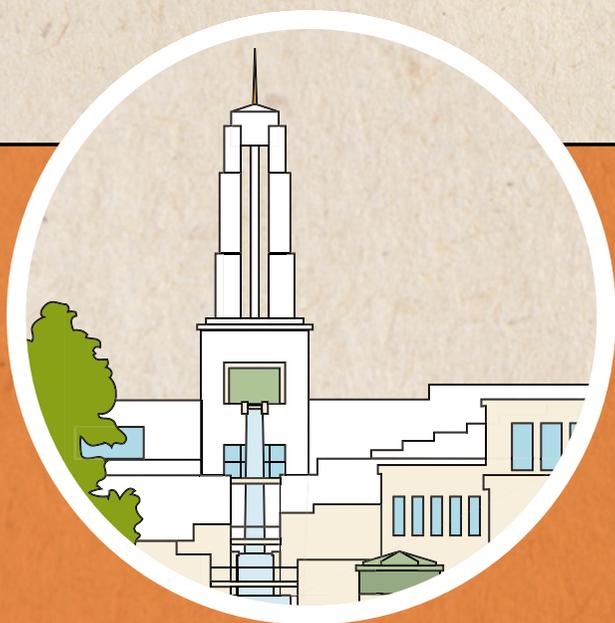


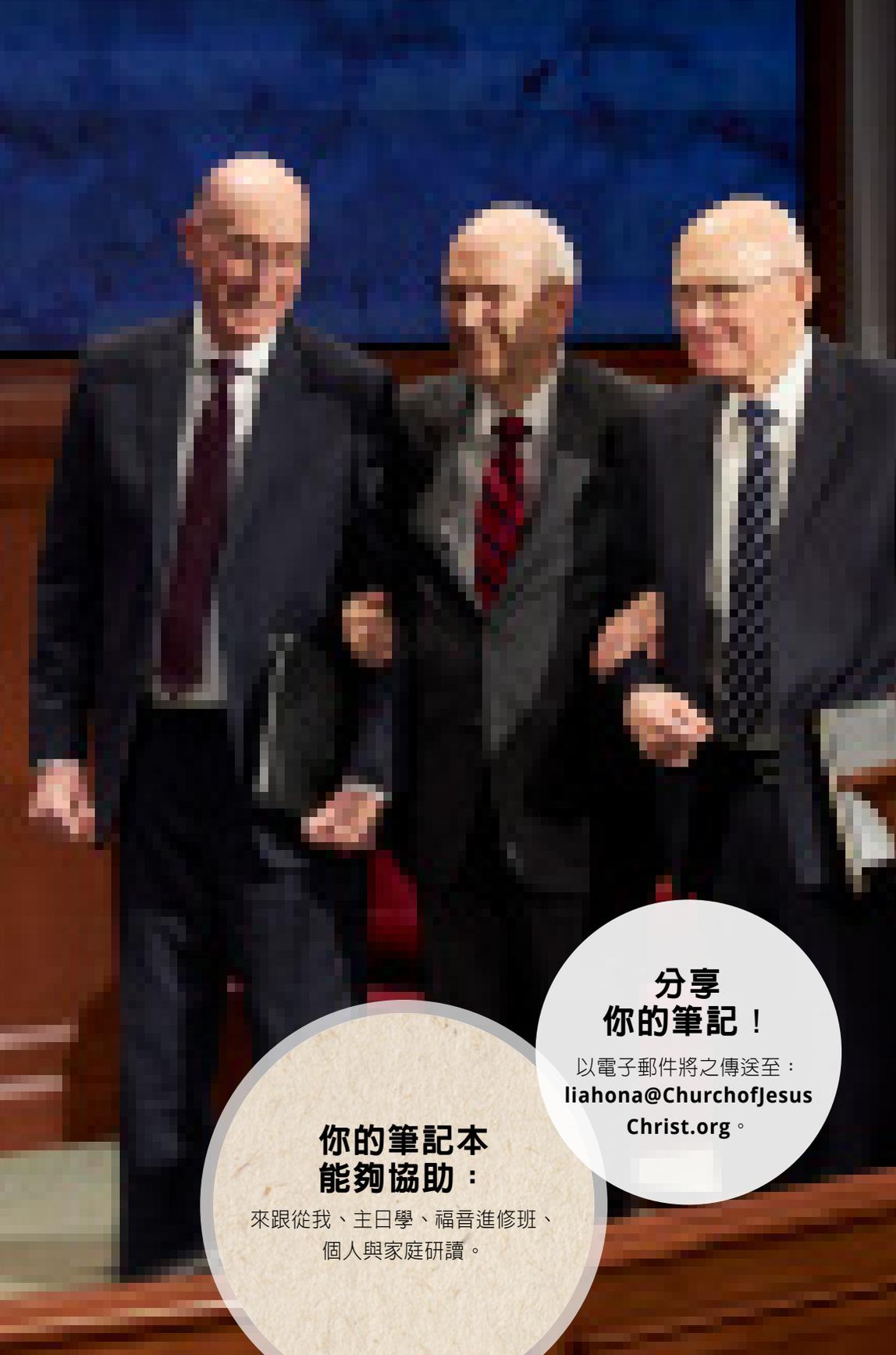
# 總會大會 筆記本



協助你準備和學習  
總會大會的指南

月：  
年：

利阿賀拿增刊資料



**你的筆記本  
能夠協助：**

來跟從我、主日學、福音進修班、  
個人與家庭研讀。

**分享  
你的筆記！**

以電子郵件將之傳送至：  
**liahona@ChurchofJesus  
Christ.org**。



# 總會大會是個尋得個人啓示的絕妙時刻。

希望總會大會時有個多彩多姿的學習經驗嗎? 大會前預先準備，大會期間注意聆聽，大會後加以研讀。你必會與天父更加接近，開啓通往個人指引的門扉。運用這場大會來幫助你尋得答案，學習可以做什麼來獲得靈性成長。

## 這裡頭有什麼?

準備從這裡開始.....	2	接受到的靈感.....	26
總會會長團及十二使徒定額組.....	3	注意到的主題.....	27
問題與答案.....	4	我會去做的事.....	28
自創大會遊戲.....	6	我的見證.....	29
把靈感寫下來.....	8		

你可以在  
**conference.ChurchofJesusChrist.org**  
進行參與

需要更多本嗎?

到**conference.ChurchofJesusChrist.org**下載和列印這本筆記本。

Intellectual Reserve, Inc. © 2020  
版權所有。

本小冊子的重印許可，乃授權給私人且非商業目的之用。這項許可包括供支會領袖列印少量複本，將之給予他們蒙召喚服務的對象；小冊子必須整本印出。這項許可不包括線上張貼、改變本資料用途，或發行本資料。本資料的任何其他用途，都需要獲得許可。

[permissions.ChurchofJesusChrist.org](https://www.churchofjesuschrist.org/permissions)

# 準備 從這裡開始。

總會大會是獲得靈感和指引的絕佳方式。  
當你預先準備好接受個人啓示，就會有一個更美好的經驗。

**開始準備吧！**

你是否  
為演講者和教會其他  
的領袖祈禱？

你思考過  
那些你正在尋求答案  
的問題嗎？

## 總會會長團

於2018年1月14日蒙支持



**達林·鄔克司**  
會長

第一諮理  
於1984年蒙支持為使徒



**羅素·納爾遜**  
會長

總會會長  
於1984年蒙支持為使徒



**亨利·艾寧**  
會長

第二諮理  
於1995年蒙支持為使徒

## 十二使徒定額組



**羅素·培勒**  
會長

於1985年蒙支持



**傑佛瑞·賀倫**  
長老

於1994年蒙支持



**迪特·鄔希鐸**  
長老

於2004年蒙支持



**大衛·貝納**  
長老

於2004年蒙支持



**昆丁·柯克**  
長老

於2007年蒙支持



**陶德·克里斯多**  
長老

於2008年蒙支持



**尼爾·安德森**  
長老

於2009年蒙支持



**羅納德·羅斯本**  
長老

於2015年蒙支持



**蓋瑞·史蒂文生**  
長老

於2015年蒙支持



**戴爾·瑞隆**  
長老

於2015年蒙支持



**江文漢**  
長老

於2018年蒙支持



**尤理西斯·蘇瑞**  
長老

於2018年蒙支持

# 問與答：

寫下生活中有哪些想要獲得指引的問題，然後在大會期間，把你獲得的答案和靈感記錄下來。

---

**總會大會的所有信息中，都有一個裝著天上指示的藏寶箱等著你去探索。**

尼爾·安德森長老<sup>1</sup>

我的問題：

答案：

我的問題：

答案：

我的問題：

答案：

我的問題：

答案：

## 自創 大會遊戲

想要讓自己在總會大會上保持專注——而這麼做的同時又可以有點樂趣嗎？自創你的大會遊戲！

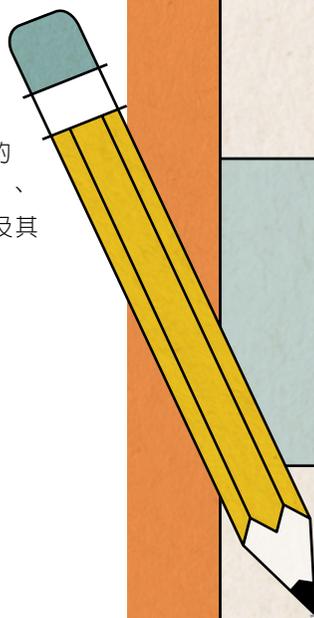
在大會之前，在每個方格中寫下一個主題。觀看大會時，注意聆聽那些主題，在某項主題被提及後，用記號覆蓋那個方格。你可以用任何東西來當作記號——但是為了有更多樂趣，試試看一小塊糖果或巧克力！自選贏家的模式——五條橫線、直線，或對角線；四角；中央九格等等。

還在想有哪些主題嗎？可考慮的像是「聖殿」、「來跟從我」、「悔改」，或是某位演講者提及及其他演講者姓名的時候。

---

**啓示幾乎都是為回應問題而賜予的。**

傑佛瑞·賀倫長老<sup>2</sup>

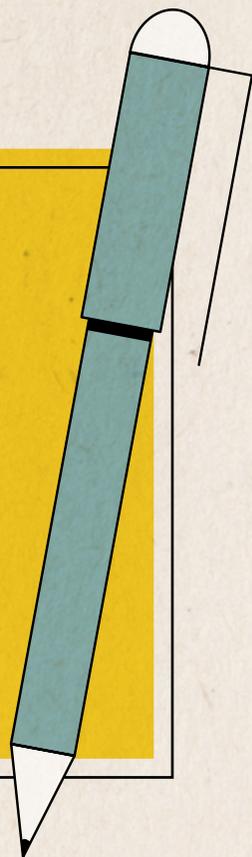


聖殿

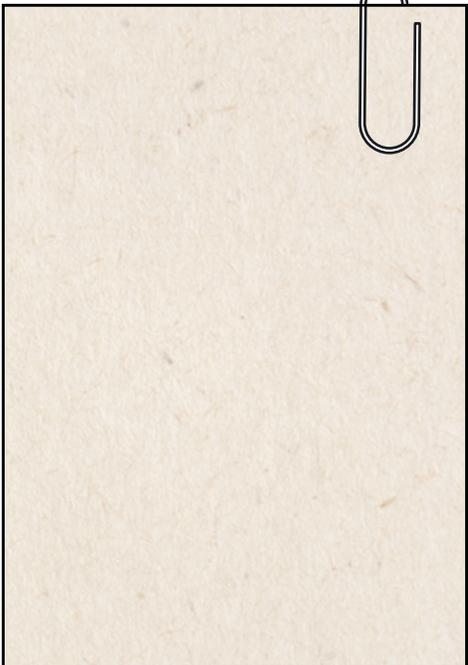


# 把靈感 寫下來。

現在大會終於來到了，注意聆聽答案。寫下提示，找出應許的祝福，格外留意你獲得靈感要致力去做的事。快速略記啓發你的話，記下對你而言突顯的信息。



# 筆記：



筆記：

最喜歡的話：

“

我們可以向天父祈求獲得指引和指示，  
在危險和使人分心的事情上受到警告，  
並有能力完成我們無法獨力完成的事。

羅素·納爾遜會長<sup>3</sup>

應許的祝福：

我現在會去做的事？

筆記： \_\_\_\_\_



啓示都是真的。會用主自己的方式、在主自己的時間來到。

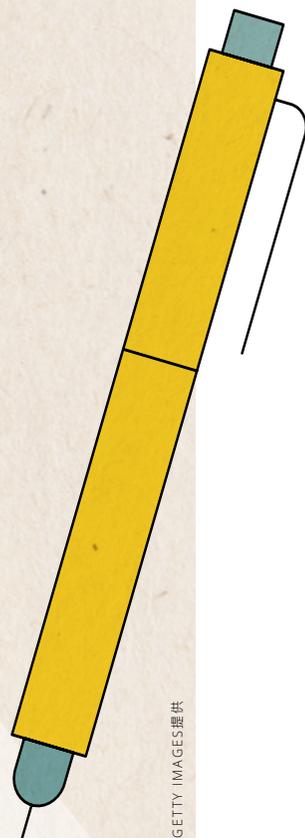
達林·鄔克司會長<sup>4</sup>

# 筆記：

---

我應許各位，如果你真誠且  
持之以恆地從事這項靈性的  
事工，來培養至關重要的靈性  
能力，學會如何聆聽聖靈的  
低語，你必會獲得生命中  
所需的一切指引。

羅素·納爾遜會長<sup>5</sup>



圖片由GETTY IMAGES提供

月分  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

場次  
第1場 第2場 第3場 第4場 第5場

會議類型  
一般大會 | 婦女大會 | 聖職大會

筆記：

最喜歡的話：

“

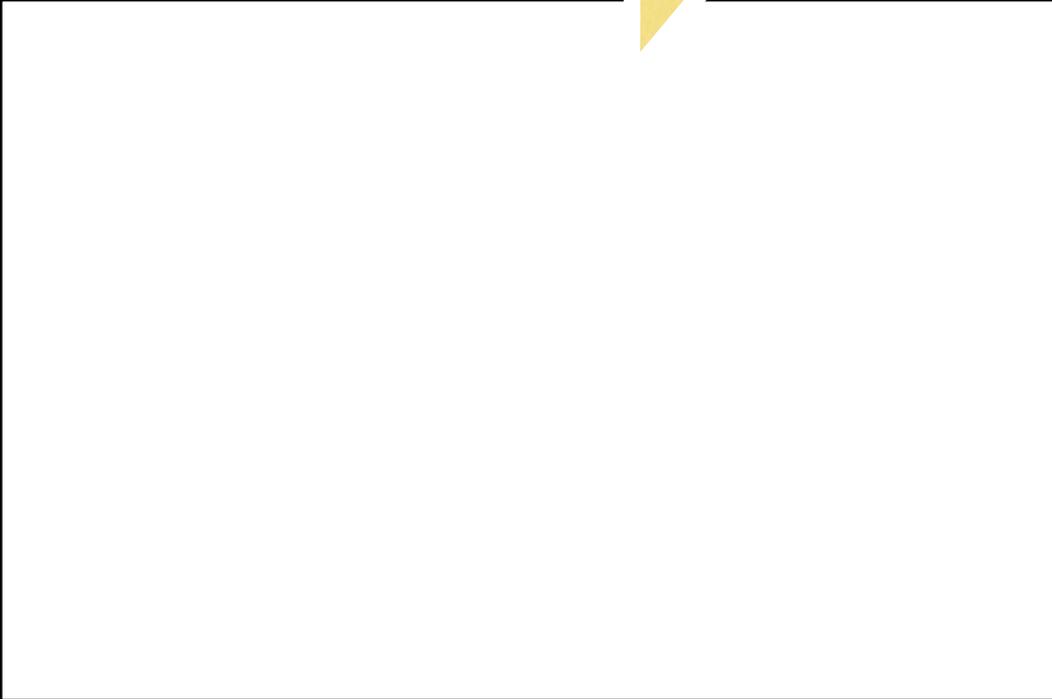
為了能接受個人啓示，  
我們必須把過福音生活置於優先，  
並鼓勵自己和別人要忠信和有靈性。

羅納德·羅斯本長老<sup>6</sup>

應許的祝福：

我現在會去做的事？

筆記：



當我們在門徒的道路向上  
攀爬，可以透過基督  
的恩典而聖化。

米雪兒·奎格姊妹<sup>7</sup>

筆記：

---

最喜歡的話：

應許的祝福：

我現在會去做的事？

經文及近代使徒先知的話語  
都是智慧、神聖知識及個人  
啓示的來源，能幫助我們找  
到人生一切挑戰的解答。

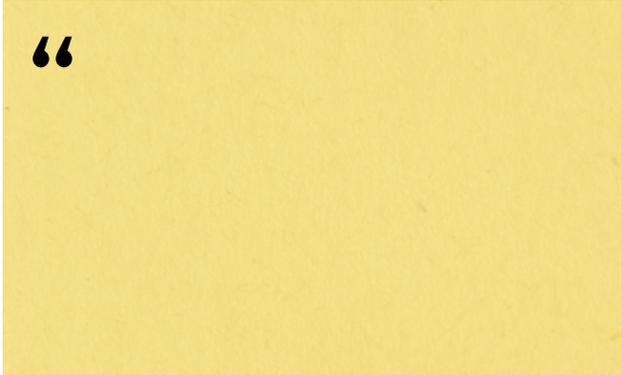
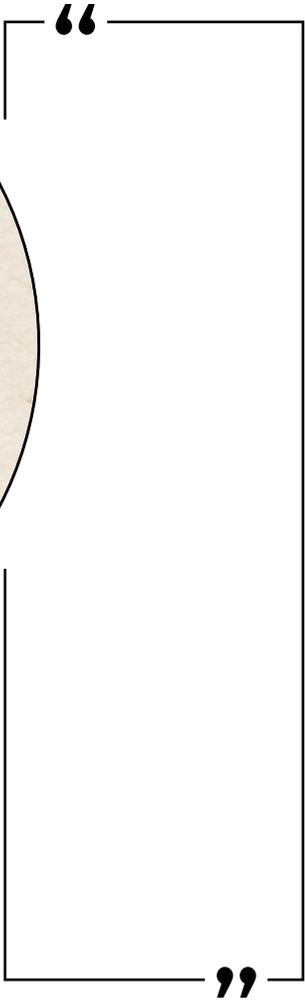
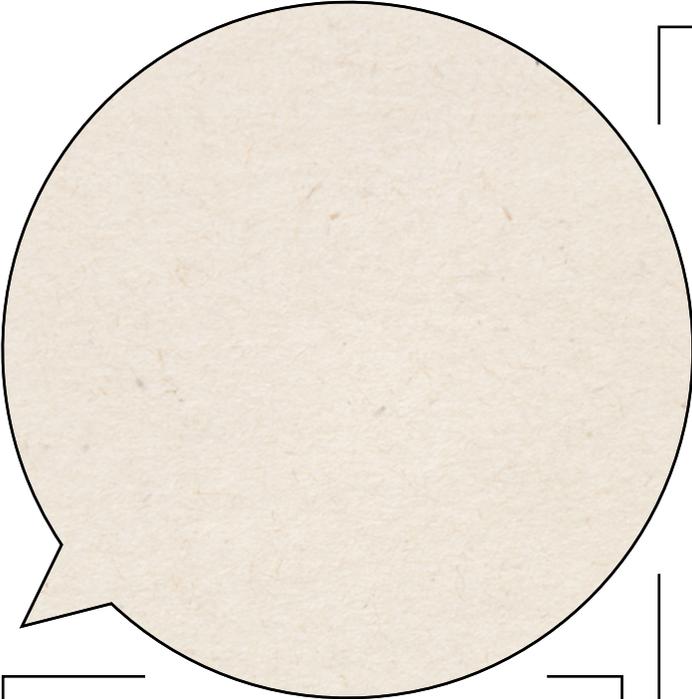
迪特·鄔希鐸長老。

月分  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

場次  
第1場 第2場 第3場 第4場 第5場

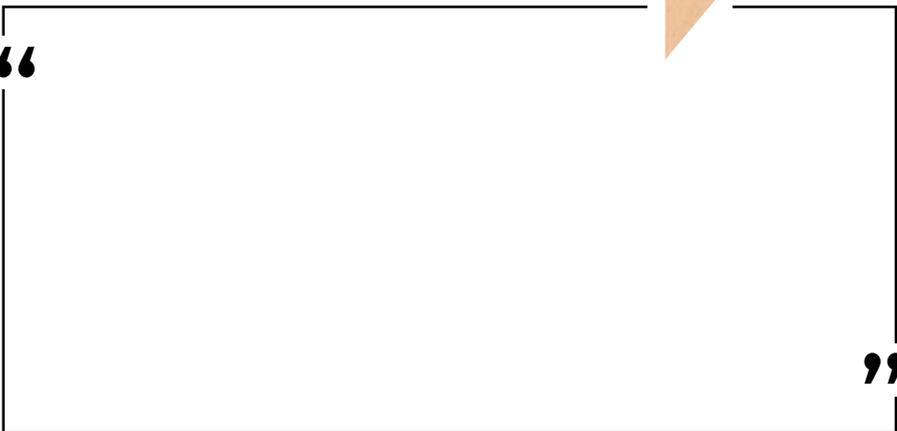
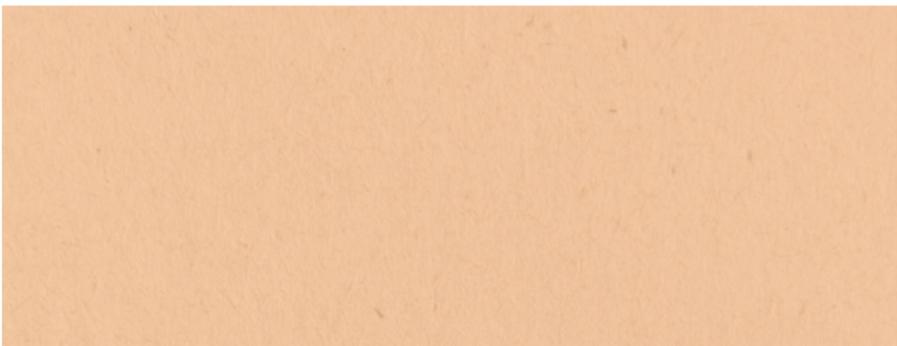
會議類型  
一般大會 | 婦女大會 | 聖職大會

筆記：

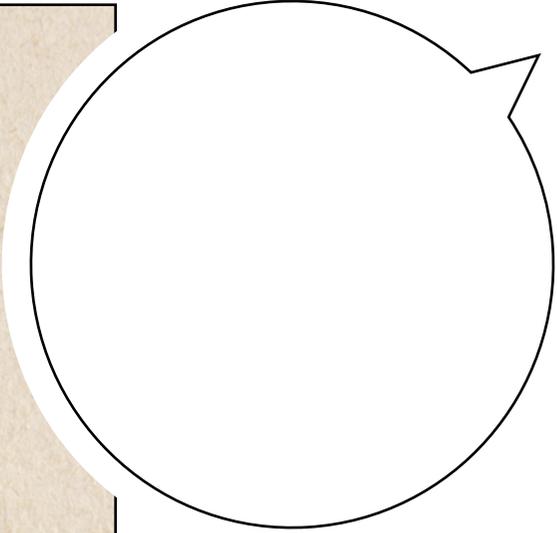


藉著信心學習，需要在靈性、智力及體力上付出努力，不是被動接受就好。

大衛·貝納長老<sup>9</sup>

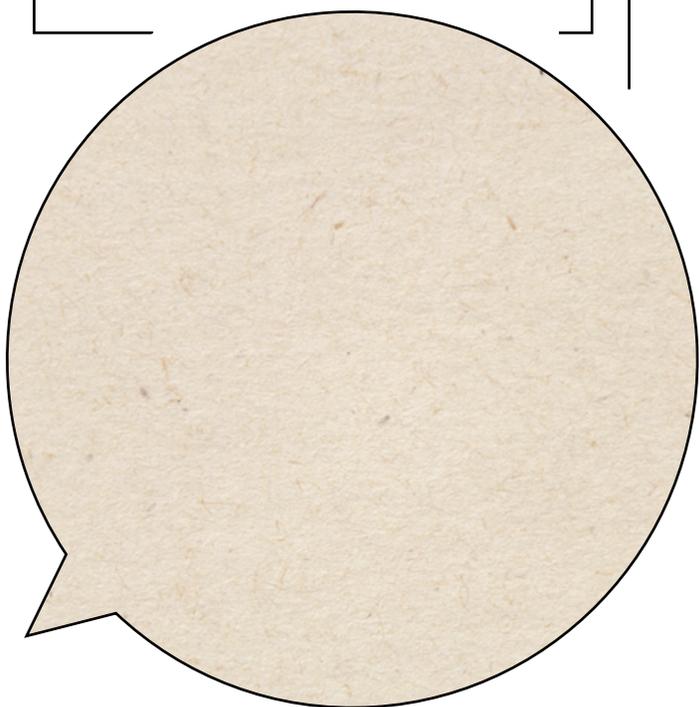
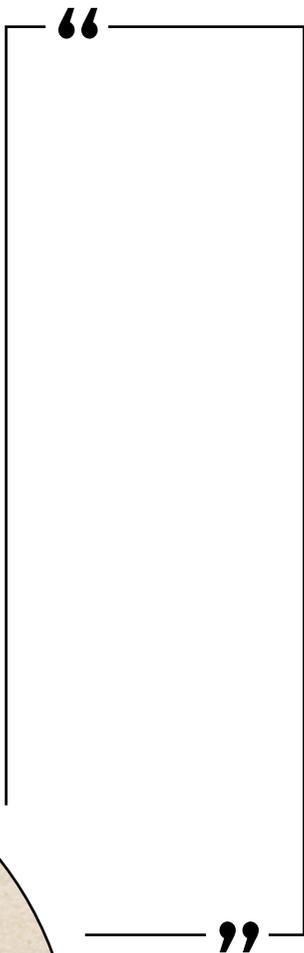
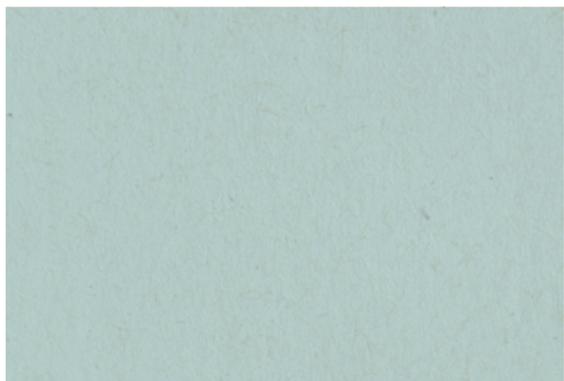


筆記： \_\_\_\_\_



“

”



**要認識耶和華  
並仰賴祂，就要  
「飽享基督的話」。**

邦妮·高登姊妹<sup>10</sup>

# 接受到 的靈感。

現在大會已經結束了，接下來呢？你是否覺得受到啓發，要在生活中作些改變，或是做件不同以往的事？花些時間整理思緒，擬訂計畫，然後據此行動。

## 行動計畫範例：

1. 改造房間的靈性氛圍
2. 規律地寫日記

## 主題範例：

- 以家庭為中心，學習福音
- 聖殿崇拜
- 跟從救主

我會如何改進？

# 注意到的 主題

哪一個部分最令你印象深刻呢？寫下其中一些主題，思考這些主題對你和你的生活有何個人意義。

主題：

主題：

提及者：

提及者：

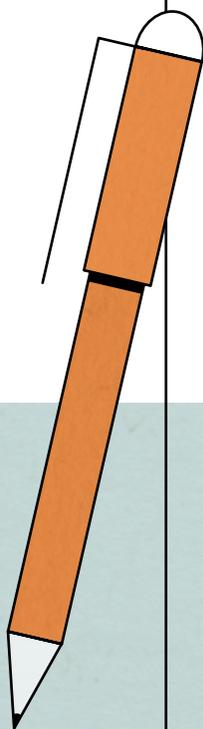
我學到的事：

我學到的事：

# 我會去 做的事

在大會後，花些時間複習你的筆記，寫下你覺得受到啓發要做什么事，或是列出你想要致力去做的目標。

---



## 我的見證

我的見證在這大會期間有何成長？

註：

1. 尼爾·安德森，「主的聲音」，2017年11月，利阿賀拿，第125頁。
2. 傑佛瑞·賀倫，「你們不可丟棄勇敢的心」，2000年6月，利阿賀拿，第39頁。
3. 羅素·納爾遜，「給教會的啓示，給我們生活的啓示」，2018年5月，利阿賀拿，第94頁。
4. 達林·鄔克司，「在祂自己的時間、用祂自己的方式」，2013年8月，利阿賀拿，第29頁。
5. 羅素·納爾遜，「以色列民全力起」（全球青少年祈禱會，2018年6月3日），HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org。
6. 羅納德·羅斯本，「不要驚慌」，2018年11月，利阿賀拿，第20頁。
7. 米雪兒·奎格，「屬神的不滿足」，2018年11月，利阿賀拿，第54頁。
8. 迪特·鄔希鐸，「適用於各種經濟狀況的兩個原則」，2009年11月，利阿賀拿，第58頁。
9. 參閱大衛·貝納，「藉著信心尋求學識」，2007年9月，利阿賀拿，第20頁。
10. 邦妮·高登，「仰賴耶和華，毫不偏倚」，2017年5月，利阿賀拿，第6頁。
11. 雪倫·尤班克，「基督：在黑暗中照耀的光」，2019年5月，利阿賀拿，第75頁。

**屬於你的靈感信息！**

**主知道你們有多努力。你們正在進步，  
要繼續努力。**

**雪倫·尤班克姊妹<sup>11</sup>**

**需要更多本嗎？**

**到**

**[conference.ChurchofJesusChrist.org](http://conference.ChurchofJesusChrist.org)**

**下載和列印這本筆記本。**

**耶穌基督  
後期聖徒教會**