可因短短

1829年 诸多 充满启示 的事件 第12页

我那有身心障碍的孩子 准备好受洗了吗? 第18页 食物过敏: 让教会成为一个安全的地方, 第22页 由能力 而非缺陷来定义, 第28页 東京兰镇 有教会 **美国,宾州**



座落于圣职复兴地点的这座家宅,是约瑟和爱 玛在哈茂耐(即现今的奥克兰镇)住家的重建 建筑。



支会和分会,包括在宾州 斯克兰顿支联会的苏克含 纳分会。

英哩(260公里), 为圣职复兴地点到纽约 抛迈拉圣殿的距离。





在宾州哈茂耐获得启示 的数量,这些启示均记 载于教义和圣约。

摩尔门经大约百分之 七十的内容是在约瑟 和爱玛家中翻译的。



1804 爱玛·海尔(后来嫁给约瑟·斯密)生于哈茂耐。

1829 施洗约翰将亚伦圣职授予约瑟·斯密和奥利佛·考德里。后来,彼得、雅各、约翰授予他们麦基洗德圣职。

1960 记念圣职复兴的纪念碑立于此地。

2015 罗素·纳尔逊会长奉献 圣职复兴地点。



请至history.ChurchofJesusChrist.org, 进一步了解教会历史景点。



透过圣餐聚会 来施助



圣职在复兴中的 重要角色 *盖瑞・史蒂文生*

长老12

特别的<mark>需求,特别的一课特别的一课</mark> 保罗·派普长老 和梅丽莎·派普

28



在教会处理食物 过敏的问题 丽莎·汤姆森 22

洗礼的决定

人前,我和外子还在讨论七岁的儿子是否已经准备好受洗。他是自闭儿,我们不确定他是否有足够的认知,能为这样的决定负责。在第18页,各位会读到我们尝试作正确决定时的所有考量。

我是总会的身心障碍专员,我知道许多美好的身心障碍者都希望能够融入教会。我们要对有某种身心障碍的弟兄姊妹及他们的家人说:我们爱你们,我们需要你们,我们想学会如何更好地为你们服务。

本期有数篇文章可以帮助我们 了解身心障碍,知道如何在支会和 社区中更加促进包容:

• 第28页:同样有身心障碍子 女的七十员保罗·派普长老及 夫人梅丽莎,为父母们带来 希望和鼓励。

- 第21页:各位在我文章的结 尾处会找到一些建议,知道 如何更能够在教会课程和召 唤中照顾到有身心障碍的成 员。
- 第F16页: 父母可以用朋友栏 里的故事,帮助子女看到与身 心障碍者作朋友的一个好榜 样。

各位在阅读本期文章时,要记住,「在神眼中,灵魂的价值是大的」(教义和圣约18:10)。我们可以在家庭和教会促成爱与包容的环境,让所有想要前来效法耶稣的人都有这样的机会。

此致

凯蒂·史迪德 圣职和家庭部门,身心障碍专员

目录

5 亚伦圣职的复兴 👸

6 信心的化身 🕹

莉妮·邬依劳

莉妮过去常有愤怒的情绪,但耶稣基督的福音帮助她消除 愤怒,获得平安。

8 施助原则

透过圣餐聚会来施助

圣餐聚会让我们有机会接触人群和施助他人。

12 圣职在复兴中的重要角色

盖瑞・史蒂文生长老

幸亏圣职重回世上,复兴才得以进行。

18 我那有身心障碍的孩子准备好受洗了吗?

凯帯・史迪德

儿子即将满八岁。但我们如何确定他已经准备好受洗了呢?

22 在教会处理食物过敏的问题

丽莎・汤姆森

有时候,我们用食物来表达爱。但对于严重的食物过敏问题, 不给食物也是一种爱的表达。

28 特别的需求,特别的一课

保罗·派普长老和梅丽莎·派普 我们的女儿是个有特殊需求的孩子,但我们从她身上学到的 事,多得超乎我们想象。

32 后期圣徒的心声 👸

一位教师意外地听见先知的话;一名男子要在工作和福音 之间作选择;一对夫妻为即将出世孩子的安危祈祷;一名 男子在造访圣殿后打开了心门。

36 我们的家,我们的家人 👸

爱的礼物

费丝·华森

丈夫为我们襁褓中的女儿作了温柔的圣职祝福,我在其中 看到了天父的爱,那正是祂给我们的礼物。

38 来跟从我:摩尔门经 🕮 💍

每周一篇的这些文章,对你本月研读摩尔门经将有所帮助。

○ 快速阅读

□ 来跟从我补充资料



我的同工仆人们,琳达· 柯丁森及麦可·马恩绘

单元

年轻成人园地

42

掌握你的约会生活或许令

人害怕,但是没有必要 感觉如此。有些年轻成人

成功卸下了找永恒伴侣的

压力,来

读读他们的故事。



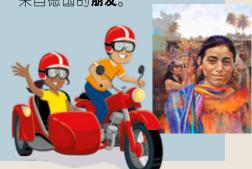


了解女青年组织的历史。





认识艾别丝,并且见见 来白德国的**朋友**。



六月份「只有电子版」文章



他需要圣职祝福, 我能作吗? 奥戴尔・詹森 有位年轻成人分享他如何克服 给予圣职祝福的恐惧。



身心障碍的女儿教导了我 何谓恩典

杰佛瑞・麦克莱伦 有位父亲指出耶稣基督的恩典 如何在他的处境中为他带来 希望。



信赖第二印象和圣灵的引导 玛莉・奈斯勒 澳洲有位年轻成人分享如何 给人第二次机会改变自己的 生命。



单身提醒我要信赖神对我的 全盘计划

克丽斯汀娜・卡特罗 有位年轻单身成人谈到如何在 计划赶不上变化时,找到人生 的新希望。

进一步了解

你可以在福音图书馆应用程式和 liahona.ChurchoflesusChrist.org上:

- 找到当期杂志。
- 发掘「只有电子版」的内容。
- 搜寻以前的期数。
- 提交你的故事和意见。
- 订阅或赠阅。
- 用数位工具来加强研读。
- 分享最喜欢的文章和影片。
- 下载或列印文章。
- 聆听你最喜欢的文章。

联络我们

把问题和意见寄到 liahona@ChurchofJesusChrist.org。

把你的故事投稿至 liahona.churchofjesuschrist.org, 或寄到:

Liahona.flr. 23 50 E. North Temple Street Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

2020年6月, 第6期 利阿贺拿16721 265

耶稣基督后期圣徒教会国际版杂志 总会会长团:罗素·纳尔逊,达林· 邬克司, 亨利·艾宁

十二使徒定额组:罗素·培勒,杰佛 瑞·贺伦,迪特·邬希铎,大卫·贝 纳, 昆丁·柯克, 陶德·克理斯多, 尼尔·安德森,罗纳德·罗斯本,盖 瑞·史蒂文生, 戴尔·瑞隆, 江文 汉. 尤理西斯· 苏瑞

编辑: 蓝迪·范克

顾问: 贝琪·葛雷文, 雪伦·尤班 克,克丽斯汀娜·法兰柯,华特·高 查利,赖瑞·凯瑟,简恩·纽曼,亚 德里安·欧卓亚,麦可·林梧,斐 恩·斯坦福

总经理: 理查·席顿 教会杂志主管: 亚伦·洛伯 业务经理: 葛夫·肯农 **丰編・** 亚当・奥由 **助理主编:** 莱恩·卡尔 出版助理:卡蜜拉·卡斯特隆

编撰组:大卫·狄克生,大卫·爱 德华茲, 马太·富利顿, 贾瑞特·葛 夫,强·简森,亚伦·詹斯顿,夏绿 蒂·拉卡贝,米迦勒·莫里斯,艾力 克·莫达,约书亚·伯凯,珍·宾柏 若芙, 理查·罗慕义, 敏蒂·梭鲁, 萝莉·索萨, 雀可·瓦德雷, 玛瑞 莎・韦迪森

实习编辑: 艾莱娜·瓦思加 美术主编: 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, 约书亚·丹尼斯, 大卫· 格林,科琳·兴格莱,艾力克·强 森, 苏珊·罗夫根, 史考特·慕义, 艾勒尼·雷格尔,马可·罗宾森,妮 可·沃肯霍斯

实习设计: 凯尔丝·法克瑞 智慧财产协调员: 珂莉特·欧尼 出版经理: 珍妮·彼德斯 德,荷西·契瓦兹,多马·克罗宁,

莎・斯密

布莱恩·盖吉,吉妮·尼尔逊,玛莉 兰文、法文、德文、希腊文、匈牙利

印刷主管: 司提反·路易斯 发行主任: 纳尔逊·高查利 翻译主任: 蔡钰龙 中文出版助理: 黄钟秀 美加以外地区的订阅事宜以及价格,

印前作业:约书亚·丹尼斯

请至网站store.ChurchofJesusChrist.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, 请至网站 liahona.ChurchofJesusChrist.org在线 提交;或以电子邮件寄至liahona@ ChurchofJesusChrist.org; 或是来函寄 至Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, 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: 阿尔巴尼亚文、亚美尼亚 文、碧斯拉玛文、保加利亚文、柬埔 寨文、宿雾文、中文、简体中文、 出版组: 格蓝·艾戴尔, 茱莉·布 克罗地亚文、捷克文、丹麦文、荷兰 文、英文、爱沙尼亚文、斐济文、芬

文、冰岛文、印尼文、意大利文、

日文、基里巴斯文、韩文、拉脱维亚 文、立陶宛文、马达加斯加文、马绍 尔文、蒙古文、挪威文、波兰文、葡 萄牙文、罗马尼亚文、俄文、萨摩亚 文、斯洛文尼亚文、西班牙文、斯瓦 希里文、瑞典文、塔加洛文、大溪地 文、泰文、汤加文、乌克兰文、乌尔 都文及越南文(发行期数依语言之 不同而有区别。)

© 2020 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved.美国印行。

版权资料:除非另有指示,利阿 贺拿中的内容均可复制,供非商业的私人用途(包括为了教会召 唤),此顶权利得随时撤销。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., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA;电 子信箱: cor-intellectualproperty@ ChurchofJesusChrist.org。

For Readers in the United States and Canada: June 2020 No.6. LIAHONA (USPS 311-480) Simplified Chinese

(ISSN 2164-4098) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latterday 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.

亚伦圣职的复兴

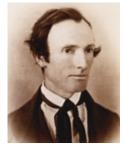
1829年5月15日,施洗约翰把亚伦圣职授予约瑟·斯密和奥利佛·考德里。以下是他们回忆该重要日子的片段,可见那是多么非凡的事情:

这场合造访我们并把

这圣职授予我们的使 者说,**他名叫约翰,就** 是新约中所说的施洗 约翰,他在持有麦基 洗德圣职权钥的彼得、 雅各、约翰的指示下行 事。」

约瑟·斯密, 约瑟·斯密—— 历史, 1: 72





1836年,圣职权钥在 嘉德兰圣殿复兴时, 奥利佛·考德里也和 约瑟·斯密在一起。

「突然间,好像从永恒中传来救赎主的声音对我们说平安。幔子打开时,神的天使披着荣耀降临,传达了我们渴望寻求的的表,并授予悔改不证的。何等快乐!何等令人惊奇!」则则佛·考德里,见约瑟·斯密——历史,1:71,注释。



圣经影片描绘施洗约翰为耶稣 基督施洗。



宾州哈茂耐的苏克含纳 河,1829年5月15日, 约瑟·斯密和奥利佛· 考德里在附近受洗。

要了解圣职复兴的更多详情, 见第12页盖瑞·史蒂文生长老 的文章,「圣职在复兴中的 重要角色」。

信心的化身

莉妮·邬依劳

萨摩亚, 萨瓦伊



莉妮过去常有愤怒的情绪和急躁的 脾气, 但在她和她丈夫加入耶稣基 督后期圣徒教会以后, 随着她奉行 福音的过程, 那些情绪和脾气都 渐渐消失了。

莱斯利・尼尔逊摄

我开始研读福音,并且透过教会的教 导学到耶稣爱小孩的方法——祂总是 和善地对待他们。

我开始尝试要变得更像耶稣。现在 我试着更爱我所有的家人, 花更多的 时间和他们在一起,也用更多时间了 解他们的需求。我们全家一起读经 文,每天晚上一起祈祷。

我的心现在越来越柔软。当我们 遵行耶稣基督的教导时, 我就感觉到 家中有更多的爱、平安和幸福。很感 谢福音帮助我学习成为一个更好的妻 子、母亲和祖母。





施助原则

透过圣餐聚会来施助

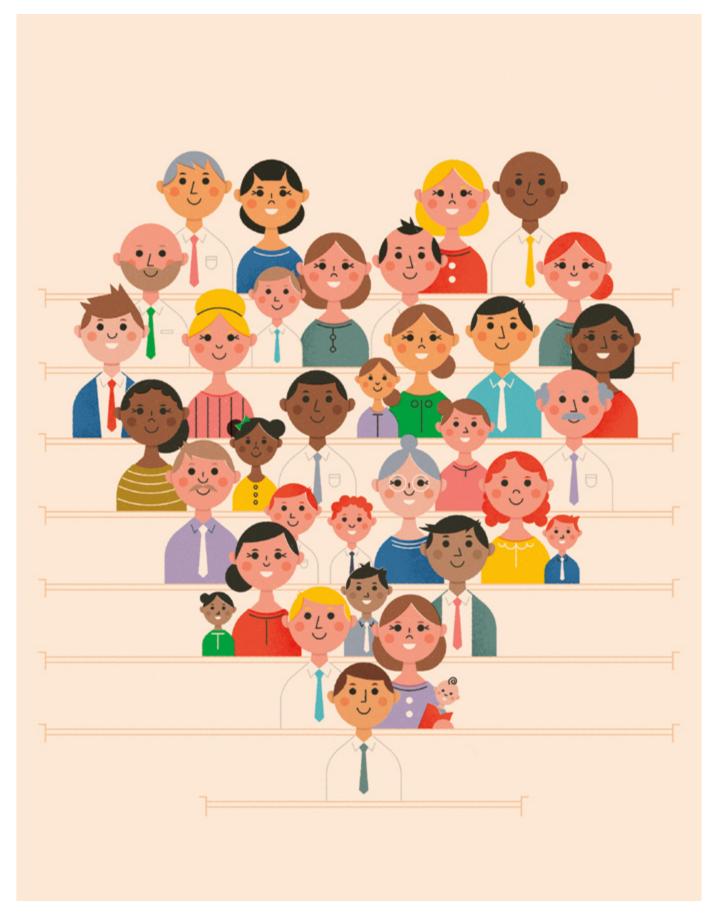
圣餐聚会让我们有机会接触人群 和施助他人。

餐聚会是个人用来滋养灵性并沉思救主及其赎罪的时间。我们每周领受圣餐时,就能一起被启发(见教义和圣约84:110)。不过,在我们的支会和分会里,有人显得心事重重,有人则完全心不在焉。

我们要如何运用这神圣的一小时来施助他人,让他们 的生活有所改变?有几项建议如下:

让圣餐聚会对你的施助对象更有意义

学习施助的第一步,就是去认识个别成员或家庭,了解他们的需求。光是多多了解他们,你就可以用一些方法,让他们参加圣餐聚会的经验变得更好。



敏蒂是个年轻的妈妈,有一对刚学走路的双胞胎。她 的施助姊妹在每星期的圣餐聚会都做一个简单的举动,帮 了她很大的忙。

「由于我先生工作时间的关系,每个星期我都得自己带着两个女儿去教会,」敏蒂说,「在整个圣餐聚会中, 要搞定两个小萝卜头,真是手忙脚乱。幸好我的施助姊妹

主动来帮我。



「每个星期,她都坐在我们旁边,帮我照顾女儿。在孩子们耍脾气和哭闹的时候,有她在身边对我非常重要,也真的能减轻我的焦虑。我想,她从

不知道自己的举动为我生活中这段时间带来多大的影响。 她看到我这个年轻又充满焦虑的母亲有需求,就来帮我, 并使教会成为所有人都感到宁静和快乐的地方。」

以下建议可以帮助有特殊需求的人

- 与长老定额组领袖和慈助会领袖针对成员的需求一起商议。
- 领袖可以规划圣餐聚会的演讲,以满足成员的需求。如果某些信息能对施助对象有益,可以告诉你的领袖。
- 如果你知道某人有身心障碍或对食物过敏而无法享有圣餐的祝福时,可以更仔细地问他们,如何调整能改善他们崇拜的经验。告诉领袖这些讯息。¹
- 如果你施助或认识的人无法出门,无论是永久的或暂时的,就问主教是否可以派人带圣餐到他们家去。你甚至可以在圣餐聚会中作笔记,然后用电话、电子邮件或亲自与他们分享。
- 施助对象如有年幼子女,你可以在圣餐聚会中提供协助。
- 施助对象如果不常来参加圣餐聚会,就试着去了解原因,并思考你能给予的协助。如果他们需要交通工具,你或许可以接送他们。如果他们感觉得不到家人的支持,可以邀请他们跟你坐在一起。你可以作些特别的邀请,帮助他们在圣餐聚会中感觉受到欢迎和重视。

要记住, 简单的举动就大有帮助。

谈到施助,总会慈助会会长琴恩·宾翰姊妹教导说:「有时候,我们以为要做宏伟的英雄事迹才『算得上』是为邻人服务。但是,简单的服务之举却可能对其他人,和对我们自己,产生深远的影响。」²

在比利时的一个小支会里, 艾 薇塔经常在教会聚会中为讲西班牙文 的访客和成员翻译。有一次, 有人介 绍艾薇塔认识一位从多明尼加共和国 来的人, 这人在学习有关教会的事。 他只懂一点英文, 母语则是西班牙 文。于是, 艾薇塔在圣餐聚会中小声 地为他翻译, 让他感觉自在一些。

「翻译有时候让我的安息日变得很忙碌,」艾薇塔说,「不过,我听从圣灵的提醒,问他们是否需要翻译。知道自己能够帮助他们感受圣灵,享受所参加的聚会,确实给我一种喜悦和温暖的感觉。」





透过简单的举动提供协助的一些建议

- 和领袖谈谈,看看有谁在圣餐聚会中可能需要一些额外的服务。
 或者,你如果知道谁有需要,要确定你的领袖也知道。
- 安静坐下,等待聚会开始,这样能让「我们周遭其他一些破碎的心和忧伤的灵」,3透过在神圣场所里的虔敬气氛,找到所需要的平安。
- 如果你的施助对象需要额外的安慰,可以考虑在禁食主日当天为他们禁食和祈祷。
- 作祈祷,以便知道在圣餐聚会中,你坐在哪个人的旁边或附近可能对他们有帮助,或是知道你可用哪些其他方法来提供协助。

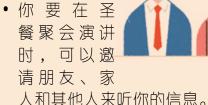
务必使所有参加圣餐聚会的 人都感觉受到欢迎,并得到 灵性上的饱足。

圣餐聚会是一个欢迎所有人的地方

约瑟·斐亭·斯密会长(1876-1972)教导:「圣餐聚会是教会所有聚会中最神圣、最圣洁的。」4因此,务必使所有参加圣餐聚会的人都感觉受到欢迎,并得到灵性上的饱足。这对新成员,或有一段时间没有参加聚会的成员尤其重要。

来自澳洲新南威尔斯的莫芮妮雅,亲切招呼支会里一名想要了解教会的妇女。「现在,她成了我的好朋友,」莫芮妮雅说,「我很喜欢每个星期日圣餐聚会的时候,和她坐在一起,也常常问她过得好不好,有没有我可以帮忙的事情。」过了一段时间,莫芮妮雅的朋友受洗了。支会成员的努力,以及圣餐聚会的欢迎气氛,对她的决定都有重要的影响。

施助重返教会的 成员或新成员的 一些建议

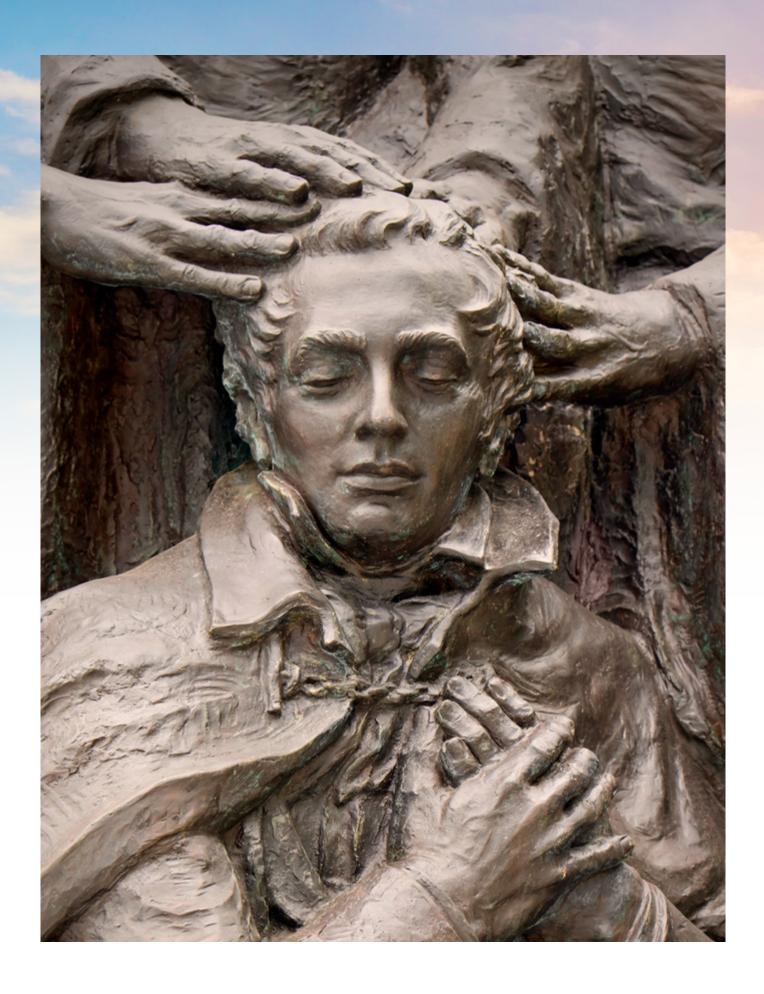




- 你可以留意并欢迎那些只身前来或可能需要帮助的人。问他们是否可以让你坐在他们旁边,或者邀请他们和你坐在一起。
- 聚会结束后,可以邀请施助对象和其他人参加即将举办的教会活动,去圣殿,或参加交谊活动。
- 你的施助对象有一阵子没有参加圣餐聚会,如果来了,你可以问他们对听到的教导有没有任何问题。告诉他们,如果有不明白的词汇、故事或教义,永远欢迎他们来问你。必要时,你们可以一起找寻答案。■

注:

- 1. 可以阅读2018年6月,利阿贺拿,「为身心障碍者家庭服务的4个方法」 (只有电子版);或本期,第22页,在教会处理食物过敏的问题。
- 2. 琴恩·宾翰,「像救主那样施助」,2018年5月,利阿贺拿,第104页。
- 3. 杰佛瑞·贺伦、「看哪、神的羔羊」、2019年5月、利阿贺拿、第46页。
- 4. 总会会长的教训:约瑟·斐亭·斯密(2013),第95页。





盖瑞・史蒂文生 长老 十二使徒定额组

全职 在复兴中的重要角色

圣职要是没有重回世上,就不可能有复兴。

1829年4月为止,约瑟·斯密蒙神亲临造访已将近十年。 1820年,父与子在他家附近的树林中向他显现,当时他 只有14岁(见约瑟·斯密——历史,1:5-17)。¹天使 摩罗乃第一次造访是在1823年,随后在每年造访期间,都教导并 指导约瑟,直到1827年约瑟取得写在页片上的古代纪录为止,那 纪录后来成为摩尔门经(见约瑟·斯密——历史,1:30-54)。

不过,约瑟在取得页片后的 18 个月内,因为当地人骚扰,加上不断更换抄写员,以及丢失部分手稿,在在都让他无法好好翻译纪录。这是约瑟深感挫折和痛苦的一段时间。(见约瑟·斯密——历史,1:58-62;教义和圣约第 3 篇。)

但在 1829 年 4 月,随着一位名叫奥利佛·考德里的学校教师的到来,这一切都改变了;他后来成为约瑟的全职抄写员。摩尔门经的翻译工作这才得以加速进行。

1828 年秋,为负担家计,约瑟大部分时间都在宾州哈茂耐的农场上工作,到了1829年,他投注全部心力转向翻译摩尔门经。约瑟的妻子爱玛和弟弟撒母耳都曾短暂地担任过他的抄写员。与此同时,奥利佛·考德里寄宿于约瑟父母在纽约的家中。

奥利佛听到有关页片和翻译的事情后,非常感兴趣,渴望知道 这些事情是否来自于神。「有一天晚上,他在睡前呼求主,想知道 这些事情, |约瑟写到, 「主向他显明是真实的。|²

奥利佛即刻启程,前往 140 英里 (225) 公里 (225) 外的哈 (25) 小见教义和圣约 (25) 3. 1 (25) 。他 茂耐,会见约瑟。他正好是约瑟祈祷的答案。他们在四月 份见面的两天后,摩尔门经的翻译重新快速进行,在令人 适当的时候」授予他们。约瑟被称为 惊讶的60-65个工作天内就几近完成。整个翻译工作在6 月30日完成。

先知约瑟完成了天使嘱咐要翻译并出版古代纪录的神圣 任务,或许认为就快要结束所有的工作。先知当时并不知 道,他在耶稣基督福音复兴中所要扮演的重要角色并非到

此结束,而是即将开始。

在翻译摩尔门经期间, 约瑟和奥利佛遇到许多 有关洗礼和权柄的 经文。

事件能比 1829 年春天所 发生的事情更重要。奥利 佛用「令人永难忘怀的日 子 | (约瑟・斯密——历 史, 1:71, 注释)来描

述复兴的这一美妙篇章。除了翻译摩尔门经这个奇迹外, 天使们很快又显现, 把圣职权柄授予约瑟和奥利佛。这段 为翻译和复兴接受诸多启示的时期, 改变且扩大了约瑟的 视野,并为一年后正式组织教会铺平了道路。

亚伦圣职的复兴

在翻译摩尔门经期间,约瑟和奥利佛遇到许多有关洗 礼和权柄的经文。约瑟早先就被告知「主〔会〕将神圣圣 职赐给某些人 | 。31829年5月15日,约瑟和奥利佛在 附近糖枫树林里的一个隐蔽处, 「藉着祈祷求问主, 祂对 我有何旨意。|4

他们祈祷时, 救赎主的声音对他们说平安, 「幔子打 开时,神的天使披着荣耀降临,传达了我们渴望寻求的信 息,并授予悔改福音的权钥」(约瑟·斯密——历史,1: 71、注释)。天使介绍自己是约翰,「就是新约中所说的 施洗约翰,他在……彼得、雅各、约翰的指示下行事」(约 瑟・斯密——历史, 1:72)。

复活的约翰把手放在跪着的约瑟和奥利佛头上, 授予 他们亚伦圣职,这圣职「持有天使的施助、悔改的福音, 和为罪的赦免的浸没洗礼的权钥 | (约瑟·斯密——历史,

们得到应许,其他的圣职权柄会「在 「本教会的第一长老, 而他(奥利佛· 考德里)为第二长老|(约瑟·斯密 ——历史, 1: 72)。他们也得到要 为彼此施洗的指示——约瑟先为奥利 佛施洗,然后奥利佛为约瑟施洗。

在当天的某个时间点,他们两位 历史上很少有什么 在苏克含纳河畔, 「下到水中」, 接 受洗礼。「由于迫害之灵已在邻近地 区显明, 迫使〔他们〕将〔他们〕获 得圣职和受洗的经过保密」(约瑟· 斯密——历史, 1:74)。在春季洪 水期间,这条河是贸易和交通的主要 渠道,船只络绎不绝。约瑟和奥利佛



很可能等到天黑,或者利用涨潮,找了一个比较隐密低洼的地方。⁵

彼此施洗后,按照天使所命令的,约瑟把亚伦圣职按立给奥利佛,然后奥利佛按立约瑟。约瑟·斐亭·斯密会长教导,他们受洗后重新证实从施洗约翰手中所获得的最初的按立,从而「以适当的秩序重新印证那些祝福」是有必要的。⁶

麦基洗德圣职的复兴

我们对彼得、雅各、约翰造访约瑟及奥利佛,并复兴麦基洗德圣职的细节所知不多。诸多根据回忆而作的诠释,把 1829 年春天(五月底或六月)发生的事件推延了好几个月。⁷约瑟及奥利佛记录了施洗约翰显现和亚伦圣职复兴的日期,却从来没有记录过彼得、雅各、约翰显现的日期。他们起初或许并不完全了解圣职的本质或差异。约瑟后来才逐渐对圣职有更多的了解。

从 1830 年到 1835 年,圣职的职位逐渐明确,也组成了定额组、议会、会长团和主教团。直到 1835 年(见教义和圣约 107:2-4),才使用麦基洗德圣职一词来称呼「高级圣职」或「较大圣职」(教义和圣约 107:9;84:19)。

但约瑟却对地点提供了粗略的细节。1842年,他回忆曾听到「彼得、雅各、约翰的声音,在苏克含纳河上,在……哈茂耐与……考斯威尔之间,宣告他们拥有国度……的各权钥」(教义和圣约128:20)。

也就是说,斯密一家住在宾州哈茂耐,约瑟·耐特一家住在纽约州考斯威尔,麦基洗德圣职的复兴发生在这两家之间绵延28英里(45公里)路上的某个地方。耐特一家人是早期的教会成员,是约瑟·斯密忠诚的朋友。他们在摩尔门经翻译期间提供纸张和用品,后来成为教会在考斯威尔分会的核心成员。

约瑟及奥利佛除了从彼得、雅各、约翰接受到麦基洗德圣职以外,还蒙按立为「使徒,作〔主〕的特别证人」(教义和圣约 27: 12),获得开创圆满时代福音期所必要的各项权钥。此时的他们有权柄执行包括赐予圣灵恩赐在内的各项圣职教仪。



复兴圣职是约瑟·斯密担任本 福音期第一位先知这项神圣 召唤的核心。

他们也获得了「教会中一切属灵祝福的权钥」(教义和圣约107:18),该权钥对1830年4月组织教会,及接受启示按秩序复兴所有事物都是至关重要的。透过奇迹、医治及藉由圣职权柄所执行的各项教仪,彰显属灵的祝福。1836年,有其他的天上使者前来,交托与聚集以色列和圣殿事工有关的圣职权钥(教义和圣约第110篇)。

圣职复兴的意涵

大卫奥·麦基会长(1873-1970) 教导,在救主的复兴教会里,最明显的 特色就是「神直接启示,授予权力」。⁸ 圣职要是没有重回世上,就不可能有复 兴。圣职被赋予权力执行教仪,并为 主在世上的教会提供管理的架构。

约瑟在1830年4月6日正式组

愿我们每个人都热诚地 接纳并奉行已赐给 近代众先知的启示, 乐于参与福音持续 不断的复兴。

织教会。随后的几年里,又组织总会会长团和十二使徒定额组。在总会会长的指示下,圣

职权钥委派给世界各地的领袖,让福音得以「滚动出去,直到大地各端」(教义和圣约65:2)。

复兴圣职是约瑟·斯密担任本福音期第一位先知这项神圣召唤的核心。主在教义和圣约的序言中说:「因此,我,主,知道那将临到地上居民的灾祸,召唤我的仆人小约瑟·斯密,从天上对他说话,并赐给他诫命」(教义和圣约1:17)。

在 1829 年 5 月施洗约翰造访前,约瑟专心翻译着摩尔门经。随着亚伦圣职和麦基洗德圣职的复兴,他才明白他的召唤还有更多要做的事。获得来自天上的权柄进一步将约瑟准备好,担负起「先见、翻译者、先知、耶稣基督的使徒」的责任(教义和圣约 21:1)。

十二使徒定额组的罗拔·海尔斯长老(1932-2017)描述我们的生活若是没有圣职的景况:「如果这世上没有圣职的力量,那么撒但将肆无忌惮、随心所欲地横行统治。没有圣灵的恩赐引导启发我们,没有先知奉主的名说话,没有圣殿得以订立神圣永恒的圣约,没有权柄来祝福、施洗、治愈或安慰。没有圣职的能力,『全地必……完全荒废』(见教义和圣约2:1-3)。没有光,没有希望——只有黑暗。」。

接受圣职教仪对主「促成人的不死和永生」 (摩西书1:39)的事工是非常重要的。洗礼和证实、圣殿恩道门、为今生和永恒的印证, 对我们的救恩都至关紧要。唯有在总会会长的 指示下,透过圣职的权柄和权钥,才有能力在 圣殿中将幔子两边的家人系结并印证在一起。

持续不断的复兴

圣职权柄如何启发你参与教会持续不断的

复兴? 我们可能不知道未来会如何, 但是复兴会持续不断地进行, 这是清楚无疑的。无论

是在圣林里,还是在克谟拉山上透过摩罗乃, 又或是在组织教会的聚会上,主都未曾向约瑟启示每项教义或教仪,也没有给他所有的指示。 复兴不是单一事件,而是主「律上加律」(尼腓二书28:30)地给约瑟启示,正如祂今日也不断地按照祂的目的和时间表给先知启示那样。

从约瑟·斯密的时代以来, 众先知不间断地代表主说话, 持续让世人明白祂的旨意。先知有更为宽广的眼界, 能为他们年代遇到的挑战获得特别的指示。罗素·纳尔逊会长宣告说,我们都「见证了复兴事工的过程, 大家可能认为教会已经完全复兴, 但各位看到的只是开端,还有更多的事情会发生。」¹⁰

复兴与你

愿我们每个人都热诚地接纳并奉行已赐给 近代众先知的启示,乐于参与福音持续不断的 复兴。例如,奉行更高、更神圣的律法,去施 助我们的弟兄姊妹。¹¹ 也愿我们每个人都能藉 由以家庭为中心,由教会从旁辅助的计划来获 得长久的福音喜乐。这项计划将帮助我们学习 教义、增进信心、遵守诫命和提升个人崇拜(其 中包括满足个人和家庭需要的家庭晚会)。¹²

我们可以藉着加速幔子两边以色列的聚集,来为救主的第二次来临作准备。¹³ 我们可以在星期日的崇拜聚会及家中更加努力,使安息日成为可喜乐的。¹⁴ 我们可以为每日获得个人的启示而做必要的属灵工作,让自己与圣灵更加接近。¹⁵

我见证诸天依旧敞开,在主准备我们迎接 未来令人兴奋的日子时,会有更多的事情发生。 圣职的复兴让神的儿女得以执行并接受救恩的教仪,它也 授权给近代的众先知、先见和启示者来引领主的国度。

因为可以运用主的圣职,教会及其成员每天都能得到 无数的祝福。愿我们每天都感激施洗约翰及彼得、雅各、 约翰的显现,感激亚伦圣职和麦基洗德圣职在这最后且最 终的福音期回到世上,为我们的主和救主耶稣基督的再临 预备道路。■

注:

- 1. Joseph Smith, History, 1838–1856, vol. A-1, created June 11, 1839–Aug. 24, 1843, 15, Church History Library.
- 2. Joseph Smith, in History of the Church, 1:35.
- 3. Oliver Cowdery, letter to W. W. Phelps, in Latter Day Saints' Messenger and Advocate, Oct. 1835, 199.
- 4. 总会会长的教训:约瑟·斯密(2007),第85页。长期以来的传统观点都认为他们是在苏克含纳河畔,但当时的一些纪录指出,他们藏身到住处北端的一片糖枫树林(see Mark Lyman Staker,"Where Was the Aaronic Priesthood Restored? Identifying the Location of John the Baptist's Appearance, May 15, 1829," *Mormon Historical Studies* 12, no. 2 [Fall 2011]: 142–59)。
- 5. See Mark L. Staker, "Where Was the Aaronic Priesthood Restored?" 153.
- 6. 参阅约瑟·斐亭·斯密, 救恩的教义, 布司·麦康基编(1955), 第一卷, 第190页。
- 7. See Larry C. Porter, "Dating the Restoration of the Melchizedek Priesthood," *Ensign*, June 1979, 5–9; Larry C. Porter, "The Restoration of the Aaronic and Melchizedek Priesthoods," *Ensign*, Dec. 1996, 42–44.
- 8. David O. McKay, "The Mission of the Church and Its Members," *Improvement Era*, Nov. 1956, 781.
- 9. 参阅罗拔·海尔斯, 「圣职的祝福」, 1996年1月, 圣徒之声, 第34页。
- 10. "Latter-day Saint Prophet, Wife and Apostle Share Insights of Global Ministry," newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
- 11. 见罗素·纳尔逊,「藉着神的能力和权柄施助」,2018年5月,利阿贺拿,第68-70,75页;罗素·纳尔逊,「施助」,2018年5月,利阿贺拿,第100页;亨利·艾宁,「受灵启发的施助」,2018年5月,利阿贺拿,第61-64页;琴恩·宾翰,「像救主那样施助」,2018年5月,利阿贺拿,第104-107页。
- 12. 见罗素·纳尔逊, 「开会致词」, 2018年11月, 利阿贺拿, 第6-8页; 昆丁·柯克, 「加深对天父和主耶稣基督的持久归信」, 2018年11月, 利阿贺拿, 第8-12页。
- 13. 见罗素·纳尔逊, 「以色列民全力起」(2018年6月3日,全球青少年祈祷会)。HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org;罗素·纳尔逊, 「姊妹参与以色列的聚集」,2018年11月,利阿贺拿,第68-70页。
- **14. 见罗素**·纳尔逊, 「安息日是可喜乐的」, 2015年5月, *利阿贺拿*, 第129-132页。
- 15. 见罗素·纳尔逊,「给教会的启示,给我们生活的启示」,2018年5月, 利阿贺拿,第93-96页。











凯蒂·史迪德

子大卫还有不到一年就满八岁, 我和外子希望他准备好订立神 圣的洗礼圣约,这意味着要做到 一些事情,例如:阅读摩尔门经,研读洗 礼圣约,复习洗礼面谈的问题等。这些我 们以前陪大卫的姊姊都做过,但是大卫有 自闭症,我们无法断然决定让他受洗。

是的,我们知道要做哪些事情来帮助他作准备,但我们不断在思考的问题是: 大卫应该受洗吗?他准备好了吗?他需要 受洗吗?他明白所要承诺的事情吗?我们 要怎么确定所做的事是对的呢?

就像许多有身心障碍子女的父母一样,我们带着这些问题开始了探求教义洞见与个人启示的历程。

负责年龄与负责能力

教义和圣约 68: 27 写到: 「而且他们的子女八岁时,要接受赦罪的洗礼,并接受按手礼。」

如果我们只看这节经文,就会认为每个八岁大的孩子都要准备受洗。但是,经 文也教导:

「小孩子……由我的独生子救赎了;

「所以,他们不能犯罪……直到他们 开始能在我面前负责的时候」(教义和圣 约 29: 46-47; 亦见摩罗乃书 8: 7-22)。

我和外子如何知道大卫是否有能力负责呢? 我们继续查考资料。

我们从教会政策中学到,一个人是否能负责,端看他的心意和理解程度:如果大卫配称,渴望受洗,也展现出负责的能力,我们就不应该阻止他受洗。

我们也学到,大卫的障碍如果让他只有幼儿的心智能力,他就不需要为自己的行为负责,也不需要拯救的教仪(见指导手册第一册:支联会会长及主教〔2010〕,16.1.8;对教会政策有疑问的成员可以请教他们的主教)。

大卫的智力其实跟一般人没两样。不 过,我还是会质疑大卫的负责能力是否已 经达到适当的程度。我持续审慎地寻找答 案,希望找到能为我带来平安的方向。

身心障碍与纯真无邪

我知道一些有身心障碍子女的父母在 读到以下经文时,会得到极大的安慰,那 经文提到还没有负责能力却已离开今生的 人仍处于纯真的状态:「每个小孩子都因 基督得生命……因为救赎的效能临到每个 没有律法的人……为这样的人施洗毫无用 处」(摩罗乃书8:22)。 先知约瑟·斯密也描述已经去世但还没有负责能力的小孩的情况:「而且我也看见:所有未达负责年龄就死去的小孩,都在天上的高荣国度中得救」(教义和圣约137:10)。

我知道,对这些人而言,今生的洗礼 并不是必要的。我也知道神会帮助我们知 道什么对大卫是最好的。

寻求神的指引

不同的身心障碍者,其心智能力的差距 其实很大。许多身心障碍者的心智程度都在 八岁以上,只要他们能负责,就可以接受洗 礼和证实(见指导手册第一册,16.3.5); 心智能力未达八岁程度者,将不需要为自 己的行为负责。我知道我和外子可以和儿 子、神,以及身为「以色列法官」的主教 一起商量,就大卫是否准备好受洗而寻求 灵感,作出决定(教义和圣约107:76)。

阿尔玛所说的话让我甚为宽慰:「现在,由于你们都渴望进入神的羊圈,被称为祂的人民……对于奉主的名受洗,在祂面前证明你们已与祂立约、愿意事奉祂、遵守祂的诫命,使祂能更丰盛地把祂的灵倾注于你们,你们有什么异议吗?」(摩赛亚书18:8,10)。

在我们作了所有的准备,在家和在初级会教导了所有的课程后,我开始问大卫 一些我知道在洗礼面谈时会问的问题。

有时候,他的答案显示他懂,有时候 他却又不知道怎么回答。我发现自己一直 不晓得我们是否做了对的事情。

最后,灵对我的心低语:「为什么不问问大卫是怎么想的?」

我转身问大卫:「大卫,你要受洗吗?」他抬起头看着我,说:「要!」

然后,我问他为什么要受洗,他说: 「要像耶稣一样。」

这句话带给我的平安和指示不可言喻。我顿时明白就算大卫不完全懂得每个问题,他还是准备好接受洗礼和证实。他已经知道他需要知道的,最重要的是,他确实有渴望要受洗进入神的国度。

大卫受洗并被证实为耶稣基督后期圣徒教会成员的那天,充满了爱、友谊与平安。教室内挤满了家人、支会成员、同学,甚至连学校的老师都来了。大卫在那一天选择跟随耶稣并受洗,他的榜样为许多人带来了美好的影响。我们的家庭更坚强,因为我们有机会了解到神的作为如何透过儿子大卫彰显出来(见约翰福音 9: 3)。■作者现居美国犹他州。

我们如何帮助有身心障碍的成员?

领袖满怀爱心地效法救主接纳他人的榜样时,有身心障碍的成员及其家人也会感受到祂的爱,了解自己在基督身子中的重要地位(见哥林多前书12:12,18)。你在领导和服务时,要想到以下几点:

- 1.不怕提出问题。有时候,我们害怕谈到差异,但只要你用尊重的态度提出问题,人们会感谢你有了解他们处境的诚意。用和善的方式提问,例如:「我怎么做可以帮助你在教会的经验更有意义?」有身心障碍的成员及其家人往往就是这方面最好的资源,他们可以告诉你真正的需要是什么。
- 2.促进理解。了解成员的障碍后,和他们讨论你可以跟别人分享哪些事情。然后,在必要时,协助支会领袖和其他成员了解当事人的障碍和需求。这样可以促进更多的爱心与理解,也能获得如何给予支持的灵感启发。
- 3. 提供变通之道。你可以做很多简单的调整,让每个人都能学习和参与,包括回答问题时给予更多的时间,播放有字幕的影片,让有听觉或视

- 觉障碍者坐在可以听见或看见的位子,使用多媒体来讲解课程。你也可以请教支会或支联会的身心障碍专员,以了解你可以做哪些具体的变通。
- 4. 创造服务机会。和当事人及其照顾者见面,找出他们有那些技能和才华。然后,审慎找出他们可以用哪些方式作有意义的服务。每个人都能对这事工有所贡献。
- 5. 怀着爱心伸出援手。努力效法杰佛瑞·贺伦长老所说的,真诚接纳:「身为成员,我们都在这趟旅程上……无论你的处境如何,我们都欢迎你」(「我希望每位新成员知道、每位老成员记得的事」,2006年10月,利阿贺拿,第10页)。在教会的所有资源中,最重要的一项,永远都是用爱与友谊彼此施助的人。



在教会处理

食物过敏的问题

丽莎・汤姆森

2017年1月,一个寒夜里举办的青少年活动彻底改变了索伦森家庭。泰瑞和珍妮琳的儿子谭纳才14岁。联合活动即将结束,有位领袖提供了最后一道点心。对花生过敏的谭纳拿起一片饼干,咬了一口。他不该如此,那饼干是花生酱做的。

泰瑞说:「他平常都很小心。」

谭纳撑到回家——他家离教堂不远。可是他一到家,就失去意识,停止了呼吸。紧急救护人员和急诊室的医护人员全力抢救,却不幸没能挽回他的性命。

谭纳当晚因食物过敏而过世了。

全球议题

全世界有大约百分之五的儿童有食物过敏问题。¹在美国,将近百分之四的成人和多达百分之八的儿童有过敏问题,²欧洲和某些亚洲国家有相似的数字报导。³这意味着,在一个有200名成员的支会里,约有8个人会过敏;在一个有50名儿童的初级会,就有4个人会过敏。

有超过 170 种食物被确认是潜在的过敏原,不过在美国,引发过敏的「八大」食物为:奶、蛋、花生、坚果、小麦、大豆、鱼和甲壳贝类。 4 以地区而言,还有一些其他食物被列为主要过敏原,像是:印度的鹰嘴豆,南韩与日



本的荞麦,泰北的蚁卵。牛奶与蛋在全世界一直都是最常见的过敏原。⁵

当身体的免疫系统将某种物质视为威胁而反应过度时,就会发生过敏反应。最严重的过敏反应是过敏性休克,是一种会造成死亡的快速系统反应。⁶其症况可能包括口腔刺痛或发痒,嘴唇、脸部、舌头或身体其他部位的肿大,反胃或呕吐,呼吸急促,脉搏加快和晕眩,休克等。⁷

约拿丹·奥森医生是一位过敏症专家, 也是教会成员,他指出:「这跟教会中有 人中风或心脏病发作是一样的,甚至会更 严重。「有过敏反应的人可能比心脏病发 作的人更快死亡。」

虽然有一些疗法未来有可能治愈过敏,但食物过敏目前并无法治愈。照护的标准原则仍旧是「避免过敏原,确认并治疗过敏反应。」



食物是爱

食物通常都是聚会的重头戏,代表着文化、传统和节日。食物给我们身体添加热能,但也用来滋养灵魂,表达爱与关怀,吸引人们相聚和连结。

在教会里更是如此:课堂上传递的点心, 是为鼓励出席或强调课程重点;支会聚餐、烹

「有过敏反应的人可能比心脏病 发作的人更快死亡。」

任比赛和其他活动都给圣徒们一个相聚及联谊 的理由;我们为新手妈妈和丧家做饭,提供贴 心的服务,或者把点心留在门口,表达「我们 挂念你」。

甚至救主也喂饱了聚集来听祂教导的 5,000 人。⁸

这些例子辅助说明了,即使(尤其)是在 教会,食物过敏问题在管理上为什么会有诸多 挑战,而且对某些人来说如此难以理解。因为 很多时候,食物就是爱。但如果支会成员把食物过敏问题看作施助的机会,那么,为有过敏的人作一些调整,甚至不给食物,也是一种爱的表达。

JesusChrist.org 找到。)按照这些指示行事能让大多数成员都安全地领受圣餐。

会过敏的成员可以和自己的主教讨论在圣餐方面可作的适当调整。成员可以用夹链袋提

让圣餐成为神圣且安全的

十二使徒定额组的杰佛瑞·贺伦长 老说:「主晚餐中的圣餐,是每周崇拜 经验中大家都知道的神圣焦点。……

「……主制定的这一个小时,是一星期中最神圣的时刻。」⁹

有过敏问题的成员可以和领袖 讨论圣餐面包的安全选择。



不过,根据总会最近针对食物过敏和交叉感染问题的训练指南所说:「食物过敏与对食物的反应会对一个人的……情绪健康,以及能

总会的食物过敏指南包含有关提供安全的圣餐面包,以及避免在圣餐台上交叉接触的说明。(详尽资料可在 disability.Churchof

否参与教会聚会和活动有重要的影响。 | 10

供自己的无过敏原面包。

此外,其他人带食物或零食到 圣餐聚会时,有食物过敏问题的家 庭仍会面临挑战。由于只要吸入或 摸到某些过敏原,就会发生过敏反 应,因此他们可以在出现有食物的 情况下更换座位,或坐到门厅处来 参加圣餐聚会。

在2015年4月的一次训练会议中,当时的十二使徒定额组代理会长罗素·培勒会长说:「我们的主

要目标是,希望透过遵守安息日,让每个人都能有灵性经验,并且巩固对天父和主耶稣基督的信心。」他又说:「我们当然期望大家能够从一周的 168 小时里抽出宝贵的一小时,为献给天父和祂爱子主耶稣基督的圣餐聚会放下手机、iPad、游戏及食物。」¹¹

不是每个人都能在教会不吃东西,原因很

多。但是,随着聚会时间的缩短,或许我们可以考虑培勒 会长以上的建议,评估是否需要带食物到圣餐聚会。

承担彼此的重担

食物过敏可能对身体有严重的影响,对于灵性的影响, 无论是好或坏,也可能同样深远。

法兰西卡的女儿对牛奶严重过敏。她女儿在初级会时,只要有人生日,其中一位教师就喜欢带自己做的杯子蛋糕来庆生。法兰西卡提议,在庆生时她可以带安全的杯子蛋糕。那位教师并未理睬这项提议,还要这名六岁女孩在大家吃生日蛋糕时,坐到走廊去。

「这么做在许多层面都是很大的伤害,」法兰西卡回忆道,「她没有教导其他儿童『像耶稣一样』,关心每个人,把他们融合进来,反而教他们排拒他人。」

和有食物过敏问题的家庭谈话时,总是会谈到包容与排拒的话题。辛西雅有个九岁的儿子,对花生和坚果过敏。他原本要去参加一日营的活动。不过,在活动当天早上,有领袖打电话叫他不要参加,因为他们无法为他的过敏作任何调整。

「我挂掉她的电话, 哭了起来, 」辛西雅回忆道, 「为这个又遭排拒的小孩, 从内心深处流下伤心的泪水。」

总会的身心障碍专业经理人凯蒂·史迪德说:「救主会离开 99 只羊,去找那一只羊。我们必须记住主的榜样——看到那只羊,注意那只羊。」

我们帮得上忙

有食物过敏问题的家庭和他们的支会成员可以做很多事情来表达爱,并让参与教会是安全且包容的。

有食物过敏问题的家庭可以做什么?

有食物过敏问题的家庭可以向领 袖及教师说明需求。领袖和教师如有

规划活动或课程时要考虑的问题

- 1.在课程或活动中,食物会支持我的信息,还是会使众人分心呢? 我的课程或活动可以没有食物吗?
- 2.如果食物是我活动中很重要的一部分,我要如何施助那些对食物过敏的人呢?是否有食物既能满足我的目标,又对所有参与者都安全?能否请当事人或父母提供安全的点心,或协助我找出安全的选项?
- 3.如果无法提供每个人都能吃的食物,那么我可以为有过敏问题的人提供其他选择吗?我可以直接和有过敏问题的人协调,订出一个让他们觉得舒服的计划吗?





异动,就要再次沟通。他们可以提供安全的食物,协助安排菜单和活动。他们可以提供能够

餐, 」苏珊说, 「他们在那间小教室祝福并传递圣餐时, 我感动得落泪。我强烈感受到救主的爱, 祂知道这个挑战对我是多么大的考验。」

苏珊说:「愿意在教会为有 严重过敏的人营造一个安全的环 境,也就表示愿意承担彼此的重 担。」

法兰西卡的女儿目前是女青年。她的女青年会长觉得要协助 这个家庭,减轻他们的负担。「我

「救主会离开99只羊,去找那一只羊。记住,要看到那只羊,注意那只羊。」

救命的简单训练与急救方案。当成员表达害怕或有所保留时,他们要能够理解,但要耐心地教育成员,一起合作,找到安全与包容的作法。他们应当要求支会采取并支持合理的调整。

支会成员可以做什么?

支会成员可以试着了解个别情况。支会成员应当尊重父母有关给儿童食物的说明。如果活动或课程需要食物,教师和领袖可以询问当事人和父母这样的食物是否安全。视情况需要,支会成员可以邀请当事人和父母参与解决问题。

苏珊有严重的食物过敏问题。支会的祭司 在准备圣餐时的用心,让她非常感动。她说: 「男青年让我安全地领用圣餐,令我非常感动。」

有一个星期日,圣餐并没有传递给她。祭司在准备时,注意到她的面包和桌上的其他面包接触过。

「他们在圣餐聚会后找我说明情况,告诉 我已征得主教的同意,到一间教室里为我主理圣



觉得我们需要做些事情,确定她不会被迫在个人安全与教会崇拜之间作取舍,」她说,「我祈求能知道要如何面对这样的状况,并强烈感觉到我们需要接纳这个家庭,确定他们能完全地融入我们。」

青少年领袖接受挑战,规划了一个过夜的 青年大会,是法兰西卡的女儿可以安全参加的 活动。法兰西卡协助设计菜单和采买食物。在 作饭以前, 男青年把所有的锅具都 清洗干净。 「真的很棒!」法兰西卡说, 「我哭了, 因为他们善良且包容的

家人、教师和领袖可以一起合作,让教会成为每个人学习和成长的更 安全的地方。

举动, 让我感觉到神的爱。我的女 儿也有同感。|

彰显神的作为

谭纳的家庭在失去儿子以后, 感受到许多 大大小小的奇迹。其中一个,就是他们所希望 的:提升人们对食物过敏的意识。

> 「这些有过敏问题的孩子不是 不负责任, 也不是他们不注意。他 们只是孩子, 」谭纳的父亲泰瑞说, 「放松警惕,就在一秒间。|

> 但施助有助于保护他们。「就 定义上来说,施助是注意到别人的需 求, | 奥森医生说, 「教会的一切都 是为了那一只羊的需求,并且确定他 们在属灵与属世上都能得到满足。」

> 总会慈助会会长团第一咨理雪 伦·尤班克姊妹教导:「基督温和地 告诉尼腓人说:『我命令你们一个也 不要离开。』……基督徒和后期圣徒

都应当坚定不移地,对彼此显露真正的爱心。」12

法兰西卡努力了解自己的孩子为何遇到食 物过敏的挑战时,才明白:「有时候,神医治 身心障碍者是为了彰显祂荣耀的作为;有时候, 祂让一个人有身心障碍的问题,则是要在别人 对待当事人的方式上彰显祂的作为。神让我们 在别人遭遇痛苦时为他们促成奇迹,给我们所 有的机会去学习仁慈,学习像祂一样。 | ■

注:

- 1. See "Food Allergies: Global Burden, Causes, Treatment, Prevention and Public Policy" (consensus study by the U.S. Institute of Medicine, 2017), National Academies of Science.
- 2. See Wenyin Loh and Mimi L. K. Tang, "The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context," International Journal of Environmental Research and Public Health, vol. 15, no. 9 (Sept. 18, 2018), 2043, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/ articles/PMC6163515.
- 3. See Alison Joanne Lee, Meera Thalayasingam, and Bee Wah Lee, "Food Allergy in Asia: How Does It Compare?" Asia Pacific Allergy, vol. 3, no. 1 (Jan. 2013), 3–14, ncbi.nlm. nih.gov/pmc/articles/PMC3563019/; FARE: Food Allergy Research & Education. "Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.," foodallergy.org/sites/default/files/migratedfiles/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf.有些 食物过敏问题是长大以后就好了, 因此儿童时期发病率远比 成年时期高。
- 4. See FARE, "Food Allergy Facts and Statistics for the U.S."
- 5. See Loh and Tang, "The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context."
- 6. See "Signs and Symptoms," anaphylaxis.org.uk/hcp/whatis-anaphylaxis/signs-and-symptoms.
- 7. See Mayo Clinic, "Food allergy," mayoclinic.org.
- 8. 见马可福音6: 37-44; 路加福音9: 10-17。
- 9. 杰佛瑞·贺伦, 「看哪, 神的羔羊」, 2019年5月, 利阿贺 拿,第45,46页。
- 10. "Food Allergies," in the Policies and Guidelines section of disability.ChurchofJesusChrist.org.
- 11. M. Russell Ballard, in "April 2015: Sabbath Day Observance" (video), ChurchofJesusChrist.org/media -library.
- 12. 雪伦·尤班克,「基督:在黑暗中照耀的光」, 2019年5月, 利阿贺拿,第74页。





保罗·派普长老 七十员 和梅丽莎·派普

特别的需求,特别的气果

们的女儿朵拉照预定剖腹的日期出生后,我们就知道她有些不一样。但直 到三星期后,在一次例行检查结束时,医生将她紧急送往医院,我们才开始了解她的诞生会对我们的家庭带来多大的改变。

接下来几个月的时间,我们的心情像坐云

霄飞车一样,在希望和恐惧中起起伏伏,等待专业人士向我们确诊朵拉的情况。每一个新推论都伴随着令人不安的讯息。

「噢,请不要告诉我们是那样。我们不想失去她。」我们对其中一个可能的诊断结果 这样回应。「如果是这样,我们不确定该怎么解决这个问题。」我们对另一个诊断结果这样 回应。

诊断结果像是一把

两刃剑,既能带来平静,帮助我们了解未来会 发生什么样的事,但也可能使我们开始对未来 产生不当的预期,或设立不真实的限制。就我 们这个例子来说,我们很高兴在所有的推论与 试验后,医生始终没有给朵拉明确的诊断。

「她在生理上一切正常, 」他们告诉我们,

「但她的肌肉张力较弱,也会发生痉挛。」

就这样,我们与这 句宣告所有的不确定、 可能的变化、挑战、喜 悦和可能性共同生活了 28年。我们当时并不知 道未来会如何,但我们 从来不受制于某种特定 的医学诊断。



我们喜欢用朵拉能做到的 事情而不是受到的限制来 定义她这个人。

有特殊需求的定义

这几年来,对朵拉的状况,我们最常听到 的问题就是:「她怎么了?」和「她有哪些障 碍? | 我们通常会这样回答: 「她不会说话, 必须靠辅具才能走路, 也不会自己吃饭或穿衣 服;但她能做的事可多了。|

我们学到,不要用她没办法做到的事或受 到的限制来决定她的价值:我们反而喜欢用她 能做到的事情来定义她这个人。

例如, 朵拉会微笑。她的笑容会让身边的人 也发出微笑。我们曾在机场被完全不认识的陌 生人拦下,希望能和朵拉拍一张合照,因为他 们实在非常喜欢朵拉的笑容所散发出的光彩。

她可以给人拥抱。如果你够幸运,能得到 朵拉的拥抱,那会改变你的生命。有一次,我 们从一场运动会上离开后, 朵拉走过人行道上 一个游民的面前时,不假思索地伸出手去拥抱 他。从他的表情明显看出朵拉的拥抱是那一天 最令他感到惊奇的事。

朵拉会让你感到被爱。如果朵拉将目光转 向你,即使只有短短一秒钟,你也会感受到爱



脆弱的身躯、神圣的使命



「要达成永恒的目标并不需要拥有 一个完美的身体。事实上,一些最 美好的灵是居住在脆弱的身体中。 身体有障碍的人往往会因为遭遇这 样的挑战,而培养出极大的灵性力

量。这样的人有资格获得神为祂忠信服从的儿女预 备的一切祝福。|

罗素·纳尔逊会长,「你的身体:一份值得珍惜的大礼」,2019年 8月, 利阿贺拿, 第53页。

赞叹的恩赐,我们为什么还要用「有障碍」或 「残障」来定义她呢? 朵拉只是作她自己,以 及做她能做的事,就已经影响了数百个人,让 他们的生命变得更好。

一次一天

当父母了解到孩子需要终生依赖自己的照 顾时, 免不了会觉得难以负荷。尤其当这个孩 子需要经常在身体、情感,也许还有医疗上得

> 到支援时,这种超出负 荷的感觉尤其强烈。每 天为孩子喂食、穿衣、 沐浴、照护和支持, 这样的日子简直像是一 座险峻且难以攀越的高 111

> 在这时候, 很重 要的一件事,就是退一 步,告诉自己:「我今 天只要做到这件事就 好。|我们发现,只要 专注在每一天的需求和 机会上,任务就比较容 易完成。我们可以一次 只过一天的生活,我们

可以用心寻找那一天当中的快乐和成长。

扩大的能力

每一个进入这世界的灵都是可以「扩大」的。¹ 神期许我们每一个人尽最大的努力运用选择权。我们身为照护者的责任,就是帮助照护的对象有机会成长,在身体、情感、灵性各方面进步,达成他们有能力做到的事情。这可能意味着帮助他们找到机会去为人服务——就像朵拉给人的拥抱或微笑一样;也可能表示要帮助他们,在情况可行时,透过治疗和活动来扩大他们身体和心智的能力。

做这些事情的时候,我们务必要切合实际。如果我们时常感到沮丧,那就表示我们有可能逼得太紧了。主能帮助我们,藉由祂的灵引导我们去做可行且合宜的事。在某些情况下,祂会赐予奇迹,尽管可能是微小的奇迹。

我们永远不会忘记有位顶尖的整型专科医师告诉我们,朵拉一生都无法行走。但经过几年无数的祈祷和努力,朵拉现在已经能靠着辅具走路。她的情况大致仍和以前一样,但主赐给我们一个微小的奇迹,来帮助她成长,在生命中得到更多快乐。

不被治愈的信心

天父将朵拉赐给我 们,一定有祂自己的目 的,而且祂一定会医治她——依照祂的旨意和时间表。那一天或许要到最终的医治时期——即复活的时刻才会来到。要接受这些宝贵的孩子现在没有得到医治是神的旨意,就跟相信祂能现在就治愈他们一样,需要运用相同的信心。朵拉带着一个目的来到我们家,我们也小心翼翼地不问为什么,而是求问天父要我们从中学到什么。

「为何这件事发生在我身上?为何现在我要受苦?我什么地方做错了呢?上面的问题只会使你走入暗巷。」十二使徒定额组的李察·司考德长老(1928-2015)说道。他说,我们「应该问:我该怎么做?我从这次经验中可学到什么?……〔当〕你能真诚地祈求『请让我知道您的旨意』和『愿您的旨意得成』时,你就能处于慈爱天父可以给你最多帮助的最佳位置。」²

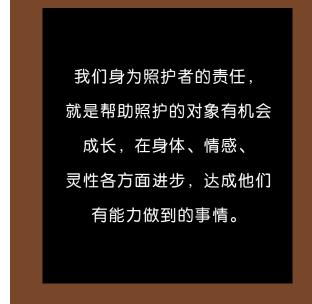
我们有时会想起耶稣在尘世传道期间治愈的那些孩童的父母。也许那些父母也和我们一样,不明白这些孩子来到他们家的目的。救主治愈他们之后,这些父母才知道要是没有人需要医治,也就无从彰显救主医治的大能及神性。

我们相信得医治的时刻终必临到神所有的儿 女。³

我们期待那一天的 到来。■

注:

- 1. 先知约瑟·斯密曾教导: 「神差遣进入这世界的所有 心智和灵都是可以扩大的」 (总会会长的教训:约瑟· 斯密〔2007〕,第210页)。
- 2. 参阅李察·司考德,「信赖 主」,1996年1月,*圣徒之* 声,第18页。
- 3. 有关具有「不被治愈的信心」的深刻教导,见大卫·贝纳,「接受主的旨意和时间表」,2016年8月,利阿贺拿,第17-23页。



先知的话是给每一个人的

我没想到会在学校的墙上看到神的先知所说的话。

千天早上,我很早就起床, 准备出门去工作。尽管我 喜欢当老师,这是我的工作, 但那天我有点烦闷,只想钻回 被窝,假装又是睡觉时间。

到学校后,我试着调整心情,准备开始工作。我知道我 马上要教一堂数学课,但我的 心情和头脑既昏沉又沮丧,心 里全是负面的感受。

我决定先去洗手间,再进 教室。洗手间里不时都会有人 张贴给学生和教职员看的宣传 单。我从眼角余光看到一张宣 传单,吸引了我的注意。宣传单上引述了一句嘉言:「你若希望照亮别人,必须先让自己发光。」¹我很惊讶地看到这是多马·孟荪会长(1927-2018)所说的话。

我没想到会在学校的墙上 看到神的先知所说的话。我住 在美国宾夕法尼亚州的一个小 镇,而且我确定我是学校里的 少数,或许根本是唯一的耶稣 基督后期圣徒教会的成员。我 知道我是少数几位了解孟荪会 长的话有多么重要的人——他 是我多年来举手支持为先知的人。我感觉这句话是对我说的。我的心变得柔和,情绪也振奋起来。我心中充满对这份见证油然而生的感激之情,觉得天父的爱环绕着我。

我很想把宣传单从墙上撕下来,放在口袋里一整天整工。 振我的心情;但我旋即了是我的心情;但我旋即只是我不只是我不只是我不只是我不只是我不会其他成员的先知——他给是世人的先知的话是对的话,就像今日的罗斯说的话一样。 一个人的,就像今日的罗斯说的话一个纳尔逊会长所说的话一样愿意一个人的,就是那样不有愿意听人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。 明月的一个人。

我很感谢天父在我行经的路上准备了这则给我的信息。 我想要照亮别人。透过服从和与救主更接近,即使在黑暗笼罩看不见方向的日子里,我依然能发光。■

凯瑟琳・弗格森、美国宾夕法尼亚州

沣

1. 多马·孟荪, 「我曾瞎眼, 但如今 能见」, 1999年7月, *利阿贺拿*, 第65页。



「我不会否认我的信仰」

我成了同事嘲笑和轻蔑的对象。那我为什么还要 栈恋一个已经危及我灵性福祉的工作?

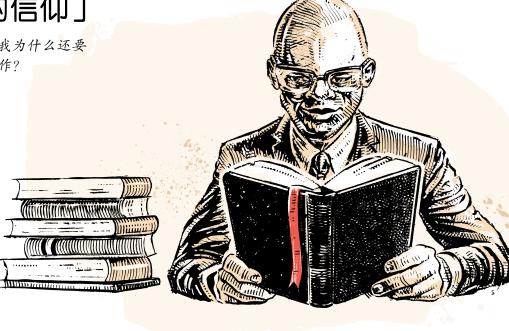
我受雇担任一间大型图书馆的助理主管后不久,我和我的团队展开一项庞大的计划,把37,000本书全部数位化。有个星期天早上,主管把我叫进他的办公室。

「爱德华,」他说,「我 获邀去美国介绍我们的书籍数 位化计划,并且要再多找一些 新书来作数位化。他们也要我 带一位值得信任的同事一道前 往。我相信你,但不相信你的 教会。如果你放弃信仰,就能 和我一起去美国。

我还没机会说话,他就告诉我考虑一下,然后打发我走。

那天晚上,我告诉太太 所发生的事。她鼓励我要有信心。第二天,我告诉主管,我 会坚持我的信仰。他很不高 兴,说他会独自前往美国。

一年后,我获得到法国接受训练的机会,学习图书馆募款、采购和管理,只要主管首肯就能成行。主管说,如果我放弃信仰,他就批准。我再次拒绝了。然后他把文件撕碎,丢在我的脸上。不久之后,主管再度把我找去。



他说:「我要出一次公差,你可以和我一起去,但条件还是一样。我绝不和你们教会的成员一起旅行。」

我回答:「我不会否认我的信仰。」他二话不说就离开了。不久,他开始向同事数落我的不是。

他说:「我已经给他很多 机会,他却因为他那盲目的信 心而浪费了这些机会,真是个 笨蛋。」

自此之后,我成了同事嘲笑和轻蔑的对象。我很沮丧。 有天晚上,我心里正为这个问题苦恼时,翻开圣经,读到了一段话:「若是你的右眼叫你跌倒,就剜出来丢掉,宁可失 去百体中的一体,不叫全身 丢在地狱里」(马太福音 5:29)。

如果主说,我们为了拯救自己,就应该舍弃某样东西,那我为什么还要栈恋一个已经危及我灵性福祉的工作?我隔天就递上了辞呈。

今天,我很庆幸当时作了那个选择。凭着对耶稣基督的信心和勇气,我挺身面对职场上的羞辱和短暂的失业。现在的新工作提供了我以前得不到的机会。主祝福了我,我感谢祂对我的仁慈和爱。■

爱徳华・宁度, 刚果民主共和国 卡托卡

我们需要第二个奇迹

妻子怀孕时, 我们已经获赐一个奇迹, 但现在我们需要另一个奇迹。

大的妻子撒拉怀孕24周时, 开始频繁感到疼痛。我为 她作了一个祝福,然后离家去工 作。我还在上班,就接到她的电 话,要我回家带她去医院。

「你们的宝宝要出生了,」 我们一抵达医院就被告知这个 讯息。由于撒拉怀孕刚满24 周,胎儿能存活下来的最大希 望就是进行紧急剖腹产。

「不要再让你太太受苦了,」 医生告诉我,「胎儿是保不住 的。」

撒拉和我谈过医生所说的话,也为这件事作了祈祷。我们认为,只要胎儿能有存活的一线希望,我们就要把握那个机会。我们夫妻一直很难顺利怀孕。大儿子泰勒是领养的。领养泰勒后,过了两年,撒拉怀孕了,我们都认为那是个奇迹。现在,我们需要第二个奇迹。

救护车带着撒拉从本地医院出发,直奔45分钟车程以外的儿童医院。我紧跟在后,一直祈祷恳求主再赐给我们另一个奇迹。我向主承诺会一直留在福音道路上,并且努力让自己成为更好的人。

在医院里,我对新生儿加护病房里的医生说:「我们明白,我太太的怀孕已经是个奇迹,但现在我们需要另一个奇迹。

产程很顺利,我们的宝宝也活下来了!我们女儿珊娜在医院的新生儿加护病房住了四个半月后,出院回家了。我们确实获得了第二个奇迹。又过了没几年,我们再次获得另一个奇迹——由于主的祝福,我们有了一对双胞胎!

珊娜的智能稍低,需要以轮椅代步,但她总是充满快乐,凡事都正面看待,而且和每个人作朋友。她很喜欢讲述一天发生的事,而且热爱生活;她让我们总是开怀大笑,她教我们要快乐。我们爱她,也感谢她,珊娜真是我们的祝福。■

但以理・培恩、美国新墨西哥州



4 计 计



走进圣殿的那一天是我人 生中最美好的日子之一。在圣 殿开放日中, 我更了解会在奉 献过的圣殿里所做的事。我也 学到人会与神订立圣殿圣约。

走过圣殿里一间间的教仪 室时,我感觉神就在那里。我 感受到平安。参观圣殿让我有 渴望回到教会,再一次开始遵 行福音。了解到我可以参与神 的伟大事工时,我就想为祖先 完成圣殿事工, 也渴望能运用 圣职。

那天在圣殿里的体验改变 了我。现在,我帮助支会里的 成员准备好进入圣殿, 协助他 们完成家谱,好让他们能为祖 先进行圣殿事工。

要重回教会永不嫌晚,行 善也永不嫌迟。主与祂无限的 爱一直与我们同在。圣殿是将 我们与主连结在一起的地方, 让我们有朝一日能回去与祂同 住。■

雷卡多・马塔莫罗斯、萨尔瓦多

爱的礼物

费丝・华森

我的丈夫为新生女儿祝福时,我开始瞥见天父所赐 既深且广的爱的礼物——圣职。

我当时是刚加入教会的新成 则是新婚人妻,现在 则是新手妈妈。在一个禁食主 日,我们幼小的女儿正要接接 后,我们如小的女儿正要接受 命名祝福。我从未看过婴儿祝 福,因为我们支会里的年轻彩 庭不多,所以不知道是怎样的 情形。但是,藉由圣灵,我感 觉到这是非常特别而且重要的 教仪。

在其他虔敬的圣职持有人 共同参与下,我丈夫小心翼翼 地把宝贝女儿抱在怀中。圣灵 甜美的感受让我充满喜乐,泪 水滚落两颊,万般情绪涌入心 头。我开始瞥见天父所赐既深 且广的爱的礼物——圣职。

当传教士教导我福音的时候,我感觉他们对持有圣职感到十分光荣。我在他们的言语和祈祷中听到过,也在他们的福我能克服智慧语的挑战时听到过。他们把手轻轻放在我以上,开始说话时,虽然我感觉他们的手微微颤抖,但我知道这些话是来自主,充满爱且具

有医治的力量。

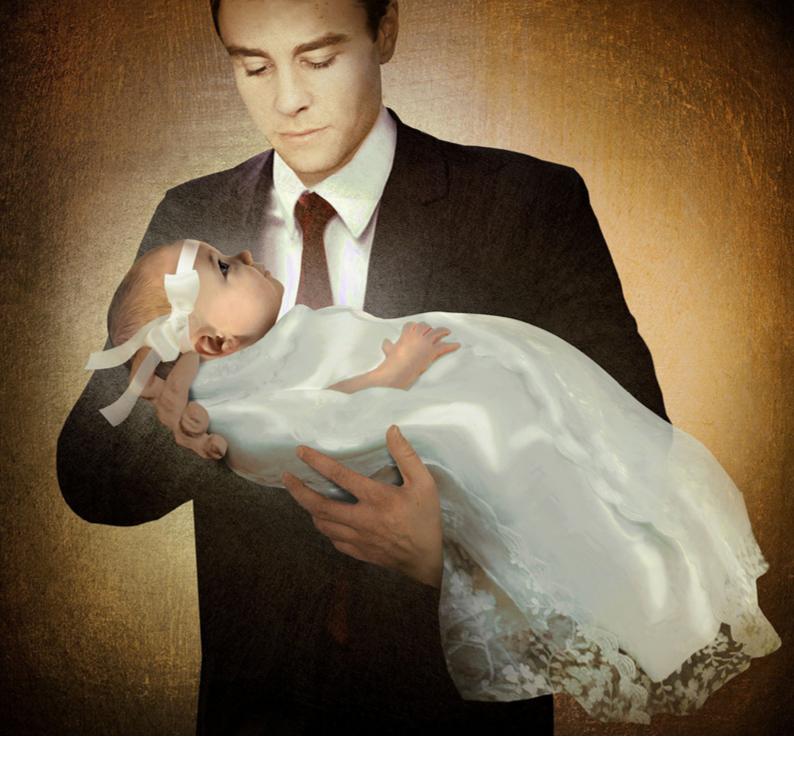
我很快就接受洗礼。接着,圣职持有人又把手放在我头上,证实我加入主的教会,并授予我圣灵的恩赐。我获得洁净和重生,觉得圣职的能力流遍我的全身,这是我生平第一次感受到喜乐。

我受洗后不久就结婚了。 我丈夫的父母是教会成员,福 音是他们家庭的核心,但我知 道他还没有获得稳固的见证。 尽管如此,我一点都不担心。 我稚嫩的信心一派乐观,我只 要爱他,有耐心和为他祈祷就 好。

怀第一胎的那几个月里, 我就像所有的母亲一样,感到 与宝宝非常亲近,对腹中的新 生命充满惊喜。女儿出世后, 我和她之间的感情犹如一条爱 的绳索,坚韧又甜美。

但是我为丈夫感到担忧, 他并没有像我一样,和女儿有 这么紧密的连结。他当然爱我 们的女儿,但我担心的是, 我不确定他们之间能否培养出 那份浓厚的感情。我担心当我 花许多时间给她喂奶,为她洗 澡,抱她哄她的时候,我丈夫 的时间却要因为供养家庭而被 工作占据。

我感到他心中对我们还 这么小的女儿涌起一股伟大的 爱,我知道他已经尽力准备好 自己,给她天父想给她的祝福。 知道他已经感受到和女儿之间 紧密的情感后,我充满了快



乐。这种感情是不会褪色的。

从那次经验以后,已经过了好几年。圣职以各种方式,在许多地方运用在天父众多的儿女身上,我多次目睹并感受到它带来的力量与美好。我看过美好的拯救教仪使心灵得到

满足;我注意到它带来洁净、 医治、安慰和教导的能力;我 也曾目睹且感到重担获得释放。

我明白自己还不完全了解 圣职的重要性,但我每一次看 婴儿祝福时,都能感觉自己充 满了第一个孩子接受祝福时同 样的敬畏感受。我赞叹天父和我们分享祂的能力时所展现的爱;我心中对祂、祂的爱子,以及我们美好的复兴福音有见证,这份感激之情,无法言喻。■

作者现居美国犹他州。



阿尔玛书第5~7章 6月1-7日

阿尔玛所提的问题如何帮助我们 在灵性上成长?

我现在做得如何?

尔玛向柴雷罕 拉地人民提出 36个问题, 帮助他们评估自己灵

话,作为引导。|1

主曾经如何祝福我?

我需要作哪些改变?

13时,找出阿尔玛

教导我们能如何改

变,并且更接近基

督。想一想你有

哪些地方可以改

变,然后订定行动

计划。

研读阿尔玛书5:7-

阿尔玛也邀请人民 牢记主如何救出他们 的祖先,并且回想自己归信的经过。不写下你自己归信的故事,来记住主曾经 如何祝福了你。你 也可以阅读自己

也可以阅读自己 祖先或教会早期 成员归信的故 事。

注:(

- 1. 罗素·培勒, 「回去 和接受」, 2017年 5月, 利阿贺拿, 第64页。
- 2. 威廉·渥克, 「过着 忠于信仰的生活」, 2014年5月, 利阿贺 拿,第97,99页。

38 利阿贺



阿尔玛书第8~12章 6月8-14日

> 尔玛在艾蒙乃 哈城宣讲福音 时,遭到大 部分的人拒绝, 只有 艾缪莱克聆听也相信 了。艾缪莱克和艾蒙 乃哈城其余人民之间 的不同,在于对属神 的事物是存柔软的心 还是硬起的心(见阿 尔玛书12:10)。你 可以选择有一颗柔软

讨论

的心。

- 艾缪莱克具备了哪些 特质?你如何能培养 这些美好的特质?
- 如果你正为某个特定 的问题寻求答案,你 可以做什么让自己更 敏于接受来自天父的 启示?
- 选择有一颗柔软和服 从的心时, 主可能会 为你和你的家庭预备 哪些祝福?

培养柔软的心如何帮助我们 获得属灵的知识?



艾蒙乃哈城的人民

艾缪莱克相信阿 尔玛是神的一位先知 (见阿尔玛书8: 20)。天使对他说, 要接待阿尔玛到他 家中时,他选择服从 (见阿尔玛书10: 8)。他也响应神 的召唤去传播福音 (见阿尔玛书8: 29-30)。城内其余的人 却拒绝阿尔玛的话, 不愿意相信他。



柔软的心 所带来的众多祝福

艾缪莱克接受了 神的话, 所以他蒙福 获得属灵的知识。他 「充满了圣灵」(阿 尔玛书8:30), 获 得对神的大能的见 证(见阿尔玛书10: 5),甚至洞悉想要 欺骗他的那些人的想 法(见阿尔玛书10: 17)。你也可以选择 去接受神的话, 获得 祂要给你的祝福。





硬起的心 所造成的后果

由于艾蒙乃哈城 的人民硬起他们的 心, 拒绝阿尔玛的 教导, 所以失去宝 贵的祝福。他们不 知道神所行的奇迹 (见阿尔玛书9: 5),也被警告神 会毁灭他们,他们 将无法承受祂的国 (见阿尔玛书9: 12)





阿尔玛书第13~16章 6月15-21日

救恩的教仪如何指引我 归向基督?

了**上**有好行为而没有福 音的教仪,既无法使人得到救赎, 也无法使人超升。|1

准备

主召唤阿尔玛和艾缪莱克,也帮助他们准备好去教导祂的诫命(见阿尔玛书13:3)。他们也藉着「神圣教仪」蒙按立(阿尔玛书13:8)。这项教仪及其他教仪的赐予,都是为了让我们知道从何处寻求罪的赦免(见阿尔玛书13:16)。所有的教仪都指引我们归向耶稣基督。

你如何准备好接受福音的救恩教仪?

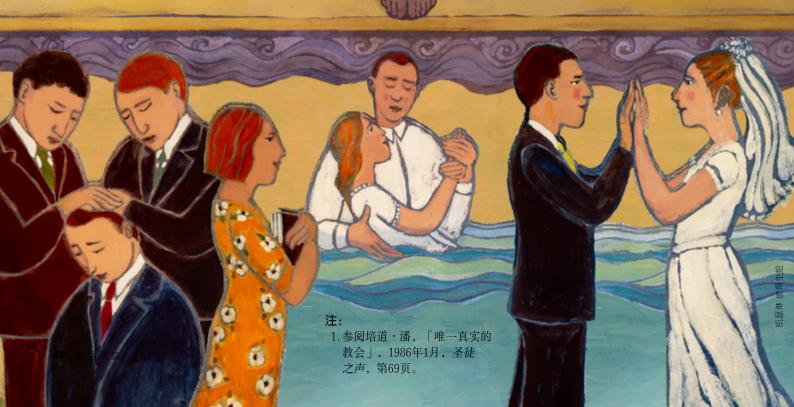
悔改

悔改让我们的心转向救主。救恩的教仪 将我们的心思意念专注在基督和祂的恩 典上,好让我们归向祂(见阿尔玛书13: 16)。

接受

主预备了救恩的教仪,让我们能体验「基督的救恩大能」(阿尔玛书15:6)。

你接受了哪些救恩的教仪?这些教 仪如何引领你更接近救主?





阿尔玛书第17~22章 6月22-28日

我如何凭着信心, 立即采取行动?

尔门经中的艾 别丝充满信心 并立即采取行 动,说明信心如何带 领其他人归向基督。 想想她是如何彻底 「归信主」的(阿尔 玛书19:16)。

讨论

你如何巩固你对主的信心,让你或其他人都感到能力被增强,可以完全按照神的旨意立即采取行动?



艾别丝认出神的大能时,就立刻「挨家挨户奔走」,告诉民众来看这个奇迹(阿尔玛书19:17)。她的信心让她有能力立即采取行动。你在福音的哪方面还在漫步闲逛,没有凭着信心奔走,根据神的旨意采取行动呢?

她拉住别人的手

艾别丝凭着信心「拉住王后的手」, 希望或许能让王后站起来(阿尔玛书19: 29)。由于她对神的信心,她做成了看起 来不可思议的事。你如何巩固你对神的信心,完成生活中看似不可能的事?



年轻成人园地

在本期园地

44 卸下找到永恒伴侣的 压力

朵明尼加·斯多卡

48 学习在单身期间保持快乐 蓝登·哈威斯

只有电子版

询问未来配偶的10件事 信赖第二印象和圣灵的引导 玛莉·奈斯勒

单身提醒我要信赖神对我的 全盘计划

克丽斯汀娜・卡特罗

维系远距离恋爱的7个秘诀

分享你的故事

你有很棒的经验要分享吗?或是你想看哪些特定主题的文章?若有,我们希望收到你的来信!请将文章或意见,投稿至

liahona.ChurchofJesus Christ.org。

寻找配偶 和救主的恩典

应许我们,「〔祂〕给温顺人的恩典是充分的」(以帖书12: 26)。这句话应可给我们所有年轻单身成人带来希望和安慰, 尤其是在找到永恒伴侣这方面。信任他人的基督门徒,通常带 着开放的心胸寻找真爱,却往往因达不到希望而心灰意冷,或由于约会 对象的不当行为而感到沮丧。这寻找的过程会产生恐惧、愤怒、痛苦和 压力,尤其是超过预期结婚的时间点,还得年复一年不断寻找时格外如 此。

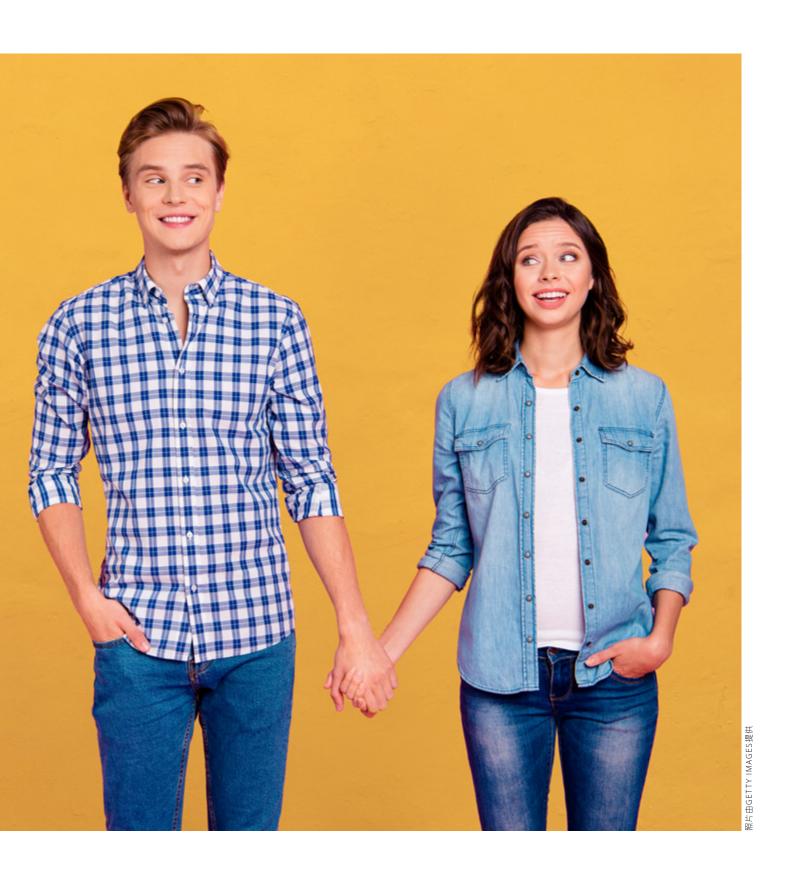
但是,各位应该想象得到,我们在遵守神的诫命而结婚和建立正义、快乐的家庭时,神并无意要我们常有这些情绪。事实上,**神希望我们在这段追寻的过程中是欢喜愉快的!**

有监于此,本单元中的文章为的就是帮助各位**卸下找永恒伴侣的压力**。 这几则故事谈到,无论婚姻状态为何,你们要**如何在生活中进步**,也提供**建议,帮助各位准备好**终究能拥有一个充满爱、滋润且牢靠的婚姻。

你们在寻找彼此能全心付出的对象时,请花一点时间阅读这几篇文章。我向各位保证,你们会因为其中某一篇文章而卸下心中的压力,帮助你们相信**救主的恩典是够你们用的**。

蓝登・哈威斯 谨启

对你来说,要克服对教会产生的疑虑,最好的方法是什么?请在2020年6月30日之前,将你的回答寄至liahona.ChurchofJesusChrist.org。





卸下 找

永恒伴侣的

压力

朵明尼加·斯多卡

波兰的教会很小。事实上,东欧的每个地方都是这样。通常全国上下都没有很多和我们同龄的教会成员,更别提我们的支会或支联会了。幸运的是,教会每年都会在很多欧洲国家里举行年轻单身成人大会。

这些大会不尽然是为了帮助你找到「完美的另一半」,而主要是帮助年轻成人结交新朋友,藉由告诉别人自己的灵性经验,彼此分享价值观和巩固彼此的信心。

将焦点放在友谊上

2010年在波兰的一场大会上,我遇见了罗度。他是罗马尼亚人,我们有简短的谈话,但他后来很快就去传教。我们的生活没有任何交集,直到三年后在另一场年轻单成大会上,我们才有时间真正去稍微认识对方,但我在一个月后也要去传教了。罗度祝福我一切顺利,他说:「让我们保持联络吧。」我并不真的认为他会这么做,但是他做到了。在我整个传教期间,他一直写信给我。他写的信一点都不浪漫,但他变成了我的一个好朋友。总的来说,我很喜欢他对我和对传道事工的敬重。

我返乡后,罗度和我对于能好好认识彼此都感到十分兴奋——这么多年后我们终于能实现这份等待了!我们选了一个负担得起的地方碰面

人生不是只为了 结婚,而是要成为 最好的自己,让神在 我们生命中完成 祂的计划。

(那时候是比利时),花时间在一起。我们一直聊天谈话。

我们没有在这份关系上施加任何压力,只是把焦点放在增进友谊,单纯地更认识对方而已。我们在一起的时光总是非常愉快,但对于重要的事情,我们也作深入和有意义的讨论。过了一段时间,我们的友情变得更稳固了。我们几乎每天都用Skype通话,再过一段时间后,我们开始一起作睡前祷告。最后我们终于每隔几个月就去对方所在的国家约会。

「让我们为这件事情祈祷。」

过了一阵子,我开始感到焦虑,因为觉得这份友谊正发展成更进一步的关系,但他在罗马尼亚!我不想谈远距离的恋爱,因为恋爱可能走到婚姻,代表我们当中有一个人必须搬到另一个国家。我觉得自己还没有准备好这么做。

有一天,我为这件事特别感到焦虑时,罗度提醒我一个简单有力的原则。他说:「让我们为这段关系祈祷,看看会有什么样的感觉。」

我不知道先前为什么一直没想到要为这段关系祷告,但那是我当时听到的最好的一个建议。所以我祈祷,寻求指引。

那时候我并没有期待得到任何明确的 回答,但我决定要继续这段关系,更进一 步认识罗度。如果我不应该继续这段关系的 话,我希望天父会给我一个警告。过了一段 时间,我真的获得了祈祷的回答。我向家人、 朋友谈到罗度的事,而每一段谈话 都让我更确认自己正朝对的方向前 讲。

很快地,我得到一个有趣的领悟。 有天晚上,和罗度在Skype上又一次愉快交谈后,我告诉自己:「他真的是我最好的朋友。我想要永远当他的朋友!」就在这个时候,我突然懂了。我脑海中立刻出现一个声音回答我刚刚说的话:「看起来你得嫁给他了!」我知道天父喜悦我和罗度的关系。我看出来他是我最好的朋友,我们可以一起快乐地生活。

卸下找到永恒伴侣的压力

所以,我搬到罗马尼亚,嫁给了罗度。 我从来没想过自己会嫁到罗马尼亚,但我们 结婚已经四年,有一个很棒的女儿,叫做 雅美利亚。

我知道你认为我不过是另一个在年 轻单成大会上遇见「灵魂伴侣」的年轻 单成,不费吹灰之力就实现婚姻目标, 但事实并非如此。我告诉你这个故事的 原因,是希望你不要再给自己要找到 永恒伴侣的压力,反而应该让神来引导 你。

我是为了找一个丈夫而参加单成大会 吗?不是。

我认为在那里认识的朋友当中,有人会成为我的丈夫吗?不见得。

我反而是卸下要找到结婚对象的压力, 只是单纯为了认识更多人和建立友谊而参加 大会。我和罗度一开始就是这么做的。

有时候,真的会有要尽快找到永恒伴

侣的压力。但永恒的关系是没有时间限制的,你不需要为此感到任何压力。人生不是只为了结婚,而是要成为最好的自己,让神在我们生命中完成祂的计划。没错,我们都应该出去、参加活动、认识别人、结交新朋友和跨出我们的舒适圈。但我们要一直记得:「我要享受快乐的时光,认识很棒的朋友」,而不是「我要睁大眼睛,绝对不能错过『那个人』,否则我的人生规划就毁了!」

我们订婚后,罗度告诉我一件事,虽然他通常在喜欢的女孩面前都会感到有点紧张,但我却不会让他有这种感觉。他说,因为我们的友谊,他总是能感到放松,也很喜欢可以一直作他自己。

所以,让自己置身于美好的朋友圈中,并且享受当下的一切。说实在的,当你不紧张焦虑,只想去建立友谊,学习喜爱你当下的样子和阶段,生活就会变得更加愉快。

信赖神对我们未来制定的计划

罗度和我都不完美,我们并没有寻找一个「完美」的对象——我们只是单纯地作自己。我发现,你原本最真实的样子和生活的方式,正是最吸引其他人的地方。当你努力跟随耶稣基督,就会吸引其他也正尽力去跟随祂的人。

我也学到,只要我们成为更好的人,充分相信神在掌舵,就能在生活中邀来祂的影响力———旦认出祂的手,我们就不需对未来感到害怕。记住主教导尼腓的话:「而我也会是你们在旷野

中的光;如果你们遵守我的诫命,我必在你们前面预备道路;因此,只要你们遵守我的诫命,我必领你们到应许地;而你们必知道那是我在引领你们」(尼腓一书17:13)。

我们不要为了没有达到个人时间表上的某些期望或里程碑,就常给自己施加压力。天父的时间表确实和我们的不同一一祂的时间是永恒的。神为我们准备了一项计划,来实现所有我们寻求的祝福。只要我们尽力信赖祂的计划,而且不论我们处在何种情况,都能有所成长和收获,那就是我们找到真正快乐的时候。神的计划永远比我们为自己制定的计划更好。■



朵明尼加·斯多卡是一个充满创业精神的母亲,喜欢烹饪、跳舞和逗人开怀大笑。 她经营一个生活型态部落格, 喜欢编辑照片、骑自行车 和徜徉在山林之间。



蓝登·哈威斯

学习在单身期间

保持快乐



我了解到自己「**大** 一直对约会 有错误的期待。 什么其他每个人都在约会,享受乐趣?」

「我为什么还没结婚?」

「我到底有什么不对?」

大多数年轻的单成都至少问过自己一次这些问题!寻找永恒伴侣的挑战有时真的会打击信心和希望,连最尽责奉献的后期圣徒都不能幸免。是的,我自己的情形也是这样:约会对我

来说一直特别困难。

婚姻对我来说总像个伟大的探险旅程,我从小就一直期待婚姻。但当我大学时期似乎总是恋爱失利时,我感到既沮丧又泄气。尽管我有许多约会经验,经营过几段认真的感情,也遇到过既有成就又风趣的异性,但我还是没结婚。对我而言,那几段无疾而终的恋情就像在说我没有别人好,不够有吸引力。

在我开始创业时又经历几次分手之后,我对单身这件事的感受变得更糟。 我很容易去想自己到底有什么问题,其 他要结婚的人有哪些地方比我好。我的 教长祝福和几次圣职祝福都清楚明白地 提到,今生我会和一位正义的女子印证 在一起。为什么这件事一直没发生呢?

我开始在想,「我做了什么事毁了 神为我制定的计划? |

我多年来透过祈祷、研读经文和去圣殿,「奋力求神」,终于透过朋友兼咨商师布莱德(姓名已更改)而对自己的情况得到启发。在一次咨商中,他对我说:「你的幸福取决于自己而不是别人。只要你能在单身期间保持快乐,你在所有处境中都会快乐。」罗素·纳尔逊会长也同样教导:「我们感受到的喜乐,并不在于生活的环境,而在于我们生活的重心」(「喜乐和灵性的存活」,2016年11月,利阿贺拿,第82页)。

当圣灵将这几句话牢牢刻在我灵魂上时,我整个观念就完全改变了。我领悟到,我约会向来都为了满足一个需要——对我而言,结婚就是以免落得孤单。

这种想法绝对无法让我找到一个相爱到永恒的伴侣!主透过布莱德温和

地教导我, 祂给祂儿女的计划, 并不是要他们为满足某个需求, 或因为文化的压力, 或出于恐惧而结婚。婚姻要奠基于基督般的爱。然后祂教导我, 未婚的状态可以继续教导我如何过生活, 并寻求以纯正的爱为基础而非以功能为导向的婚姻。要为了对的理由去寻求婚姻。

我透过这次经验学到三顶真理,每当我对约会感到沮丧时,都会重新检视这些真理:

- 1. 你的价值并不取决于你的婚姻状态。以赛亚教导: 「〔神〕的意念非同〔我们〕的意念」(以赛亚书55: 8)。我以为单身是我没有价值的指标。然而,神帮助我 看到单身是帮助我为婚姻作准备,进入一个比为结婚而 结婚还更好的婚姻。这和我的价值完全没有关系。
- 2. 只要准备好就能驱散焦虑和担忧。主对我们说:「你们若准备好,你们就不会害怕」(教义和圣约38:30)。 寻求并遵行神的旨意,帮助我释放了先前对自己婚姻状态所感到的恐惧和挫折,也帮助我把焦点专注在准备好自己,迎接未来会发生的任何事。
- 3. 单身也可以感到快乐。单身带给我的祝福是,让我有令人兴奋的旅游机会、职业生涯的进展,和许多在教会中服务的方式。尽管我仍然十分渴望婚姻和养儿育女,神帮助我能看见并感谢此刻在祂国度中所能完成的事,不论我身边有没有一位伴侣。

我还是没结婚!虽然我对于约会和婚姻的观点和以前大不相同,我的妻子还是没有神奇地出现在我面前,我也知道未来我还是偶尔会对约会感到挫折,但我不再对自己的婚姻状态感到害怕和焦虑了。我现在知道,只要我和主一起完成祂在今生和永恒中为我预备的永恒应许和祝福,单身一点都不是问题。■



蓝登·哈威斯是一位旅游世界各地的都市规划者, 喜爱好文章、经典读物和探索世界。你会发现他 出现在他家附近的图书馆,在棒球场上为支持的 球队加油,或在偏僻小路寻找没有人发现过的美景。





青少年园地

本期园地



- 52 从西班牙到美国,一步 一步获得见证 威尔默·穆诺兹
- 54 **女青年组织成立150周年** 邦妮·高登姊妹
- 58 **女青年: 150周年庆** 亚曼达·邓恩
- 62 答问篇:忧郁(沮丧), 种族主义
- 64 最后的叮咛: 与圣职能力一起服务 罗素·培勒会长

米野村・尼州が

从西班牙到美国,一步

一步获得见证

威尔默・穆诺兹

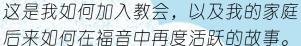
上 出生于西班牙,在那里住了八年。因为我们不常去教会,所以我满八岁时并没有受洗,但我真的很想受洗。有一天,我问我的父母,为什么我们不再去教会了,还有为什么我没有受洗。

我向他们诉说想要受洗的渴望,我的话触动了他们的心,所以我们开始重新去教会,那感觉很好。我的妈妈是个好榜样,也常常给我鼓舞。她有坚强的见证,也常常读经文。

后来,我们搬到了爸爸的祖国委内瑞拉。我们在那里住了两年,因为经济困难,我们面临很多挑战,但也有好的事情。我喜欢当地的食物,而且我在那里的亲人都热切地想见到我。他们是非常谦卑的人,我们会一起去教会,大家都能感受到圣灵。

虽然我们有去教会,我也能感受到圣灵,但我 知道我和我的家人缺少了什么。我真的觉得我们 需要印证为永恒的家庭。一个星期天的早上,主教 邀请每一位会众在年底前读完整本摩尔门经。我知 道这会帮助我和我的父母更完全地奉行主的福音。







随着我们阅读摩尔门经,主开始一点一点地赐予我们更多知识和祝福,我们也继续经常阅读经文。

不久,我就受洗了。我确实能在生活中感受到圣灵,我的父母也是。我的见证开始成长。我们搬到美国佛罗里达州,因此不得不作出很多改变和牺牲,就像我们离开西班牙时那样。然而我们的见证更为坚强,我们每个星期都上教会,并且持续研读经文。

经过很多努力,以及长久以来阅读经文、 祈祷和选择正义后,我们有渴望印证为永恒家 庭。我们向主教提起这件事,之后虽然花了一 些时间,但那一天终于到来了。我们都很兴奋可 以进到圣殿里。

在等待父母完成他们自己的圣殿事工时,我 代替已逝者作洗礼,感觉像是自己再一次受洗一样。我真的很开心可以帮助幔子另一边的人。现 在我和我的家人每周都会去圣殿。我经常去做替代 洗礼,因为我喜爱在那里帮忙。我非常高兴能在圣

殿与我的父母印证为永恒家庭,并且有机会能和 他们永远同住。■

作者现居美国犹他州



斯利·尼尔逊摄

女青年组织

成立

150周年

邦妮·高登姊妹

总会女青年会长

想到天父为祂的儿女所做的 一切奇妙之事,我的内心就感到无比惊讶和感激——天 父是多么爱祂的女儿。祂爱你们!

因为祂爱你们,所以在150年前,祂启发教会领袖成立了女青年组织,要帮助你们成为神所期许的人。先知百翰·杨(1801-1877)鼓励我们要藉着奉行福音来巩固我们的见证,他说:「以色列的年轻女儿们必须对真理有着生动有力的见证。……我希望我们的女孩们能够亲自获得福音知识。」¹他还说:「站起来作见证要比跪下祈求见证,更容易得到见证。」²

多年来,女青年组织因应不同时代的需要而作了调整,然而,计划虽有所变动,但女青年组织的宗旨却始终不变——即帮助你们获得生动有力的见

证,并凭着信心在圣约的道路上向前迈进。当你们开始了解自己是谁并凭着信心采取行动时,你们就会获得天父为你们预备好的祝福。

女青年班级的演变

女青年组织在成立之初称为「合作节约协会」,其目的在于「提升一切良善且美好之事物」。在1900年代早期,这个组织更名为「年轻女性协进会」,各班级里的成员为12-24岁的年轻妇女。女青年的班级名称在多年来作了些改变,包括营火少女组、蜂巢组、守护组和拾穗组。随着教会不断成长,女青年在其他国家以其他语言聚会时,也尽力配合作出因应的调整。例如,Mia Maid(玫瑰组)在德文中成为Rosenmädchen(玫瑰女孩)。

首編・森林円 犯

今日,几乎每个国家里都有 女青年,各支会或分会根据需 要组织女青年各班级,班级名 称统一为女青年。

多年来,女青年计划的必要 条件也作了些改变。右方是其 中一些例子。

儿童和青少年计划

如果你透过灵性之眼来看这些必要条件,就会注意到它们有着相同的脉络。过去与现在的计划同归一处,有合一的目标,就是帮助女青年更接近耶稣基督,在灵性、智能、社交和体能方面成长。

2019年推出了新的个人进步计划,邀请你们既要自立,也要仰赖救主。你们受邀去寻求圣灵,设立自己的目标,来努力变得更像救主耶稣基督!我喜欢这计划展现出对你们——耶稣基督后期圣徒教会的杰出女青年——的信任。

在主教团和女青年会长团的支持下,你们也将由班级会长团带领,她们是你们的同侪,接受召唤并被按立来计划并实施女青年计划。今日世界各地有超过50万名女青年,正接受她们同侪的领导!

所有女青年在同一个女青年 主题下合而为一,这个主题包 括以下这些重要原则:你是天



上父母心爱的女儿;你是与耶稣基督立约的门徒;你寻求经由圣灵而来的个人启示并据此采取行动;当你努力变得像救主耶稣基督,并奉祂的圣名施助他人时,就是神发光的证人。

有人爱你,也有人需要你!

身为活着且慈爱的天父锺爱的女儿,你们特别被预备要成为「锡安山上的拯救者」。³正如罗素·纳尔逊会长所说:「每位先知都谈到我们的时代,以色列会被聚集,并准备世人迎接救主的第二次来临。想想看!在这个地球上居住过的所有人当中,我们是能够参加这场最后、伟大的聚集事件的人。」4

这是一项神圣的邀请,邀请你们参与圣殿和家谱事工、在领袖的职位上服务、施助你身边的姊妹,并与家人和朋友分享见证。有人爱你,也有人需要你!

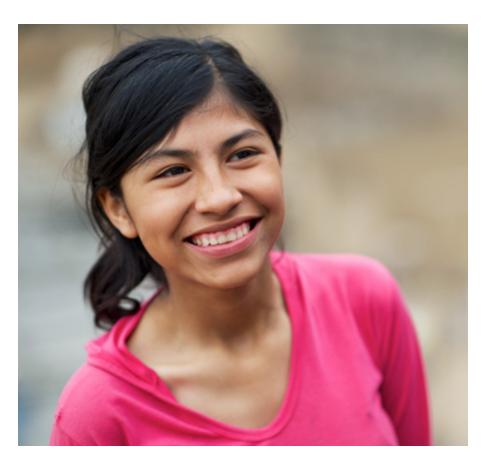
我亲爱的朋友,天父有一项伟大的事工要你们去做,好为救主耶稣基督的第二次来临作准备!你们是那事工中不可或缺的关键。祂爱你们; 祂希望你们参与祂的事工; 祂信任你们!

我和我们亲爱的先知罗素·纳尔逊会长一样,对你们充满信心和信任。纳尔逊会长曾经宣称: 「你们是主所派到世上最优秀的一群。你们有能力比以往任何 世代都更明智,更聪慧,对世界 有更大的影响!」⁵

我祈求你们会把女青年主题的一字一句都深深印在你们心中,热切地投入这项新计划,并把握每个机会去接近救主,更了解他,并成为他期许你成为的你,当你这么做时,你的生活将充满机会,让你可以与他的光和爱。只要你努力跟从他的光和爱。只要你努力跟从他的见证必会更加坚定,稳固不移。■

注:

- 1.百翰·杨,A Century of Sisterhood: Chronological Collage, 1869– 1969(1969), 8。
- 2. Brigham Young, in Susa Young Gates, History of the Young Ladies' Mutual Improvement Association of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints from November 1869 to June 1910 (1911), 9.
- 3. 昆丁·柯克, 「根与枝条」, (2014 年5月, 利阿贺拿, 第47页)。
- 4. 罗素·纳尔逊,「以色列民全力起」 (全球青少年祈祷会,2018年6月 3日),第8页,HopeofIsrael. ChurchofJesusChrist.org。
- 5.罗素·纳尔逊,「以色列民全力起」, 第7页。



女青年

150周年庆

1870-1920年





名称: 1870年5月27 日,在百翰·杨的指 版了蜂巢组指导手册, 示下, 合作节约协会 年轻女士部门正式成 立。11877年,组织更 名为年轻女性协进会。2 组织和班级:实施蜂巢组 女孩计划,这是专为14 岁以上女孩设计的暑期 计划。

进步和成就: 1915年出 列出了个人进步的七 个「领域」: 宗教、 家庭、健康、家政手工 艺、户外项目、商业及 公共服务。3

杂志和期刊: 1889年 发行了第一期Young Woman's Journal o 4 许多各地的协进会 (Mutual Improvement Associations, 或简称 MIAs)制作了手写的报 纸,但仅发出1-2份供女 孩们传阅。

亚曼达・邓恩

教会杂志

青年组织今年迈入第150周年,正是值得 庆祝的时刻!看看下列历史资料,显示 ,这个组织从1870年发展到今日的演变过 程,像你一样的女青年下在做些什么来参与女青年 组织,以及你如何能向历史上展现出勇气和信心的 妇女学习,获得启发。

1920-1970年





协进会。5

组织和班级: 女青年分 成就。 为两个班级:蜂巢组 (年龄较小的女孩)和 拾穗组(年龄较大的 女孩)。晋升至女青年 的年龄从14岁降为12 岁。1950年,设立玫瑰 组班级。

名称: 1934年,年轻女 **进步和成就**: 「拾穗组金 性协进会更名为女青年 奖」代表女青年在这个 计划中所能获得的最高





1970-2019年



杂志和期刊: 1929 年, Young Woman's Journal 期刊与 Improvement Era 杂志合并发行,对象 是所有的青少年。6



名称: 1974年, 女青年 织。7



组织和班级: 到了1972 协进会更名为女青年组 年,女青年组织分为 始实行个人进步计划和 三个班级:蜂巢组 奖章。1987年新增女青 (12-13岁)、玫瑰组 年准则:信心、神性、 年起, 儿童在满12岁当 年的1月进入蜂巢组。

进步和成就: 1977年开 (14-15岁)和月桂组 个人的价值、知识、抉 (16-17岁)。自2019 择与责任、好行为、正 直。82008年又加入美 德这项准则。9

> **杂志和期刊:** 1971年 开始发行英文版New Era青少年杂志,同时利 阿贺拿杂志以多种语言 提供青小年文章。10





趣闻轶事

1. 1915年的蜂巢组指导手 册提供300多个选项供女 青年选择想做的计划,其 中一些计划包括: 照料一 个蜂巢一季, 保持家 中两周内都没有苍 蝇, 或是清除至少 半英亩土地上的山 艾草。12

2020年



名称: 仍为女青年组织。

组织和班级:每个支会或分会根据需要组织各班级,统称为「女青年」《例如,「12岁女青年」,「12-15岁女青年」,或者,如果全部女青年一起聚会,则仅称为「女青年」)。



进步和成就: 儿童和青少年计划取代个人进步计划。这项新计划鼓励个人依照自己的喜好,在个人发展、福音学习、服务和活动这三个领域平衡成长。11



杂志和期刊: New Era青 少年杂志将迎来创刊50 周年。■

注:

- 1. 见「女青年历史上的重要事件」, history.ChurchofJesusChrist.org/ landing/a-brief-timeline-ofyoung-women-history。
- 2. 见「女青年历史上的重要事件」, Mormon Women's Studies Resource, Harold B. Lee Library, Brigham Young University, Provo, Utah, mormonwomen.lib. byu.edu/young-womens-portal/ young-women-timeline.
- 3. 见「女青年成就计划的历史」, history.ChurchofJesusChrist.org。
- 4. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 5. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 6. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 7. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 8. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 9. See "New Young Women Value: Virtue," Dec. 9, 2008, thechurchnews.com.
- 10. 见「女青年历史上的重要事件」。
- 11. 见「儿童和青少年」网页 (ChildrenAndYouth. ChurchofJesusChrist.org)。
- 12. 见「女青年成就计划的历史」。
- 13. 见「女青年成就计划的历史」。
- 14. 见 "Young Women Classes and Symbols," ChurchofJesusChrist. org/young-women/personalprogress。
- 15. 见「女青年成就计划的历史」。
- 16. See "The Annual Report of the Church," Ensign, July 1972, 131–33.
- 17. 见「全球统计资料」, newsroom. ChurchofJesusChrist.org/factsand-statistics。



2. 早期的蜂巢组女孩穿着 由当地协进会设计的 制服。1922年,协 进会的正式颜色定 为金色和绿色。13

3. 軽巢这个 名称源于 先驱者, 他们将蜂巢 视为工作与和谐的象征。 玫瑰 (Mia Maid) 这个名称源于协进会 (Mutual Improvement Association)的英文首 字缩写(MIA)。月桂 这个名称是指月桂花环, 象征荣誉和成就。14

4. 从1940至1960年代、女 青年可以将赢得的徽章 缝在一条用毛毡布做 成的蜂巢荣誉彩带 上,将彩带戴在胸 前。其中一项赢得 徽章的必要条件是 「这个月每天晚上 都要努力睡足九小时 的美容觉。」15

5. 教会成员总人数从1870 年大约11万人16增加 到2020年的1,600 多万人17——想想 现在全世界有多 少名女青年!

海文的援助之手

岁的海文来自美国犹他州,她决定藉由服务 ▶ 他人来庆祝自己成为教会的女青年。

「开始只是一个小小的念头, | 她说, 「我舅 舅在一次人道之旅时去了孟加拉,看见那里的人民 在生活中经历的困境。我想要帮助他们——所以我 在JustServe应用程式上查看,想到可以为那里的 难民准备自己制作的用品组。上

海文在学校里募款,也在GoFundMe募款网站上 设立网页,还帮邻居倒垃圾桶来筹募制作用品组的 经费。「每个星期一和星期二,我会倒大约22个垃 圾桶和11个回收桶, 」她说, 「通常我会把自己赚 的钱用在唱诗班计划和存起来作为传教费用, 但是 我决定用那个月存到的钱去买一些补给品。上

于是,海文采购了用品组的所需物品,包括袜 子、手套、围巾和帽子。她把用品组一个个装配 好,也和Lifting Hands International的主管取得 联系,协调将用品组运往孟加拉的配送事官。

「装配物品是这项专案中最花时间的步骤。但 每放进一样物品,我就知道它会被送到某个有需 要的人手中,他们会有很长一段时间因此受惠。1 在海文的专案完成之际,她感觉自己为人服务的



能力让她建立了自信,「我从中学习到,如果我尽 了最大努力,就能为别人提供很多帮助。我也感觉 到对那些人的关怀, 那让我觉得与救主更接近, 也 在某种程度上感觉到祂对我们的感觉。|

在我们欢庆女青年组织的周年之际,我们每个人 都可以记住我们代表着基督。就像海文一样, 当我 们尽己所能像基督一样去为人服务时,就能有力地 帮助许多人。■



「所以,当你或你爱的人遭遇精神或情绪上的障碍时,你要如何回应才是最好的呢?首先,绝对不要对你的天父失去信心;他对你的爱超出你的理解力。……

「……无论你们是 否能提供什么,你们 都能献上祈祷和 『不虚伪的爱』。」

十二使徒定额组,杰佛瑞·贺伦长老,「好像破碎的器皿」,2013年11月,利阿贺拿,第40-41页。



邀请他们和你 在一起

邀请他们和你一起做 有趣的事。如果他们 没有按照你预期的方

式回应,也不要气馁。有时候, 仅仅是一份邀请或是知道你想要 陪着他们,就可以让他们振作起 来。

阿莉莎, 16岁, 美国华盛顿州



让他们感到安心

当我和沮丧的朋友在 一起时,我不会轻看 他们遇到的问题,而 是试着让困难显得不

那么严重。我会试着让他们感到安心,表达我对他们的爱。我让他们有机会倾吐自己的沮丧。

安博、18岁、象牙海岸

别让自己的情绪受影响

帮助他们和你自己的最好的方式,就是保持真诚。谈谈让你感到快乐的事。如果你没办法保持快乐的心情,就让他们知道你会在他们需要的时候支持他们,但你要先照顾好自己。对你来说,与其让自己也受到影响,保持情绪稳定会比较好。

琪拉,16岁,美国堪萨斯州

想想正面的事

当你的朋友显得有些 沮丧时,你可以在他 们身边保持乐观的态 度,想一想自己经历

过,或是很快就要经历的正面的 事。只要想想你喜欢的事情,例 如一些有趣的经验。

路加,14岁,美国新墨西哥州

提醒他们想起好事

当我有朋友感到沮丧时,我会试着跟他们谈谈他们感兴趣的事,这样会让他们想起生活中美好的一面。有时候,我会想办法让他们笑,或是赞美他们,让他们感觉好一些;有时则会请他们做一件重要的事,他们就知道自己有个目标。

卡森, 15岁, 美国德州

编者按:以上提供的建议会有帮助,但可能不会立即产生效果,或是治愈某人的忧郁症。对于情况更为严重的个案,或许有必要求助于专业人士。

因篇幅或文意上的考量,来函可能酌予编辑 润饰。刊载的回答仅供协助与参考,并非教 会教义之正式声明。

你的看法如何?

「当我听到不洁的言语时,要如何把它赶出脑海?」

请于2020年7月15日之前,寄电子邮件至liahona@ChurchofJesusChrist.org传送你的答案;亦可附高解析度照片一张。



教会对种族主义采取什么立场?

我们相信神是全人类的父,并且「凡来就祂的,不论黑人或白人,……祂都不拒绝,……对神而言都是一样的」(尼腓二书26:33)。因为在神的面前,人人平等,所以我们认为任何人都不得因种族或民族背景而宣称自己比别人优越。我们也相信因为种族不同而轻视、诋毁或歧视他人是有罪的。

近代的先知和使徒曾以最严厉的措辞谴责种族主义。 例如:

- 戈登·兴格莱会长(1910-2008): 「任何一个诽谤其他种族的人都不能说自己是基督真正的门徒,也不能认定自己的作为符合基督教会的教导。」¹
- 十二使徒定额组代理会长罗素·培勒会长:「我们需要用爱来接纳神的儿女,去除在种族、性别、国籍等方面的一切偏见。」²
- 总会会长团第一咨理达林・邬克司会长:「种族偏见可能是今日大家最熟悉的偏见来源,我们都被呼吁要为这件事悔改。」3

注:

- 1. 戈登·兴格莱, 「要更加仁慈」, 2006年5月, 利阿贺拿, 第58页。
- 2.罗素·培勒,「这趟艰辛旅程仍在持续进行!」2017年11月,利阿 贺拿,第106页。
- 3.达林·邬克司,「值得庆祝的理由」,2018年12月,利阿贺拿, 第49页。

与圣职能力 一起服务

罗素·培勒会长

十二使徒定额组代理会长

年前,我和妻子芭芭拉带着敬畏之情仰望夜空,千千万万的繁星好像格外明亮美丽。我于是翻开无价珍珠,展读主神对摩西说的话:「我创造了无数的世界;这些也是我为了自己的目的创造的;我借着子创造了这些,祂是我的独生子」(摩西书1:33)

诸天和大地都是借着圣职的能力创造的。这股圣职能力源自于全能的神和祂的儿子耶稣基督, 救主用它来施行奇迹、提供无限的赎罪, 以及 经由复活克服属世的死亡。

在天父的计画中,男人负有主理圣职的独特责任,不过他们本身并非 圣职。重要的是,我们要了解,天父已经提供了一个方法,让祂所有的 儿子和女儿都能获得圣职的祝福,并且受到圣职能力的巩固。

那创造诸世界、星系和宇宙的同一股圣职能力,可以也应该成为我们生活的一部分,使我们能安慰、巩固和祝福家人、朋友和邻人——也就是说,假若救主今日在我们当中施助,我们要做祂会做的事(见教义和圣约81:5)。

这项圣职能力的主要目的是祝福、圣化和洁净我们,使我们能在天上父母的面前,和家人永远住在一起。如此一来,所有男人、女人、小孩,不论处境为何,都可以参与神和耶稣基督的奇妙事工(见摩西书1:39),享有圣职的祝福。

愿我们为人明智,努力透过神的圣职能力来巩固自己和家人的生活, 以及巩固耶稣基督后期圣徒教会。 ■

摘录自2013年4月总会大会讲辞。

基督诞生的90年前。

大约生活于

艾别丝

她的忠信行为 促使**许多** 拉曼人归信。



将信仰保密 等适当时机公开。



服侍皇后的 拉曼妇人。

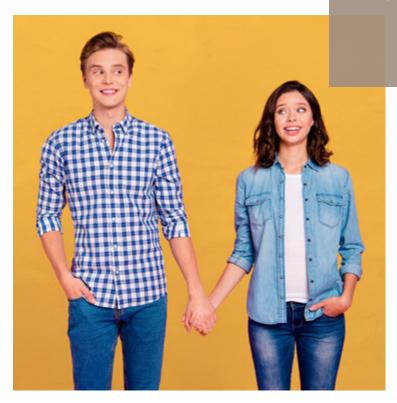


因为「她父亲一次不寻常的异象」 (阿尔玛书19:16), 而**归信福音。**

单身, 让你感觉压力沉重吗?

阅读其他年轻成人 在找寻永恒伴侣方面 卸下压力的经验。

42



女青年

成立150年

54, 58

青少年

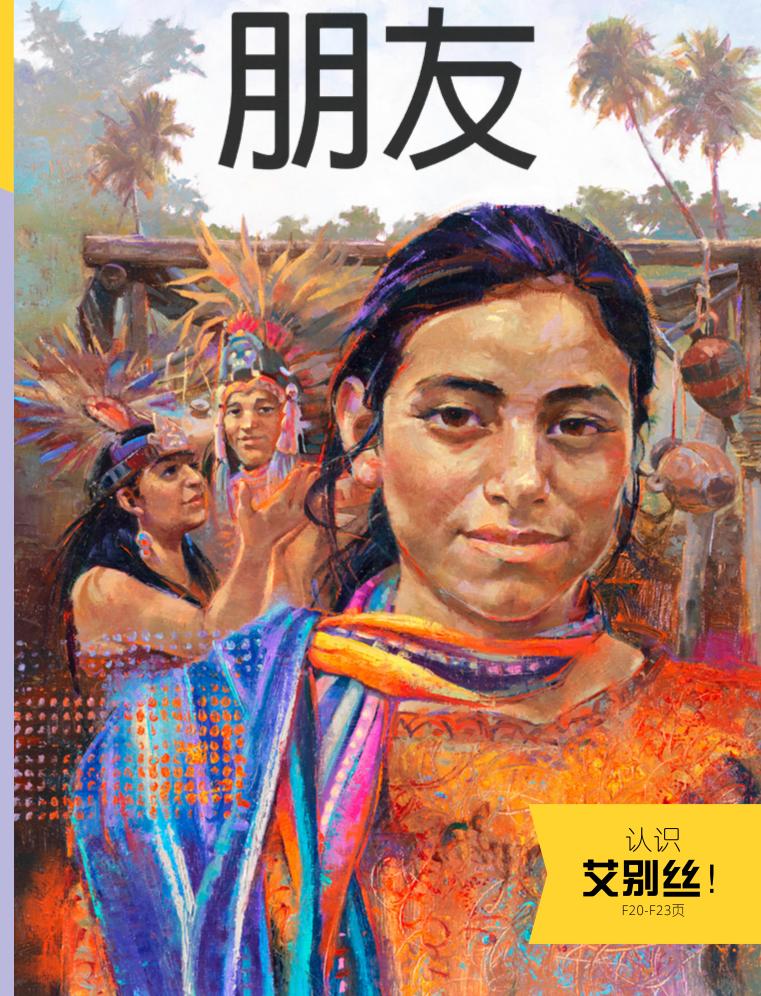
帮助感觉沮丧 的朋友

62

儿童

玩摩尔门经 配对游戏

F12





亨利·艾宁 会长 总会会长团 第二咨理

见证 与 摩尔门经



你自己的见证

见证是从圣灵而来的美好感觉,祂告诉你某件事情是真实的。虽然你年纪还小, 也可以有见证。剪下这些字条,放入一个碗或罐子中,然后每天选一张字条,去做。 当你感觉心中有见证时,就告诉某个人!

唱「我感受主的爱」, (儿童歌本,第42-43页)。

唱「客西马尼」, (2018年3月,利阿贺拿, 第74-75页)。

看一张圣殿的图片。

聆听罗素·纳尔逊会长的一个演讲。

看耶稣的图片或是关于祂的 一段圣经影片。

向天父祷告,聆听来自圣灵的感觉。

「要饱享基督的话; ……基督的话必指示你们所有当做的事」 (尼腓二书32:3)。

我感觉到圣灵, 当……

我向天父祈祷时。



我想到圣殿时。



我帮助他人时。



你曾在什么时候感觉到从圣灵而来的见证?

D丝·惠德克绘

凯莉的祈祷

萝莉・傅勒

教会杂志 (根据真实故事改写)

| 莉 和 妈 U妈向教堂 走去时,环顾四 周,教堂外的棕 榈树随风轻摇,看 起来真是优美。教堂 外墙的标示牌上写着:

「耶稣基督后期圣徒教 会一, 那是用马来文、中文和 英文三种语言写的!

凯莉并不是很了解耶稣基督,以前也从未去 过教会。她妈妈的朋友李琳在这个教会聚会, 她邀请凯莉和妈妈跟她一起来。

她们走进教堂,人们微笑着向他们打招 呼,每个人都很友善。凯莉和妈妈跟着李琳到 了楼上,进到一个很大的房间,李琳说那里叫 大会堂。

凯莉挨着妈妈和李琳坐在一排椅子上,聚 会很快就开始了。她听着音乐,虽然听不懂歌 词,但她喜欢那音乐带给她的感觉。

聚会结束时,有位妇女站起来作了闭会祈 祷。凯莉看向四周,每个人都交叉双手,闭上 了眼睛。她还是觉得有个很好的感觉。那是什

么?她从来没有过这 样的感觉!

后来, 当她们离开教会 时,凯莉告诉妈妈她在祈祷时的感觉。

「哦, 」妈妈说, 「我没有感觉到任何特 别的地方。

但是凯莉不断想起她在教会的感觉,她喜 欢祈祷, 也喜欢听到关于耶稣的事。

「可以请传教士教导我吗? | 凯莉问妈 妈,「我想要知道更多。|

「如果那是你想要做的,可以, 」妈妈 说。

传教士教导凯莉如何祈祷和读经文, 她们教导她关于耶稣的事,以及祂如何爱我 们。凯莉喜欢她学到的事。

有一天, 传教士给了她一个特别的挑战。

「你愿意试试看,这个星期我们不在你身边的时候,也可以作祷告吗?」谭姊妹问。

直到那时,凯莉只有和传教士在一起时才 作过祷告。但是她想试试自己祈祷,她知道天 父一直在听,而且祂想要听她祈祷。

「我会试试看,」她答应了传教士。

第二天是学校一个特别的日子,凯莉要参加唱歌比赛!她学了一首好听的中文新歌。学习所有的音符和音调非常不容易!她不停地练习又练习。

现在该上台比赛了,凯莉很紧张。她从校服口袋里拿出耶稣的图片,那是她今天早上放

进去的。她决定作一个祷告,就像传教士示范 过的那样。「天父,请帮助我不要再紧张了,」 她说,「奉耶稣基督的名,阿们。」

然后,凯莉就走上了舞台。她紧张地盯着 观众和评审,她想起口袋里耶稣的图片,感觉好 了一点,然后她深深吸了一口气,就开始唱歌。

她唱出所有的歌词,就像之前练习的那样。凯莉唱完最后一句,向台下鞠躬致意时, 她知道天父已经听到她的祷告,也帮助了她。

凯莉带着微笑走下舞台,她等不及要把刚刚发生的事告诉传教士!她知道自己想要每天都祈祷。●



的问候!

陷. 我们是玛歌和保罗! 和我们一起 拜访德国吧!



德国,也叫德意志联邦共和国,是一个 位在中欧的国家。德国有众多森林、 河流、山川和海滩、有村庄和大城市。 大约有1,300万名儿童生活在德国。

德国有大约20,000个城堡,其中 很多都有数百年的历史。这是一个 著名的城堡, 叫作新天鹅城堡。







德国酸菜、香肠 和Spätzle (面条)是德国 很普遍的食物。

德国有两座圣殿, 一座在弗莱堡, 另一座在法兰克福,就是照片中 小男孩所在的地方, 标示上写着 Tempel der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage (耶稣基督后期圣徒教会的圣殿)。

男孩和女孩喜欢参加初级会。



德国以其圣诞市场闻名, 许多家庭喜欢看美丽的 灯饰,品尝好吃的点心!



Wegweiser für Kinder

德文版的儿童指南 就像这样,德国的儿童 用这本指南来学习和 成长。你如何善用你 所在国家的指南?





我最喜欢的摩尔门经故事是基督亲自造访并教导那里的人民。我想遵从基督的诫命,不去论断。我读越多有关救主所作的教导,就越能感觉到祂的爱和平安。

莱莉亚,10岁, 德国法兰肯尼亚

我知道如果我遵守诫命,就能确定而安全地留在归向神的道路上。当我感觉到圣灵时,就能知道自己一定做了对的事。

卡勒博,12岁, 德国法兰肯尼亚

你来自德国吗? 请写信给我们! 我们希望收到你的来信!

幼儿园开学的第一天,每个小孩都会得到一个书包、一个铅笔盒和一个装满了糖果和小礼物的甜筒形糖果包(Schultüte或Zuckertüte)。

样游泳

大卫・狄克生

教会杂志

(根据真实故事改写)

「圣灵必指示你们所有当做的事」(尼腓二书 *32*: 5) 。

□□ 宾凝视着游泳池,他试着不去想自己 要游多远,最重要的事是赢得徽章。 Seepferdchen (海马)徽章将向德国的每个人 表明,他知道如何自己游泳。

我做得到! 罗宾想。他深深地吸了一口气, 纵身一跃。

哗啦!

在这么热的天气里, 沁凉的池水感觉好极 了。

一次游一米,爸爸告诉过他,不要一次想 着全部25米。

罗宾保持低头的姿势,按照已经练习了几 个月的方式划动手脚,并每隔几秒就抬头换气 一次。

踢水,划水。踢水,划水。

突然,游泳教练吹响了哨子。罗宾惊讶地

抬起头来。

「你做得真棒, | 他的教练 说。

他做到了!

罗宾笑了,做了几个水中 筋斗表示庆祝。他是海马了!

罗宾一回到家,就急忙 跑去找爸爸。

「爸爸、看! |

罗宾的爸爸放下榔头, 他一看到海马徽章, 就开心 地笑了。

「第一次就拿到了?」



「你想要怎么庆祝?」

罗宾想了一下,「我最想做的是和你一起 去游泳,让你看看我的本事。」

爸爸笑得更开心了,「那一天就是我们俩 人的庆祝日。等我一有空就去吧。」

罗宾朝空中挥了挥拳头。他迫不及待要把 徽章缝在泳衣上,然后和爸爸一起去游泳了。

就这样过了几天,罗宾不停地问去游泳的事,但总是被事情耽搁了,爸爸似乎总是很忙。

一天早上,罗宾跪在床边祈祷。在祷告结束时,他又说了一件事,

「请给我爸爸多一点时间,让我们可以去游泳。奉耶稣基督的名,阿们。」

当罗宾张开眼睛时,他听到爸爸敲着门, 说:

「我们去泳池吧。我想要看你游泳!」

罗宾惊讶极了,「爸爸!你绝对不会相信,我刚刚才祈祷你能有多的时间,我们就可以去了。」

爸爸交叉双臂,靠在门口,「那真有意思!因为我刚刚听到一个圣灵微小、清楚的讯

息,就是我需要带你去游泳。听起来我们最好 赶快出发!」

他们玩得非常开心。罗宾表演给爸爸看,他如何一口气游完25米,爸爸对他刮目相看。 而爸爸的水中筋斗也让罗宾印象深刻——爸爸 可以连续翻五个!

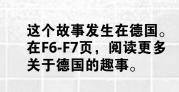
「我很高兴天父给了你更多时间,」罗宾 说。

「其实,」爸爸说,「我想是我让自己太忙了。我想圣灵在提醒我,我们需要为彼此空出时间,你觉得呢?我保证会做我的部分。」

罗宾笑了,「我也要!」

爸爸笑着眨了眨眼,「还有一件事,我有没有告诉过你,打水仗我从来没输过?」

罗宾笑了笑, 「今天

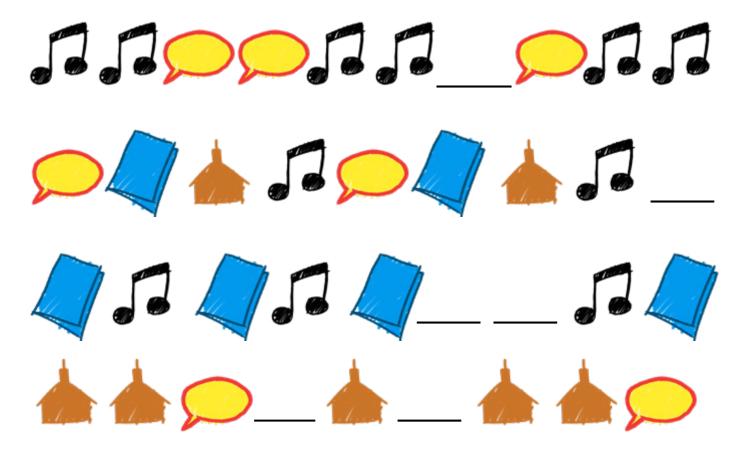


还没结束呢! ●

找出模式

这里有邀请他人来认识福音的四种方法。找出每一列图案的模式, 然后在空白处画上正确的图案,就完成了!





看我做, 听我说



在很小的 大人时候患 了皮肤病,每 天我都祈求天 父医治我。我 学习到要有耐 心,五年后,

我痊愈了。我知道天父会垂听我 们的祈祷。

珠英, 12岁, 南韩京畿



海仑,7岁,莫三比克马布多

上期友的妹 妹很怕 狗。当有狗向 我们靠近时, 我把牠们赶 走,这样她就 不会害怕了。

事欢养竹 节虫, 中一只病得 很重,我作了 一个祈祷,好起 来。第二天早

上,我看牠的笼子,牠已经完全 好了。我知道天父听到了我的祈 祷。

塔尼,8岁,纽西兰威灵顿

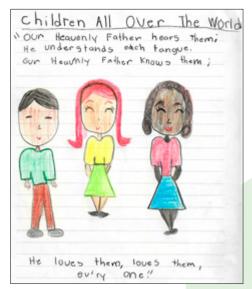


我七岁时,爸爸中风住进了医院。等到我八岁时,他还在医院。我决定等爸爸出院以后再接受 洗礼和证实。那一天是我这一生中最快乐的日子。

威廉,9岁,澳洲昆士兰



米格尔,7岁,墨西哥新雷昂



「世界各地的儿童」,亚力克希亚, 10岁,哥斯大黎加埃雷迪亚



上学时,有些同学喜欢讲恐怖的故事。他们 一大讲了一个故事给我听,结果我一到晚上就会 觉得害怕。有天晚上,我决定向天父祷告,祈求 他让我不会再想到那个故事,他每天晚上都帮助 了我,让我能好好睡觉。从那时起,我就知道我 可以随时随地向祂祷告。

爱纳尔,11岁,蒙古乌兰巴托

那 不是 和!



那 不是 和!

那 不是 和!

那 不是 和!

∄B 不是 和!

那 不是 稚!

那 不是 和!

我是谁?

这里有一个游戏,可以与家人 或朋友一起玩。你能找出几个 阿尔玛书中的人物?

- 1. 剪下左侧「那不是我 | 的钮扣图案和F15 页上的卡片。不要剪下右侧的图片。
- 2. 游戏开始时,从F15页的卡片中选出一张。 不要给别人看你洗的卡片!其他人要试着猜 出卡片上的人物。
- 3.要猜出神秘卡片,大家需要看F13页的图 片,然后用是非题的方式,轮流就卡片上人 物的长相和做了哪些事来问问题。
- 4. 当大家找到有关神秘人物的线索,缩小了搜 寻范围时,就可以用「那不是我 | 钮扣图案 来盖住被淘汰的图片。例如,如果大家问, 「你选的人有棕色头发吗?」拿卡片的人回 答「不是」,大家就可以把「那不是我」钮 扣图案盖在每一个有棕色头发的人的图片 ۱,
- 5. 在找出神秘人物是谁之后,向大家读出卡片 上的故事。接着,拿掉全部的钮扣,换另外 一个人选一张新卡片,再玩一次。

提示: 在开始游戏前,可以读出F15页中的 所有卡片,好让大家都能记住这些故事!



























盖瑞・沙宾长老 七十员

没有人被冷落

「你们都要同心,彼此体恤」(彼得前书3:8)。 大的儿子贾斯汀从小就患有一种顽强的疾病,有时他会非常虚弱。虽然他很努力,但还是无法一直像其他人那样做事。他知道与别人不一样是什么感觉。

有一天贾斯汀和他的朋友聚在一起玩游戏。他们要用手击球,使它保持 不落下来。来参加游戏的一个女孩有一只手臂骨折了。

大家原本可以很简单地说: 「这样吧,我们一起玩,她只要看 我们玩就好了。」 但是贾斯汀说,「我有一个好主意,我们都只能用一只手打球。」结果,所有人都只用一只手玩游戏,包括那个手臂上打着石膏的女孩。没有人被冷落。

贾斯汀是我的英雄。他总是看着别人, 心里想着:他们有什么感觉?贾斯汀几乎一生 都被疾病所困,但是他很快乐,因为他帮助别 人,也跟从耶稣基督。

我们都有挑战,但也有很多值得我们感到快乐的事。要尽力而为。要信赖神。最大的幸福并非来自于把焦点专注于自己身上,而是专注在他人身上。●



艾别丝

多年前我的父亲看到 一个异象,那时我就 归信神了。我服事拉 摩那王时,帮助许多人了解到 神的能力。



拉摩那王

当我认识福音时, 我看到了一个异象。我看见耶稣! 我和父亲分享了我的见证,并协助救出狱中的传教士。



柯力何

我极力说服人民耶稣不是真实的,并要求得到神存在的证据。突然,我不能讲话,也听不到声音了!



艾蒙

我是摩赛亚的儿子。 我在传教时保护了拉 摩那王的羊群。我教 导拉摩那王和王后认识福音。



安太尼腓李海人

我们原本是好战的拉 曼人,但我们后来决 定跟从神,所以我们 把作战武器埋了起来,并承诺 永远不再打仗。



小阿尔玛

我是以我父亲,就是那位先知的名字命名的。我和朋友作了许多不好的选择,但后来我们悔改了,成为传教士。

我是谁?——选—张卡片

用这些卡片玩F12-F13页的游戏。



王后

当别人都认为我丈夫 死了的时候,我保护 了他。当我认识神以 后,我的女仆艾别丝帮助我, 我站了起来并开始教导别人。



摩罗乃臥长

我是尼腓军队的队 长,但是我不喜欢 伤害人们。我做了 一面自由旗帜,提醒人民什么 是最重要的,值得我们保护的 目标。



青年战士

我们从母亲那里学 习到信心。当我们 需要保护家人时,

我们相信神会帮助我们。祂的 确帮助了我们!



亚伦

我在传教时教导了 拉摩那王的父母, 于是他们就制定法律来保护在 他们土地上的传教士。

我是摩赛亚的儿子。



亚玛利凯

我十分渴望能成为国 王! 我毒死了拉曼人 的首领,带走了他的 军队。我设法说服人民彼此争 战,互相伤害。



女们

有人伤害我时,我 很勇敢地告诉别人 并请求帮助。我和 长一起保护他的人

摩罗乃队长一起保护他的人 民。

以利的援助之手

利百加·博金

(根据真实故事改写)

「我愿运用我双手为天父做事」(儿童歌本, 第126页)。

是一个星期六的 上午,以利蹲在球门,准备扑球。他跳起往球扑过去,尽力不让球进门。但是实在很难! 然后,就在比赛结束前一刻,球从他的手中滑落。另

一支球队得分了! 以利的球队输了, 他难过极了。

第二天在教会,以利慢慢走向他的初级会 班级,仍然闷闷不乐的样子。

以利看到他的朋友凯特正在教室外面,凯特的妈妈将她粉红色的轮椅推了进去。她拥抱了凯特,然后走去自己的教室。

「嗨, 凯特, 」以利说。

凯特无法回答,也不能挥手,但她总是直 视着以利的眼睛,这样以利就知道她听到了。

通常在以利打招呼时,凯特都会微笑,但今天却没有。凯特不开心吗?以利很想知道。我知道那种感觉。因为没能阻止另一支球队踢进制胜的一球,他还是很难过。

以利坐在璜安和玛凯的旁边,杨姊妹开始 上课了。这时凯特开始啜泣。有时,凯特会因



为身体疼痛而很难安静地坐 着。

「凯特,你今天很痛吗?」杨姊妹问道。

凯特哭了起来。

「或许唱一首初级会的 诗歌会有帮助,」杨姊妹 说。

全班开始唱歌。凯特喜欢

音乐,通常她会跟着一起唱,发出快乐的声音。但今天凯特只是哭。

我们要怎么帮凯特感觉好过一点?以利想。

这时,他想到了一个点子。「我知道了!」以利告诉杨姊妹,「我来轻轻 地推凯特的轮椅。」

以利曾看过,当凯特感觉不舒服的 时候,她的妈妈会轻轻地推她的轮椅。 他快速走向凯特,开始慢慢地来回推她 的轮椅。

凯特不再哭了。

「可以换我吗? | 璜安问。

「我也要!」玛凯说。

在杨姊妹教导课程时,以利和他的朋友轮流推着凯特的轮椅。凯特

梅丽莎·曼维绘



笑了,整个房间似乎更明亮 了。

课程快结束时,每个人都在微笑。

「帮助凯特让我很快 乐,」以利说。

「我很高兴,」杨姊妹说,「那让天父也很快乐。祂 爱凯特,希望她感觉好一些。 有时我们会成为祂的帮手。」

> 以利看着凯特,「每次你 微笑时,」他告诉她,「 也是在帮助我。」

> > 凯特咧嘴笑了。

当以利离开教堂 回家时,他感觉好温 暖,就像夏日阳光下 的足球场一样。他心 想:或许我没办法守 住所有的球,但我还 是可以用我的双手来

帮助人。 ● 作者现居美国犹他州。



「诚挚的关心与服务会使我们 与服务的对象结为朋友。」

罗素·培勒会长,十二使徒定额组 代理会长,「经由爱心服务得到 喜乐」,2011年5月,利阿贺拿, 第48页。



我的烹饪目标

芬娜达, 10岁, 巴西巴拉那

工 想要增强厨艺。当我 拿到我的儿童指南后, 就设立了一个和爸爸一起下 厨的目标。每当我爸爸下厨 时,我总是看着他,觉得下 厨好酷。我想学习像他一样 下厨。

我和爸爸去商店买食材。 然后,他一步一步地教我如何 把面粉做成漂亮的蛋糕。后来 他还教我如何做其他食物。

朝着这个目标努力让我和 爸爸更亲近,我喜欢花时间跟 他在一起!他是一位很棒的教 师,他教会我的一件事是,当 我们下厨时,我不能分心去看 手机!

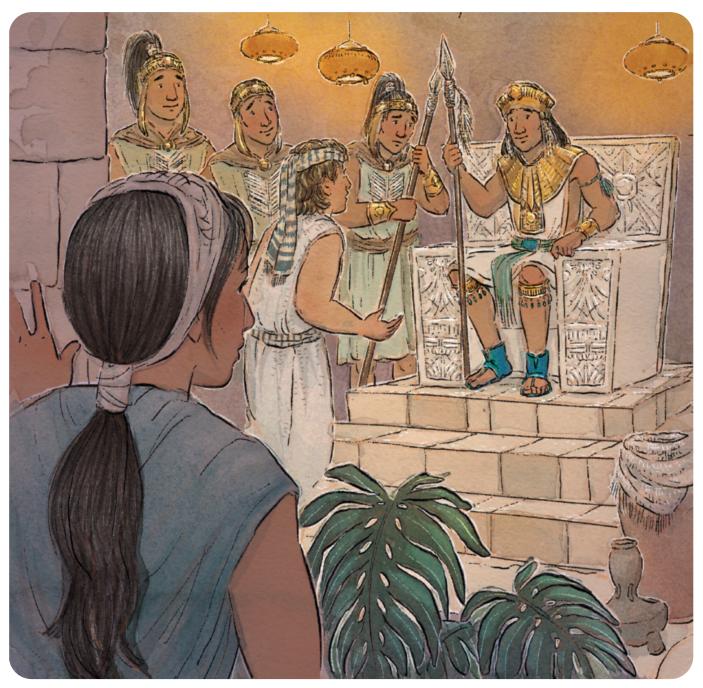
现在,我一想到下厨,心里就感到炸开来的快乐,因为我喜欢下厨!这个目标不仅让我去做自己喜欢的事,也在灵性上成长。我喜欢去选择自己的目标。天父想帮助我实现这些目标,因为祂希望我增长才干。祂希望帮助我,因为祂知道那会让我快乐。●

你的可以设立变征近

你的儿童指南 可以帮助你 设立目标, 变得更接 近耶稣。



艾别丝分享福音



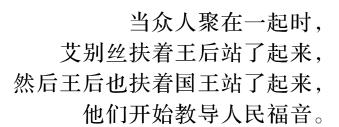
有一位妇女名叫艾别丝,她为国王工作。她相信神, 但她身边大部分的人并不信神。有一天,她看到一位名叫艾蒙 的传教士,正教导国王和王后关于神和耶稣基督的事。

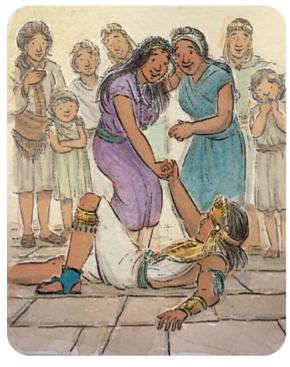


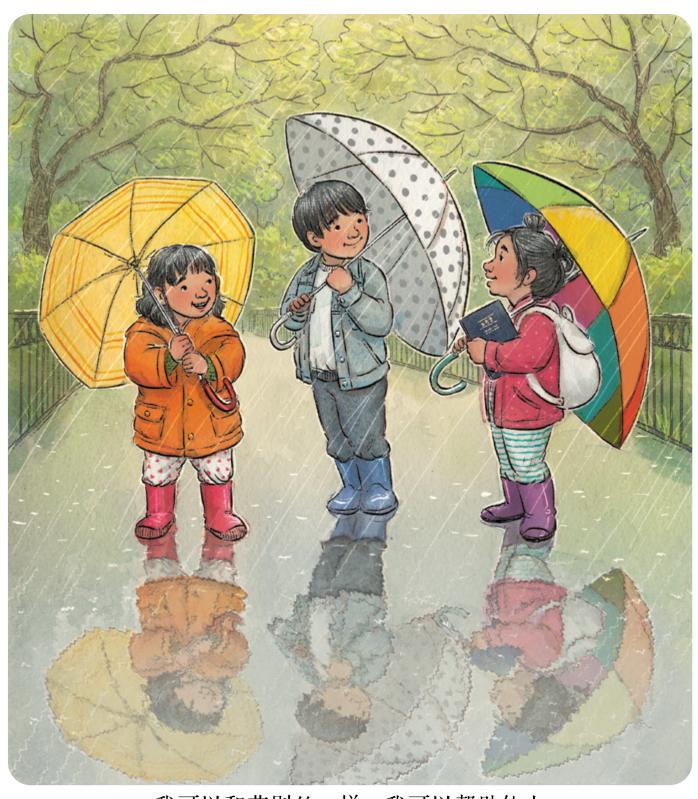


国王和王后听到 福音时非常快乐! 他们倒在地上, 一动都不动。 艾别丝知道他们 正在感受神的能力。

艾别丝希望每个人都来认识神。 所以,她就挨家挨户地叫人们 来看发生了什么事。







我可以和艾别丝一样。我可以帮助他人 了解有关天父和耶稣基督的事。●

在阿尔玛书第18~19章中可以读到这个故事。

艾别丝对神有信心



你如何帮助人们认识神?



耶稣基督后期圣徒教会

亲爱的父母亲:

这个月我们会读到小阿尔玛、艾别丝和摩赛亚的儿子等传教士的故事。你们可以使用F12-13页的游戏或F20页的故事,来谈谈摩尔门经中的这些男人和女人。他们各自以不同的方式分享福音。你的家庭要如何分享福音?写下这个月要努力的传道目标——你还可以从F10页中复制你最喜欢的想法。

继续分享! 朋友

如何将子女的作品或经验寄给利阿贺拿

到liahona.ChurchofJesusChrist.org,点选「提交你的作品」。或用电子邮件寄至liahona@churchofjesuschrist.org,请写上子女的姓名、年龄、居住城市和以下的同意声明:「我,〔填写姓名〕,同意耶稣基督后期圣徒教会在教会杂志、网站和社群媒体平台,也可能在教会其他出版品上,刊登我子女提交的作品。」期待你的来信!



找出藏在里面的利阿贺拿!

目录

- F2 来自总会会长团:见证与摩尔门经
- F4 凯莉的祷告
- F6 来自德国的问候!
- F8 像海马一样游泳
- F10 趣味栏:找出模式
- F11 看我做, 听我说
- F12 我是谁?
- F14 与朋友谈:没有人被冷落
- F15 我是谁? ——选一张卡片
- F16 以利的援助之手
- F18 聪明点子
- F19 我的烹饪目标
- F20 经文故事: 艾别丝分享福音
- F23 着色页: 艾别丝对神有信心

INTELLECTUAL RESERVE, INC. © 2020 版权所有。

朋友的封面页 油玲·马西绘