

耶 穌 基 督 後 期 聖 徒 教 會 • 2 0 1 4 年 3 月

利阿賀拿

主的道德標準是什麼？

第32、50頁

神護佑叛逆的子女，
第16頁

受虐後的治療，第12、46頁

青少年課程：了解救主的恩典，
第54頁





「母職並不是一種嗜好，
而是一項召喚。……
母職不是等妳能空出時間了
再來做；神之所以給妳時間，
就是要妳善盡母職。」

Rachel Jankovic, in
Neil L. 尼爾·安德森，
「兒女」，2011年11月，
利阿賈拿，第28頁；
原作者：瑞秋·加科
維奇2011, 28.



信息

- 4 總會會長團信息：服務與永生
亨利·艾寧會長
- 7 探訪教導信息：耶穌基督的
神聖使命：世界的光

特稿

- 16 忠信父母的叛逆子女：
在消除誤會之際仍保有希望
大衛·貝納長老
貝納長老幫助父母了解教義上
關於叛逆子女的諸多真理。

- 22 每塊土地上的先驅者：辛巴威
——美麗之地、信心之民
辛巴威這群忠貞的先驅者可作
為各國教會成員的榜樣。

- 28 堅定不移
建岡李特
2011年日本的地震和海嘯之後，
這些傳教士不忘歸向主。

- 32 主的道德標準
塔德·克利斯特長老
天父只需要說一次祂的道德標
準，祂的聲音就能勝過世人齊
聲發出的音量。

專欄

- 8 2013年十月總會大會筆記本
- 10 舊約的先知：亞伯拉罕
- 11 教導鞏固青年：性的純潔
- 12 我們談論基督：重擔移除了
姓名保留
- 14 在教會服務：為陌生人服務
朴鏞吉
- 38 後期聖徒的心聲
- 80 直到再相會：在大廳等
羅莉·傅勒

封面

封面：德古斯加巴聖殿，寇迪·貝爾攝
內頁封面：攝影插圖，布萊立·斯賴德



42

42 邀請成功

理察·羅慕義

就像這些單身成人一樣，你可以在日常生活中找到機會分享福音。



看看你能不能找到
隱藏在這期雜誌裡
的利阿賀拿。

提示：
計算恩典！

46 醫治受虐的傷痕

李察·司考德長老

他人邪惡的選擇可能會造成你的痛苦與折磨，卻無法摧毀你的永恆潛能。

50 鞏固青年：純淨的身心

伊芙琳·馬里歐

52 保持警覺

姓名保留

我用了一年半的時間才和主教討論自身觀看色情媒體的問題。你可千萬不要拖那麼久。

53 如何選擇益友

多馬·孟孫會長

你的朋友對你會成為怎樣的人有很大的影響。要慎選朋友！

54 耶穌基督的恩典與贖罪

約書亞·伯凱

要一直記得，主耶穌基督讓你可以蒙受祂的恩典。

57 海報：你可以立大功

58 這樣做，可以嗎？

我可以這樣嗎？

海蒂·麥康基

不要試圖讓福音順應你的生活；卻要設法讓生活符合福音。

61 一點通

62 網上筆友

史蒂芬妮·艾索森

現在你也可以利用臉書以及其他媒體做一位傳教士。

64 別錯過那通電話

大衛·狄克生

如果不聽即將來臨的總會大會演講，你會錯過什麼？



66

66 會有人聽我祈禱嗎？

路卡斯和蘇珊·巴瑞特

如果我不確定天父是不是會聽我祈禱，我怎麼可以分享對祈禱的見證呢？

68 聰明點子

69 我們的園地

70 世界各地的朋友：

我是坦達依，來自辛巴威
艾美·李威特

72 人物活動：

來自辛巴威的瑪迪娃

73 我感受到聖靈

琳達·柏頓

聖職祝福和初級會歌曲幫助我感受到聖靈。

74 把初級會帶回家：

耶穌基督是我們的救主

76 幼兒園地：

滿是祝福的菜園

琳達·普瑞特

81 先知肖像與側寫：泰福·彭蓀

家人家庭晚會建議

本期所載的文章與活動可以用於家人家庭晚會，以下是兩個建議。



攝影：戴蒙·薩格

2014年3月，第3期
利阿賀拿10983 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·鄔希鐸

十二使徒定額組：培道·潘，多馬·貝利，羅素·納爾遜，達林·鄔克司，羅素·培勒，李察·司考德，羅拔·海爾斯，傑佛瑞·賈倫，大衛·貝納，昆丁·柯克，陶德·克理斯多，尼爾·安德森

編輯：奎格·卡登

顧問：荷西·雅龍索，莫文·亞諾，夏安·鮑文，史坦立·艾利斯，小克里斯·戈登

部門總經理：大衛·華納

營運主管：文森·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

編撰組：蘇珊·巴瑞特，布特妮·畢提，大衛·狄克生，大衛·愛德華茲，馬太·富利頓，敏蒂·傅萊曼，羅莉·傅勒，蓋瑞·葛夫，藍妮·高恩特，珍妮弗·瓊斯，米迦勒·莫里斯，莎莉·奧苗克，約書亞·伯凱，珍·賈柏若夫，理查·羅慕義，保羅·范登堡，瑪瑞莎·韋迪森

美術主編：J.史考特·納德森

美術主任：泰德·彼得生

設計組：珍妮特·安德魯，菲·安德勒斯，甘·巴特，多馬·柴德，奈特·加恩斯，科琳·興格萊，艾力克·強森，蘇珊·羅夫根，史考特·慕義，馬可·羅賓孫，布萊德·提爾，妮可·沃肯赫斯特

智慧財產協調員：珂利特·歐尼

出版經理：珍妮·彼德斯

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

印前作業：傑夫·馬丁

印刷主管：奎格·塞威克

發行主管：司提反·柯丁森

翻譯主任：仲國強

出版助理：黃鍾秀

地方新聞編輯：范陸平

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣305元

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

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

利阿賀拿（本詞出自摩爾門經，意謂「羅盤」或「導向器」）發行下列語言版本：阿爾巴尼亞文、亞美尼亞文、塞拉馬文、保加利亞文、柬埔寨文、宿霧文、中文、簡體中文、克羅埃西亞文、捷克文、丹麥文、荷蘭文、英文、愛沙尼亞文、斐濟文、芬蘭文、法文、德文、希臘文、匈牙利文、冰島文、印尼文、義大利文、日文、吉里巴斯文、韓文、拉脫維亞文、立陶宛文、馬達加斯加文、馬紹爾文、蒙古文、挪威文、波蘭文、葡萄牙文、羅馬尼亞文、俄文、薩摩亞文、斯洛文尼亞文、西班牙文、瑞典文、塔加羅文、大溪地文、泰文、東加文、烏克蘭文、烏爾都文及越南文（發行期數依語言之不同而有區別）。

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

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

For Readers in the United States and Canada:

March 2014 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Chinese (ISSN 1522-9157) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

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

訂閱雜誌 香港地區：+852-2756-5777，地址：香港九龍塘多寶街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。

「如何選擇益友」，第53頁：剪下雜誌上數名男女青年的照片，並為每張照片杜撰一份簡要的個人資料。例如，你可以拿起一張男青年的照片說：「這是亞倫，他不是教會的成員，但是他和他的家人會定期去猶太會堂。他喜歡運動和說乾淨的話。」為每張照片創造類似的檔案。問你的孩子們誰是益友。和他們一起讀雅各書2：23，並討論我們可以跟天父成為好朋友的方法。

「耶穌基督是我們的救主」，第74頁：復活節就要到了！在此佳

節期間，你可以做一些特別的事來紀念耶穌基督所賜的祝福。每天在吃晚餐的時候，每位家人可以輪流說出他（她）在那天獲得的祝福。你可以用彈珠代表祝福，收集在罐子裡——一顆彈珠代表一個祝福。你可以在家人家庭晚會的時候讀一則有關耶穌基督生平的經文，來介紹這個方法，然後請你的孩子畫出經文中發生的故事。唱「我願效法耶穌基督」（兒童歌本，第40頁）或其他有關救主的歌曲。

你的語言

多種語言的利阿賀拿和教會其他出版品均可在網站languages.lds.org取得。

在臉書上連結利阿賀拿或接受啓發人心的信息，請造訪 facebook.com/liahona.magazine

本期主題

數字代表文章起始頁。

友誼，53，62
先知，64
先驅者，22
色情，32，52
見證，66
亞伯拉罕，10
服務，14，41，57
祈禱，58，66
耶穌基督，12，54，74
虐待，12，32，46

恩典，54
悔改，32，46，50，52
逆境，12，28，46
家庭，16
媒體，32，52
彭孫，泰福，81
傳道事工，22，28，42，62
感恩，28，76
聖殿，80

聖餐，28
聖靈，73
道德，11，32，50，52
端莊，32
寬恕，46，50，52
標準，32，58
總會大會，8，64
贖罪，12，16，46，54



亨利·艾寧會長

總會會長團
第一諮理

服務 與永生

救主是我們無私服務的典範。祂完美的一生都致力於服務天父以及父所有的子女。父和子共同的目標就是要讓我們都獲得不死的恩賜和永生的祝福（見摩西書 1：39）。

爲了有資格獲得永生，我們必須藉由耶穌基督的贖罪而改變——獲得重生並洗淨罪。然而，八歲以下的小孩子沒有罪，所以可以藉著贖罪得到救贖（見摩賽亞書 3：16，21；摩羅乃書 8：10-12）。

至於所有達到負責年齡的人，有一個美好的計畫讓我們可以洗淨罪，爲永生作準備。這項準備的開始，就是藉由聖職權柄接受洗禮和接受聖靈。然後，我們必須一直記得救主，並且遵守祂賜給我們的誡命。

在摩爾門經中，便雅憫王告訴他的人民，透過耶穌基督的贖罪感受到罪被寬恕，就是喜悅的來源。然後他教導他們，爲了保有罪的赦免，他們必須教導孩子要彼此服務，並盡力慷慨支援周遭之人在屬世和屬靈上的需求。（見摩賽亞書 4：11-16。）

他也教導：「看啊，我告訴你們這些事是要你們學習到智慧，使你們知道，你們爲同胞服務時，只是在爲你們的神服務而已」（摩賽亞書 2：17）。

耶穌周流四方教導祂的福音並行善（見使徒

行傳 10：38）。祂醫治病人、使死人復生。祂藉著自己的能力，餵飽了因沒有食物而飢餓的幾千人（見馬太福音 14：14-21；約翰福音 6：2-13）。在祂復活之後，祂的幾位使徒在加利利海邊上了岸，祂便給他們食物吃（見約翰福音 21：12-13）。在美洲大陸，祂醫治病人，並一一祝福兒童（見尼腓三書 17：7-9，21）。

使徒雅各教導我們，爲人服務的意願其實發自對主爲我們所做之事的感恩：

「惟有詳細察看那全備、使人自由之律法的，並時常如此，這人既不是聽了就忘，乃是實在行出來，就在他所行的事上必然得福。……

「在神我們的父面前，那清潔沒有玷污的虔誠，就是看顧在患難中的孤兒寡婦，並且保守自己不沾染世俗」（聖經雅各書 1：25，27）。

當你爲救主和爲人服務的渴望增加時，這就是你被潔淨的一項證明。家庭教導和探訪教導會變成一件樂事，而不只是一項職責。你會發現自己更常在當地學校志願幫忙，或是照顧社區當中的窮人。雖然你可能沒有什麼錢捐助那些更貧困的人，但是你會希望自己能擁有更多，讓你可以付出更多（見摩賽亞書 4：24）。你發現自己非常想爲自己的孩子服務，讓他們看到如何爲人服務。

一旦你的本質開始改變，你會渴望付出更多



服務，但卻想為善不欲人知。我認識一些救主的門徒，他們捐贈金錢和服務等美好的禮物，卻決心不讓神和自己孩子以外的人知道。神在今生祝福他們，藉以表彰他們的服務，也會在將來的永恆生命中祝福他們（見馬太福音 6：1-4；尼腓三書 13：1-4）。

你若能遵守為人服務這條誠命（見馬太福音 22：39），就會對驕傲一事有不同的感覺。救主的使徒曾經爭論誰是他們當中最大的，救主於是糾正他們。祂說：

「也不要受師尊的稱呼，因為只有一位是你們的師尊，就是基督。

「你們中間誰為大，誰就

要作你們的用人」（馬太福音 23：10-11）。

救主教導我們要如何學習為人服務。祂用完美的方式服務，我們也必須效法祂，用律上加律的方式學習服務（見教約 93：12-13）。藉著服務他人，我們可以變得更像祂。我們會

用全部的心力祈求去愛自己的仇敵，就像祂愛他們一樣（見馬太福音 5：43-44；摩羅乃書 7：48）。然後我們最後才能準備好與祂和天父共享永生。

我應許，只要我們遵從救主的教訓和效法祂的榜樣，就能用更完美的方式服務。■

本篇信息的教導

+ 二使徒定額組的羅素·培勒長老鼓勵我們祈求能有服務的機會：「在每天早晨的祈禱中，祈求天父指引你找到為祂一位心愛的兒女服務的機會。在一整天裡……去尋找一個你可以幫助的人」（「熱心做好事」，2012年11月，利阿賀拿，第31頁）。考慮邀請你教導的人立下目標，每天早上祈求能有服務的機會，並在一整天當中尋找這種機會。

她祈禱的答案

西佛莉·庫馬洛

有一天晚上，一位其他教會的朋友來拜訪我。我通常都是獨自研讀經文，那天晚上，我已經把經文拿出來要讀了。我受到提示要邀請她和我一起讀經文，但是我很害怕，所以就開始自己讀了起來。我知道自己忽視了聖靈的提示。幾分鐘之後，我小心翼翼地問：「妳想和我一起讀經文嗎？」我的朋友毫不猶豫地回答：「好啊。」

然後我們就讀了摩爾門經。她問了我一些問題，我回答的時候，可以感受到聖靈在指引我。我為摩爾門經的真實性作見證。之後，她告訴我：「我已經哭了一整天，也很害怕。妳邀請我和妳一起讀經文的時候，我才剛向神祈禱，請祂幫助我。我現在心情好多了。謝謝妳。」

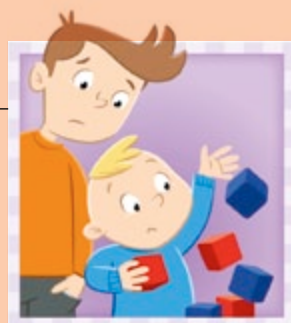
主讓我作為工具回答了一個祈禱，為祂一個有需要的孩子服務。我知道靈的提示是來自睿智、榮耀的父賜與的神聖指示。我們如果放下自己的恐懼，就能讓祂透過我們的服從彰顯祂的力量。

作者住在南非豪登省。



尋找服務的方法

兒童可以選擇為人服務。圈選下列的圖片中，兒童選擇效法耶穌基督，為人服務的例子。



請認真研讀這些資料，並透過祈禱尋求知道該分享哪些內容。了解救主的生平與使命如何增強妳對祂的信心，並透過探訪造福妳看顧的對象？如需更多資訊，請至網站 reliefsociety.lds.org。

耶穌基督的神聖使命：世界的光

這是以救主使命為主題的一系列探訪教導信息的其中一篇。

當我們了解耶穌基督是世界的光之後，我們對祂的信心就會增加，並成為其他人的光。基督見證自己的身分是「真光，照亮每個來到世上的人」（教約 93：2），而且祂要我們「舉起〔祂的〕光，照耀世界」（尼腓三書 18：24）。

我們的眾先知也已經為基督的光作見證。總會會長團第一諮理亨利·艾寧會長說：「每次你們選擇更努力效法救主時，你們的見證會更加堅定。你們必會知道祂是世界的光。……你們會在生活中讓別人看到基督的光。」¹

十二使徒定額組的昆丁·柯克長老提到我們要成為世人的光，他說：「我們需要保護我們的家人，也需要率先結合



所有善心人士，在世界各地竭盡所能，維護社會的光明、希望和道德。」²

經文出處

約翰福音 8：12；教義和聖約 50：24；115：5

註：

1. 亨利·艾寧，「生動有力的見證」，2011年5月，利阿賀拿，第128頁。
2. 昆丁·柯克，「綻放光明！」，2010年11月，利阿賀拿，第30頁。
3. 見我國度中的女兒：慈助會的歷史與事工（2011），第164頁。
4. 見我國度中的女兒，第164-165頁。

信心，家庭，慈助



歷史回顧

今日の後期聖徒婦女繼續高舉她們的光。

在中國香港一棟大廈的第 80 層樓上，住了一位行動不便的單身姊妹，她是家中唯一的後期聖徒，並把她的家打造成溫馨的避風港，讓自己和訪客都能在其中感受到聖靈的影響。她將自己的經文、慈助會課本，以及聖詩選輯放在可隨手取得的地方，並到聖殿為自己的祖先執行教儀。³

在巴西，一位正義的母親在福音之光中養育子女。她的紅磚房裡洋溢著初級會歌曲，從利阿賀拿剪下有關聖殿、神的先知和救主的圖片，貼滿了整面牆。她和丈夫作出犧牲到聖殿印證，讓他們的孩子能夠在聖約中出生。她不斷祈求主能幫助自己在光、真理，及福音力量中教養孩子。⁴

我能做什麼？

1. 討論在今日成為世上的光有什麼意義。
2. 思考追隨基督的光如何幫助妳忍受考驗。

2013 年十月總會大會筆記本

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

各位在複習 2013 年 10 月總會大會演講時，可以運用這幾頁的內容（和以後幾期的「總會大會筆記本」）來幫助你研讀和實踐活著的先知、使徒和教會其他領袖近期的教導。



先知以婚姻為題的一席話

—— 男一女之間的婚姻是主的教義基礎，是神永恆計畫的關鍵。一男一女之間的婚姻是神為今生和天上的圓滿生活所制定的模式。神制定的婚姻模式不可被濫用、誤解，或扭曲〔見馬太福音19：4-6〕。否則你就無法獲得真

正的喜悅。神制定的婚姻模式保護神聖的生育能力，以及夫妻間真正親密關係的喜悅。我們知道亞當和夏娃是先由神為他們締結婚約，然後才能體驗夫妻結合的喜悅。」

十二使徒定額組羅素·納爾遜長老，「關乎永恆的決定」，2013年11月，利阿賀拿，第108頁。

為你提供答案

在每一次總會大會上，先知和使徒都會給一些受靈啟發的答案，解答教會成員可能會有的問題。查閱 2013 年 11 月總會大會專刊或瀏覽，找出這些問題的答案：

- 如果有位家人偏離福音的道路，我該怎麼辦？見亨利·艾寧，「給我孫子女的忠告」。
- 是否有個安全的地方，可以讓我們教養子女？見培道·潘，「屬靈安全的關鍵」。
- 為什麼婦女的影響力很重要？見陶德·克理斯多，「婦女的道德力量」。

如欲閱讀、收看或收聽總會大會演講，請造訪 conference.lds.org。

尋找相似之處：神的愛

在總會大會上，有些最重要的主題有不止一位的演講者談到。下列是三位演講者針對神對我們的愛所談的內容：

- 「你們的天父愛你們每一個人，祂的愛永不改變。……祂的愛一直都在。」¹——多馬·孟蓀會長
- 「〔救主〕一直在我身邊，尤其是當我站在聖地上和有需要的時刻；還有一些時候，在我毫無預期的情況下，我幾乎能感覺到祂用手輕拍我的肩膀，讓我知道祂愛我。」²——七十員泰倫斯·文森長老
- 「我見證，對我們的天父而言，沒有人是外人。對祂而言，每一個人的靈魂都是珍貴的。」³——總主教團第一諮理傑瑞·卡斯主教

註：

1. 多馬·孟蓀，「我們的路途絕不孤單」，2013年11月，利阿賀拿，第123、124頁。
2. 泰倫斯·文森，「更加與神接近」，2013年11月，利阿賀拿，第105-106頁。
3. 傑瑞·卡斯，「不再作外人」，2013年11月，利阿賀拿，第51頁。



先知的應許

「有問題是很正常的——真心求問所種下的小種子，往往能發芽茁壯，長成一棵理解的大橡樹。教會中很少有成員不曾在某些時刻深為一些嚴重或敏感的問題所苦。教會的目的之一就是培育信心的種子，有時甚至是在懷疑和

不確定的沙地上培育。信心就是對沒有看到但又真實的事懷抱希望。」〔見希伯來書11：1〕。

「因此，我親愛的弟兄姊妹們——我親愛的朋友們——請你在懷疑自己的信仰前，先質疑自己的疑慮。我們絕不可讓懷疑

支會和總會傳道基金

「我要感謝各位慷慨的貢獻。這樣的需求仍會持續，我們可以繼續協助很渴望去傳教、但經濟能力無法辦到的那些人。」

多馬·孟蓀會長，「歡迎參加大會」，2013年11月，利阿賀拿，第4-5頁。



禁錮自己，使我們得不到透過對主耶穌基督的信心而來的神聖之愛、平安，和恩賜。」

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

亞伯拉罕

「我們若能效法亞伯拉罕的榜樣，……就會找到更大的幸福、平安與安息，神和人也會越發喜愛我們。」¹——賓塞·甘會長（1895-1985）

我的第一個家是迦勒底吾珥的沼澤地。迦勒底人，包括我的父親，都崇拜偶像，並獻祭人。但是我相信唯一活著的眞神，並爲接受聖職的那一天作準備；就像我的祖先一樣。²

有一天，迦勒底人把我綁在祭壇上，要獻祭給厄克拿神。就在他們要殺我的時候，我祈求神拯救我，我的束縛立刻就解開了。然後主對我說：「我已聽到你的呼求，下來解救你，要帶你……到一個你不知道的陌生土地。」³

主開始賜給我很多祝福。我從麥基洗德那裡獲得聖職，⁴主則與我立約，我將成爲多國之父，福音也會藉由我的後裔

祝福全人類。祂把我的名字從亞伯蘭改爲亞伯拉罕，意思就是「多國的父」。⁵

我把家人帶到主爲我們準備的迦南地。⁶主應許我，祂和我立的聖約中有關我的後裔的部分，將透過我的妻子撒拉所生的兒子來實現。撒拉和我一直沒有生小孩，而且我們的年紀已經很大了——我100歲了，撒拉90歲——所以我們不知道怎麼可能會再生孩子。⁷但是，正如主所應許的，我們有了一個兒子，也就是以撒。⁸

過了幾年之後，我生命中最大的考驗之一來臨了。雖然我目睹過獻祭人的痛苦，主卻要我獻上我的兒子以撒作爲祭

品。我心中悲痛不已，但是我信賴主。就在我要殺死以撒的時候，一位天使呼叫我說：「你不可在這童子身上下手。……現在我知道你是敬畏神的了；因爲你沒有將……你獨生的兒子，留下不給我。」⁹主預備了一隻公羊代替以撒作爲祭品，所以我和以撒就把公羊獻給了主。¹⁰

由於我的服從，所以主再次確認祂的聖約：「我必叫你的子孫多起來，如同天上的星，……並且地上萬國都必因你的後裔得福，因爲你聽從了我的話。」¹¹ ■

註：

1. 參閱賓塞·甘，「亞伯拉罕的榜樣」，1975年12月，聖徒之聲，第1頁。
2. 見亞伯拉罕書1：1-8。
3. 見亞伯拉罕書1：12，15-16。
4. 見教義和聖約84：14。
5. 見創世記17：1-9；亞伯拉罕書2：8-11；經文指南，「亞伯拉罕」。
6. 見亞伯拉罕書2：4，18-19。
7. 見創世記17：15-21。
8. 見創世記21：1-3。
9. 創世記22：12。
10. 見創世記22：1-13。
11. 創世記22：17-18。



性的純潔

當有機會教導子女有關性的純潔時，父母有時候會感到沒有把握。然而，在討論這個主題時，可以邀請聖靈同在，以協助準備孩子訂立、遵守聖約。

在本期第 50-51 頁，總會女青年會長團第二諮理，伊芙琳・馬里歐寫道：「創造的能力只能在婚姻裡使用，是有天父祂自己的目的的。」我們從指導手冊第二冊：管理教會中學到，這些目的包括「表達愛意、鞏固夫妻情感與心靈〔的〕結合」（〔2010〕，21.4.4）。下方的建議可以協助你教導子女性的純潔。你也可以參考 2012 年 10 月利阿賀拿中的「教導貞潔與美德」一文，取得更多討論此主題的建議。

教導青少年的建議

- 可以和你的青少年子女一起閱讀 2013 年 5 月利阿賀拿中，十二使徒定額組大衛・貝納長老的文章「我們信要……貞潔」。請他們提出有關性純潔的

問題。你也可以採用 2000 年 10 月利阿賀拿中十二使徒定額組傑佛瑞・賀倫長老的「個人純潔」一文，協助回答他們的問題。

- 本月青少年星期日課程的主題是耶穌基督的贖罪。可考慮採用課程教材教導家中的青少年犯了性罪後需要如何悔改（見）。也可以閱讀、討論 2013 年 10 月利阿賀拿中，七十員司考德・葛洛長老的「我需要向主教認罪的原因和內容是什麼？」一文。
- 如果聖殿鄰近你的家，可考慮全家前往聖殿廣場，討論為什麼我們要保持純潔才能進入聖殿。你可以和他們分享自己進行聖殿崇拜所得到的祝福。你也可以安排時間全家一起去執行代替死者的洗禮。
- 你可以和家中的青少年一起閱讀鞏固青年（〔手冊，2011〕，第 35-37 頁）「性的純潔」這個單元，並強調保持純潔帶來的祝福。



有關此主題的經文

詩篇 24：3-4

馬太福音 5：27-28

哥林多前書 6：18-20

摩爾門經雅各書 2：27-28

阿爾瑪書 38：12

教義和聖約 46：33；
121：45

可以鼓勵子女寫下在性的純潔這方面的目標。

教導兒童的建議

- 你可以在家人家庭晚會中利用聖殿的圖片討論聖殿的重要和神聖。然後可以解釋：我們的身體也是聖殿。
- 和子女一起閱讀信條第 13 條，並討論保持思想潔淨的重要。列出可以讓你有好思想的書籍、電影，和歌曲。你也可以一起閱讀、觀賞或唱列出的項目。■

重擔移除了

姓名保留

童年的我遭受虐待，在掙扎多年之後，我終於決定要說出來。

最近，在慈助會的課程中，一位姊妹讀出一段引言，提到身體及性虐待對兒童造成的影響。我的第一個想法是：「好可憐。」然後我立刻感受到聖靈向我見證救主贖罪的奇蹟。童年的我是性虐待的受害者。在那節慈助會的課程中，我體會到自己再也感受不到這件折磨我、讓我害怕多年的事所帶來的痛苦和恐懼。這是一個奇蹟。我在心裡感謝救主醫治我。

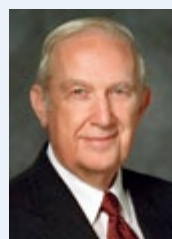
在決定說出我遭受虐待這件事之前，我小時候忍受了多年的痛苦和羞恥感。13歲的時候，我感覺到必須說出這件事。在一次協進會的服務活動之後，我告訴了一位我信任的領袖。她充滿關懷地和我談，然後當天晚上就帶我去見主教。主教帶著和善的表情邀請我進他的辦公室，讓我放心不少。我記得主教傾聽我訴說的時候，我感到多年祕密帶來的沈重壓力

逐漸消失。我記得他在聽到我的故事時真誠地流下眼淚。我感受到天父的愛，也安心地感受到遭受虐待並不是我的錯；我還是潔淨、純潔的。而這也

讓我開始步上持續多年的治癒之路。

治癒並不是在某個特定時刻發生的，而是在我研讀經文、每天祈禱、更加認識耶穌基督





如何求助

「治療的過程可以從一位體貼細心的主教、支聯會會長，

或從一位睿智的專業諮商師開始。如果你的腳斷了，你不會自己動手去接合。嚴重的侵害案例也可以得益於專業人士的協助。治療可以從很多方面開始著手，但是要記得，只有透過救主，主耶穌基督，我們的夫子與救贖主，才能得到完全的康復。要相信，你的努力加上祂完全、永恆、無限的贖罪，就能治好受虐所帶來的種種創傷。」

十二使徒定額組李察·司考德長老，「治癒虐待所造成的悲慘後果」，2008年5月，利阿賀拿，第42頁；亦見本期第46頁。

時，獲得平安、理解和答案的過程。在我研讀救主的一生時，我感受到自己更愛祂。聖靈向我見證真理，包括我是神寶貴的女兒。當我全心順服主、服從祂的誠命，並尋求祂的旨意時，心中便充滿了安慰與平靜。我開始認識祂之後，我也開始認識自己。最後，我的過去終於不再讓我痛苦。重擔移除了。

救主治癒了我。

我現在有一個永恆家庭，我有個很棒的丈夫和三個可愛的女兒。我有幸可以為青少年服務，並見證耶穌基督的贖罪可以治癒我們的罪、身體的傷痛，和破碎的心。我體認到這些事，是因為神已對我施恩——因為我「已永遠被圍繞在祂愛的臂膀中了」（尼腓二書 1：15）。■

我們要如何將主的治癒力量帶到生活中？

總會會長團第二諮理迪特·鄔希鐸會長在 2013 年 4 月總會大會的演講「神的光所帶來的希望」中，回答了這個問題。

「第一，從你目前的情況開始。」

「……我們不需要等到抵達終點才獲得神的祝福。事實上，諸天已經敞開，上天的祝福已經在我們開始朝著光明踏出步伐時降在我們身上了。……」

「第二，把你的心轉向主。」

「在祈禱中傾訴你靈魂的心聲，向天父說明你的感受。承認你的缺點。傾訴你的心聲，

表達你的感謝。讓祂知道你所面臨的考驗。奉基督的名懇求祂賜給你力量和支持。……」

「第三，在光中行走。」

「……〔天父〕差了祂的獨生子來到世上，照亮道路，讓我們看到如何安全地通過橫梗在我們道路中間的絆腳石。祂賜給我們福音，這福音教導我們明白門徒當行的道。這福音教導我們必須知道和做到的事，以及必須成為什麼樣的人，好使我們能走在神的光裡，跟隨祂的愛子……的腳步」（2013 年 5 月，利阿賀拿，第 75-76 頁）。

為陌生人服務

朴鏞吉

離開韓國的日子越來越接近了，我心裡很擔心。我走了之後，有誰會照顧阿姨呢？

雖然我一直為母親祈禱，也覺得她有天會接受福音，但是她在今生的旅程中未曾接受福音。她是位堅強的女性，在韓戰之後，奉獻犧牲自己的一生來支持家計。在我母親過世滿一年的那天，我和內人前去加州洛杉磯聖殿執行她的洗禮和證實。教儀室內強烈的靈性向我證實母親已經開心地接受了福音和教儀。

就在母親過世之前，她要我照顧她在韓國住院的妹妹。但不巧的是，我和家人住在美國加州，所以我似乎無法完成母親臨終前充滿愛心的遺願。然後，突然因為工作的關係，我需要搬到南韓，而且必須和家人分開一年。雖然我很擔心和家人離得這麼遠，但是我也很期待可以拜訪阿姨和父親；我的父親患有阿茲海默症，住在韓國的一間醫院裡。

我祈求天父在我和家人遠離的時候能派來上天的協助。我下定決心在韓國的時候，要每週去拜訪我的父親、阿姨，以及去聖殿，也要每天為家人祈禱。

到了韓國，新支會的主教便召喚我擔任男青年會長和福音教義班教師。我的支會和父親、阿姨所在的醫院距離很遠，而且我的工作很忙，但是天父賜福給我，讓我有體力和耐力光大我的召喚，並做到我決心要做的事。

開始拜訪阿姨之後不久，我就發現很少有人探望她。於是我決定在週末的時候接她到我住的飯店過夜；我有一個多出來的客房。但是，我遇到了一個問題：星期天應該帶她一起去教會嗎？我覺得她應該對聚會沒什麼興趣，也不會了解聚會內容，而且聚會之後，她必須等我好幾個小時的時間，讓我完成會議和其他的職責。不過，不知道為什麼，我覺得應該帶她一起去。

所以，那個星期我就帶她一起去了教會，也如我所預期的，聚會後她需要等我。開完會之後，我帶她回到飯店用餐。我注意到她手裡拿著一個袋子。我問她那是什麼，她回答說，有一位姊妹給了她一些點心。

每次教會結束後，如果我

有其他的事要做，這位不認識我阿姨的姊妹，一定會拿點心給我阿姨。有一個星期，在我的主日學課程中，一個熟悉的聲音自願讀一段經文。我從沒想過阿姨會自願讀經文，原來是坐在阿姨身邊的一位姊妹鼓勵她這樣做的。雖然阿姨因為在醫院孤立太久，所以不善交際，但是所有的成員都友善地問候她，和她聊天。

每個星期天晚上，我會送她回醫院，然後答應下個週末再去接她；她每次聽到我這樣說都會微笑。

有一天，一位朋友擔心地說，等我離開韓國之後，我的阿姨可能會因為我突然不再去拜訪她而感到難過。離開韓國的日子就要到了，我的情緒很矛盾——一方面我很開心很快可以和家人團聚，一方面也因為要留下阿姨一個人而感到擔心、憂傷。

我終於向阿姨解釋我不能再這麼常探望她。她停頓了一下，明顯地露出失望的樣子。然後，她試著鎮定下來，問我可不可以一年後再來看她。我哭了，並絕望地祈求天父幫助這位女士。

我在韓國的最後一個星期日，主教詢問支會成員是否可以在星期日接我的阿姨到教會。他說有幾位成員願意定期拜訪她；



因為有很多人願意服務，所以他們得排班輪流。我簡直不敢相信他所說的話！這真是對我無助的祈禱意想不到的答覆。

因為那些成員住的地方離阿姨的醫院很遠，所以我提議要留一些錢給他們當做交通費，但是他們不願意收錢。他們說會輪流一個月拜訪她一次，但是我後來發現，他們實際上每個星期都會去看她。一位忠信的姊妹每週五接我阿姨去參加福音研究所，並一起吃午餐。她甚至帶她去美容院理髮。另外一位有兩個青少年子女的單親姊妹自願每個星期日早上去接她。她會為阿姨煮飯、帶她

去散步，並和她一起聽音樂。最重要的是，她想要做阿姨的朋友，最後我阿姨終於敞開心扉，能自在地和她以及其他成員聊天。每個星期日，在教會開會、處理其他事務，度過漫長的一天之後，主教會在晚上從成員家中接阿姨回去醫院。每個星期四，他就會體貼地寄電子郵件給我，報告他們像天使般為阿姨付出的服務。

我相信母親看到了忠信的後期聖徒如何為她的妹妹服務。現在，我更清楚地知道，為什麼我們要稱教會的其他成員為「弟兄」和「姊妹」了。■

作者現居美國加州。



邀請所有人

「主動歡迎每一個出現在教堂大門的人。帶著感激和沒有偏見的心去歡迎他們。一旦有不認識的人走進教堂，你們要熱心接待他們，邀請他們和你們同坐。請務必先踏出第一步，幫助他們有受到歡迎和被愛的感覺，不要等著他們來找你。」

「初步寒暄接待後，再想些方法繼續給予協助。」

傑瑞·卡斯主教，總主教團第一諮理，
「不再作外人」，2013年11月，
利阿賀拿，第51頁。



大衛·貝納長老
十二使徒定額組

忠信父母 和 叛逆子女

在消除誤解之際
仍保有希望

對勇敢的錫安父母而言，最讓他們痛心疾首的事情之一就是子女背離了福音的道路。這樣的父母在心思意念中總是不停地反覆思索這類問題：「為什麼會這樣？」、「我到底做錯了什麼？」、「現在怎麼幫助這個孩子？」當這些男女轉向耶穌基督的福音，從中尋求指引、力量和安慰時，莫不懇切地禱告，勤奮查考經文，並專注聆聽聖職及輔助組織領袖的忠告。

教會總會持有權柄人員針對忠信父母對叛逆子女的影響，發表過許許多多論述，這些一直都

是、也將繼續是家人獲得安慰的來源。¹ 父母從這些信息所帶來的希望獲得慰藉，認為只要他們遵從福音聖約、服從主的誠命，忠誠服務，便能影響這些迷途子女的救恩。然而，一些教會成員對於這些論述的解讀，已經造成教義上相當程度的誤解。這種混淆源自於這些解讀與耶穌基督贖罪的教義道德選擇權和個人要為罪和違誠負責的原則，顯然並不一致。

複習標準經典中反覆強調的真理、現代使徒和先知明確的教導、教會歷史紀錄中的相關證據，皆能在我們因應這種誤解之際，仍保有希望。



先知關於後代子孫的應許

以下引文出自約瑟·斯密先知的教訓一書，此書由約瑟·斐亭·斯密在擔任教會史記員時編纂而成：「當父母印證後，就保證了他們的子孫，這樣他們就不會失去，卻要藉著他們父母的聖約而得救。」²

1929年，十二使徒定額組的奧申·惠尼長老（1855-1931）也有類似的教導，那顯然是根據先知約瑟·斯密的話而來：「先知約瑟·斯密教導過的教義中，再沒有比這更令人安慰的了。他說：『忠信父母的永恆印證，以及因他們勇於在真理偉業中服務而賜給他們的神聖應許，不僅能使他們得救，也會使他們的後代得救。或許會有些羊迷失，但牧羊人的眼睛仍然看著他們，遲早他們都會感到神的手看顧著他們，帶領他們回到羊圈。不論在今生或來生，他們總會回來。他們必須償還債務來求得公平，必須為所犯的罪受苦，也或許必須走一段荊棘道，但如果這些最終可以把他們像悔改的浪子一般，帶回到充滿愛心，並樂意寬恕的父親心裡及家裡，那麼所有的痛苦經驗就都不會白費了。為你們粗心而不服從的子女祈禱，對他們堅定地守著你們的信心，不停地希望、信賴，直到看到神的救恩。』」³

有些教會成員把約瑟·斯密和奧申·惠尼長老的話解讀成叛逆的子女必定能由於、也能藉由忠信的父母，無條件地獲得救恩的祝福。然而，教會史記員在根據威拉·理查和威廉·克雷頓的註解為先知的教導彙編合訂版時，尚未拿到先知講道的最完整紀錄；有鑑於此，這樣的解讀是受侷限的。霍華德·柯瑞和瑪莎·柯瑞記錄了一系列比較完整的註解，從這些註解裡可看出，約瑟·斯密修正了他的說法，認為應許的祝福要視子女的服從而定，是有條件的：

「當一個家庭的父母都〔已印證〕，他們並未違誡的子女便能藉由父母的這項印證獲得保證。這是神對其祖先亞伯拉罕的誓約，這項教義將永垂不朽。」⁴

這項澄清使得教義更趨一致，此外，在柯瑞的紀錄裡還包含了其他的資料，顯示不服從的子女能無條件獲得救恩此一觀念，會與先知約瑟·斯密的許多基本教導相牴觸，包括信條第二條：「人會為自己的罪受懲罰」（信條第2條）。

這樣的理解也和標準經典裡無數的例子一致。舉例來說，阿爾瑪曾對他的兒子柯林安頓說：

「但是看啊，你無法在神前隱藏你的罪行，除非你悔改，否則你的罪必在末日成為對你不利的見證。」

「我兒，我希望你悔改並棄絕罪，不要再追求眼睛的欲望，卻要離棄這些事；除非你這樣做，否則你無法承受神的國。記住，要毅然離棄這些事」（阿爾瑪書 39：8-9）。

拉曼人撒母耳向尼腓人這樣宣告：

「這都是為了使相信的人能得救，使不信的人，接受正義的審判；而且，若他們被定罪，那是他們咎由自取。」

「現在，我的弟兄們，記住！記住！凡滅亡的，是他自取滅亡；凡犯罪的，是他自作自受；因為看啊，你們是自由的；神已容許你們自己採取行動；祂已賜給你們知識，也讓你們自由。」

「祂已讓你們能分辨善惡，也讓你們能選擇生命或死亡；你們可以行善而回復為善，換言之，使善回復給你們；你們也可以作惡，而使惡回復給你們」（希拉曼書 14：29-31）。

尚有其他一些經文也同樣證實此一原則，亦即男女都是主動者，皆已蒙福獲賜道德選擇權，都要為自己的思想、言論和行為負責。⁵

神的影響力可視為一種靈性的能力、
一種上天提升或牽引我們誘導偏離
正道的子女最後返回羊圈的力量。



神的手

針對這項特定的主題，教會並沒有其他紀錄顯示先知約瑟·斯密還有任何額外的教導。雖然後來有多位教會領袖曾對於約瑟·斯密、奧申·惠尼和其他人說的話提出了不同的強調重點，但他們都一致認為，只要父母遵守聖殿聖約，假以時日，必定能對子女發揮莫大的靈性影響力。教會忠信的成員要是知道以下這件事，必定能獲得安慰——他們在努力幫助家人獲得救恩和超升的祝福時，有權要求透過聖靈啟發和聖職特權，得到神聖指引和能力的應許。

我們可以把惠尼長老描述的「神的手」視為一種靈性的能力、一種上天提升或牽引我們誘導偏離正道的子女最後返回羊圈的力量。這樣的影

響力雖不能夠凌駕於子女的道德選擇權之上，但卻能夠誘導、指引他們。畢竟，子女還是必須運用自己的道德選擇權，懷著信心回應，全心悔改，在言行上符合基督的教導才行。

前總會會長團第二諮理雅各·傅士德會長（1920-2007）曾針對這項永恆的重要概念，提出最周詳的解釋：

「我相信奧申·惠尼長老所說的這段令人安慰的話：

「『先知約瑟·斯密教導過的教義中，再沒有比這更令人安慰的了。他說：『忠信父母的永恆印證，以及因他們勇於在真理偉業中服務而賜給他們的神聖應許，不僅能使他們得救，也會使他們的後代得救。或許會有些羊迷失，但牧羊人的眼睛仍然看著他們，遲早他們都會感到神的手看顧著他們，帶領他們回到羊圈。不論在今生或來生，他們總會回來。他們必須償還債務來求得公平，必須為所犯的罪受苦，也或許必須走一段荊棘道，但如果這些最終可以把他們像悔改的浪子一般，帶回到充滿愛心，並樂意寬恕的父親心裡及家裡，那麼所有的痛苦經驗就都不會白費了。為你們粗心而不服從的子女祈禱，對他們堅定地守著你們的信心，不停地希望、信賴，直到看到神的救恩。』⁶

「這段話中一個經常被忽略的原則是他們必須充分悔改，『為所犯的罪受苦』，並『償還債務來求得公平』。我知道現在就是『為迎見神而作準備』的時候〔阿爾瑪書 34：32〕。叛逆的孩子如果不在今生悔改，印證之索是否還有可能堅固得足以促成他們的悔改？在教義和聖約中我們得知：『悔改的死者，將藉著服從神家宅中的教儀而得到救贖，

「『在他們付出自己違誠的懲罰並被洗淨

有些正義的父母也有叛逆的子女，他們在這方面樹立了榜樣；忠信的父母可能會在跟從這些父母的榜樣時，找到持守忍耐的力量。在摩爾門經中，祖先李海始終不斷地鼓勵他叛逆的兒子要轉向主。

後，必按照他們的行為獲得酬賞，因為他們是救恩的繼承人』〔教約 138：58-59〕。

「我們記得那位浪子花光了他的繼承產業，身上不名一文時才回到他父親家裡。他們歡迎他回到家裡，但他的產業已花光了。〔見路加福音 15：11-32〕慈悲不會奪去公道，忠信父母也只能在叛逆的孩子悔改，接受了基督的贖罪後，才有權利要求印證能力。叛逆的孩子在悔改後會享有救恩和附帶的一切祝福，但若要超升就不止於此，超升是必須一點一滴努力爭取來的。至於誰會獲得超升的問題，無疑只有主的慈悲才能決定。

「只有極少數的人會叛逆、邪惡至極，以致『犯罪到失去悔改力量的程度。』⁷ 那樣的判斷也應該留給主。主告訴我們：『我，主，寬恕我要寬恕的人，但是你們必須寬恕所有的人』〔教約 64：10〕。

「也許在今生中我們都不會全然了解，正義父母與其子女之間的印證之索有多強韌。也許正在運作的各種有益資源比我們所知的還要多。⁸ 我相信，我們在幔子另一邊心愛祖先的影響力仍繼續與我們同在，且是一股強大的家庭力量。」⁹

傅士德會長的這些教導極具權威性，他針對正義父母和叛逆子女此一議題為我們總結了我們所知道和不知道的事情。父母若能遵守聖約、服從誠命，其影響力確實能促使神的手在其中運籌帷幄，藉此對叛逆子女的靈性產生決定性的影響——這些方式尚未完全啓示給我們，我們也尚未完全了解。然而，正義父母的影響力（1）無法取代他人生活中的一件必要之事——即耶穌基督贖罪的救贖和鞏固的大能，（2）無法免除不義使用道德選擇權所造成的後果，（3）也無法否定人是主動者，要「自己採取行動而不受支配」的這項責任（尼腓二書 2：26）。



李海和他的人民抵達遠處許地
圖：安諾德·佛瑞德

有些正義的父母也有叛逆的子女，他們在這方面樹立了榜樣；忠信的父母可以經由跟從這些父母的榜樣找到持守忍耐的力量。在摩爾門經中，祖先李海始終不斷地鼓勵他叛逆的兒子要轉向主，李海「對拉曼說：但願你能像這條河一樣，不斷流入一切正義的源頭！

「他也對雷米爾說：但願你能像這座山谷一樣，堅定穩固不移，遵守主的誠命！

「他說這些話，是由於拉曼和雷米爾的倔強；因為看啊，他們曾在許多事上抱怨父親」（尼腓一書 2：9-11）。

後來，當李海即將告別塵世時，仍然邀請和誘導他叛逆的兒子能「聽從〔他的〕話」（尼腓二書 1：12）：

「覺醒吧！從塵埃中起來，並且聽從發抖著的父親的話，不久你們就要將他的軀體葬在寒冷寂靜的墳墓裡，……」

「我切望你們記住遵守主的規章和法典；看啊，我的靈魂一開始就為這件事擔憂。」

「我的心經常因憂傷而沉重，因為我怕你們心地頑硬，主你們的神會在祂十足的憤怒中降罰你們，將你們永遠剪除和毀滅；……」

「我兒啊，但願這些事不至臨到你們，但願你們能成為主所精選又蒙主恩惠的民族。但是看啊，願祂的旨意得成；因為祂的道永遠正義」（尼腓二書 1：14，16-17，19）。

曾經有位主的天使向叛逆的小阿爾瑪顯現並說道：「主已聽到祂人民的祈禱，也聽到祂僕人，即你父親阿爾瑪的祈禱；他用了極大的信心為你祈禱，希望你能認識真理；因此，就是為了這個目的我來使你信服神的力量和權柄，好讓祂僕人的祈禱能按他們的信心而得到答覆」（摩賽亞書 27：14）。

這個非凡的經驗有一部分是因為老阿爾瑪的

祈禱而發生的——天使曾兩度認可老阿爾瑪為神的僕人。因此，忠信的父母可以請求上天的能力來影響自己的子女。儘管如此，這些子女仍然保有他們自己的選擇權，而悔改或不悔改，終究是他們自己要作的選擇。小阿爾瑪確實為自己的罪悔改，從聖靈而生了（見摩賽亞書 27：24），任何有叛逆子女的父母，都全心渴求能有這樣的結果。

當父母能持之以恆且有耐心地關愛子女，漸漸地在生活中樹立榜樣，成為耶穌基督的門徒，那麼他們在教導天父的幸福計畫時必能獲致最大的成效。這些父母堅定不移的態度不但使他們對救主贖罪的救贖和鞏固能力有堅強的見證，也能引導叛逆的子女用嶄新的眼光去看待事情，用嶄新的態度去傾聽（見馬太福音 13：43）。

言行若能符合救主的教導，便能邀請屬靈的能力進入我們的生活中——也就是聽見和聽從的能力，辨別的能力，持之以恆的能力。展現忠誠不渝的門徒精神，才是一切問題和挑戰最佳且唯一的解決之道。■

註：

1. 見約瑟·斯密，約瑟·斯密先知的教訓，約瑟·斐亭·斯密編纂（1938），第 321 頁；Joseph Smith, in *History of the Church*, 5:530; Brigham Young, in *Journal of Discourses*, 11:215; Lorenzo Snow, in Brian H. Stuy, comp., *Collected Discourses*, 5 vols. (1987-92), 3:364; 約瑟·斐亭·斯密，救恩的教義：約瑟·斐亭·斯密證道詞及著述，布司·麥康基編，共 3 卷（1954-1956），第 2 卷，第 90-91, 179, 182-183 頁；Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 2nd ed. (1979), 685; 賓塞·甘，「海洋潮流與家庭影響」，1984 年 6 月，聖徒之聲，第 1-7 頁；豪惠·洪德，「父母對子女的關心」，1984 年 1 月，聖徒之聲，第 95 頁；培道·潘，「我們

- 的道德環境」，1992 年 7 月，聖徒之聲，第 57 頁；羅素·納爾遜，「死亡之門」，1992 年 7 月，聖徒之聲，第 63 頁；Gordon B. Hinckley, in "Prophet Returns to 'Beloved England,'" *Church News*, Sept. 2, 1995, 4; 培道·潘，「不要懼怕」，2004 年 5 月，利阿賀拿，第 77 頁；羅拔·海爾斯，「一位慈父的全部情感：一項為家庭帶來希望的信息」，2004 年 5 月，利阿賀拿，第 88 頁。
2. 約瑟·斯密，約瑟·斯密先知的教訓，約瑟·斐亭·斯密編纂（1938），第 321 頁。
 3. Orson F. Whitney, in Conference Report, Apr. 1929, 110.
 4. Joseph Smith, *The Words of Joseph Smith*, comp. Andrew F. Ehat and Lyndon W. Cook (1980), 241; emphasis added. See also page 300.

5. 這些經文說明了一項原則，即男女都是主動者，皆已蒙福獲賜道德選擇權，能加以運用，也要為自己的行為向神負責。列舉其中一些相關經文如下：哥林多後書 5：9-10；加拉太書 6：7-9；摩賽亞書 4：30；7：30-33；阿爾瑪書 12：12-14；33-35；34：13-17；42：24-30；教義和聖約 6：33-34；101：78；摩西書 7：32-33。
6. Orson F. Whitney, in Conference Report, Apr. 1929, 110.
7. Alonzo A. Hinckley, in Conference Report, Oct. 1919, 161.
8. See John K. Carmack, "When Our Children Go Astray," *Ensign*, Feb. 1997, 7; *Liahona*, Mar. 1999, 28.
9. 雅各·傅士德，「彼遠離羊圈者亦愛」，2003 年 5 月，利阿賀拿，第 61-62 頁。



辛巴威

美麗之地、信心之民

辛巴威的後期聖徒大家庭蓬勃發展。

辛巴威的美景

位 於辛巴威邊境的維多利亞瀑布是世界七大自然奇觀之一。雖然此瀑布並不是世界上最寬或最深的瀑布，但是有許多人聲稱其總水量是世界第一。一英哩多寬（1.6 公里）的瀑布水流筆直下墜幾百英呎（108 公尺），撞擊到下方的岩石上。轟隆巨響的瀑布激盪出大量的水花，讓人在雨季時甚至看不到瀑布的底層。

維多利亞瀑布不過是辛巴威眾多的絕色美景之一。位於非洲東南方的辛巴威（舊稱南羅德西亞）吸引了來自世界各地的遊客前來體驗其國家公園、野生動植物、美景，以及文化。

你可以參加野生動物探險隊，或是從壯闊的三比西河急流泛舟而下，辛巴威的美景不可勝數，更有蓬勃發展的後期聖徒大家庭。

教會在辛巴威的發展

目前居住在辛巴威的教會成員超過兩萬三千人。在過去的 35 年中，教籍人數成長快速。比方說，在 1980 年之前，當地僅有一千多位成員而已。

賓塞·甘會長（1895-1985）在 1978 年 6 月 8 日以先知身分宣布，「本教會所有配稱的男性成員，不論其種族或膚色，都可以受按立得到聖職」（正式宣言二），對教會在辛巴威的成長帶來正面的影響。

許多後期聖徒協助鞏固辛巴威的教會。以下便是針對部分先驅者所作的簡單介紹。



克威克威的初級會
兒童；1965年。

辛巴威的現代先驅者

休伯·哈其斯

傳教士在1930年代早期曾經短暫被派遣至南羅德西亞。但是，到了1935年，所有的傳教士都被調出該地（當時南羅德西亞隸屬於南非傳道部）；由於當時傳教士人數不足，而且離位於南非開普敦的傳道部會長住家太遠，當地的傳道工作因此結束。

1950年9月，八位傳教士被派遣至南羅德西亞重新開始當地的傳道工

作。五個月之後，當地的第一位歸信者受洗。

休伯·哈其斯在1926年出生於英國，並在1949年移居南羅德西亞的沙利斯柏立。他一開始的時候是從正在慕道的一位朋友那裡聽說教會的事。休伯對復興的福音有所疑慮，所以想要向朋友證明教會不是真實的。但是，在仔細研究福音之後，他反倒培養出對福音真實性的見證，並決定受洗。他告訴朋友說：「我錯了，我要加入教會。」¹

1927年：一位從南非移入的成員的兩個兒子是首先在南羅德西亞受洗的兩位成員。

1930年：南非傳道部的唐·戴騰會長派遣首批傳教士到南羅德西亞地區傳道。

1935年：唐·戴騰會長停止派遣傳教士到南羅德西亞。



1950年：伊凡·賴特會長於9月指派八位傳教士重新開啓南羅德西亞的傳道事工。

1951年：休伯·哈其斯是南羅德西亞第一位受洗的歸信者。

辛巴威哈拉雷的後期聖徒齊聚一堂慶祝嬰兒祝福；1985年。



休伯在1951年2月1日受洗；他是南羅德西亞第一位受洗的歸信者。他很喜歡與人交際，每到一個地方都會交朋友。友善的天性讓他為當地教會的成長貢獻良多。

1959年，休伯成為沙利斯柏立分會的會長。他的諮理也是當地的成員；這是此分會第一次由當地成員組成分會會長團。在此之前，一直都是由全部時間傳教士擔任分會會長團的職務。

爾尼斯·西班牙達

爾尼斯·西班牙達在1978年12月遇到兩位騎著自行車的摩爾門傳教士——布萊克長老和凱林長老。他們送他一本摩爾門經。在他們拜訪爾尼斯



2012年冬季，吉威魯支聯會的男青年參加活動。男青年和他們的領袖收成玉米，然後一起用餐和踢足球。

1959年：紀錄中第一位從南羅德西亞出去傳教的傳教士，珍·伍德，前往南非傳道部服務。



1964年：北羅德西亞成為尚比亞，南羅德西亞則成為羅德西亞。

1978年：戴爾·李博會長組織羅德西亞第一個區會會長團。

1980年：英國承認羅德西亞獨立；國名改為辛巴威。



1985年：南非約翰尼斯堡聖殿於8月24-25日奉獻。

之前，他已經研究宗教許多年了。事實上，他在自己的教會擔任教師已經九年，擔任牧師也已經三年了。

收到摩爾門經的那個晚上，爾尼斯熱切地徹夜讀這本書，直到凌晨兩點。他等不及要在隔天和傳教士見面。爾尼斯告訴他們，他從約瑟·斯密那裡學到有關耶穌基督的知識，比起他認識的所有牧師教導的還要多。爾尼斯不久後就洗禮了，他的妻子和子女幾個星期之後也受洗。

他這樣描述自己洗禮的那天：「我覺得好自由。我覺得自己擺脫了所有邪惡。我找到心中對家人的愛。我找到心中對教會的愛。」²

事實上，爾尼斯·西班牙成為教會的得力助手。他曾擔任主日學會長、分會文書，以及分

會會長團的第二諮理。他也完成了南非傳道部會長指派的任務，將英文聖詩翻譯到紹納語。

愛德華·杜貝

在2013年4月的總會大會上，愛德華·杜貝蒙召為七十員第一定額組的一員，成為第一位來自辛巴威的教會總會持有權柄人員。這不過是杜貝長老的許多「第一次」紀錄中的其中一項。他也是來自辛巴威的第一位支聯會會長、第一位傳道部會長，以及第一位區域七十員。杜貝長老的確確是一位正義領袖先驅者。

不過，在所有這些事發生之前，杜貝長老還有另一個第一次：第一次到教會。在他第一次去教會之前的兩年，他當時的雇主是一位後期聖徒，並給了他一本摩爾門經。杜貝長老讀了摩爾門經之後感受到其影響和力量。



1984年2月，杜貝長老接受邀請到當地的一個分會參加禁食見證聚會。他非常緊張，一走進教會，差一點就立刻轉身走出去。

不過，當分會會長站起來為摩爾門經作見證的時候，杜貝長老的感覺就開始改變了。杜貝長老覺得對摩爾門經的見證是他們的共通點。所以，在幾位成員作見證之後，他也站起來分享自己對摩爾門經的感受。

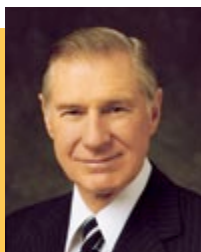
在這第一次聖餐聚會過後不久，杜



1994年，畢雷·曼德拉會長每個星期和家人走一英里（1.6公里）以上的路程去教會；他的手推車上放了分會聚會需要的所有物品。

1987年：辛巴威哈拉雷傳道部自南非約翰尼斯堡傳道部劃分出來。

1991年：十二使徒定額組的雅各·傅士德長老（1920-2007）於10月25日奉獻辛巴威為傳播福音之地。



1994年：教會教育機構雇用愛德華·杜貝為地區行政主管。他在辛巴威全國組織福音進修班和福音研究所。

1998年：戈登·興格萊會長（1910-2008）拜訪辛巴威，並向大約1,500名後期聖徒演講。數位政府官員也到場。



貝長老就開始熱切認真地慕道。他在幾個月之後受洗。後來他在辛巴威哈拉雷傳道部從事全部時間傳教。杜貝長老在1989年12月9日與娜美·卡瑞希亞·撒拉桑尼結婚；他們育有四名子女。

杜貝長老看到辛巴威聖徒在政治動亂中經歷的許多起起落落。他倚賴主賜與的力量和指引度過這一切。他說：「回顧我的一生，我真的心懷感恩。福音是我生命的一切。」³

曾任七十員，目前擔任英國傳教士訓練中心會長的奇斯·愛德華茲會長說：「對我來說，杜貝長老就像是辛巴威的百翰·楊或惠福·伍。」愛德華茲會長在2000年至2003年期間擔任

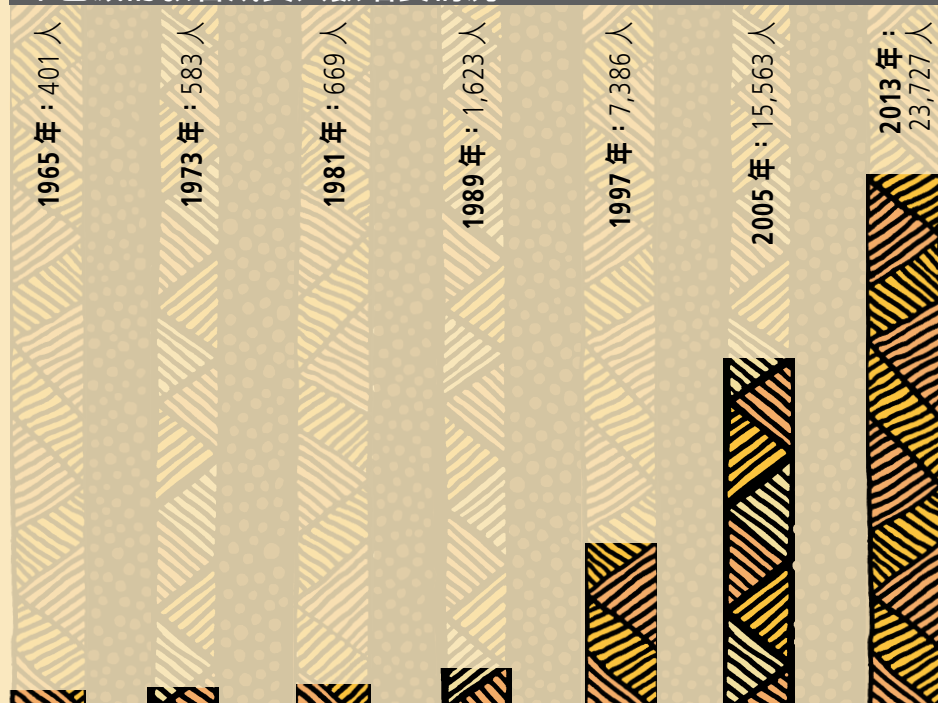
辛巴威哈拉雷傳道部會長，和當時擔任支聯會會長的杜貝長老有密切的合作關係。「杜貝長老很有遠見，他看得到福音應該達成的事情，還有應該怎麼運作。」⁴

辛巴威的傳道事工

愛德華茲會長在辛巴威親眼目睹這塊土地上越來越多人民接受福音，教會也不斷成長。愛德華茲會長說：「辛巴威人民享受生活。他們很快樂，而且具有天生的靈性。他們易於受教。」

愛德華茲會長解釋，因為傳教士的名牌上有救主的名字，所以那是傳教

辛巴威的教會成員人數增長情況



教會在辛巴威的各項統計數字*

教籍總人數：23,727

傳道部：1

支會與分會：60

家譜中心：4

*到2013年6月為止

1999年：在哈拉雷成立辛巴威的第一個支聯會。首次發行辛巴威當地語言紹納語版的完整摩爾門經。



2007年：發行紹納語版三合一經文（摩爾門經、教義和聖約及無價珍珠）。

2009年：愛德華·杜貝成為第一位在辛巴威服務的當地傳道部會長。



2013年：愛德華·杜貝蒙召至七十員第一定額組，成為第一位來自辛巴威的總會持有權柄人員。

士最容易跟辛巴威人討論福音的起點。當地人常常會讀出教會的名稱，然後開始感到興趣。愛德華茲會長說：「他們會說：『我們也是耶穌基督的朋友。』然後我們會立刻產生共鳴。」

辛巴威隨時都有更多未來的領袖和先驅者加入教會。愛德華茲會長說：「傳教士總是很忙。」■

註：

1. 取自格雷·哈基斯，休伯·哈基斯個人簡介，2012年6月26日，辛巴威個案資料，教會歷史圖書館，鹽湖城。
2. All are alike unto God, ed. E. Dale LeBaron (1990), 129.
3. Edward Dube, in R. Scott Lloyd, "New General Authority: Elder Edward Dube," *Church News*, Apr. 20, 2013, ldschurchnews.com.
4. 取自與奇斯·愛德華茲的訪談，2013年4月24日。

克威克威支會的領袖和傳教士，攝於2011年。





堅定不移

我們在地震之後歸向主，因而記起了
一直記得祂是多麼的重要。

建岡李特

前任日本仙台傳道部會長

在 2011年3月11日，星期五下午2時46分；
日本郡山市，郡山教堂二樓。
十五位傳教士正在進行領導人訓練會議，並開始練習如何教導約瑟·斯密的事蹟。正當這希望與平安的信息充滿整間教室的時候，窗戶開始咯咯作響。噪音大聲起來。一開始的顫動演變成了轟隆巨響。

建築物左右搖晃，而且搖擺得越來越快、越來越劇烈，最後變成連續不斷的震動。我們幾乎無法站立和走動。有些傳教士試著躲到桌子底下，結果桌子也被拋到教室的另一邊。整個建築

物、整個城市，甚至整個省，都被搖撼著，好像大地將要裂開一般。我腦海中只有一個想法：「帶傳教士逃離這裡！」

疏散

我當時是日本仙台傳道部的會長，有好幾個月的時間，我一直在教導傳教士和成員要「歸向主」（摩賽亞書7：33）。此時此刻，我也轉向祂祈求上天的指引，我很快得到一個靈感：「打開門，建立逃生路線。」我知道我必須在天花板倒塌、困住我們之前打開門。所



2011年3月的地震以及隨後而至的海嘯摧毀了日本北方數個城市（如上圖所示的宮古市），有上萬人死亡，數十萬人流離失所。

以我衝到門邊，將門打開。我大聲喊道：「快點出去！」

傳教士在猛烈搖晃的地板上蹣跚而行，走到門口，再到了樓梯間，才走出教堂。到了外頭，我們覺得安全一點，但仍尚未脫離環境的威脅。當時天氣已經變得十分嚴寒，大雪不斷打在我們的臉上。

在教堂的對街，一座佛教墓園中的墓碑紛紛倒下，墓園的圍牆也已經化為瓦礫堆。教堂後方的公寓建築上，出現一道 12 層樓高、巨大的鋸齒狀裂縫。隔壁一所小學的牆上掉下大塊的水泥塊。許多窗戶爆開，碎玻璃散滿一地。馬路的另一邊躺著一片藍色磁磚砌成的屋頂，且已經化為碎片。我將 15 名傳教士集合在教堂的停車場，向天父獻上感謝，感謝祂保護我們，也祈求祂的持續協助。

感謝的祈禱

恐慌的氣氛蔓延整座城市。因為害怕沒有食物，所以人們開始購買找得到的所有物品。麵包和牛奶立刻告罄，幾個小時之後，整個城市都找不到麵包了，加油站前也有大排長龍數公里的隊伍。

相較於街上居民的恐慌，傳教士就顯得較為冷靜。我們一起獻上感謝的祈禱，心中很平安，確切地知道一切都會沒事。

我們沒有辦法離開城市——道路受損，高速公路關閉，火車和公車也都停駛了。想要買汽油的人在漫長的隊伍後排隊數小時還是買不到。政府稽查人員有組織地進入每一戶人家，宣告哪些房子不可以住人，哪些可以。所以我們就和其他無數也是有家歸不得的居民一樣，在疏散中心過夜。



我們的天父不僅保存了我們的性命，更要確保我們能夠「一直記得」祂的兒子。

天的崇拜儀式的各項任務，然後就離開教堂，回到疏散中心，加入其他幾十位暫時無家可歸的居民。

聖餐麵包

但是，有兩位長老心情特別沈重。他們受指派去尋找隔天聖餐用的麵包，但是卻無功而返。

星期六晚上，我們回到疏散中心時，受到市政府員工的歡迎。他們為前一天只給了我們一點點食物（20 片蘇打餅乾）而感到抱歉，然後，他們滿心歡喜地交給我們隔天的食物配給：一瓶水和八片麵包。

我的長老們看著我，好像在說：「主還能給我們更多的祝福嗎？」

連一隻麻雀墜地都知曉的神不僅保存了我們的性命，更再度伸出援手。我們的天父確保我們能夠「一直記得」祂的兒子（教約 20：77）。我們一生中再也沒有比這時感到與救主更接近的時候了。

傳教士在那天晚上獻上特別的祈禱。他們跪下來感謝天父在這一連串的特別奇蹟中賜給我們另外一個奇蹟。他們明白了神有多重視一直記得耶穌基督的這項聖約，他們也很感謝慈愛之神憐憫和仁慈，讓我們可以每週領受聖餐。

這些傳教士現在能以前所未有的堅定信念見證：神希望我們一直記得祂的兒子耶穌基督。■

2011 年日本東北大地震發生在牡鹿半島外海 70 公里（約 45 英里）處，是規模 9.0 的地震；是自 1900 年起有現代的紀錄以來，所測量到的五大地震之一。¹ 仙台的所有傳教士在地震發生後幾天內都回報安全無虞。

註：

1. “Managing post-disaster debris: the Japan experience” (United Nations Environment Programme, June 2012), 5, unep.org/disastersandconflicts.





主的 道德標準

我的父親是位律師。多年前，他在法庭上為一個案子辯護時，為了支持他的論點，他只引用了一個案例——那是加州最高法院多年前的一個案例。而他的對手則引用了好幾個較低階法院的較近期的判決。

法官對我父親說：「克利斯特先生，你沒有比這個更新的案例嗎？」

我的父親看著法官回答說：「庭上，請容我提醒您，當最高法院針對某一議題提出意見時，只需要說一次。」法官同意地點點頭。他記起了不管案例的多寡和年代的遠近，最高法院的判決都凌駕較低階法院的判決。

我們的父神也是如此——針對道德這項議題，祂只需要說一次就夠了；而且祂一次的聲明就凌駕所有較低法院的意見；無論這些意見是出自心理學家、諮商師、政治人物、朋友、父母，或當今受人景仰的道德家。

神會賜給祂的子女對祂來說最珍貴、最神聖的能力，也就是創造生命的能力，真的令人難以置信。因為神賜了我們這項能力，所以祂，也只有祂，有權力指定如何使用這項能力。

大多公眾意見認為神的道德標準既令人煩厭又約束人；但事實卻

選擇服從或
不服從神的道德
標準，會對我們
今生的幸福
有決定性的影響。

正好相反。神的標準既正向、能提昇人，又能使人獲得自由。這些標準能建立信賴關係、提高自尊、培養無愧的良知，並邀請主的靈來祝福個人和已婚夫婦的生活。這些標準已被證明為幸福婚姻和穩定社會的基石。

那麼，主針對使用神聖生育能力所賜的標準——也就是祂的道德標準——到底是什麼呢？事實上，主的道德標準並不是一張可做和不可做之事的清單，卻是一項原則，說明如下：生育能力只能在婚姻關係中為了兩個主要目的實行：

(1) 結合並鞏固配偶之間的關係，(2) 帶領靈魂來到世上。以這兩種方式使用生育能力能得到主的祝福和贊同。

換句話說，生育能力不可在夫妻關係之外實行。因此，任何蓄意的思想或自願的行動若引發或導致在婚姻關係之外運用生育能力，都是主所反對的。

現在我要引用主針對道德提出的一些標準，來盡量減少任何的誤解或不清楚的地方。

姦淫和通姦

不論世人對姦淫和通姦有什麼感覺，主都禁止這樣的行為。這些行為就是與我們沒有合法婚姻關係的異性使用生育能力。如果行為者雙方都沒

有結婚，就是姦淫；如果雙方有一人已婚，或是都已婚，就稱為通姦。

使徒保羅說：「神的旨意就是要你們……遠避淫行」（帖撒羅尼迦前書 4：3）。他也說：「你們豈不知不義的人不能承受神的國嗎？不要自欺！無論是淫亂的、……姦淫的……都不能承受神的國」（哥林多前書 6：9-10）。

有時候，人們不了解這些違誡的嚴重性，有些人則會合理化自己的違誡。柯林安頓似乎不了解他和妓女伊賽貝兒所犯下的罪行有多嚴重。他的父親阿爾瑪幫助他了解其嚴重性：「我兒，難道你不知道這些事在神眼中是一種憎行……嗎？」（阿爾瑪書 39：5）。約瑟遭到波提乏之妻引誘時也這樣形容這項滔天大罪：「我怎能作這大惡，得罪神呢？」（創世記 39：9）。

**神的道德標準能
建立信賴關係、
提高自尊、培養
無愧的良知，
並邀請主的靈
來祝福個人和已婚
夫婦的生活。**

不當的觸摸

不當的觸摸會刺激生育能力。所以，在未婚的情況下，觸摸另一人的私處或神聖的身體部位，不論此人是否有穿衣服，都違反了神的道德標準。¹

自戔

主譴責自戔的行為。自戔就是刺激自己身體



生育能力的行爲。十二使徒定額組會長培道・潘會長說：

「不要觸犯玩弄這種神聖生育能力的罪。……

「……這事是主所不喜悅的，同時，也不是你所喜悅的；它不會使你感覺到配稱或潔淨。」²

同性戀關係

有些人要我們以爲教會反對同性間性關係的立場是短暫的政策，而不是永恆的教義。這種想法違反經文的教導、現代先知的話語，以及救恩計畫；它們都教導：一男一女間的永恆婚姻是超升的必要條件。同性戀關係與神的永恆模式不符；神的模式是，丈夫和妻子不僅在今生擁有子女，而且獲得超升之後，也可以有永恆的增進。

我們知道每個人都是神的兒子或女兒，也有資格獲得相應的對待。我們都因自己的不完美而苦苦掙扎；有些缺點不是我們自己選擇的。但是，我們也相信無限的贖罪能在今生或來生賜予我們所有必要的力量，將我們的弱點和不完善之處變爲堅強。主應許我們：「因爲如果他們在我面前謙抑自己，並對我有信心，我必爲他們使軟弱的東西變成堅強」（以帖書 12：27）。

有同性戀傾向的人有責任（1）禁絕不道德的關係，並且（2）盡全力獲得贖罪使人昇華、變成完善的力量。然而，在此過渡時期，那些有同性戀傾向，但是卻不屈服此傾向因而採取行動的人，還是可以配稱擔任教會職位，並取得聖殿推薦書。³

敵人的觸手

現在，我要分享幾個我提到的罪的事前危險訊號。撒但在某程度上就好像是一隻想要捕捉我

們的章魚。如果他用一隻觸手抓不到我們，他就會試另外一隻又一隻的觸手，直到某隻觸手可以緊抓著不放爲止。以下是邪惡者用來讓我們違反神的道德律法的一些觸手。

色情

神要祂的子女不去觀看任何有色情內容的電影、電視節目、網站，或雜誌。任何色情的圖像或文字都會激發我們內在的慾望。這是主的靈所憎惡的。

沒有人可以說自己是被色情所愚弄，以爲有所謂的不小心瞄到這樣的事。色情是心存惡意、無情的毒蛇，看第一眼的那個時刻就開始攻擊，之後每看一眼，牠都會以滿腹的毒液繼續攻擊你。

如果你染上了這個惡疾，就需要盡全力去克服。你可能需要

認罪、熱切地祈禱、禁食、沉浸在經文之中、不要無所事事，把時間用在有建設性的事上、嚴格限制網路的使用、接受專業諮商等等；但是你一定可以克服的。有時候，你一定要有意志力——沒有哪種藥或諮商技巧是可以治療每一種癮習的。

不端莊的服裝

我們的服裝不僅會影響我們的思想和行爲，更會影響他人的思想和行爲。因此，使徒保羅忠告「女人〔要〕……以正派衣裳爲妝飾」（提摩太前書 2：9）。

女性的服裝對男性的思想和感覺有很大的影響。如果她們穿得太低、太高或是太緊，都會引發不好的想法；甚至連努力要保持純潔的男青年也會出現不當的想法。⁴

男性和女性都可以在外表上兼顧美觀、時髦和端莊。女性尤其可以穿著端莊，藉此增進自尊，

任何蓄意的思想
或自願的行動
若引發或導致在
婚姻關係之外
運用生育能力，
都是主所反對的。

並幫助男性保持道德潔淨。到頭來，多數女性穿得怎樣，就會吸引怎樣的男性。

不潔的思想

有人說：「你可以看著鳥飛來飛去，只要別讓牠在你頭上築巢就好了。」注意到好看的女士或英俊的男士走過並沒有什麼錯；這是很正常的。但是，如果這些思想轉變為慾望，那麼鳥巢就造起來了。

我們無法避免不去看每個不雅的看板或每個穿著不端莊的人，但是我們可以在不當的想法浮現時將之驅除。無意看到不雅的事物並不是罪；但是，不當的思想出現時不停止，就是罪了。經文告訴我們：「因為他心怎樣思量，他為人就是怎樣」（箴言 23：7）。

基本上，我們的思想會成為行為的種子。我們的確有掌控自己的生活 and 思想的內在力量。好的和邪惡的思想無法在腦海中共存，就像光和黑暗無法同時出現在同一個地方一樣。在某些時候，我們都必須選擇要保留下來的哪種思想。

只要我們願意，我們可以將每個邪惡的想法驅除，並立刻以提振人心的歌曲、詩，或經文取而代之。正如黑暗會在光明之前消散一樣，邪惡也會在良善之前消失。

隱蔽之處和會誘惑人的朋友

在某些特定的時刻和場所，無論我們有多堅強，我們的抵抗力都會變弱。有些最好的男女因為處在最糟的情況下而跌倒。大衛王就是這樣的例子；他在晚上看到拔士巴，一開始似乎只是安全地遠遠觀望（見撒母耳記下 11：2-4）。我們都不應該認為自己太堅強或是有很強的抵抗力，所以不會屈服。隱蔽的處所、深夜，以及道德標

準不高的朋友，都有強大的磁力，將我們拉進撒但的魔爪。

合理化

人們常用兩個合理化的解釋來支持道德上的違誠。第一個就是「我愛她」。撒但是最厲害的仿冒者。他試圖將慾望假扮成愛。有一個很簡單的測試可以分辨出這兩者。愛出於自我約束、服從神的道德律法、尊重他人，以及無私。相反的，慾望則出自不服從、自我滿足，以及缺乏紀律。

第二種合理化的解釋就是「沒人會知道」。主已經在數個場合中駁斥這種謊言。祂聲明：「而且反叛者將被極大的哀傷刺透；因為他們的罪惡將在房頂宣布，他們的祕密行為將被顯露」（教約 1：3）。

再暗的地方、再隱秘的角落，一定都會有人看見。如果你違反了神的道德律法，神一定會知道，你也會知道。

悔改

如果我們犯了道德上的錯誤，我們可以藉由耶穌基督的贖罪來悔改。若要從此過著道德潔淨的生活，第一也是最基本的步驟，就是悔改過去的違誠，將沙子的地基換成石頭的地基。這往往要從認罪開始。

不過，悔改不光是時間問題，或是離棄罪、認罪而已。悔改更是內心真正的變化，決意要過道德潔淨的生活——不是因為我們必須過這樣的生活，而是因為我們想要過這樣的生活。

神很清楚地讓我們知道，違反祂的標準之後不可能不用承受後果，但因為祂有無限的慈愛和憐憫，所以祂賜給我們這榮耀的希望：

慾望出自不服從、自我滿足，以及缺乏紀律。

「因為我，主，不能以最小程度的寬容看待罪惡；

「然而，凡悔改並遵行主誡命的，必蒙寬恕」（教約 1：31-32）。

祂已應許所有改變自己的心、棄絕自己的罪的誠實之人：「你們的罪雖像硃紅，必變成雪白」（以賽亞書 1：18）。

不過，保持潔淨始終比犯罪之後悔改要來得好。為什麼呢？因為罪的某些不良後果可能會在悔改之後存留，像是疾病、非婚生子女，以及名譽受損。我們的生命目標不只是保持潔淨而已，還要成為完全。我們若潔淨，就能加速追求完全的過程；當我們不潔淨的時候，我們的追求就會受阻。

阿爾瑪教導：「邪惡絕非幸福」（阿爾瑪書 41：10）。我們無法在違反神的道德律法後不受懲罰，並且感到快樂，因為創造我們的神在我們的靈魂中安放了一個道德羅盤，也就是良知。每次我們違反神的道德標準，良知就會啟動——讓我們憂心忡忡、引發罪惡感和懊悔之意；良知是來自天上的證人，見證該項標準包含的真理。

我們可能會試圖忽視或壓抑良知，但是我們絕對逃不過良知。神的道德標準無法被棄之不顧，也無法降低或妥協；

你只能服從或不服從這些標準。最後，我們不是與之抗衡，就是接受之。我們的選擇會對我們今生的幸福有決定性的影響。

塵世生命的祝福

過潔淨和道德的生活，能使我們得到無與倫比的祝福。這樣的生活會讓人有自信和自尊，並良心無愧。我們也會有資格擁有同樣純潔的配偶，在婚姻關係中運用生育能力時，也會更甜美、更充實，因為我們保留到主親自制定的時間，才使用這能力。

因為主深愛我們，希望我們快樂，所以祂在這末世時代宣布了祂對其子女制定的目標：「我會為我自己興起一群純潔的人民，他們會在正義中事奉我」（教約 100：16）。

願我們每個人都能成為那純潔世代的一份子，全心接受主的道德標準。■

摘自2013年1月22日於百翰·楊大學愛達荷分校所作的祈禱會演講。英文全文見網站 web.byui.edu/devotionalsandspeeches。

註：

1. 見李察·司考德，「正義的力量」，1999年1月，利阿賀拿，第81頁。
2. 培道·潘，專對男青年說（1976），第4頁。
3. 見指導手冊第二冊：管理教會（2010），21.4.6。
4. 見達林·鄔克司，「色情」，2005年5月，利阿賀拿，第90頁。

愛出於自我約束、
服從神的道德
律法、尊重他人，
以及無私。



現在我知道的確有神了

多年前，我在智利聖地牙哥聖殿擔任聖殿工作人員。有一天上晚班的時候，我開始覺得呼吸困難，所以不情願地要求提早回家。

在走到地鐵站的路，我祈求我要坐的車能夠即時到站，讓我可以快點回家。當我看到月台上停著一輛列車時，我心想，我的祈禱得到答覆了。但是，當我走近時，看到列車員工趕去協助一位乘客；那名乘客可能心臟病發了。我最喜歡的一首聖詩的歌詞湧進我的腦海：「今日我可曾在世界上行善？」¹我立刻覺得需要伸出援手。

我趕緊跑到列車員工安置這位年輕人等待救護車的地方，他們也讓我留下來。我向天父祈求想要知道該做什麼，並懇

求天父讓這位年輕人活下來。我不想讓他一個人孤單、害怕的待在那裡，所以我握住他的手，試圖幫助他保持冷靜。我向他保證，他還會活很久，神有個目的要他去完成。我找出他家人的電話號碼，撥電話給他們，讓他們知道他們的兒子正要去醫院，而且也有人在他身旁協助他。

醫護人員趕到的時候，我跟著他們走到救護車。我覺得我應該陪著這個年輕人，直到他們家人趕到為止。讓我很驚訝的是，醫護人員決定我應該跟著去，所以我就一路握著這個年輕人的手到了醫院。

我們到了後不久，他們就送他到急診室，然後我到外頭等他的家人。他們到的時候，他的母親哭了出來，伸出雙臂

抱住我，說她好高興世界上還有好人。

一星期後，我接到這位年輕人的電話。他告訴我，醫生說在他到達醫院之前，保持冷靜是他保命的關鍵。

在那天之前他是不相信神的。他大聲說：「你救了我一命，我會永遠感激你！現在我知道的確有神了。」我感動得說不出話來。

那天我提早離開聖殿，聖靈就引導我在正確的時間去到正確的地方。我很感謝天父指引我，賜給我勇氣按照聖詩的歌詞去做，沒有讓機會消逝；雖然我能做的只是握著陌生人的手而已。■

卡拉·加維狄亞，加拿大安大略省

註：

1. 「我可曾行善？」聖詩選輯，第135首。

我不想讓這個年輕人一個人孤單、害怕的待在那裡，所以我握住他的手，試圖幫助他保持冷靜。



我才需要幫助

幾年前，一輛很破爛的車出現在我們的教堂停車場上；這輛車的主人是一位有四個孩子的單親爸爸。他來教會尋求協助。我們的支會協助他們找到地方住，這位父親也開始帶他的家人來教會。

他的孩子的衣服有時是乾淨的，有時是髒的，但是他們的頭髮總是很髒亂。我們不知道他們的頭髮到底會有多凌亂。初級會會長每個星期都會帶順髮露和髮梳來，然後她和一位教師會在初級會開始之前整理這些孩子的頭髮。

我是初級會會長團的一位諮理，我很佩服這兩位姊妹能夠這樣接受這些骯髒的孩子。我沒有辦法放下身段去摸他們的頭髮，我不知道這些姊妹是如何做到的。爲了減少自己的罪惡感，我告訴自己，我可以幫忙看著其他的孩子，讓這些姊妹做事。

這個家庭中最小的孩子三歲。她說話說得不清楚，但是我們唱歌的時候，她會努力地大聲發出像音樂的聲音；我覺得很煩。

因爲三歲兒童的注意力很

短暫，所以我開始讓這位小女孩坐在我的腿上，幫助她傾聽。她會充滿感激地對我笑，我也開始感受到天父對這個骯髒的孩子——祂的孩子——有多喜悅，有多愛她。最後，我發現自己不介意那些污垢，並抓起一把梳子梳理她打結的頭髮。我甚至認爲她嘗試唱歌時發出的聲音是喜悅的歌聲。

幾個月之後，這些孩子的父親站起來在見證聚會中感謝我們幫助他的孩子。接下來那個星期，這個家庭就走了。

我很感激能有機會爲這些孩子服務。他們剛到的時候，我覺得他們太需要幫助了，但是，我發現，我才是那個需要他們來幫助我改變的人。■

黛安·哈齊，美國亞利桑那州

他的孩子的衣服有時是乾淨的，有時是髒的，但是他們的頭髮總是很髒亂。



主教送的生日禮物

我生日那天的星期日早上，我和丈夫正準備去教會，然後電話響了。我接了電話，聽到主教說：「我知道今天是妳的生日，不過妳可以在30分鐘內到我的辦公室和我見面嗎？我想要跟妳談談。」

我好奇地趕到了教會。

主教在辦公室裡對我說：「克魯茲姊妹，我要送妳一份生日禮物。主召喚妳擔任女青年會長。妳願意接受這個召喚嗎？」我覺得壓力很大，但還是接受了這個召喚。我在當天就接受了支持和按手選派。

從教會回到家後，我坐在

床上，突然感受到這份責任的重擔。我哭了，覺得自己無法勝任。要指引這些女青年是多大的責任啊！我在22歲的時候受洗，之前從來沒有參加過女青年的活動。我怎麼能擔任女青年會長呢？

於是我做了我知道自己唯一能做的事——我跪下來祈求天父指引我履行這份新召喚。在那個時刻，我體驗到我永遠都不會忘記的經驗。我在腦海中想像每一位女青年，我知道她們每一位都是天父的女兒。她們都需要一位愛她們、能幫助她們了解神愛她們的會長。

主教對我說：「克魯茲姊妹，我要送妳一份生日禮物。」

我的心裡也浮現出所有較不活躍的女青年的名字（我從來沒有見過她們），我知道她們也是天父的女兒，需要我的關注。我感受到她們每一位的潛能。

接下來的幾個月並不容易。我努力去認識每一位女青年，去了解她們的需要。我們的會長團和活躍的女青年合作，幫助較不活躍的女青年恢復活躍。我看到主的手在過程中用不同的方式協助。

當我卸任這份召喚的時候，我擔心自己做得不夠多。回到家後，我跪下來求問天父，我的服務是否得到祂的悅納。我感受到一股甜美的感覺，我知道祂很滿意。

回想起那個生日，我原本可以拒絕那份召喚，因為我有許多其他的責任。但是，如果不接受那份召喚，我才會是損失最慘重的。我會失去學習謙卑、獲得了解、培養耐心，並成為主手中工具的機會。但最重要的是，我會失去主對我的信任，我不會學到服務的機會是一項恩賜。■

瑪麗安娜·克魯茲，巴西里約熱內盧



她需要愛

我青少年時並不出色，也很少花時間爲人服務。母親在那時期曾邀我陪她去探望住在療養院的姨婆。

我的表姊和她的女兒史蒂芬妮也跟我們一同前往。史蒂芬妮那時約七八歲。我們走進療養院時，她會跟每一個看到的人揮手打招呼。他們都很開心，彷彿她正在發送陽光和彩虹。我則是連看都不敢看一眼。

姨婆與另一位老婦人共住一房，我們走進房間時，我想盡辦法退到牆角當個隱形人，史蒂芬妮則是跳到姨婆床上，開始嘰哩呱啦地跟她說很多故事。

我注意到房間裡有些不同。在姨婆這一邊，是愛與家人，牆上掛滿照片和蠟筆塗鴉的彩畫，床邊小櫃上擺著鮮花裝飾。在房間另一邊則是冷清和空洞，看不到任何訪客的跡象，牆上沒有任何卡片或照片。

姨婆的室友獨坐在輪椅，對我們視若無睹。她嘴裡一邊哼著曲調，又用手輕敲著輪椅的扶手，我感覺很不自在。

史蒂芬妮拉起她母親的手，問道：「媽咪，那位老奶奶怎麼了？」史蒂芬妮的母親彎下腰來，在她耳邊低聲私語說：「她需要愛。」接下來發生的事，我一點準備也沒有。

史蒂芬妮毫不猶豫地衝過

去，跳到那位婦人的大腿上。便開始講故事，並詢問她各種問題。那位婦人緊閉雙唇，不發一語，就在她抱著史蒂芬妮的時候，眼淚從她的臉頰滑落下來。史蒂芬妮在接下來的幾分鐘裡，坐在她腿上一邊撫摸著她的頭髮，一邊親吻著她的臉頰。

這般無私的愛，我前所未見，我試著掩飾淚水。後來，我們便開車離開療養院，但小史蒂芬妮對這位完全陌生之人如此無私、充滿愛心和憐憫的舉動，令我十分佩服。

多年以後，我改變了自己

的生活，也擔任全部時間的傳教士。史蒂芬妮在我傳教期間會隨信寄來一些可愛的塗鴉，就像在療養院姨婆房間裡看過的那些圖畫。

就在我返鄉前，我卻收到史蒂芬妮病逝的噩耗。想到她的光如此迅速在人間消逝，我仍想哭，不過我感謝她的榜樣。她教導了我何謂真正的服務。

如何服務，是否要服務，這樣的問題連想都不用去想。當我們的心態正確，服務自然而然就會成爲我們爲人的一部分，而不僅是一份工作而已。■

傑伊·麥法蘭，美國猶他州

史蒂芬妮拉起她母親的手，問道：「媽咪，那位老奶奶怎麼了？」



邀請成功

理查·羅慕義
教會雜誌

分享福音往往只是提出邀請、問個問題或加入對話這類簡單的事。只要準備好自己的心去分享福音，主必會引導我們找到已經準備好要聽福音的人。

多馬·孟蓀會長在2013年10月的總會大會上說道：「〔主〕已經準備好了方法，讓我們以各種不同的方式分享福音。只要我們憑著信心採取行動，完成祂的事工，祂會在



我看到哈利抬著我失竊的單車。

我說：「我想請問你，這輛單車是打哪兒來的。」

——尼克·巴頓

**只需
詢問他人
對福音是否感興趣，
你就能加入
加速救恩事工
的行列。**

我們的工作上協助我們」。¹這裡有幾個實例。

帶回單車

尼克·巴頓要在美國亞利桑那州就讀法學院，於是和妻子茉桂遷居當地，他們也開始祈求傳教的機會。尼克說：「我們懇求天父幫助我們更敏銳地注意聖靈的提示，而且能勇敢地採取行動。」

一個星期六，茉桂去工作需要開車，所以尼克騎單車上學。不過到了要回家的時候，單車不見了。

「遭竊的單車看起來都很相似，所以警察問我，單車上有什麼可協助辨識之處。我想起茉桂在單車把手黏了一張標籤，寫著：『我愛你』。」

尼克再次祈禱，他說：「我祈求能從這個情況中有所學習。」然後他跳上火車，盡可能在離家最近的車站下車，再打電話請妻子來接他。

尼克說：「在下一個火車站，我看到一個反戴帽子的壯漢上了火車，抬著我的單車！



我看到單車把手上面的『我愛你』，所以知道那是我的單車。」尼克拍了拍那個男子的肩膀。

「我說：『我想請問你，這輛單車是打哪兒來的。』他回答：『從街上人家賣舊貨的院子裡。』」尼克解釋，他的單車遭竊。這個年輕人回答說，他不是竊賊，而且尼克可以把單車帶回去。

尼克說：「我向他道謝，說我會請警察打電話給他，所以他們可以去調查一下那個『賣舊貨的院子』。他告訴我他叫哈利，也把他的電話號碼留給我。我告訴他我要分攤他付的錢，因為我們都是受害者。我走下火車，很高興單車失而復得。」

然而那只是整個故事的開端。

「第二天上午，好奇心使然，我打了電話給哈利，他說警方正在徹底調查。接著，他問我和妻子在當天晚一點想不想去做些事，我明白他想和我們交朋友。

「那天是星期天，我告訴他我們要去教會，不過我們很樂意改天再和他聚一聚。我掛上電話時，心想這分明就是傳教的機會，於是回電話給他，問他是否有興趣和我們一起去教會。他答應去！他參加了所有的聚會，而且之後還告訴我，



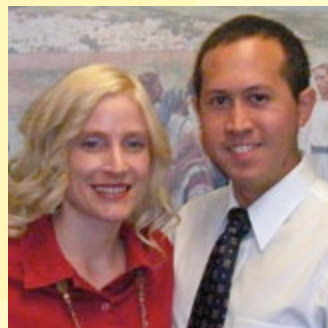
他覺得演講者和教師都像是對著他說話。

尼克說：「哈利的家人都在國外，所以我們認識不久後就搬家了。但是他確實成為我們的朋友，對教會萌生敬意，也確信天父關心他。」

找藥劑生談

同樣來自亞利桑那州的漢娜·羅豪斯說：「有一天，我聽完一篇大會信息後，覺得需要去找商店的那位藥劑生。我心裡有個聲音說：『他是好人，要邀請他參加教會活動。』」

漢娜下次在這家商店的免下車購物窗口要找這位藥劑生，但他不在那裡，然而聖靈的提示仍舊不斷出現。



**我問：「你要去教會嗎？」
奎格說他要去。
我遞給他我的名片，
說道：「打電話給我。」
——漢娜·羅豪斯**



問電梯操作員

小羅伯·艾利斯 26 歲時，在美國華盛頓特區的參議院大樓擔任警察。

他回憶道：「我常常在思考我對耶穌有何認識。我的父母親都沒有參加教會聚會，但是他們允許我去，我參加過十幾個不同教派的聚會，都很愉快。」他當時是個新婚的年輕人，覺得自己應該受洗——但是該加入哪個教會呢？

「我的內心困擾不已，我想找到一個真正忠於基督教導的教會。人們會說，所有的教會都是主的教會，但又毫不猶豫地說另一個教派是錯誤的。我祈禱著：『我想受洗，但不知道該加入哪個教會。』」

羅伯想起耶穌基督說過：「你們祈求，就給你們」（馬太福音 7：7），於是持續不斷祈求。有天羅伯上班時，又感到愁煩，霎時淚眼朦朧。

「我很害怕，不知道自己的想法對不對。然後，我整個人有種平安的感覺。在完全不知何故的情況下，我走向電梯操作員，問道：『你屬於哪個教會？』」

電梯操作員是諾曼·麥斯菲爾，一位正在就讀喬治城大學的返鄉傳教士。

「原本埋首書本的他抬起頭來，我看得出來他很驚訝。他說：『我是摩爾門教徒。怎麼了嗎？』」



**諾曼問我：「你信仰什麼？」
我引以為傲地回答：
「耶穌基督。」
——小羅伯·艾利斯**

「幾個星期後，我又來到這個購物窗口，這次他在。我希望長話短說，所以直接提出這件事。我問：『你要去教會嗎？』他很驚訝，停頓了片刻，接著說他要去。我遞給他我的名片。我說：『打電話給我。』然後開車離開。我心想：『我已經做了該做的事，現在不會再老是受到催促了。』」

漢娜很驚訝，這個人第二天就打電話來，自我介紹他叫奎格·艾斯林。她說：「奎格後來告訴我，因為我們兩人都是單身的年輕人，他以爲我是想要和他約會。但結果是，我們聊了三小時，都在談宗教，他於是開始認識教會。」如今，艾斯林長老在美國蒙大拿州傳教。

「我說：『我想受洗，但不知道該加入哪個教會。』」

「他問道：『你信仰什麼？』」

「我引以為傲地回答：『耶穌基督』。」

「他問道：『我可以跟你談談我的教會嗎？是耶穌基督後期聖徒教會。』當他告訴我基督的教會已經在世上復興時，我知道我的祈禱得到了回答，那種感覺非常奇妙。」

當時是1977年。如今，艾利斯弟兄夫婦是美國維吉尼亞州的教會成員。

信靠主

十二使徒定額組的達林·鄔克司長老表示，「當我們『隨時隨地，在所有的事上作神的證人』（摩賽亞書18:9）時，主必為我們開啓道路，讓我們能找到那些尋求主的人，並與他們進行適當的溝通。我們若尋求指引並對他人懷有基督般真誠的愛，這事必將來到。」²

尼克、漢娜、奎格、羅伯和諾曼必然會同意他的話是千真萬確的。■

註：

1. 多馬·孟蓀，「歡迎參加大會」，2013年11月，利阿賀拿，第4頁。
2. 達林·鄔克司，「分享福音」，2002年1月，利阿賀拿，第9頁。
3. 羅素·納爾遜，「詢問傳教士！他們可以幫助你！」2012年11月，利阿賀拿，第18-21頁。

分享福音的十個建議

邀請人們認識福音的方法很多，這裡列出的10個建議能幫助你跨出第一步。

1. **引出話題。**你和人們漸漸認識時，很自然會讓對方知道你是教會成員。可以用以下這類簡單的話來製造機會：「我是後期聖徒，但很多人只知道我們是摩爾門教徒。」
2. **在旅途中與人交談。**與搭公車、搭飛機的其他乘客、或在度假地點遇到的家庭交談。有位弟兄的作法是，詢問計程車司機有關他家庭的事，然後討論家人家庭晚會。
3. **向朋友介紹Mormon.org。**對於不熟悉教會的人，這個網站很適合用來幫助他們進一步了解教會。
4. **邀請朋友與全部時間傳教士在線上對談，或親自見面。**在Mormon.org，人們可以與傳教士對談。當然，你也可以介紹一些人給你地區裡的長老或姊妹。
5. **運用社群媒體。**教會已提供一系列機會讓人們對線上內容按讚或分享出去，這些內容包括模因（memes）、經典名言以及影片。主題標籤（hashtags，標上#的字或字群）也能讓人們追蹤有關教會的網路對話。
6. **分享影片。**要熟悉和的影片。與朋友一起觀賞這些影片或分享影片連結網站Mormon.org和biblevideos.lds.org上。也要提及摩爾門信息，這些信息均針對人生的問題提供了啓發人心的解答。
7. **分享卡片和海報。**宣傳卡和海報能讓你分享啓發人心的觀念（範例請參閱2013年10月，**利阿賀拿**，第71頁）。
8. **詢問傳教士。**邀請朋友閱讀「詢問傳教士！他們可以幫助你！」這篇由十二使徒定額組羅素·納爾遜長老所寫的文章。³
9. **參加聖殿開放參觀活動。**讓人們知道在聖殿奉獻之前，去參加聖殿開放參觀活動的大好機會。主動提議與他們一起去。
10. **主動關心要回來教會的人。**家庭教導教師和探訪教師有絕佳的機會，能將較不活躍的成員當成傳教對象。相對地，他們也會認識其他可能接受福音的人。



李察·司考德長老
十二使徒定額組

醫治

受虐的傷痕

也許你因受虐而傷痕累累，但這些傷疤不需要永久存在。

凡 曾因醜惡的虐待之罪而飽受創傷的人，我想跟你們每一個人說些心裡的話。曾在精神、肉體或性方面遭受虐待的人，倘若沒有得到主的醫治，將會承受嚴重且長久的後果。受虐的人多少都體驗過以下這些折磨：恐懼、憂鬱、罪惡感、自我厭惡、自尊蕩然無存、排斥正常人際關係等。受虐的情況越演越烈時，叛逆、憤怒和仇恨的強烈情緒就會悄然滋生，這種種的感受通常是針對自己、他人、生命本身，甚至是針對天父發出的。這類的反擊倘若無效，沮喪之餘就會變本加厲地自甘墮落，轉成吸毒、淫亂行為、離家出走，甚至走上極端的悲劇之途：自殺。這種種的感受若不矯正，就會讓人意志消沉、婚姻失調，甚至會從受虐者變成施虐者。而其中的一項極壞後果，就是極度地不信任他人，因而阻礙了自我療癒的進展。

你若想得到幫助，就必須對永恆律法有所了解。你所遭受的虐待乃是因為他人不義的行為侵犯了你的自由，由於天父所有的子女都享有選擇權，因此有可能會有

一些人選擇蓄意破壞誠命，傷害你，而這樣的行為也就暫時限制了你的自由。基於公道，也為了有所彌補，主已為你提供一個方法，讓你克服因他人違背你意願所造成的傷害。那個解套的方法，就是在聖職的協助下運用永恆的真理。

要明白，除非你同意，否則他人的邪惡選擇並不能完全破壞你的選擇權。他們的行為可能會使你飽受痛苦、煎熬，甚至造成肉體的傷害，但卻抹滅不了你在此短暫但重要的塵世生命中所具有的永恆潛能。請務必明白你有選擇，你可選擇下定決心克服虐待的可怕後果，你的態度可以使你的生活改變，帶來益處，並讓你得到主想要給你的協助。一旦你明白且遵行永恆的律法，便無人可以奪走你最好的祝福。靠著天父的律法以及主的贖罪犧牲，你絕不會失去臨到神的孩子身上的各種機會。

你可能因某人的強勢地位或擁有控制權而感到威脅，也可能覺得自己掉落陷阱，逃不出圈套。請務必要相信，天父不希望你淪為邪惡勢力的囚俘，也不希望你處於遭受報復的威脅之下，或陷入對家中施虐者揮之不去的恐懼之中。要相信主會指引你找到解決之道，以

信心祈求，凡事不疑惑。（見聖經雅各書 1：6；以挪士書 1：15；摩羅乃書 7：26；教約 8：10；18：18。）

我鄭重見證，若是他人違反你的意願對你施暴，作出變態或亂倫的行為，嚴重地傷害了你，你並不需要為此負任何責任，也無須覺得有罪惡感。也許你會因受虐而傷痕累累，但這些傷疤不需要永久存在。在永恆的計畫中，按照主的時間表，只要你盡一己之責，這些傷害是可以痊癒的。以下就是你目前可以做的事。

尋求幫助

不管你在目前或過去曾受過虐待，都應立即尋求幫助。也許你不信任他人，覺得不管到哪裡都得不到可靠的協助，那麼就先去找你永恆的父和祂的愛子，也就你的救主；努力理解祂們所賜的誠命並加以遵循，祂們會帶你找到可以給你力量和鼓舞你的人。這可能是聖職領袖，通常是主教，有時則是支聯會會長團的一位成員，他們能為你搭起一道橋樑，讓你得到更多的諒解和醫治。約瑟·斯密曾教導：「人不能為自己做什麼事，除非神指導他正確的方法；而聖職就是為了那個目的」（總會會長的教訓：

約瑟·斯密〔2007〕，第 109 頁）。

私下找主教或分會會長談話，他的召喚使他能成為手中的工具，為你提供援助，他能以教義作為基礎，引導你走上痊癒之路；了解永恆律法並加以運用會讓你獲得所需的醫治，他有權為你接受來自主的靈感，他可運用聖職來祝福你。

主教可以協助你找出可靠的朋友來支持你，他會協助你拾回自信和自尊，開始復原的過程，若虐待性質嚴重，他可協助你找到適當的保護，以及符合救主教導的專業治療。

自我療癒的原則

以下是自我療癒的一些原則，相信你慢慢就能完全體會：

認清自己是天父心愛的子女，祂十分愛你，而且祂給你的幫助是你世上的父母、配偶或摯友所無法提供的。祂的愛子犧牲生命，因此藉著對祂的信心及服從祂的教導，你可以被治癒，祂是最完美的治療師。

藉著沉思經文，更加信賴你的長兄耶穌基督的愛和憐憫。祂對尼腓人，也對你這樣說：「我憐憫你們，我內心充滿了慈悲。……我看到你們有充分的信心，相信我必能醫好你們」（尼腓三書 17：7-8）。



虔誠祈禱，祈求天上的父幫助你，就是自我療癒最好的開始。當你選擇採用這個方法，神自然會介入協助。只要你願意讓神來幫助你，救主的愛必定會軟化你的心，打破虐待所帶來的惡性循環，使你不致從受害人轉變為施虐者。逆境，即使是因他人的恣意妄為造成的，從永恆原則的角度來看，也可以成為成長的泉源（見教約 122：7）。

身為受虐者，千萬不要浪費精力去報復那虐待你的人，反而應將注意力集中在如何竭盡所能來糾正，讓政府法律及教會持有權柄人員來處置施虐者。不論犯罪者作了何事，他們最後終得面對神那位最公正的法官，不悔改的施虐者到頭來都難逃公正之神的懲罰。那些侵害無辜者，引誘他人從事邪惡行為來為自己墮落的生活辯護的人也將為此負責。對於這些人，夫子警告說：「凡使這信我的一個小子跌倒的，倒不如把大磨石拴在這人的頸項上，沉在深海裡」（馬太福音 18：6）。

要知道自我療癒是需要時間的，要康復痊癒，也需循序漸進；然而只要稍有進步就對主表示感激，那麼你就會痊癒得更快。

寬恕

在大手術後漫長的復原期間，病人必須信賴他人的照料，以耐心等待完全康復的來臨。雖然病人往往不明白為何如此治療，但如果聽從醫生的指示，就會好得更快。同理，醫治虐待所造成的傷痕也是如此。舉例來說，寬恕施虐者的這個作法可能令人難以理解，且更難以達成；先不要下定論，你有所不知的是，施虐者在過去有可能

也是無辜的受害者，他們也必須要有悔改的機會；就讓他人來處理施虐者吧！當你個人的痛苦減輕後，也就更容易完全寬恕施虐者了。

你無法抹掉痛苦的記憶，但可以做到寬恕（見教約 64：10）。寬恕可以治癒那些可怕且慘痛的傷痕，因為它可以讓神的愛滌淨埋藏在心靈深處的仇恨毒素，將想要報復的念頭一一化解滌淨，使我們心中能空出位置，來接受主那能使人心得淨化、醫治和痊癒的愛。

夫子已勸告：「要愛你們的仇敵，祝福詛咒你們的人，善待恨你們的人，為輕蔑地利用你們並迫害你們的人禱告」（尼腓三書 12：44）。

尖酸刻薄和仇恨都是有害的，會帶來深具破壞性的影響，使人得不到應有的安慰和醫治。若又自圓其說、自艾自憐，則會使受害者轉變成施虐者。讓神來審判吧，你的判斷不會比祂的好。

若有人勸你只要忘記虐待的事就好了，這是沒有多大幫助的。你必須明白那些能帶來醫治的原則。療癒的過程可以從一位體貼細心的主教、支聯會會長，或從一位睿智的專業諮商師開始。如果你的腳斷了，你不會自己動手去接合。嚴重的侵害案例也可以得益於專業人士的協助。自我療癒可以從很多方面開始著手，但要記得，只有透過救主，主耶穌基督，我們的夫子與救贖主，才能得

到完全的康復。要相信，你的努力加上祂完全、永恆、無限的贖罪，就能治好受虐所帶來的種種創傷。

你現在或許覺得難以置信，但是救主對你所施的救治，終將使你有能力真正寬恕施虐者。撒但希望你的生活中充滿悲傷與心痛，所以他會慫恿你去懷恨施虐者；而當你可以原諒施虐者時，你便能從這些痛苦中解脫，並享有更大的平安。雖然寬恕是自我療癒過程中很重要的一部分，但如果寬恕對方的念頭會讓你更痛苦的話，你就應該退一步，直到你在生活中體驗到救主更多的醫治力量時再說。

注意事項

容我提醒各位，請不要介入下列兩種不當的心理治療法，因為其害處可能大於益處：（1）過於探究以往經驗的每個細小環節，尤其是在小組討論中大談各種細節。（2）將生活中的各種難題都歸咎於施虐者。

治療虐待所造成的傷害時，要私下找你信賴的聖職領袖，並在必要時，連同他所推薦的心理專家一起洽談，這一切都要保密進行。虐待的傷害性本質必須充分加以討論，這樣才能使你得到合適的忠告，

不讓施虐者犯下更多的暴行。之後，在主的協助下，嘗試忘記過去！

我謙卑見證我所說的一切皆屬實，且都是以永恆的原則為依據。我親眼看過主使用此原則讓飽受邪惡虐待的人拾回豐盛人生。

如果你覺得只剩一絲希望，相信我，這可不只是一絲希望，而是與主聯繫的線，是條永不斷裂的線，能為你穿上救生衣；只要你不再懼怕，努力奉行祂的教訓，信賴祂，祂一定會使你痊癒。

現在就求主協助你（見摩爾門書 9：27；摩羅乃書 7：26，33）。現在就決定找主教談，不要戴著受虐傷痕的眼鏡來看待你生活的所有經驗，人生中還有很多美好的事物，敞開你的心靈來接受救主的愛。當心頭浮現以往受虐的醜陋夢魘時，要記住主的愛和祂的醫治大能，這樣，你的抑鬱便會轉化成平安和保證，你就可以結束那醜陋的一章，展開幸福人生的另一頁。■

若想進一步了解救贖主所能提供的醫治力量，請至網站 conference.lds.org，見李察·司考德長老 1994 年 4 月總會大會講辭：「得到醫治」。

摘自司考德長老 1992 年 4 月及 2008 年 4 月總會大會講辭。標點符號皆已標準化。



純淨的身心

主已命令：「要預備自己，……是的，……淨化你們的心，……好讓我使你們潔淨」（教約88：74）。

十 二使徒定額組的會長，培道・潘會長曾說：「你們年輕人是在敵人的勢力範圍內長大的。」¹沒錯，忠信後期聖徒的道德標準正遭到抨擊！撒但、網際網路、這個世界灌輸到你心思意念的種種不潔和污穢思想，你準備好要反擊了嗎？

預備自己

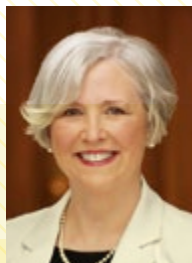
幾乎每天清晨5：00前，天色還很暗的時候，鹽湖聖殿的門口就會排滿成群的配稱青

少年，準備進去洗禮池。他們從一片漆黑的世界中，踏入充滿光明的聖殿裡。換上白衣服後，他們便安靜地前往莊嚴美麗的洗禮池，在那裡代替死者接受洗禮。當青少年從純淨的洗禮池水中起身時，他們獲得了鞏固，知道自己已為別人執行了一項永恆的事工。

接著他們的身影便沒入昏暗天色之中，匆忙前往學校，然而他們不再是同一個人，因為他們離去時已用能力和榮耀武裝起自己（見教約109：22-

23）。由於他們披戴著聖殿的光和純淨，他們已準備好回到黑暗的世界——這個「敵人的勢力範圍」之中，但仍在道德上保持潔淨。這樣的一幕並非只有在鹽湖聖殿才看得到，世界各地經常可見我們的青少年遠離敵人的黑暗勢力範圍，選擇過配稱進入聖殿的生活，並走入聖殿的光明之中。

舉例來說，美國科羅拉多州的一對姐弟，去年分別為他們50多位的祖先接受替代的洗禮，親身體驗了聖殿的淨化



伊芙琳·馬里歐
總會女青年會長團
第二諮理

力量。弟弟說：「在聖殿的時候，我都會感覺到美好的靈性。日後遇到誘惑時，我就會回想那份感覺，這樣做給我很多幫助。」爲了使自己的生活能配稱進入聖殿，姐姐在自己的日記本裡寫了一份清單，列出面臨誘惑時她會做和不會做哪些事情。她表明自己的立場，還把清單拿去給父母和朋友看，讓他們助她一臂之力。這兩位年輕人在他們的身心靈各方面打造了一副堅韌的道德盔甲。

潔淨你的心

你的行為潔淨以外，意念也潔淨嗎？

詩篇的作者大衛在詩篇139：23-24中禱告說：「神啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念，看在我裡面有甚麼惡行沒有……。」朗卓·舒會長（1814-1901）在提到這幾節經文時奉勸大家說：「我建議〔每個人〕都要像大衛這樣祈禱，……許多人沒有辦法達到這種卓越的標準，因為他們在人眼看不到的暗處所做的事，……讓他們與全能者疏離。」²

祈求天父在你裡面打造一顆乾淨的心，是一種信心的舉動。祂無所不能；要經常轉向祂求助，謙卑地祈求祂出手相助，讓自己有純潔的情感，也就是保持性的純潔。

「你們當順著聖靈而行，就不放縱肉體的情慾了」（加拉太書5：16）。當你順著聖靈而行時，將擁有多強的能力啊！你每個星期天領受聖餐，就是在見證自己願意一直記得耶穌基督（見教約20：77，79）。要記住救主會賜給你靈性的力量，去遠離不潔淨的事物。

在神面前要潔淨

爲什麼保持性的純潔是一項誡命呢？因爲創造的能力只能在婚姻裡使用，是有天父祂自己的目的的。十二使徒定額組的大衛·貝納長老說過：「我們對此項崇高能力的感受以及如何使用這項能力，會大大決定我們在世上的幸福和我們的永恆命運。」³

性的親密關係能使夫妻在愛情和情感方面合而爲一。然而，十二使徒定額組的李察·司考德長老警告說：「在婚姻永恆聖約以外的親密舉動則是主所禁止的，因爲這會破壞神

的目的。……而且會在情緒上和靈性上造成嚴重的傷害。雖然當事人當時不知道，但事後會知道。性的不道德阻礙了聖靈的影響。」⁴

性的親密行為不是被賜來滿足色慾、博取名氣，或滿足好奇心的，人們如此自私地濫用神所賜的這項禮物，必定會帶來不幸並限制靈性的成長。

當你預備自己，淨化自己的心，主就會使你潔淨，並幫助你繼續保持潔淨。如果你有罪惡感，或暗自感到羞愧，務必要尋求贖罪的力量。唯有藉著耶穌基督的贖罪犧牲，我們才能被潔淨。因此要悔改，誠心誠意祈求獲得赦免。必要時，就去找主教或分會會長。你能成爲潔淨，並在這個污穢的世界保持潔淨嗎？可以的，你辦得到！你認識真理，還有聖靈、父母、領袖和活著先知的支持。只要你仰望耶穌基督，必有能力在祂面前保持潔淨。■

註：

1. 培道·潘，「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第16頁。
2. 總會會長的教訓：朗卓·舒（2012），第120頁。
3. 大衛·貝納，「我們信要……貞潔」，2013年5月，利阿賀拿，第42頁。
4. 李察·司考德，「作正確的選擇」，1995年1月，聖徒之聲，第42頁。

有關性純潔的重要概念

「避免會有較多誘惑的情境，……不要參與任何形式的色情。聖靈會幫助你知道自己是否身處危險。……」

「如果你有犯性罪的想法，不論是哪種類型，請尋求父母和主教的幫助。向你在天上的父祈禱，祂會幫助你抗拒誘惑，克服不當的想法和感覺。如果你已犯下性罪，現在就要和主教談話。」

鞏固青年（小冊子，2011），第36-37頁。



保持警覺

姓名保留

我很懊悔自己過去四年的生活。我從小在教會長大，有許許多多的家人朋友為我樹立美好的榜樣，但是儘管有這些祝福，我還是不夠警覺，讓自己的生活陷入一連串的問題之中。

事情是從我約 13 歲沉溺於媒體開始的。那時我整天看電視，不玩電動遊戲的話，彷彿會要了我的命似的。我對媒體上癮的行為導致另外一問題，就是我交不到什麼好朋友，因為我沒有花太多心思跟自己定額組裡的男孩們來往。我想交朋友，但我找錯了地方，讓自己成為線上聊天室的成員。聊天室會有一些人張貼色情圖片，我也因為有其他問題的軟弱，輕易地陷入色情的網羅之中。

我找藉口告訴自己：「這又不害人；看看無傷大雅」，來試圖合理化自己的行為。我第一次看色情圖片時是很厭惡的，不過後來卻戒不了。我想成為教會的好成員，但卻一而再、再而三的犯錯，也沒有用正確的方法

導正自己的行為，就這樣過了很長的一段時間。

一年半後，我才去找主教。他幫助了我克服想看色情圖片的慾望。漸漸地，我也開始跟自己支會、支聯會和福音進修班的人做朋友。我現在 17 歲，直到最近我才覺得自己重獲自由。直到最近這幾個月，我才克服自己對媒體上癮的行為，開始每天虔誠祈禱，經常閱讀經文。

千萬不要讓這些問題在你的心中扎了根。我要見證，主確實會寬恕罪人。你要是可以不用像我這樣悔改，生活肯定可以少受些苦。我懇請各位千萬不要讓自己受那麼多苦，要將罪的種種苦果牢記在心，這樣就會因為怕承受罪所帶來的苦果而遠離罪。我之所以這樣說，是因為罪會殘害靈魂；你若犯罪，必會覺得痛苦不堪。撒但恨我們，他要我們悲慘度日，我們若允許，他就有力量影響我們。但我要見證，我們可以在耶穌基督的贖罪裡找到恩典、仁愛、慈愛和安全。■



多馬·孟孫會長

如何選擇益友

我們從一份在教會幾個特定支會和支聯會調查的問卷中，得知一件非常重要的事實：有朋友在聖殿結婚的人，往往自己也會在聖殿結婚；而朋友不在聖殿結婚的人，往往自己也不會在聖殿結婚。看來父母的規勸、課堂授課或是住得離聖殿很近，

都不如朋友的因素來得重要。

我們傾向變得像我們所景仰的人一樣。就像霍桑在其經典著作「人面巨石」（The Great Stone Face）中所寫的一樣，我們會仿效我們所景仰之人的格調、態度、甚至是行為——而這些人通常都是我們的朋友。**要和**那些像你們一樣的人來往，這樣的人**並非只要短暫的方便**、短淺的目標或狹隘的抱負，**反之**，他們追求那些最重要的東西——即**永恆的事物**。

在史丹佛大學紀念教堂的東牆上刻著這項真理：「若非永恆就過於短暫，若非無窮就過於渺小。」¹

我鼓勵你們在世俗的朋友圈以外，**還要和你們的天父成為朋友**，祂已準備好要回答你發自內心的祈禱。祂是你靈體的父親，用祂自己的形像創造了你，祂從一開始就知道最

終的結果，**祂的智慧不會挫敗，祂的勸告是永恆的真理**。要和祂成為朋友。

你應該要有另一位重要的朋友，那就是**你支會的主教**。他已藉預言及那些持有權柄之人的按手而蒙神召喚，他有**權力自高天獲得幫助**來為你提供忠告以及引導。要和他成為朋友。

要慎選朋友。■

摘自2005年11月6日百翰·楊大學祈禱會講辭。

註：

1. 見 <http://www.stanford.edu/group/religiouslife/cgi-bin/wordpress/memorial-church/history/memorial-church-inscriptions>.

你怎麼運用這項原則？

天父一直都是我最好的朋友，祂會每天賜給我安慰和指引。我在世上的朋友幫助我獲得更堅強的見證，並有更大的渴望在教會更勤奮地做事工。我支會的主教對教會的精闢見解也幫助我成長，做到成員應有的樣子。藉著選擇跟積極進取的人做朋友，我變得比較可以好好地走在這條窄而小的路上，將來有一天必能再回去見到我在天上的父。

薩瓦娜，美國蒙大拿州





星期日課程

本月主題：
耶穌基督的贖罪

耶穌基督的 恩典與贖罪

我們可以獲得力量，做到更多超乎自己想像的事。

約書亞·伯凱
教會雜誌

在

2012 年夏天，帕拉吉柯剛在美國夏威夷從高中畢業，正期待去百翰·楊大學就讀，也準備去傳教。帕拉吉柯爲了傳教早已做了很多準備——他曾陪全部時間傳教士工作一整天三次，也經常和他們一起去拜訪和教導家庭福音。

有天晚上，帕拉吉柯和傳教士開始教導一個部分成員的

家庭，這個家庭有五個孩子，年齡從 8 歲到 14 歲都有，都尚未受洗。

帕拉吉柯說：「我拜訪他們六週了。」「每週我們都會教導他們一些有助他們獲得永生的教義原則，我看到他們的信心一直在成長。」

不久之後，五個孩子全都接受了洗禮的邀請，他們詢問帕拉吉柯是否願意爲他們施洗。

他滿腔熱情地答應了，因為能為他們施洗是他的特權和榮幸。不過有個挑戰對帕拉吉柯來說反而比較困難：他們同時也邀請他在洗禮會上演講，分享關於聖靈的事。

帕拉吉柯緊張得不得了。「要我在他們一輩子都會記得的日子演講，這樣的事我怎麼做得到呀？」他問道。「我要說些什麼呢？」

儘管坐立不安，帕拉吉柯還是知道自己應該答應這件事，於是從那天開始為演講作準備。

他說：「我竭盡所能去讓每一件事都能順利進行。」他做禱告、閱讀經文來尋求指引和安慰，也不斷在心中複習洗禮的祈禱文。洗禮會那天，一切果然都很順利。他演講時，把重點放在努力尋求聖靈上，他覺得聖靈在引導他演講。

帕拉吉柯說：「那次演講是我有生以來感受到聖靈最多的一次，我很開心能夠成為手中的工具。」

帕拉吉柯能夠完成他必須做的事，是因為他蒙得救主贖罪的恩典的協助，也就是那使人變得堅強、使人加添能力的力量。

何謂耶穌「那使人加添能力的力量」？

由於我們都犯了罪，因此需要學習和應用悔改的原則，

這是耶穌基督福音的一大特色。若無救主的犧牲，我們當中沒有任何一個人可以克服罪，回到父的面前。

幫助我們克服罪，只是救主恩典的一個層面。不過，恩典還涵蓋了其他層面。恩典是指「出於神的慈愛和愛心」「賜給……的幫助或力量。」¹ 藉著耶穌基督的恩典，我們不僅可以得到力量去「行善、成為良善的人，還能以超乎個人渴望及天生能力的力量去服務。」² 十二使徒定額組的大衛·貝納長老解釋：「經文常用恩典這個詞來表達一股使人變得堅強、為人加添能力的力量。」³

帕拉吉柯蒙福享有救主的恩典，來完成自己能力不足的部分。那相同的力量也能以各種大小不同的方式來幫助我們每一個人。

我們如何獲得救主的恩典？

只要我們需要指引、支持或力量，神就會幫助我們。不過，一切也要看我們自己，我們必須尋求祂的幫助，也要讓自己值得祂幫助。

十二使徒定額組的李察·司考德長老說過：「當我們遵守主的誡命，無私地為祂的兒女服務時，自然就會獲得從神而來的力量——這力量讓我們能做到超乎自己力量的事情。

我們的見解、才能和能力都會因為獲得主的力量和能力而得以擴展。」⁴


我們可以從美國華盛頓州潔西米的身上看到這個模式，潔西米獲得主的幫助來對抗病魔。她得病前是個健康的女青年，在她高中的田徑隊表現優異，熱愛早上晨間福音進修班。

後來她開始覺得人不舒服，體重急速掉了15磅，而且不管她睡多久，身體卻越來越累，爬不起來上福音進修班。她不能像以前那樣跑得很好，她無時無刻都覺得肚子好餓，嘴巴好乾，身體好虛弱。

一個月後，她開始祈禱，尋求幫助。她說：「我忍了很久，因為一想到祈禱尋求幫助，就認為那是一種屈服的舉動，承認自己確實不太對勁。這樣的想法讓我害怕。」

不過由於她謙卑自己，尋求主的幫助，答覆一一來到。她去看醫生，醫生發現她得了第一型糖尿病，也就是說她的身體無法製造胰島素來處理體內的血糖。糖尿病終生都有後遺症，必須小心控制。儘管醫生已擬定好計畫，幫助她管理身體狀況，潔西米還是擔心自己無法繼續跑田徑賽。

「我不停地禱告，努力地想了解自己的新生活，好控制



住病情，」她說。「我祈求能獲得力量和理解力，也祈求自己能夠接受這項考驗。祈禱支持了我度過這段艱苦的日子。」

後來潔西米的病情有了驚人的進展。她在接受診斷後兩週內，又重新回到田徑場上練習，並在年底的州際比賽中表現優異。「我相信由於我一直在福音中努力保持堅定，天父祝福了我，讓我有健壯的身體，」她說。「得了糖尿病，不是世界末日，有主幫助，我知道自己可以熬過這一切。」

潔西米靠著神的恩典及對神的信賴，得到力量來與病魔對抗，並在生活中獲得許多美好的成就。

每個人都可獲得恩典

我們每一個人都可以獲得基督的恩典，這使人變得堅強的力量。每當你覺得孤單、不勝負

荷，或是沮喪，要記住主耶穌基督已將祂的恩典賜給了你。

七十員奎格·卡登長老表示：「如果我們運用對主耶穌基督的信心，祂的贖罪能增添能力，在困頓的時刻鞏固我們〔見摩爾門經雅各書 4：7〕，而且祂的救贖力量能聖化我們，讓我們『脫離自然人』〔摩賽亞書 3：19〕。這聖化的力量為所有的人帶來希望，特別是那些一再曝露出人性軟弱而覺得救主不會願意協助、拯救他們的人。」⁵ ■

註：

1. 經文指南，「恩典」，scriptures.lds.org。
2. 大衛·貝納，「贖罪與塵世生命的旅程」，2012年4月，利阿賀拿，第14頁。
3. 大衛·貝納，「在主的力量中」，2004年11月，利阿賀拿，第76頁。
4. 李察·司考德，「獲得家中的平安」，2013年5月，利阿賀拿，第30頁。
5. 奎格·卡登，「救主願意寬恕」，2013年5月，利阿賀拿，第15頁。

加入談話

你可以做的事：

- 沉思神曾在哪些時候賜給你恩典，把這些經驗寫在日記裡。
- 設立目標來擴展自己的能力，並在努力達成目標的過程中，花些時間找出救主的恩典。
- 在家裡、學校、教會或社交媒體與人分享自己的見證和經驗。



你可以 立大功

每次你樹立好的榜樣，幫助一個家人，或表達慈愛，
就會帶來深遠的影響，鞏固自己的家庭

（見鞏固青年〔2011〕，第14頁）。

我出去跟別人
約會幾次後
才可以算
「穩定交往」？

如果學校播放的
某首歌或某部電影有
不好的部分，老師卻說：
「那部分其實沒那麼糟」，
那我還能聽那首歌
或看那部電影嗎？

運動隊服不端莊，
那身為隊員的我
可以穿那樣的
衣服嗎？

這樣……， 可以嗎？ 我可以……嗎？

本文將讓你知道鞏固青年中的標準
如何應用到自己的情況中。

海蒂·麥康基

住在美國加州的布魯克感覺到自己的決心正在動搖——要是妥協和隊友打成一片，事情就好辦多了。其他女孩正在對她施加壓力，要她跟她們穿一樣的衣服去參加練習和比賽。

布魯克早已決定要穿端莊的衣服，不過不是很明白那跟她運動有什麼關係。從事運動項目時穿得和隊友一樣，可以嗎？

「我決定要查查看，」布魯克說。「我找了鞏固青年、經文、教會演講——手邊所有資料都找了，裡面卻沒有和我的處境完全一樣的描述，無法給我十分明確的建議。不過我知道天父認識我，祂知道怎麼穿才端莊。」

因此布魯克再次採取行動。「我決定跪下來祈禱，」她說。她在禱告中跟天父說自己想遵守誡命，然後求問是否自己可以穿得跟隊友一樣去參加練習和比賽。

做完禱告後，布魯克覺得自己不應該為了滿足同儕的要求而改變自己的穿著選擇。雖然大家不喜歡布魯克的決定，但是布魯克知道天父喜悅她所做的決定，因此內心充滿自信和平安。



你的故事

或許你不曾遇過像布魯克那樣的兩難狀況，不過還是有可能面對類似的處境。你竭盡所能地奉行福音的某個標準：衣著端莊、不說低俗的話語、觀看有益身心的娛樂節目、遵守智慧語等等，……

但突然間有個人出來挑釁，剎那間「萬事必須有對立」（尼腓二書 2：11）這句話不再是一句經常引用的經文而已。你的朋友，甚至也有可能是自己的家人，對你施壓，要你在服裝、說話、行為方面，做出和你價值觀不相符的選擇。你想按照福音做出好的選擇，但是也有可能開始感到困惑：按照福音的標準生活究竟對自己有什麼意義？和布魯克一樣，你可以經由研讀、祈禱和個人啓示，自行找到這個問題的答案。

你的問題

你每天的生活原本就充滿各式各樣的問題：我要穿什麼上學？午餐要吃什麼？要和誰一起玩？有些問題的答案相當簡單。我可以嚼這塊在人行道上發現的口香糖嗎？不，這你想都不用想也知道答案。但是有些問題，特別是與標準有關的問題，可能就要多費點心思才能回答了，例如：哪種音樂才適合聽？如何守安息日為聖？很幸運地，你毋須自己來想所有這些問題的答案。我們活著的先知已經概述福音的標準，你可以在鞏固青年中研讀他們的教導。

研讀完這些標準後，你可能

還是不確定要怎麼應用到各種情況之下，這是很正常的。如果你不知道某特定標準要如何應用在你的情況，這也很正常。

不妨思考一下摩爾門經中主命令尼腓造船的故事。尼腓不知道在那當下要如何遵守主的誠命，不過他仍選擇去試看看。他也毫不猶豫向主尋求幫助；他問主：「我要上哪兒才能找到礦石加以熔化來鑄造工具，使我能……造船呢？」（尼腓一書 17：9）。開始時，他先找出第一個步驟該做什麼——製造工具——，接下來便請求主幫助他知道要怎麼製造工具。主一一回答尼腓的問題（而他也一步步地把船蓋好了），只要你努力試著遵守誠命，祂也會回答你的問題。

你的答案

對於如何奉行某一個標準或遵守某一項誠命有疑問時，不妨先去找經文、鞏固青年、忠於信仰、先知的忠告和祈禱。你可以閱讀小冊子或總會大會演講中列出的相關經文，甚至擴大搜尋，將找到的其他經文列入閱讀中。當你透過福音研讀

你可以經由研讀、
祈禱和個人啓示，
自行找到問題的
答案。



尋求知識，聖靈會「啓發〔你的〕悟性」（阿爾瑪書 32：28）。

你也可以去找家人、朋友和教會領袖，尋求他們的支持。他們也許能給你一些指引，幫你找到有用的資源，提供一些支持和鼓勵，甚至與你分享他們面對類似情況時的個人經驗，以及他們如何克服這些挑戰。

有時候儘管你做了禱告、也重讀了鞏固青年、研讀經文、尋求忠告，還是會覺得自己仍在一團迷霧當中，不是十分確定某個標準。雖然獲得很棒的建議，但是應用到自己的情況時，有時還是會覺得像是在用地球儀找路，而不是用地圖。有時候你或許需要迅速做一個決定，來不及坐下來仔細思考。

無論是哪一種情況，請記住，祈禱是非常有力的資源。祈禱不是束手無策後的最後一搏；而是求知的一個極佳起點，也是可以一路伴隨你的有用工具。天父認識你這個人：你的恩賜、挑戰、優點、掙扎，他知之甚詳。所以如果你不知道某個狀況要怎麼做才符合教會的標準，千萬別驚慌失措。祂知道該怎麼做！我們很容易讓自己掉入陷阱，企圖讓福音來符合自己的生活習慣，而忘了尋求神的指引，讓自己的生活符合福音的要求。只要你運用信心祈禱，祂必會教導你，並在你需要的時候，「在那時刻」（教約 100：6）賜給你回答。我們已經受洗，接受了聖靈的恩賜，因此這種獲得個人啓示的機會，是我們擁有的偉大祝福之一。

你的榜樣

你奉行神的標準生活時，就會成為周遭之人的光。你可以鼓勵他們遵守誠命。他們感到困惑，

不知道如何遵守時，你可以教導他們這個模式，讓他們為自己個人的問題尋求答案。

你努力樹立好榜樣的時候，有時看到別人——即使是那些也很努力奉行福音的人——並沒有做出和你相同的選擇，也不要感到太驚訝。如果你為此感到沮喪，要記住，即使像是我可以嚼這塊在人行道上找到的口香糖嗎？這樣基本的問題，自己也曾經有人（可能是媽媽或爸爸）教導才會知道答案。因此在我們努力為一些比較詭異、不是簡單一句對或錯可以答覆的問題尋找答案時，要試著對自己和別人有耐心。我如何在生活中奉行這項標準？務必牢牢記住，我們都是不完美的人，每天在學習奉行一個完美的福音，努力使自己成為完全。這是一個持續不斷的過程。

而你可以在這個過程中採取主動！主動尋求自己個人問題的答案，也鼓勵他人這樣做。你這樣做時，要一直記住不管別人的選擇如何，你都可以選擇遵守天父的誠命。■

作者現居美國德拉瓦州。



一點通

經文告訴
我們**要完全**。我要
怎麼做才能完全？

救主說這句話時：「像我一樣完全，或像你們在天上的父一樣完全」，是在要求我們什麼？（尼腓三書 12：48）。

完全在經文中的意思是指「完整，圓滿，發展完善；全然正義。……基督真正的跟隨者可透過祂的恩典和贖罪而達到完全。」¹

十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老教導，我們能達到屬世的完全，「只要我們試著履行各項職責，遵守各項律法，……只要我們盡其所能，主必會按照我們的行為和心中的渴望賜福給我們。」²

救主並沒有說完全是指從不犯錯，也沒有說犯了錯就無法達到完全。我們可以悔改。

按照朗卓·舒會長（1814-1901）的說法，要在今生達到完全的關鍵在於「讓今天的你比昨天的你更好，……就這樣持續地一天比一天更好。」³■

註：

1. 經文指南，「完全」，scriptures.lds.org。
2. 羅素·納爾遜，「完全終歸會來臨」，1996年1月，聖徒之聲，第92頁。
3. 總會會長的教訓：朗卓·舒（2012），第103頁。

我有個朋友相信
屬靈的感受、祈禱的答覆、
奇蹟等**每一件事都可以**
用科學來解釋。
我可以跟這位朋友說什麼？

就某方面而言，你的朋友是
對的，萬事萬物大多都可以
用科學的術語來解釋（雖然
我們還沒有所有這些術語）。
科學對某一件事的解釋，並不
會對宗教造成什麼樣的傷害。
即使你接受科學對某項屬靈經
驗或奇蹟的解釋，科學不過是在描述某個
事件，但其中所蘊

含的真理、意義或目的仍一無
所知，因為那是宗教的責任。
天父知道萬事萬物，會將必須
做的事顯示給我們，這樣我們
才能回到祂身邊，培養出信心、
希望、仁愛，以及所有其他的
神性特質。正如宗教對自然現象
的解釋無損於科學的
價值，反之亦然——
科學對宗教經驗的解
釋也無損於宗教的價
值。■



網上 筆友

我們家的一個朋友亞歷山大跟我說他姪女露兒的事。*她與我年齡相仿，亞歷山大要我認識她。我並沒有太在意這件事，幾週之後，她把我加入臉書做朋友。

嗨，史蒂芬妮！我是露兒，亞歷山大的姪女。他跟我說，妳我年齡相仿。

嗨，露兒。我記得聽過妳的名字，亞歷山大說妳住在阿爾巴尼亞。好酷的地方喔！

真有趣，我覺得住在美國才酷呢！哈哈。這個週末妳要做什麼？

星期六早上我有一場籃球賽，之後我要去後期聖徒聖殿。星期天我會去教會。妳呢？

沒做什麼。我在網路上有看到一張鹽湖聖殿的照片，很美！叔叔跟我說，妳跟他一樣是摩爾門教徒。我跟他去過教會幾次，我蠻喜歡教會的！我好想每個禮拜都去，可是星期天時我通常會和家人一起做一些事。



妳要的話，我可以每個禮拜在聚會時做筆記，然後把筆記給妳。這樣妳就可以進一步知道我們相信什麼了。

喔，謝謝妳！我會喜歡聽妳分享在教會的事的。

嗨，露兒。希望妳上週過得很愉快。昨天教會的聚會很棒。我做了一些筆記，我們談了許多關於服務和祈禱的事。

- 我們為人服務時，就是在為神服務（讀摩賽亞書2：17。at scriptures.lds.org/bofm）。
- 到YouTube看一部影片：「戴頓的雙腿」，裡面有個男孩如何幫助他一個腦性麻痺的朋友完成鐵人三項的運動。
- 妳禱告的時候，神會在妳身邊，並且聽妳說話。我找到一篇談到如何祈禱的文章：
lds.org/youth/article/how-to-pray。

史蒂芬妮，真的很謝謝妳！那部影片非常激勵人心！我做很多祈禱，我想做正義的事，不過我要如何才能知道自己做的事是對的呢？

這個故事還沒結束……

史蒂芬妮現在仍用傳送筆記和回答問題的方式，在教導露兒福音。史蒂芬妮說，在星期日聚會時做筆記，「比較不會忘記所學習到的事物」。而為了回答露兒的問題，史蒂芬妮也有機會跟父母一起仔細討論福音。這個經驗也教導了史蒂芬妮有關傳道的事工。她說：「儘管我年紀小，我仍然可以成為一位傳教士。」

*名字已變更。

跟臉書上的陌生人交談前，請先請教自己的父母或監護人。



別錯過 那通電話

每次的總會大會一定會有一項專門給你的信息，千萬別錯過了！

大衛·狄克生
教會雜誌

想像一下你正在等一通特別重要的電話。假設你已申請十幾家大學，你最想去的學校說會在星期四晚上打電話給你，讓你知道有沒有錄取。不過他們有個小小的要求：因為學校要通知的人很多，如果無法跟當事人詳談一些細節，就會自動把那人從名單上剔除。

如果你無法想像上大學這件事，那就想些會讓你迫不及待想知道結果的事。可能是能否加入體育校隊、舞蹈班、音樂班，或任何一種對你來說很重要的事物，而你正在等那通是否被錄取的電話。

現在，另一個問題：你會守在電話旁等那通電話嗎？

如果這件事對你真的很重要的話，那麼你應該是手機隨時不離身吧！你不會想要錯過

那通電話。

同樣地，每六個月都有一個對你生活特別重要的信息正等著要傳達給你。而他們同樣也有個小小的要求：你必須在場才能領取這份信息。

大量啓示傾洩而出

總會大會是一段可以在靈性上得到振奮、啓發和鞏固的時間，也是一個難得的機會，可以為自己個人的問題尋求解答。

十二使徒定額組的傑佛瑞·賀倫長老教導：「本教會的總會大會確實是個特別的場合，主旨在於宣告天開了，現代的神聖指引和古代以色列家族所接受的一樣真實；天上的父神愛我們，並且透過活著的先知告訴我們祂的旨意。」¹

如果有個問題令你苦惱，你也一直在爲此努力禱告尋求解答的話，那麼總會大會可以是一個爲這些問題找到解答的時間。即使你心裡沒有什麼特別的問題，但是你最需要聽到的某個信息，就會以你最意想不到的方式在總會大會上出現。往往我們所獲得的最重要靈感，會幫助我們知道如何爲別人做更好的服務。

多馬·孟蓀會長在總會大會上談到總會大會時說：

「我們每六個月相聚一次，在這時候彼此鞏固、互相勉勵、給予安慰及加強信心。

我們到這裡來學習。你們有人可能在爲心中的疑問尋求解答，爲生活中遭逢的挑戰尋求解決之道。有人正因爲生活中的不如意或所失去的一切而感到痛苦。我們每個人只要感受到主的靈，就必能得到啓發、鼓舞和安慰。」²

總會大會的信息就像是賜給我們今日的經文一樣。正如主所說：「無論是藉著我自己的聲音，或是我僕人們的聲音，都是一樣」（教約 1：38）。

只要你在靈性上準備自己迎接總會大會，並特別留意其中的每項信息，無論你的情況如何，必定能找到專門賜給你的指示和靈感。

為接受靈感作準備

在大會前花些時間爲接受啓示作準備，向來都很有幫助。主勸告我們要去尋求啓示：「你若祈求，就必獲得啓示上加啓示、知識上加知識，使你能知道奧秘及令人平安的事——帶來喜樂及帶來永生的事」（教約 42：61）。

我們隨時隨地都有可能獲得個人啓示，但是絕對不可因此而疏於研讀總會大會講辭。只有在總會大會時，我們才能聽到大量來自先知、使徒和教會其他領袖的信息。

在 2013 年 10 月份總會大會上，十二使徒定額組的羅

拔·海爾斯長老教導：「我要應許教會的年輕成員，如果你們願意聆聽，就能感覺到內心充滿聖靈。主會告訴你們，祂要你們在這一一生中做些什麼事。」³

每場大會都重要

讓我們再回頭談那通重要的電話。如果你知道會有人打電話來，除非逼不得已，否則你應該不會讓自己離電話太遠。運用到總會大會這件事時，翹一兩場大會不去聽，因爲你想在週末做點其他的事，這說得通嗎？要是你決定在星期六早上去爬山——「只」錯過第一場大會而已——，但不巧那場大會正是你最需要聽的一場，你卻不在場，怎麼辦？

不管你住的地方是否可以觀看總會大會現場轉播，還是需要等候一段時間才能觀看，一旦可以觀看就花時間努力仔細聆聽每個演講，一定是值得的。

不妨就在今天下定決心要出席每一場大會，準備好聆聽、也願意聆聽每一個演講，並留意你最需要聽到的靈感信息。

最重要的是，你無法知道電話何時會響。■

註：

1. 傑佛瑞·賀倫，「國度中的和平事」，1997 年 1 月，聖徒之聲，第 89 頁。
2. 多馬·孟蓀，「我們再次相聚」，2012 年 5 月，利阿賀拿，第 4 頁。
3. 羅拔·海爾斯，「總會大會：鞏固信心 and 見證」，2013 年 11 月，利阿賀拿，第 6 頁。

會有人 聽 我祈禱嗎？



路卡斯，10歲，巴西，蘇珊·巴瑞特撰寫

「我每天跪下祈禱。我向天上的父說話。祂聆聽且回答信心的祈禱」（「信心的祈禱」，兒童歌本，英文版，第14首）。

我很煩惱，因為初級會的老師要我在下週的分享時間演講。她說：「你可以分享自己對祈禱的見證。」我們的課程剛好上到祈禱。

我做過很多次的祈禱，我會自己做禱告，也經常在家庭

祈禱中做禱告。我做過很多次祝福食物的祈禱，以前也在初級會禱告過。可是現在我不確定自己對祈禱是否有見證，也不太清楚禱告是否幫助過我。「真的會有人聽我祈禱嗎？」我很想知道。

我到廚房找媽媽，媽媽已經快弄好晚餐了。

我說：「媽媽，要是我不確定自己對祈禱是否有見證，

我要如何分享對祈禱的見證呢？」

媽媽伸出手臂摟著我，說：「你要不要在明天的家人家庭晚會上一堂與祈禱有關的課程，我們一起來討論這件事。」

媽媽幫我找了一些關於祈禱的故事和總會大會演講。接著我便開始準備家人家庭晚會的課程和初級會的演講。

星期一我上課時，爸爸媽

路卡斯做過很多次的祈禱，可是他對祈禱有見證嗎？



如何祈禱？

祈禱是在跟天父說話，所以開始時我們會說：「我們在天上的父。」我們會為獲得的祝福感謝祂。也會祈求獲得我們需要的事物。結束時則會說：「奉耶穌基督的名，阿們。」

我們可以隨時隨地為任何事情祈禱。祈禱時不一定要跪下來或在教堂才行。我們可以為大大小小的事祈禱。

禱告時可出聲，可靜默；可一個人祈禱，也可以跟其他人一起祈禱。

我們會用特殊用語來表達對天父的尊敬，例如用您、您的，而不用你、你的。

跟天父說話要虔敬，以表達我們的敬意。



「我向你們作證，並留下個人的見證，那就是神活著，祂聽取謙卑的心靈所作的祈禱。」

多馬·孟孫會長，「直到再相會」，2013年5月，利阿賀拿，第114頁。

媽跟我分享祈禱曾經如何幫助了他們。我也在下週日的初級會做了演講，可是我並沒有什麼不一樣的感覺。我還是想要知道自己對祈禱到底有沒有見證。我虔誠地禱告，祈求能消除自己的困惑，但是答案並沒有馬上來到。

有一天，爸爸出去找工作，找了一整天都沒找到，回家時很沮喪。他已經失業好幾個禮拜了，我像往常一樣跑過去找他，並給他一個擁抱。

我說：「爸爸，別難過。」突然間，有一種感覺從心底升上來，我說：「我們需要祈禱。」

「現在？」爸爸問。

「對，現在，」我說。「我相信天父會聽見我們的祈禱的。」



於是我們一起跪下來做禱告，祈求天父安慰我們。

做完禱告後，我們像往常一樣閱讀經文，然後坐在一起聊天。我注意到我們漸漸不難過了，家裡再度洋溢著原有的快樂氣氛。這次我有了截然不同的感覺——感覺到安全和受到保護，於是我知道一切都會沒事的。那是一種非常美好的感覺。

媽媽也注意到了。「路卡斯，你感覺到了嗎？」媽媽輕聲問道。「聖靈正在安慰我們，讓我們知道我們並不孤單。」

我說：「嗯，我感覺到了。」我知道天父聽到我們的祈禱了。

我永遠不會忘記那個晚上。現在我對祈禱的力量有自己的見證了。■

13

1

6

「用你們 聰明的頭腦

去研究和學習信條及
其中教導的教義。」

十二使徒定額組的多馬·貝利長老
2013年10月份總會大會

2

8

3

4

12

10

9

5

11

7



我們的園地



我愛福音，也喜歡當這個教會的成員。我最喜歡的歌是「我喜歡看到聖殿」（兒童歌本，第99首）。我很高興知道我的家庭是永恆的。

安東尼納，10歲，薩摩亞



耶芮，12歲，厄瓜多



我的身體是神的殿。我會穿端莊的衣服，來表示我愛自己的身體，尊重自己的身體，以及我愛天父和耶穌基督。

洛琳，6歲，菲律賓



這是總會會長團。每天晚上睡覺前，我都會上網聆聽總會大會的演講。我很期待

觀看下次的總會大會。

雷娜，10歲，日本



5歲的艾塔瑞來自墨西哥，是個非常聽話的小孩。她愛她的家庭，喜歡畫他們的畫像。她最喜歡的初級會歌曲是「我喜歡看到聖殿」（兒童歌本，第99首）。她喜歡看聖殿周圍的花。禱告時她總是會跟天父說，她好愛天父。她愛初級會，努力做妹妹阿伊萊的好榜樣。



我是 坦達依， 來自辛巴威

取自艾美·李威特的訪談

*Mhoroi, shamwari! **

這位是坦達依，他住在辛巴威。辛巴威位在非洲南部，非洲有很多動物，例如犀牛、大象、黑色大水牛、獅子和長頸鹿。不過，坦達依的家附近看不到這些動物，因為他住在辛巴威最大的城市哈拉雷附近。不過，坦達依還是很高興有這些美麗的動物住在他的國家裡。■

* 紹納語「你好，朋友！」的意思。

我最喜歡的經文故事是神命令尼腓造船的故事。我希望自己可以像尼腓一樣，一直有勇氣去做正義的事。

我最喜歡初級會的部分是初級會的聖餐演出。我喜歡分享我對耶穌基督的見證。

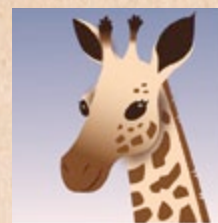
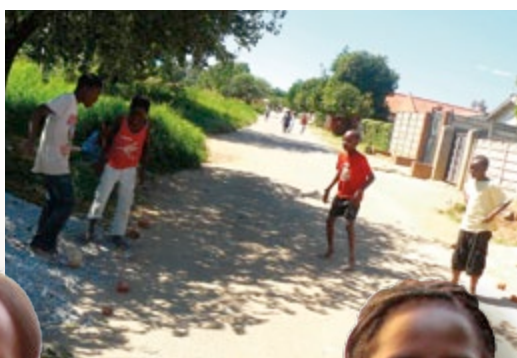
照片由坦達依家庭惠予提供，NEVER JACK攝；布萊德·提爾繪



每次做完功課，我會去幫姐姐一起讀書。她在學習方面有些困難，我也喜歡幫助學校裡其他在學習方面有困難的孩子。有些孩子會取笑這些人，但我絕對不會這樣做。

有一天，一些朋友在我們家的院子玩，其中有一個人說了一句髒話。其他的小朋友都笑了，但是我沒有。我告訴他們這一點都不好笑，我們不應該說不好的話。

家人對我而言非常重要，我有一個姊姊和另一個雙胞胎姊姊。我和兩個姐姐跟媽媽、外曾祖母住在一起，我們這裡家鄉話紹納語稱「外祖母」為Gogo。



我喜歡看到聖殿

我們家庭必須坐車坐 13 個小時才能抵達南非約翰尼斯堡聖殿。

上路了！

坦達依的背包裡裝著他喜歡的一些東西。你會把哪些東西放到背包裡呢？



來自辛巴威的瑪迪娃

瑪迪娃打扮好要上教堂了，不過你也可以幫她換上學校制服或是舞蹈節慶活動的造型裝扮。你可能會想把這張人物卡先貼在厚紙板上，然後再上色、剪下來。請一個大人幫忙。 ■





琳達·柏頓
總會慈助會會長

我感受到聖靈

「耶穌說：『讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們；因為在天國的，正是這樣的人』」（馬太福音19：14）。

我記得自己小時候發生的兩個簡單事件。每一個事件都顯示了無論我們幾歲，聖靈都會用特別的方式感動人心。

第一個經驗發生在我弟弟生病的時候。那時父親請支會裡的一位弟兄來家裡幫忙做聖職祝福。就在我們家庭聚在一起，等著看祝福的教儀前，這位弟兄建議所有的孩子離開現場，免得干擾到教儀進行時的靈性。父親溫柔地回答說，做祝福時讓每個孩子都在場很重要，因為我們正需要小孩子單純的信心。那時即使我年紀還小，我還是當場感受到了聖靈，也體會到父親對我們這些孩子的疼愛。父親的愛幫助了我相信和理解天父對我的愛。

幾年後，我們家庭受邀在聖餐聚會演出。母親是位才華洋溢的音樂家，她自己不表演，把演唱的機會讓給了我們姐妹。她得到靈感要我們演唱的歌曲，我還記得很清楚：

每當我讀到那美好的故事，
耶穌來到眾人面前，
祂招呼小孩子圍在祂身邊；
我真希望能和祂一起。

（「每當我讀到那美好的故事」，兒童歌本，第35首）

我們姐妹唱著這首歌時，我在心中感受到溫暖和快樂。聖靈幫助了我感受到天父和耶穌基督愛我，讓我剛萌芽的見證得到了鞏固。

我非常感激能有聖靈的祝福，以及來自我父母和我在天上的父的愛。■



耶穌基督 是我們的救主

有個 12 歲的女孩躺在床上，病情越來越嚴重，她的父母無助地望著她，因為找不到方法可以救她。

後來他們想起了曾聽說有個叫耶穌的人所行的奇妙能事。人們說他能醫治病人，使瞎子重見光明。或許祂能救他們女兒一命！

於是這位女孩的父親睚魯跑去找耶穌，他哀求耶穌救救他的女兒，可是此時卻傳來令人傷心的消息，一切都太遲了，那個女孩死了。耶穌對睚魯說：「不要怕，只要信！」（馬可福音 5：36）。

耶穌和睚魯抵達睚魯家時，他們走進那位女孩躺臥的房間，耶穌拉著那女孩的手，叫她起來，她就起來走，她的父母非常地驚訝。耶穌讓他們的女兒活過來了！

耶穌在那一天透過施助那位女孩和她的家庭，告訴他們



祂很在意他們。耶穌也透過許多美好奇妙的方式在告訴我們，祂很在意我們：

- 祂協助創造這個美麗的世界和其中的所有萬物。
- 祂自願來到世上做我們的救主，儘管祂知道這件事非常困難。
- 祂在世時都在祝福、醫治和教導別人。
- 祂的一生完美無暇。
- 祂願意在客西馬尼園為我們所犯的罪受苦，並被釘死在十字架上，好使我們能夠復活，再回到天上。■

歌曲和經文

- 「令我驚奇」（聖詩選輯，第 116 首）
- 約翰一書 4：14

家庭討論建議

不妨全家一起閱讀睚魯女兒的故事（見路加福音 8：41-42，49-56）。然後出示下一頁救主的照片，邀請家庭成員分享他們自己感受到神愛我們的一些美好奇妙方式。家庭成員也可以一人一段輪流讀出「令我驚奇」這首歌的歌詞。每讀完一段，就請家人一起合唱副歌部分。討論或以圖畫表示你們家庭可以用哪些方式來表達對救主的愛。



滿是祝福的菜園

琳達·普瑞特
根據真實故事改寫

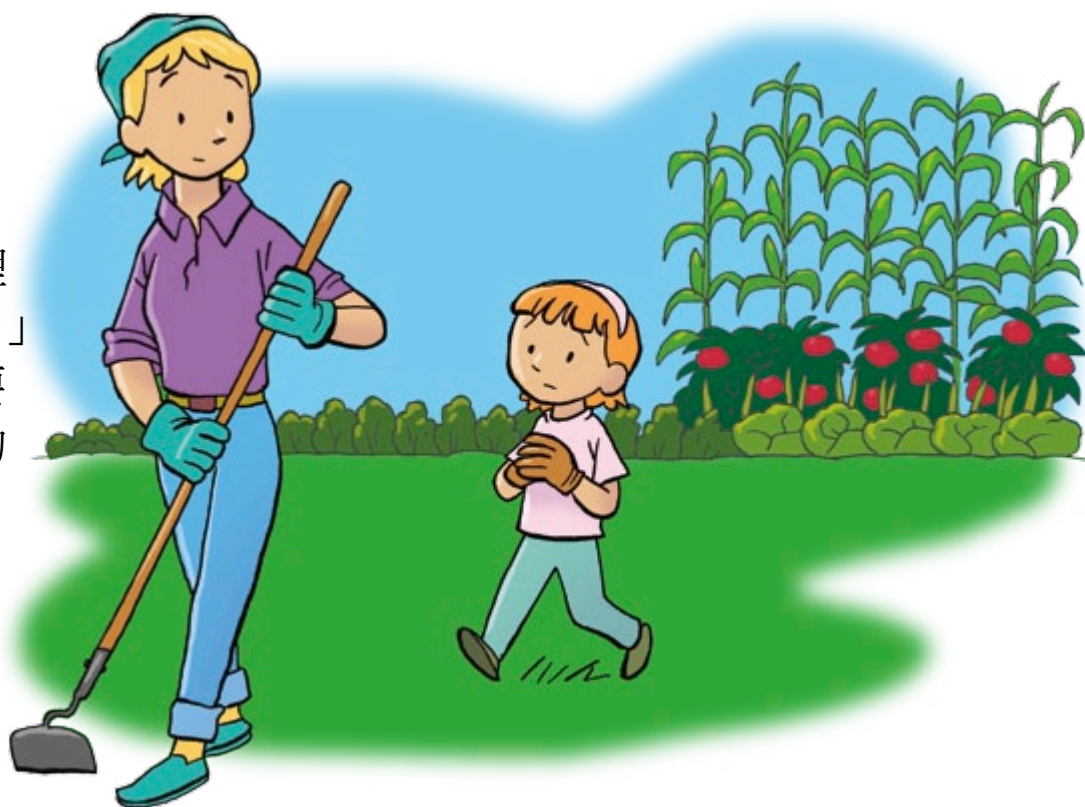
嗡！嗡！嗡！一隻忙碌的黃色蜜蜂降落在安德莉雅手捧的一朵花上，安德莉雅連忙跳開，匆匆離開那裡，她不喜歡蜜蜂。她轉身來到菜園另一角落，想拔掉茂盛的蕃茄樹旁的雜草。



太陽把安德莉雅的背曬得暖烘烘的，她可以聽到媽媽就在附近的玉米田埂上。突然間，安德莉雅聽到更多嗡嗡翁的聲音。嗡！嗡！嗡！她跑去找媽媽，



「媽咪！這裡
蜜蜂太多了，」
她說。「我要
在沒有蜜蜂的
菜園工作。」



「我們需要蜜蜂，這樣我們的
菜園才長得出東西來，」媽媽
說。「耶穌創造蜜蜂來替植物
傳授花粉，這樣我們才能有好吃
的食物可以吃。」





「沒有蜜蜂就沒有菜園？」
安德莉雅問。她想了一下所有
她喜歡的植物。她喜歡漂亮
的花，也喜歡吃草莓和蕃
茄。如果世上沒有這些東
西，她會很難過。

「我很高興耶穌創造了
這些植物，」安德莉雅
說。「我也很高興祂創
造了蜜蜂！」■



找出水果和蔬菜

安德莉雅很開心能在菜園工作，並看到天父和耶穌基督創造的各種植物。你可以找出自己最喜歡的植物嗎？



在大廳等

羅莉·傅勒
教會雜誌

有一天晚上，我帶三個弟妹去聖殿做洗禮的教儀。聖殿工作人員檢查我們的推薦書時，發現妹妹的那張推薦書上沒有主教的簽名。於是我開始填寫表格，這樣聖殿紀錄員就可以打電話給主教。接著聖殿工作人員檢查弟弟的推薦書，又發現推薦書尚未啟用。我手上有筆，所以又開始填寫另一份表格。

我知道弟弟妹妹在推薦書出錯的狀況下是無法進去聖殿的，我覺得自己對他們有責任，若不幫他們處理好這些錯誤，我也無法進去聖殿。但是一直被擋在聖殿外，讓我十分沮喪。我們離開洗禮池，上樓到聖殿入口，向櫃臺解釋我們的情形。聖殿紀錄員說，他只要花幾分鐘時間就可以把問題處理好，於是我們四個人只好坐下來在大廳等。

我坐在那裡的時候，沮喪的感覺轉為失望。我們因這樣簡單的疏失而



因為文書上的幾個疏失，我無法進去聖殿，只能在大廳一直等候，這讓我很失望。

無法進入聖殿，在大廳等候與進入主的殿，兩者的落差實在很大。那天過得很不順心，因此我希望聖殿能幫助我感到平安。這些疏失又不是我造成的，卻要我這樣一直等下去，我覺得自己快要哭了。我已經很努力來聖殿，當個乖孩子，並為弟弟妹妹樹立來聖殿的榜樣，在我們那麼想進去裡面的時候，為什麼我們還要被擋在外面？

接著我領悟到一件事：如果我因文書上的幾個疏失無法進去聖殿而感到沮喪，那麼要是因自己的疏失，即自己的不配稱而無法配稱進入聖殿，我會多麼沮喪啊！一想到這點，我的心情馬上平靜下來。我感覺自己已經學到神要我學習的教訓了。我答應祂，我會一直努力保持配稱進去聖殿的。我也承諾，我絕對不要因自己的疏失而無法進入主的殿；我絕對不會讓自己的所作所為令自己只能待在大廳。

那天晚上稍晚，我就跟主教約了時間，更新我的聖殿推薦書。在跟主教面談前，我檢查了自己是否有犯任何錯誤的行為，會讓自己有可能被擋在聖殿外面。主教詢問我是否配稱進入主的殿時，我很高興自己可以說「是的」。

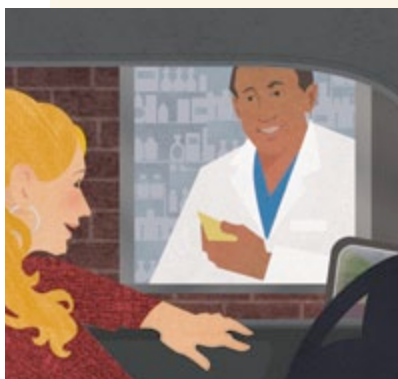


泰福·彭蓀

泰福·彭蓀在自家農場上做過許多粗活。他熱愛農務，因此去取得農業經濟學的高等學位，後來又擔任美國華盛頓首府的農業部部長。彭蓀會長熱愛摩爾門經，他鼓勵教會成員不僅要全家一起閱讀，個人也要閱讀。

本期的其他內容

年輕成人園地



邀請成功

三位年輕成人——法學院學生、藥局顧客、電梯操作員——向我們顯示他們如何在日常生活中分享福音。

第42頁

青年園地

第64頁



如果我在總會大會的那個週末想做其他的事，而翹一兩場大會不去聽——這是可以的，是嗎？

別錯過 那通電話

兒童園地

我感受到聖靈

即使你是個小孩，聖靈仍能和你的心靈溝通。



第73頁

耶穌基督
後期聖徒教會