們專心並分析哪裡出錯、嘗試用有創意的解決辦法、尋求協助、努力工作和作練習時，他們的腦筋都會變得更聰明、更有能力。

如果你不屬於這兩種類型，就要經常提醒自己，沒有人天生就是傑出的傳教士。培養傳道技能需要透過練習、下許多工夫、敢冒險、克服障礙、做錯了再試一遍、從別人那裡學習，以及完全仰賴主。祂愛你，祂會幫助你履行你個人的任務，以及全部時間傳道工作上的任務。

## 為傳道生活作好準備

若現在就想要找到更多有關如何為傳教作準備的建議，請至[store.lds.org](http://store.lds.org)或透過你的主教，取得適應傳道生活資源手冊。



# 我們的天地

你是否曾在生活中體驗過摩爾門經的力量？  
像這些傳教士一樣，將它做個試驗吧！



## 我找到缺少的那一塊

**在**我就讀高中時，我覺得受到教會中某些教義的冒犯，導致我後來變得不活躍。我參加另一間教會的一些活動，但是我並沒有得到充分的快樂，彷彿缺少了什麼。

我花了許多時間去尋找缺少的部分，但有一天我在禱告後，眼睛一睜開就看到桌上的摩爾門經。就在我正打算就寢時，我想到：「我一生下來就是個摩爾門，為什麼我沒有讀完摩爾門經呢？」所以那天我決定要讀完摩爾門經。

經過了多年的尋覓，我終於找到獲得完整幸福所缺少的那一塊。■

傑姆·浦羅密斯長老，菲律賓奎松市傳道部

## 當人們翻開摩爾門經

**我**在傳教時，曾看過一些喝酒、抽菸、使用毒品的人翻開摩爾門經後，迷途知返，回到他們的家庭和教會。我看過有人翻開經文後浪子回頭，後來還去傳教。我看過破碎的家庭一起閱讀摩爾門經，後來

在聖殿印證了。我看過一些完全絕望、不知所措的人翻開摩爾門經，生活的一切開始變得井然有序。

當我翻開摩爾門經並運用某一節經文來幫助某個人時，發生了許多奇蹟。神的大能就藏在這些篇章裡，等待著改變某人的生命，等待著展開某項

奇蹟。我可以應許各位，每次你翻開摩爾門經，就會有奇蹟發生。這些奇蹟不一定會像我們所期望的那樣，也不一定會在我們期望的時間發生，但它們一定會發生。■

便雅憫·巴拉迪長老，  
菲律賓巴科羅德傳道部

來自傳道區



# 呼救的 靈魂

他看起來不像是個容易攀談的人，我有點害怕，但又真的想跟他說話。

司提反·杜達爾

**我**曾經有機會在義大利卡塔尼亞擔任傳教士，有一段時間，我們的傳道工作遇到困難。我們一整個星期下來諸事不順，每天都考驗著我們是否會保持積極的態度、面帶微笑，並繼續努力嘗試。

有一天晚上，我們決定要改變這樣的情況。我們繞到離家不遠的公園跟人說話，看到有個男子低著頭坐在長椅上，嘴裡叼了一根菸。他從頭到腳穿著一身黑，頭上戴著寬鬆連帽夾克上的兜帽。他看起來不像是個容易攀談的人。我看著他，我的同伴也看著他，我們看了看彼此，目光又回到他身上。

法利長老問我：「我們以前曾經跟他說過話嗎？」

我回答說：「我想應該有，因為我真的覺得我認識他。」

法利長老說：「沒錯，我也這樣覺得。」

於是我們開始朝著他走過去。我有點害怕，因為他真的不是我平常會攀談的對象，但是我又

真的想跟他說話。

我們問：「晚安，你好嗎？」。

他抬頭看，朦朧的眼睛好像在說：「是誰打斷我的睡眠!？」接著他小聲地說：「晚安。」我們介紹自己是傳教士，而他隨即就告訴我們他是無神論者，什麼也不相信。我們問他為什麼，我想這個問題令他感到意外。

「嗯，因為我在一個月內相繼失去了母親、父親、姊姊和姪女，因此過著糟糕又寂寞的生活。宗教根本沒有用，只會讓我過得更糟。」

我們問他是否知道他的親人在哪裡。

他回答說：「在卡塔尼亞墓園，他們在那裡已經很久了。」

我們向他解釋靈的世界和復活的事。我們告訴他現在我們每個人都有靈體和肉體，死亡只是靈體和身體暫時分離。我們告訴他，他的家人都在等著他，等到他們的靈和身體再度結合，就能與他永遠在一起。

他看著我們，神情困惑地說：「我不了解你們剛剛說的事。你們可以從頭到尾再說一遍嗎？」

於是我們又說一遍。接著他困惑地揚起眉頭說：「等一下，你們說我有靈體和肉體？而我的家人在等我，而且在學習？」

我們讀出阿爾瑪書第 40 章和其他章節裡的

幾節經文給他聽，他看著我們，問道：「爲什麼我從前沒聽過這樣的事？」

我覺得他是我這一生中見過最謙卑的人。這個人已經迷惘很長一段時間，他是如此困惑和孤單。他聆聽我們所說的一切，告訴我們他懂得不多，因爲那些是他從來沒聽過的，但是他喜歡所聽到的一切。

我們教導他如何透過祈禱獲得答案。他已經30多年沒作過祈禱，他上一次祈禱是在他小時候，在教會中背誦祈禱文。我們談到從聖靈而來的回答後，他問我們聖靈是什麼樣的感覺。由於那種感覺因人而異，所以我們兩個人都分享了自己的感覺。我告訴他，對我而言那種感覺就像很久沒見到母親，然後被她擁入懷裡。我感覺聖靈提示我要向他保證，他能夠獲得同樣的感受，那種感覺就像被他懷念已久的母親擁抱一樣。

我們問他是否可以一起禱告。他困惑地問道：「現在嗎？在公園裡？」

我告訴他：「我們隨時隨地都能祈禱。」「神想要聽我們說話，祂特別希望能聽到你的聲音，因爲祂已經很久沒聽到你祈禱了。」

他以前只聽過向聖人所作的背誦祈禱文，所以他很期待看我們怎麼做。我們低下頭，由我的同伴爲我們的新朋友阿爾菲奧代禱，祈求他能得到祝福、幫助和

## 屬於神的家庭

「所有〔人〕都是神的兒女，也是你的兄弟姊妹。神愛他們，就像祂愛你一樣。許多人在找尋生命的意義。他們關心自己的家人。他們需要歸屬感，能夠知道他們是神的兒女，是祂永恆家庭的一份子。」

宣講我的福音：傳道服務指南（2004），第1頁。

安慰。他祈求阿爾菲奧能感受到答覆，知道他的家人安然無恙以及神真的存在。我們作完祈禱，阿爾菲奧睜大眼睛看著我們。

他說：「我必須告訴你們一些事。我不是個會說謊的人，尤其像這樣的事。我真的覺得自己彷彿被母親深深地擁抱，我已經好久、好久沒有被人擁抱，那種感覺真好。我想知道如何才能再次擁有那樣的感覺，因爲我想獲得更多那樣的擁抱。」

---

**「自從那次祈禱後，我四處走動時會抬起頭來，看著每一件景物。這世界真美好。」**

---

我們隔天再次與他見面。阿爾菲奧與我們並肩坐在同一張長椅上，他說：「長老，我這輩子走在路上總是戴著兜帽低著頭，眼睛盯著地上，我從不曾抬頭走路。自從那次祈禱後，我四處走動時會抬起頭來，看著每一件景物。這世界真美好。」

不用說，我們當然繼續幫助阿爾菲奧在生活中獲得更多的擁抱、更多的光，以及更能昂首闊步。長椅上那個看起來會討厭我們的可怕人物，其實是一個正在呼救、乞求能再度感受到天父之愛的靈魂。■

作者現居美國密蘇里州。





大衛·貝納長老  
十二使徒定額組

## 如何 幫助傳教士

**我**們都會誠懇地為世界各地全部時間傳教士的平安和成功而祈禱。我們的祈禱中，也常會祈求傳教士會受到引導，找到那些準備好接受復興信息的個人和家庭。但是為傳教士尋找可教導之人終究是你我的責任。傳教士應該是全部時間的教師，而你我則是全部時間的尋找者。此外，我們都是一輩子的傳教士，不應祈求讓全部時間傳教士來做我們的工作！

如果你我願意獻上真心的祈禱並且憑著信心求，就像約瑟·斯密那樣——如果我們祈禱時，能存著有所行動的心，而不是光說不練——那麼宣講福音的事工必會有驚人的成長、向前推進。這類信心的祈禱可能包含以下這些部分：

- 感謝天父賜予我們耶穌

基督復興福音的教義和教儀，為我們的生活帶來希望和幸福。

- 祈求賜給我們勇氣和膽識，使我們能開口與家人朋友分享福音。
- 懇求天父協助我們找到或辨認出那些願意接受我們邀請的個人和家庭，好讓傳教士可以在我們家中教導他們福音。
- 下定決心要在今天及本週做我們該做的事，並祈求協助來克服憂慮、恐懼和猶豫。
- 尋求辨別的恩賜——以便在傳道機會來臨時，有眼可見、有耳可聽。
- 熱切地祈求獲得力量，行所當行。

在這樣的祈禱中，我們還可以表達感謝，或祈求其他的祝



福，然後奉救主的名結束。之後，祈禱的聖化行動就要持續進行並不斷增加。

這種包含了聖潔的溝通和聖化的行動的祈禱模式，還可以用來為貧困者、病人或受苦之人祈禱，也可以用來為面臨困難的家人朋友，或為沒有出席教會聚會的人祈禱。

我見證，當我們憑著信心祈求並採取行動時，祈禱就會變得有意義。我邀請我們每個人都能運用信心，為宣講福音這項神所賜予的命令而祈禱。當如果我們這麼做，我應許各位，門將會開啓，我們會蒙福，在機會來臨時，能把握機會、採取行動。■

摘錄自2008年4月總會大會講辭

「我的父母會說髒話、聆聽嘈雜的音樂及觀看不適宜的電視節目。我在家裡，特別是在星期日的時候，可以做什麼來感受到聖靈？」

在

你受洗後，你獲得了聖靈的恩賜。也就是說，只要保持配稱並作良好的個人決定，那麼無論你的處境如何，你都可以有聖靈為伴。

在你每週領受聖餐時，你會記起你與天父所立的聖約，要「承受〔祂〕子的名，一直記得祂，並遵守祂……的誡命，使〔你〕能一直有祂的靈與〔你〕同在」（教約 20：77）。藉著遵守聖約，你就能一直配稱有聖靈為伴。

參加聖餐聚會和教會的其他聚會，並不是使你能將遵守聖約當作星期日重心的唯一方法。無論你的家庭情況如何，你都可以藉由作家譜、研讀福音和為人服務（尤其是為那些感到寂寞或患病的人服務），來向天父表明你下定決心要遵守所立的聖約。選擇這些類型的活動會帶給你喜悅和快樂，即使你的家人不做這些事也無妨。（見羅素·納爾遜，「安息日是可喜樂的」，2015年5月，利阿賀拿，第129-132頁。）



#### 勇敢地說出來

無論你的父母是否是教會成員，跟他們討論為何在家中經常有聖靈同在很重要，尤其在星期日的時候。根據你的情況，你可以選擇待在家中最安靜的地方，邀請教會中的其他成員來陪你，和你一起邀請聖靈同在。我知道如果你守安息日為聖，主會大大地祝福你。

約斯卡列，16歲，多明尼加共和國聖多明哥



#### 為父母禱告

你可以為你的父母祈禱。正如摩爾門所寫的：「主也必記得義人為他們向祂獻上的祈禱」（摩爾門書 5：21）。你的父母可能不會立刻停止，但是主會幫助你。

科爾，17歲，美國亞利桑那州

#### 專注於做好事

要我星期日待在家裡向來都很困難。我是家中唯一的教會成員，父母和兄弟會在安息日看電視和聽音樂。我想要藉著守安息日為聖來表達明對天父的愛。我能夠到自己的房間裡閱讀經文、聆聽教會音樂，以及和朋友或傳教士一起去作探訪。

我很感謝主幫助我勤奮地遵守安息日，以及祂一直賜給我力量。

萊絲，19歲，巴西塞爾希培



### 運用教會資源

如果你有智慧型手機或平板電腦，你可以下載摩爾門頻道和後期聖徒青少年應用程式。這些資源充滿了美好的歌曲、影片和演講，每次播放時，總是會邀來聖靈！這方法很簡單，但確實能幫助我感受到聖靈，就算我的周遭充斥著噪音。效果非常明顯，而且為整個家帶來平安。

洪德伊芙，16歲，美國德州

### 去讀經文

與你的父母談一談他們所做的事，如果他們聽不進去，你可以祈求指引，知道該如何幫助你在家中感受到聖靈。為了能在家感受到聖靈，我會讀經文，這麼做會立刻邀請聖靈來到房間裡。

布雷克，14歲，美國猶他州

### 效法基督的榜樣

家中充滿聖靈很重要，但人充滿聖靈則更加重要。基督是時時有聖靈同在的完美典範。努

力效法基督、仁慈待人、並用主的眼光來看待世界，可能是讓你無論身在何地都能有聖靈同在的最佳方法。

伊莎貝爾，16歲，美國俄勒岡州

### 建議安排家庭活動

也許可以向家人提議，在星期天從事全家人可以一起做的活動。提議一些全家可以一起做的事，如此一來那些不適當的事情就不會發生。如果你們全家一起做某件事，那會讓你們的情感更密切，也會讓他們對於星期日可以做的事有不同的想法。也許下個星期天他們會說：「嘿，我們上次做的事很有趣——我們再做一次吧。」

雷恩，19歲，美國愛達荷州



### 按照聖靈的提示採取行動

「我要鼓勵你們。你們都曾經感受過聖靈的影響力，……」

「你們可以把這些受到啟發的時刻，視為阿爾瑪所說的信心的種子（見阿爾瑪書32：28）。你們要種下每一顆種子。而種的方法就是按照你感受到的提示採取行動。最寶貴的靈感就是能知道神要你做什麼，……」

「只要你服從，從靈而來的靈感就會更常出現，越來越與你經常為伴，而你選擇正義的力量會增強。」

總會會長團第一諮理亨利·艾寧會長，「聖靈為伴」，2015年11月，利阿賀拿，第105頁。

## 下次的問題

「我最要好的朋友說她不相信神，我要如何跟她分享福音？」

請於2016年7月1日前在網站liahona.lds.org傳送你的答案，或用電子郵件寄至liahona@ldschurch.org，或以郵寄方式寄達（地址見第3頁）；亦可附高解析度照片一張。

請務必於電子郵件或信函裡附上下列資料及同意書：（1）全名，（2）出生日期，（3）支會或分會名稱，（4）支聯會或區會名稱，（5）你的書面同意書。如果未滿18歲，請同時附上家長同意書（電子郵件亦可），表示同意刊登你的回答及照片。

因篇幅或文意上的考量，來函可能酌予編輯潤飾。

# 如何 當個 好朋友

大衛·摩瑞爾

我們都想要有融入的感覺。如果你或其他人覺得受冷落，你們可以做以下的事。

## 如何交到好朋友

遭受冷落確實令人傷心，但生氣或懷恨在心並不會讓你覺得更愉快。相反地，要努力去做以下的事：

- 參加教會活動。這些活動提供了良好的機會，使自己能置身於尊重你的標準的人群中。
- 學習和培養技能。加入學生會、運動校隊或社團，是認識跟你有類似興趣的人的好方法。
- 不要一直等著別人來跟你作朋友，向別人介紹你自己。
- 成為最好的自己，維持自己的標準。你會找到欣賞你的品格和你所散發出的光的朋友。
- 與家人共度時光。你可能會發現最要好的朋友就是自己的家人。

我從青少年時期就開始認識教會，但因為覺得受到許多青少年的排擠，因此不再參加星期日聚會。過了一段時間，其中一位青少年邀請我參加教會的一場活動。我參加了那次的活動，也玩得很開心，因為演戲、打籃球和跑步都是我喜歡的活動。



我繼續參加其他活動，進而認識了那群青少年，發現其中有很多人和我在同一所學校讀書。經過一段時間，我和與我奉行相同標準的男女青年培養出友誼。我很感激有人邀請我參加教會活動，我也很感激自己接受了邀請。

你是否和我以前的感覺一樣：覺得被冷落或格格不入？或者，你是否認識某個覺得不被接納、沒有很多朋友的人？無論是在學校、教會或其他地方，大部分的人在一生中的某些時刻，都有過這樣的感覺。



### 體貼他人

「我希望我們一直懷有體恤之心，敏於察覺周遭之人的想法、感覺和情況。我們不要貶低或看輕他人，而要憐憫和鼓勵他們。」

多馬·孟孫，「愛就是福音的精髓」，2014年5月，利阿賀拿，第93頁。

### 如何使他人融入

有時要離開自己的舒適圈，親切和善地對待他人似乎很難，但只要記住我們都是神的孩子，便會了解助人的重要性。以下是一些建議：

- 跟學校和教會中新來的人說話，把他們介紹給你的朋友。
- 邀請某個需要朋友的人一起上學或參加教會活動。
- 用仁慈和耐心面對那些故意排擠他人的人。
- 坐在落單的人旁邊，或是邀請他們跟你和朋友坐在一起。
- 不知道該如何幫助別人時，就向天父祈禱。祂完全知道那個人需要什麼才會快樂，而且能幫助你提供那人所需的幫助。■

作者現居玻利維亞聖克魯茲。



勇敢自信的兒童

# 堅守正義

艾西亞·譚，美國猶他州

**嗨！我是伊凡！**

我住在愛爾蘭，我喜歡玩稱為板棍球的遊戲。那是一種愛爾蘭的運動，就像曲棍球一樣。我最喜歡的科目是數學。身為耶穌基督後期聖徒教會成員，我蒙受許多祝福。



## 在學校裡勇敢自信

學校裡有個新來的男生欺負我妹妹。我為了保護妹妹便擋在他們中間。我也遵守智慧語。學校裡有許多同學會喝茶和咖啡。有人請我喝茶時，我會說：「我不喝，謝謝。」



## 伊凡勇敢自信的小祕訣

奉行福音需要勇氣。

- 絕不放棄。
- 傾聽聖靈，祂會指引你。
- 要記住，幫助其他人認識福音會讓他們的生活更快樂。

## 與朋友一起禱告

我上的是一所天主教學校。

學生當中只有我和妹妹是耶穌基督後期聖徒教會的成員。祖母生病的時候，我問老師我是否可以為她祈禱。教室裡的每一個人都把手抱在胸前，低下頭，我在全班面前大聲地作了禱告。

## 最棒的哥哥

我立下一些目標要繼續選擇正義。我幫爸媽照顧妹妹，妹妹感到害怕時，我會陪她們一起玩，直到她們忘記害怕為止。有一次爸媽不在家，我就說故事給妹妹聽，直到她睡著。

## 把你的足跡寄給我們！

你跟隨基督時如何保持勇敢自信？記錄下你的足跡，把你的經驗及照片連同家長同意書寄給我們。透過網站 [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org)（點選「提交文章」）提交，或寄電子郵件至 [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org)。



## 作好榜樣

我在學校裡的朋友們看得出我很快樂。我立下好榜樣，不說髒話也不妄稱王的名。我也能在家中作個好榜樣。





## 喬丹的研讀夥伴

克絲汀·愛德  
根據真實故事改寫

「靈會帶領我，內心深處，明白經文真實」（兒童歌本，第66頁）。

喬丹已經一年多沒看到他姊姊綺爾希——感覺超久！不久之後，她就要從傳道地區返家動手術。喬丹很難過她病了，但是他很開心他們很快就能在一起。

隔天當他從學校回到家時，

綺爾希已經坐在沙發上。喬丹跑過去抱住她。

綺爾希說：「嗨，喬丹！我好想你！」

喬丹微笑說：「我也好想你！我很難過你生病了。」

綺爾希說：「謝謝，小老弟。」她手裡拿著放在腿上的摩爾門經。

他問：「我可以跟你一起讀嗎？」

「你要不要去拿你的摩爾

門經，我們可以從頭開始一起讀。」

喬丹跑到他的房間，抓起他的經文。「拿來了！」他跑回來時大聲嚷著。他飛奔到綺爾希身旁，

他們翻到標題頁。喬丹唸出：「摩爾門經：耶穌基督的另一部約書。」他們輪流讀出來。

綺爾希說：「我在傳教期間，每天都會跟同伴一起研讀經文。」綺爾希問：「在我回



喬丹很想念當綺爾希的研讀夥伴的日子，但是他後來想到一個好主意！

做，聖靈就會告訴我們這部書是否是真實的。」

喬丹說：「沒問題。」

綺爾希要回傳道部的時候，他們已經一起讀到尼腓二書。

喬丹非常想念綺爾希，他特別想

過沒多久，他們甚至不必再問這個問題，只要看彼此一眼，就知道對方想問什麼。

喬丹說：「我覺得我們能趕在受洗前讀完。」

他們受洗的日子終於來臨。

喬丹低聲說：「我昨天晚上讀完了。」

傑克說：「我也是！而且我禱告求問這部書是否是真實的時候，感覺好溫暖、好快樂。」

喬丹露出微笑。他說：「我也一樣，我禱告的時候真的覺得很快樂。」他很感激綺爾希給他這項挑戰，如今他也在培養自己的見證了。■

作者現居美國維吉尼亞州。

去傳道部之前，你願意當我的研讀夥伴嗎？」

他說：「好啊！」

幾天以後，綺爾希動了手術。她從醫院回家休息，並休養了幾個星期。她和喬丹每天都會一起研讀摩爾門經。

綺爾希在回去傳道部之前說：「喬丹，我要給你一項挑戰，請你在受洗之前讀完摩爾門經！」

喬丹也曾這樣想過，離他八歲生日只剩幾個月的時間。他還有很多頁要讀，但他想做這件事。喬丹說：「好。」

綺爾希問：「當你讀的時候，你願意當我的研讀夥伴嗎？」  
「摩羅乃應許說只要我們這麼

念當她的研讀夥伴的日子。但是他後來想到一個好主意！

隔天在學校裡，他走到他最要好的朋友傑克的桌子旁。

喬丹說：「我要在受洗之前讀完摩爾門經。既然我們兩個要在同一天受洗，你想不想也一起來讀？」

傑克說：「好啊，我還沒有把整本摩爾門經讀過一遍。」

每天在學校裡，他們會問彼此同樣的問題。

「你讀到哪裡了？」

「快讀完雅各書，你讀到哪裡了？」



# 神的全副軍裝

**經**文教導我們要穿戴神的「全副軍裝」（見以弗所書 6：11-18和教約 27：15-18）。我們研讀經文和祈禱時，就像穿上能保護我們安全的軍裝。

## 救恩的头盔

头盔会保护你的头。当我们跟随耶稣并做祂要我们做的事，我们的心思意念就能获得安全。

## 信心的盾牌

对耶稣基督的信心就像一面保护的盾牌。当我们相信耶稣并努力效法祂的榜样，即使情况很困难，我们也能作出良好的选择。



### 公義的護心鏡

護心鏡會保護心臟。當我們全心全意愛神時，我們會努力遵守祂的誠命。只要我們選擇正義，就會蒙受祝福。



### 真理的帶子

帶子就是腰帶，能保護士兵的身體。知道哪些事情是真實的，能保護我們。福音是真實的，奉行福音會使我們變得堅強。



### 平安福音的鞋

鞋子會保護雙腳。我們會努力跟隨耶穌基督的腳步，使我們能與祂同住。



### 聖靈的劍

這把劍能對抗錯誤，聖靈會幫助我們面對壞事或困難的事，聆聽聖靈能幫助我們保持安全。



你每天可以做什麼，來保持靈性的平安和快樂？



尼爾·安德森  
長老

十二使徒定額組

# 我們在洗禮時 作了哪些承諾?



我們承受耶穌基督  
的名，並成為祂教會  
的成員。

在那之後，我們每個星期  
領受聖餐，並承諾  
要記得耶穌。我們答應  
要遵守祂的誡命。



我們相信祂、  
我們崇拜祂、  
我們跟隨祂。

參閱「願您的國降臨」，2015年5月，利阿賀拿，第119-123頁。

# 我們的園地



我在洗禮時有很好的感覺。一開始我有點緊張，但是在我下水之後，緊張的感覺不見了。我在洗禮池裡感覺非常安心，我很開心我決定要受洗。我知道耶穌基督後期聖徒教會是真實的，而且有一位活著的神。

內利亞娜，8歲，巴西



我和我的家人去了聖殿，我知道聖殿是耶穌基督真正的家。

賀蘭，5歲，祕魯



我的爸媽跟我們談論聖殿，他們向我們展示一張聖殿的圖片，並為聖殿永恆的祝福作見證。

特瑞索，7歲，剛果

## 創造

天父在正義中創造了這個生意盎然的 world，祂把光帶進黑暗，創造空氣、海洋和陸地，豐饒的萬物和四季的交替增添了生氣。祂創造了太陽、月亮、星辰和動物來陪伴我們，之後祂創造人類來管理大地，天父這時才得以休息。

我們在聖日學到許多這樣的真理。

張鈴曜，10歲，台灣

# 艾別絲是傳教士

**艾**別絲的父親教導她相信耶穌基督，在她所住的城市裡，相信耶穌的人並不多。當艾蒙來到她的同胞當中，並教導了拉摩那王後，艾別絲知道天父希望她能與人分享福音。她終於能夠跟每個人分享耶穌的事蹟。



有一次我們家擬訂傳道計畫，我們各自決定自己要做的事，我決定要給我的二年級老師一本摩爾門經。我把經文送給她的時候，她說：「亞當，謝謝你。我很喜歡閱讀。」我真的很高興我們可以執行家庭傳道計畫。

亞當，8歲，美國猶他州



「艾別絲和王后」，馬利，6歲，美國華盛頓州



剪下，對摺，並保存這張挑戰卡！

## 我可以當個傳教士！

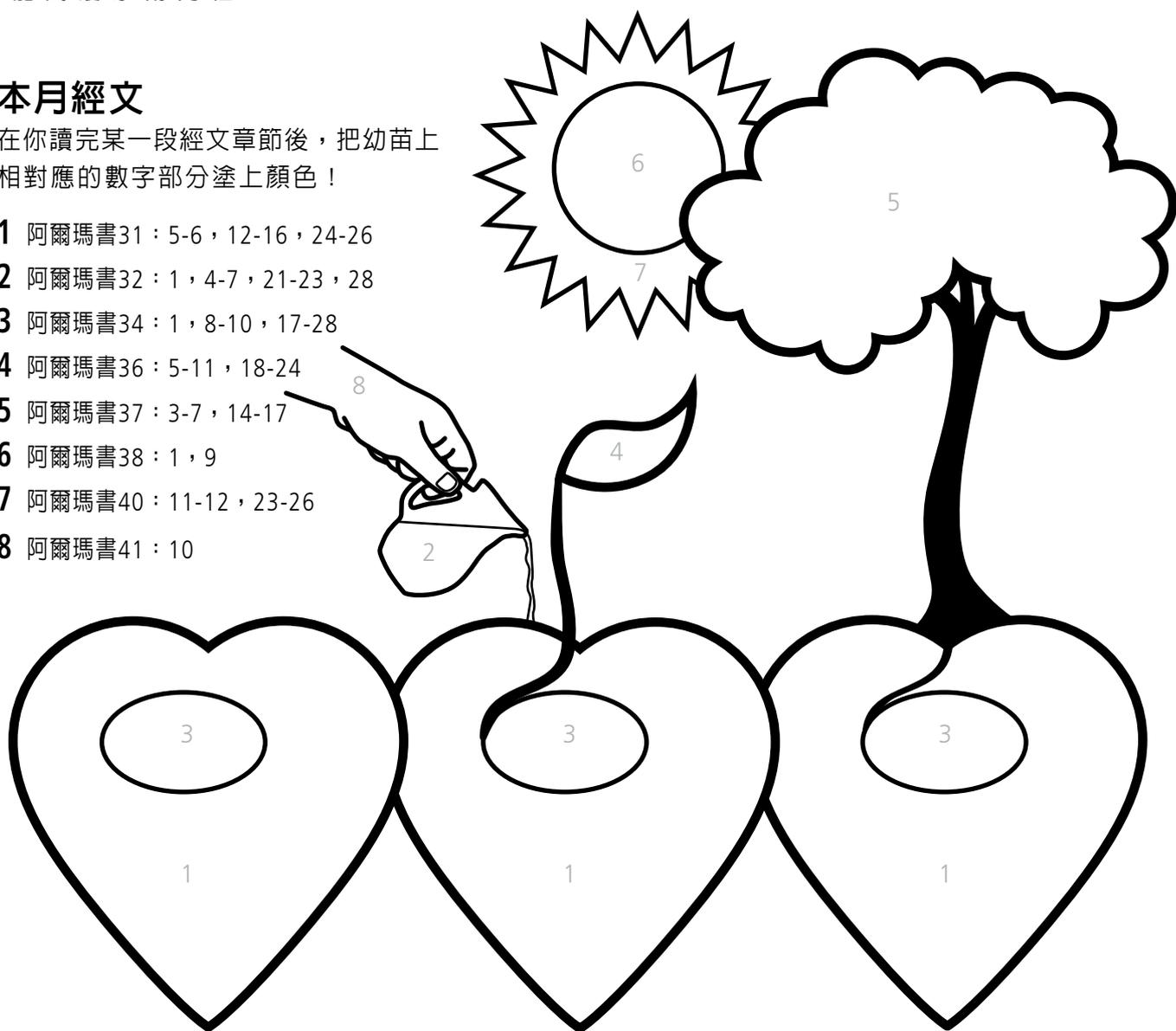
- 背誦阿爾瑪書19：36。
- 邀請一位朋友來初級會學習福音。
- 藉著與人分享你的見證，使你的見證增長！
- 我要挑戰自己去……

艾別絲

## 本月經文

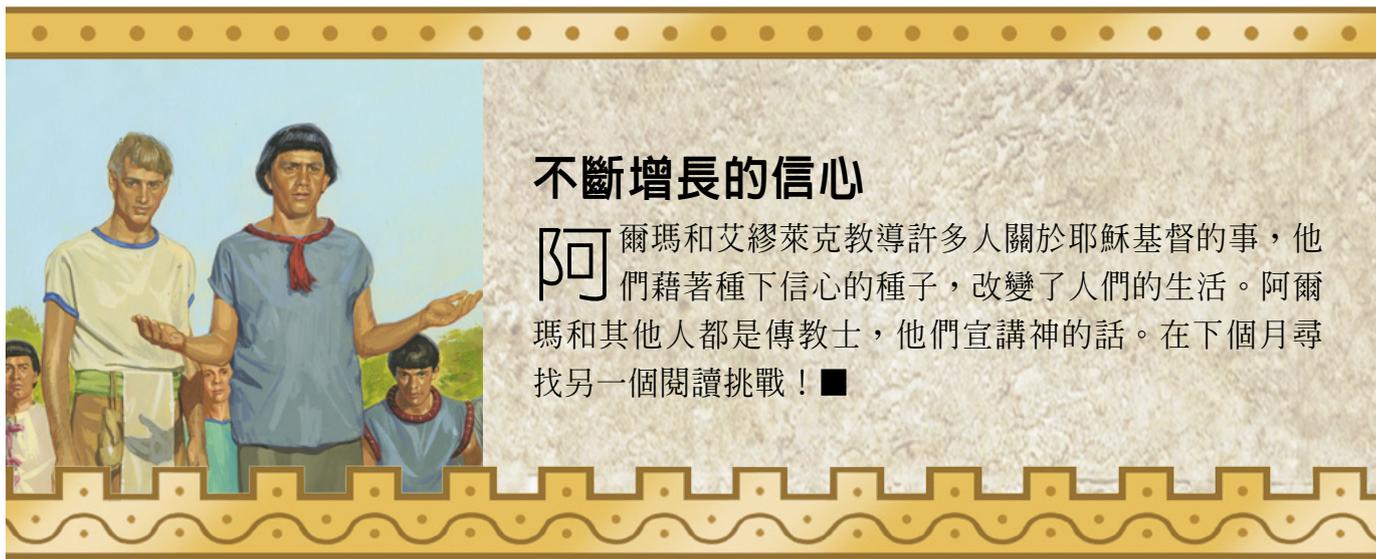
在你讀完某一段經文章節後，把幼苗上相對應的數字部分塗上顏色！

- 1 阿爾瑪書31：5-6，12-16，24-26
- 2 阿爾瑪書32：1，4-7，21-23，28
- 3 阿爾瑪書34：1，8-10，17-28
- 4 阿爾瑪書36：5-11，18-24
- 5 阿爾瑪書37：3-7，14-17
- 6 阿爾瑪書38：1，9
- 7 阿爾瑪書40：11-12，23-26
- 8 阿爾瑪書41：10



## 不斷增長的信心

阿爾瑪和艾繆萊克教導許多人關於耶穌基督的事，他們藉著種下信心的種子，改變了人們的生活。阿爾瑪和其他人都是傳教士，他們宣講神的話。在下個月尋找另一個閱讀挑戰！■

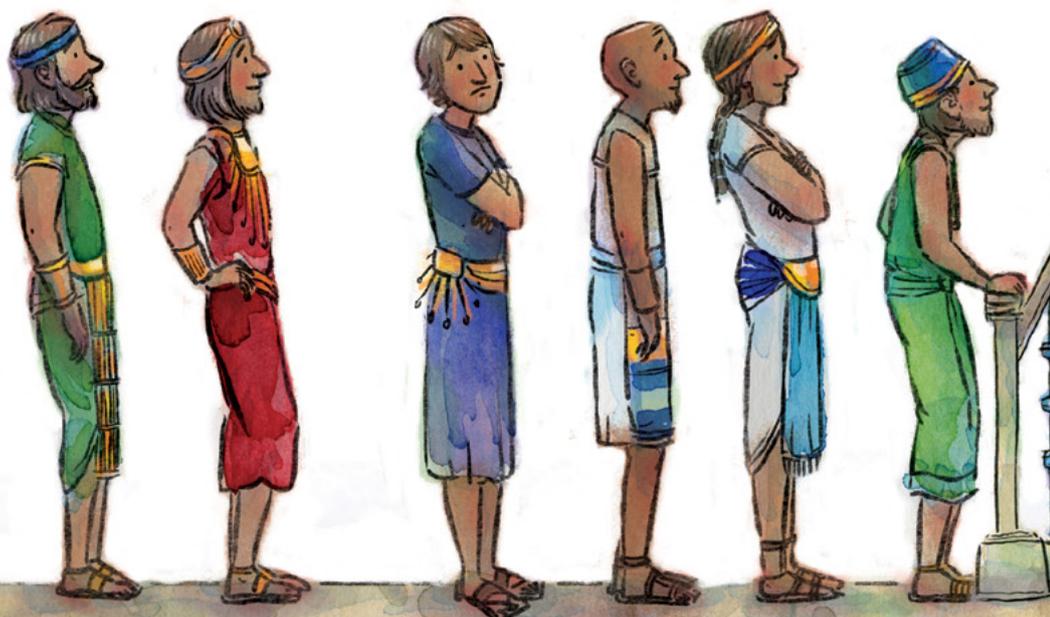


# 阿爾瑪教導如何祈禱



小阿爾瑪和其他人去教導卓倫人，卓倫人以前曾經相信天父，但後來不再遵守祂的誠命。他們不相信耶穌，他們也不記得祈禱的正確方式。

卓倫人每週一次，輪流祈禱。他們爬到高台上，高舉手臂，然後感謝天父讓他們比其他人更特別。每個人都作相同的祈禱。





卓倫人只有在爬上高台時才祈禱，他們在家裡或其他任何地方並不會想到天父或向祂祈禱。



阿爾瑪教導人民，他們隨時都可以祈禱。他們可以在家中、田裡或曠野中祈禱。他教導他們可以為任何事情祈禱，而且天父會幫助他們。



我們可以用阿爾瑪所教導的方式祈禱，我們可以隨時隨地祈禱，我們甚至可以在心中默禱。天父永遠會聽我們說話！ ■

# 我可以保持虔敬





賓塞·甘會長  
(1895-1985)  
本教會第十二任  
總會會長

## 作見證的內容、 理由和方式

每次分享見證，見證就得到鞏固。

世上每個人都可得到和彼得一樣的啓示〔見馬太福音16：13-17〕。那啓示會成爲見證，讓我們知道基督活著，耶穌基督是世界的救贖主。每個人都可得到這樣的確證；獲得這項見證時，會是從神而來，而不只是從研讀而來。研讀當然是重要的一環，不過研讀還要加上許多的祈禱和努力尋求，啓示才會隨之到來。……

對有靈性的人而言，見證聚會是支會整個月的聚會中最好的聚會之一。如果你覺得見證聚會無聊，問題出在你身上，而不是其他的人。你可以起來分享見證，並且覺得那是整個月中最好的聚會；但是如果你坐在那裡，挑別人的語病或嘲笑別人口才不好，那麼你一定會覺得無聊，無聊到跌出神國之外。……



總會會長團和十二使徒每個月都和所有的總會持有權柄人員在聖殿聚會，他們就和你們一樣，會分享見證、表達對彼此的愛。總會持有權柄人員爲什麼需要見證聚會？原因和你們需要見證聚會一樣。你覺得你可以三個月、六個月、九個月、十二個月都不分享見證，而還能夠讓見證充滿力量嗎？

我們之中有許多美好的人害怕使用常見的字眼，因而試著說些和福音不相干的話來避免提及自己的見證。絕對不要擔心在作見證時使用常見的字眼。總會會長分享見證時會說：「我知道約瑟·斯密是由神所

召喚，是神的代言人。我知道耶穌是基督，是活神的兒子。」你看，和你們每一個人說的都一樣。那就是見證，……

見證不是勸告；見證不是講道（沒有人是在那裡向人說教的）；也不是旅遊見聞。你只是在那裡分享個人的見證。如果控制自己只談見證，你會很驚訝在60秒、120秒、240秒，或任何指定給你的時間內，你可以說出多少美妙的見證。大家都想知道你的感受。你真的熱愛這事工嗎？你在事工中快樂嗎？你愛主嗎？你很高興自己是教會成員嗎？

……不要光坐在禁食聚會中，自欺地說：「我想今天還是不要分享見證好了，這樣對其他成員不公平，因爲我有太多機會了。」要分享見證，一分鐘的見證就夠了。

你有見證！這見證當然需要建立、提升和擴展；這就是你該做的。每次分享見證，見證就得到鞏固。■

*From "President Kimball Speaks Out on Testimony," New Era, Aug. 1981, 4-7; capitalization standardized.*

# 真知灼見



## 我們要如何才可以感受到天父對祂所有兒女的愛呢？

「為人服務若要有成效，就必須透過父母的眼光和天父的眼光去看待他們。唯有如此，我們才可以開始了解靈魂的真正價值；唯有如此，我們才可以感受到天父對祂所有兒女的愛；唯有如此，我們才可以感受到救主對他們的愛心關懷。我們如果不透過神的眼光來看人們，就無法完全履行我們的聖約義務，與哀者同哀，安慰需要安慰的人。」

# 本期的其他內容

## 年輕成人園地



### 安息日 的得勝者

第50頁

我們必須決定要守安息日為聖，或是努力贏得全國橄欖球冠軍賽。結果，我們贏得的比我們原本預期的更多。

## 青年園地

### 擔任 傳教士 最困難的部分

第52頁

準備傳道不僅僅只是研讀經文，也意味著要學習如何與同伴合作、面對被人拒絕的情況，以及了解早餐、午餐和晚餐都吃冰淇淋並不妥當！



## 兒童園地



### 喬丹的 研讀夥伴

第68頁

喬丹很喜歡當他姊姊的研讀夥伴的那些日子。但是在他姊姊返回傳道部後，他該怎麼做呢？

耶穌基督  
後期聖徒教會



4

3