

聖
徒
之
聲

一九九〇年二月



聖徒之聲



兒童園地

- 26
摩門經故事
李海警告人民

- 27
李海離開耶路撒冷

- 29
祈禱的力量
范恩斯多馬長老

- 30
分享時間
為教會編寫音樂
葛涵佩

- 32
與朋友談
布賓安慈歐長老

- 43
歌曲：耶穌基督的教會
貝莉珍妮絲

- 44
益智篇
這位先知是誰？
歐格倫珍娜維

- 與十二有關的福音
彼得森珍娜

- 連連看
包納豪惠

- 45
教會禮節
簡森茱莉

- 46
玻璃天鵝
貝勒斯佩琪

青年園地

- 10
捨我其誰
多馬珍娜

- 15
迫害
雷諾達林娜

- 57
末世聖徒宣傳畫輯：
丟棄垃圾

- 66
與父母溝通之道
克羅克理斯

專欄

- 1
讀者來函

- 24
探訪教師信息：
「記念主」

- 54
答問篇

- 靈性知識如何真正獲得進步
泰利羅傑

- 33
地方新聞

特稿

- 2
總會會長團信息
最有價值的事
彭蓀泰福會長

- 6
摩門經的祝福
布雷德蕭

- 16
司考德李察長老：
「真正的力量來自主」
嘉納馬文

- 49
聖經：就剩4,263種
語言了
東方明

- 59
凱蒂的世界
黎敏安妮

- 65
希根斯弟兄的靈感
約翰拉弗

- 71
只有一個小孩
安德森凱倫

本期附贈1990年年曆卡一張

神的旨意

利阿賀拿(西班牙文版)對我們培養良善、博愛的情感有著引導、啓發、激勵的功用。我常讀到各地弟兄姊妹的自傳時，熱淚盈眶。

利阿賀拿中的總會會長團信息讓我們全家得知主的旨意，知道今日主要我們如何去做。它也警告我們要留意世上的險惡；只要遵從總會人員明智、適時的忠告，內心就會寧靜，就會有平安和力量。

我的孩子也喜歡看這本雜誌，他們從中得到許多樂趣，學到許多永恆原則。雖然他們會把雜誌弄摺了或畫記號，我還是很高興，因為那表示他們看了內容，吸收了其中的信息。

開家人家庭晚會時，我們也利用這本雜誌來交換意見，欣賞有關福音遍及全世界的文章。

我們全家都覺得利阿賀拿是一本很好的雜誌，它和經文、祝福教長祝福詞，就像那鐵桿，引導我們走向生命之樹。它指引方向，使我們進步得更為平穩。

這是我，也是內人及六歲的孩子對這本雜誌的見證。

智利，聖地牙哥
蘇立思卡洛

中華民國七十九年三月一日

1990年3月1日

PBMA9003CH Printed in Taiwan

耶穌基督末世聖徒教會出版之中文雜誌，內容取材自ENSIGN(旌旗)，NEW ERA(新時代)，FRIEND(朋友)等英文雜誌。

總會會長團

彭蓀泰福 與格萊戈登 孟蓀多馬

十二使徒議會

洪德豪惠 潘培道 艾希頓馬文

貝利多馬 海大衛 傅士德雅各

麥士維尼爾 納爾遜羅素 鄭克司達林

培勒羅素 胡適令約瑟 司考德李察

顧問

賓嘉納立斯 郭克勤 布蘭福威廉

吉本法蘭西 賀倫傑佛瑞

編輯

賓嘉納立斯

課程部門主管

耐頓雷隆

教會雜誌主管

彼德生多馬

探訪教導

很高興有機會能說說我對這本雜誌的感覺。它對我、我的家人以及我的教會事工有很大的幫助。

很感激有總會會長團信息和它像婚姻、家人關係等不同主題的文章，尤其是探訪教師信息。這個專欄在我從事探訪工作時，幫助很大，很多姊妹也都有同感。我擔任婦女會會長好幾年了，真的很感謝大家一直在為提升教會及家庭中的教導標準而賣力。

總會會長團信息使我的見證更加堅強。由於這些信息是金科玉律，因此其中所有的忠告，我都會盡力去遵守。

這本雜誌另外一個優點就是，總會教友大會報告翻譯付印的速度很快。

瑞典 尤思頓吉泰
主日學教師

聖徒之友

我讀聖徒之友(韓文版)已有13年了，老實說，我認為這本雜誌是世上最有趣的刊物。儘管聖徒們住在不同的國家，生活環境互異，但是透過閱讀大家共有的體驗，我

們的心也就連結在一起了。我想多看一些有關總會當局人員的報導。要認識這些弟兄，就得看這本雜誌。

韓國，漢城
李仁山

獨特的信息

1955年我加入教會，也開始了繪畫生涯。這些年來，我很高興看到星辰(荷蘭文版)的大幅改進。目前它已能和世上一些最佳的刊物相提並論，加上內文中獨特的信息，更使其獨樹一幟。插畫的品質令人讚賞，我們很想認識這些畫家，希望雜誌能印出他們的全名來。

在此建議將一些大畫家的作品用彩色印刷的方式，加大複印出來。荷蘭大師布魯克卡爾的畫，令人讚嘆，不過，我也想看看雷姆卜蘭特、拉斐爾、范大克、戴拉克魯瓦的作品。

荷蘭
簡森梅耶諾拉

國際雜誌

總編輯：凱利傅恩

助理編輯：米基大衛 來蒙蓮安

助理編輯/兒童版：魏克蒂安

美術指導：庫克沙里

設計：庫克沙里

發行：克里斯丁里奇諾 麥克唐納希德尼

凱普珍安 夏帕提摩太 戴頓史蒂文

策劃：溫黛安娜

企劃經理：韓生喬思

聖徒之聲編輯委員會

發行人：劉春華

翻譯主任：仲國強

編輯：夏海怡

新聞編輯：李青蓉

發行者：

耶穌基督末世聖徒教會

台北發行中心

台灣省台北市金華街一八三巷二十四號一樓

承印者：今日彩色印刷股份有限公司

台北縣中和市中山路二段340巷26號

The SHENG TU CHIH SHENG (ISSN 1044-3436) is published monthly, except January and July, by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, Ut 84150. Subscription price \$9.00 a year. \$1.00 per single copy. Thirty days' notice required for change of address. When ordering a change, include address label from a recent issue; changes cannot be made unless both the old address and the new are included. Send U.S.A. and Canadian subscriptions and queries to Church Magazines, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, Utah 84150, U.S.A. Subscription information telephone number 801-240-2947.

POSTMASTER: Send address changes to SHENG TU CHIHE SHENG at 50 East North Temple Street, Salt Lake City Utah 84150, U.S.A.

版權所有©1990財團法人

耶穌基督末世聖徒教會

總會會長

行政院新聞局登記證局版台誌字第5768號
中華郵政北台字第2224號執照登記為雜誌
交寄本雜誌以中文、法文、日文等二十
種文字發行。

•如有破損、缺頁，請寄回調換。

心中極大的改變

彭蓀泰福會長

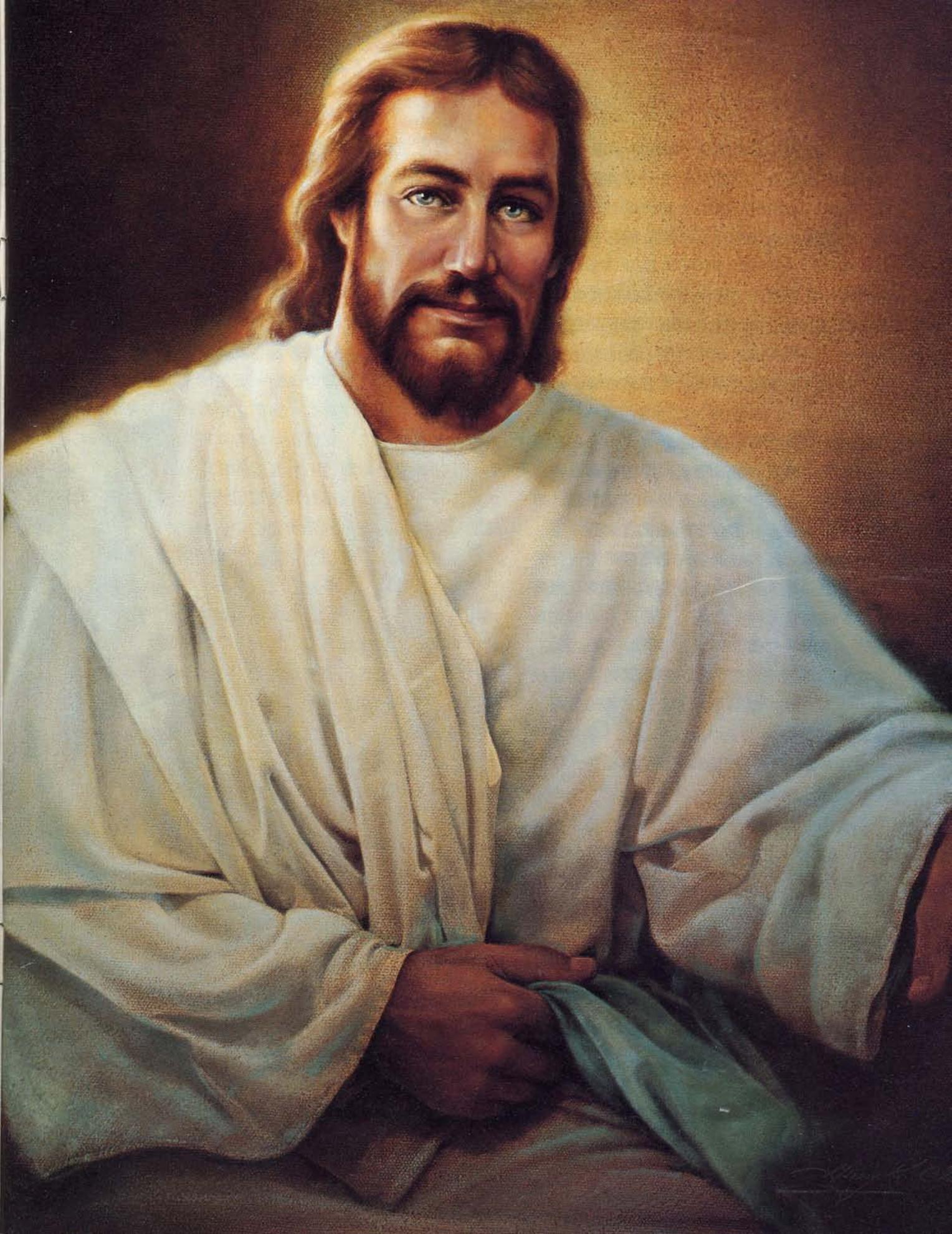
對主耶穌基督的信心乃是真誠悔改的必要基礎。我們如果有心棄絕罪，首先就必須仰望救恩的創始者。

教友一詞通常指的是某人的名字正式登記於教會的教籍紀錄上，因此從這個定義看來，本教會已有六百多萬教友。

不過主給祂國度中的教友下了不同的定義。1828年，祂透過先知斯密約瑟說，「看啊，這就是我的教義，——凡悔改並到我這裡來的，那人就是我教會的人」（教約10：67）。對祂而言，教友的意義遠超過教籍卡上的名字而已。

因此，我想在此條列一些重要概念，這些概念是我們想真心悔改，而歸向主所必須瞭解而且加以應用的。

撒但欺騙人的一貫技倆就是要人以為神的誠命是用來限制自由，減少幸福的。特別是年輕人，有時候會認為主的標準像圍牆和鎖鍊，阻礙了他們享受那些看似人生中最快樂的活動。但事實恰恰相反。福音計畫才是帶給人完全快樂的計畫。這就是我要強調的第一個概念：福音原則是幫助我們找到真正幸福和喜樂的步驟和指南。



詩篇作者領悟了這個概念，因此不禁說：「我何等愛慕你的律法！……你的命令……使我比仇敵有智慧。你的話是我腳前的燈，是我路上的光……我以你的法度為永遠的產業。因這是我心中所喜愛的」（詩篇119：97—98，105，111）。

我們若想真正悔改，歸向主，成為祂教會的教友，就必須先了解這項永恆的真理：福音計畫才是幸福的計畫。邪惡在過去，在現在，在未來都不會給人帶來幸福。破壞神的律法只會帶來悲慘，束縛和黑暗。

我們必須了解的第二個概念是悔改和信心之間的關係。悔改是福音的第二項基本原則。福音的首要原則是，我們必須對主耶穌基督有信心。何以如此？何以一定要對主有信心才能真正悔改？

要知道答案，我們必須對夫子的贖罪犧牲有所了解。李海曾如此教導：「除非藉著那位神聖彌賽亞的功勞、慈悲和恩典，是沒有一個凡人可以住在神身邊的」（尼腓二書2：8）。即使是最正直的人也無法全靠自己的功勞得救，因為誠如使徒保羅教導的，「因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀」（羅馬書3：23）。

若沒有那完全，一生毫無瑕疵，志願為人捨命的救主，也就沒有罪的赦免。

因此，悔改並不祇是改變行為而已。世上有許多的人克服了不良的習慣以及肉體的軟弱，表現出極大的意志力和自制，不過，這些人並沒把夫子放在心上，有時甚至公然排斥祂。因此，這種行為的改變，儘管是朝積極的方向去做，卻不能算是真正的悔改。

對主耶穌基督的信心乃是真誠悔改的必要基礎。我們如果有心棄絕罪，首先就必須仰望救恩的創始者。

如果我們有心成為名符其實的教友，就必須明白第三項原則：悔改不只是行為的改變，也是心的改變。

班傑明王在柴雷罕拉地講完了他那偉大的演講後，所有的百姓都一致說他們相信他的話。他們確實知道他提到的救贖應許是真實的，因為，他們說：「全能之主的靈已在我們的裡面，或是我們的心中，作成了極大的改變，我們已不再有作惡的意向，祇想不斷地為善」（摩賽亞書5：2）。

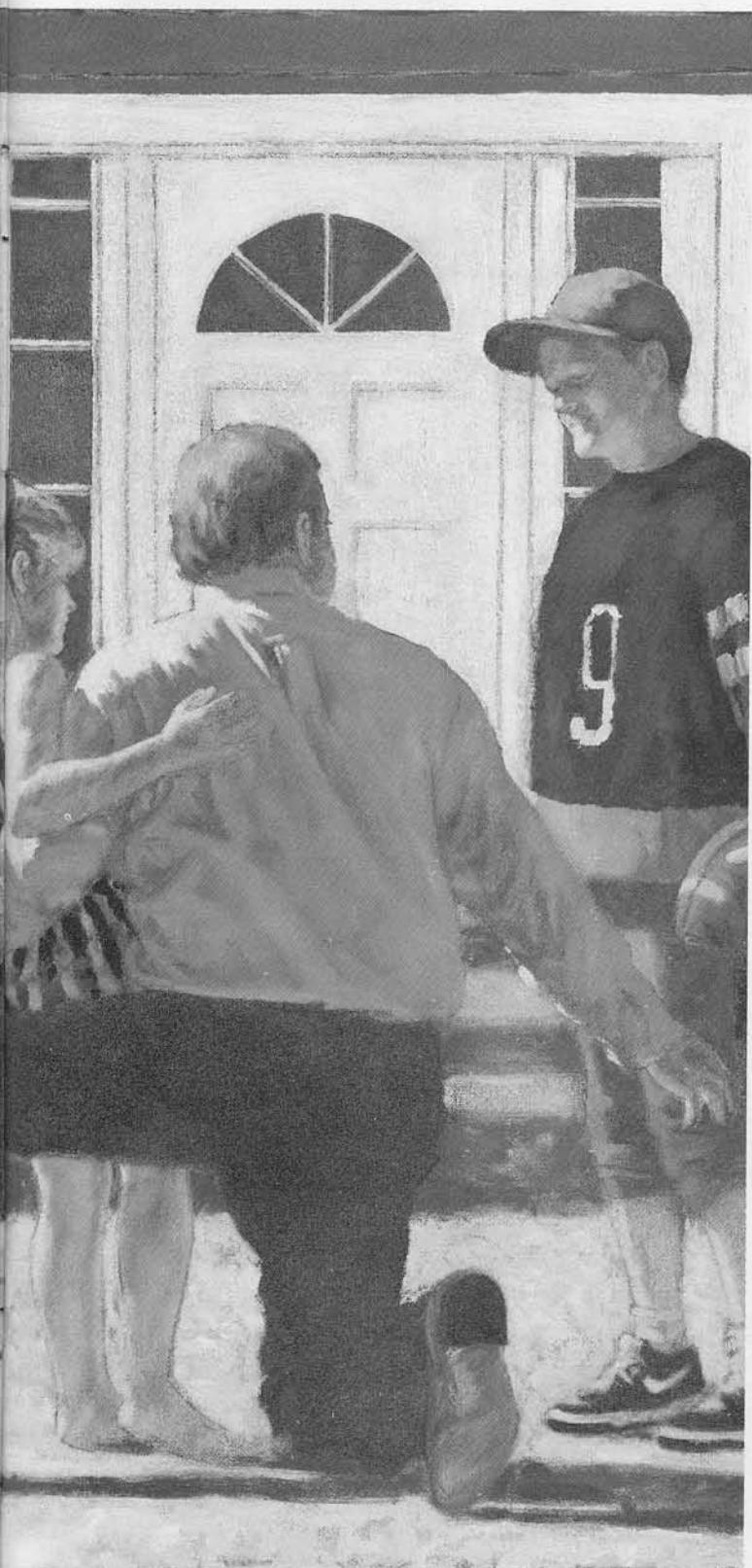
我們一旦經歷了這種極大的改變，這種唯有靠著對耶穌基督的信心，靠著靈在我們身上產生作用而促成的改變，就會變得像是一個新的人。所以，這種改變也就被比作新生。你們之中有成千上萬的人經歷過這種變化，你們已棄絕有罪的生活，棄絕有時是極端可惡的罪行，用基督的血洗滌了自己，成為潔淨。你們再也沒有回復舊習性的傾向。你們確實是新生的人。這就是所謂心中的變化。

我想強調的第四個概念是經文裡所謂的，為我們的罪「依神的意思憂愁」。世上許多人為自己的過錯感到懊悔。有時，這種懊悔是因為他們的行為給自己或家人帶來極大的憂傷和不幸；有時，是因為他們犯錯被發現，而遭到處罰。這種世俗的憂傷並不是「依神的意思憂愁」。

經文裡有個地方很生動地描寫了「依神的意思憂愁」的例子。在尼腓人的末日，摩門論及他的百姓說：「他們的悲傷並非由於神的仁慈而引起悔改的；而是一種咒罵的悲傷，由於主不肯常常容許他們在罪惡中得到幸福。」

「他們並未帶著破碎之心和痛悔之靈來到耶穌那裡；他們卻咒罵神，並希望死去」（摩門書2：13-14）。

在東半球，使徒保羅在哥林多人之中傳道。他聽到聖徒間有許多嚴重的問題產生，竟連淫亂的事也存在，因此寫了一封信，嚴厲地斥責那些聖徒。結果教友們適時覺悟了，終於把那些過錯都糾正過來，因為保羅在寫給他們的第二封信中提到：「如今我歡喜，不是因你們憂愁，是因你們從憂愁中生出懊悔來。你們依著神的意思憂愁……。」



「因為依著神的意思憂愁，就生出沒有後悔的懊悔來，以致得救。但世俗的憂愁是叫人死」（哥林多後書7：9-10）。

這兩段經文中，「依神的意思憂愁」指的就是導致悔改的憂愁。

依神的意思憂愁乃是靈的恩賜。那是一種澈悟，明白自己的行為冒犯了父神。那是一種深切的領悟，知道由於自己的行為，使得那一生沒犯過罪，至尊無比的救主得忍受苦惱和痛苦。我們的罪行使得他每一個毛孔流血。這種精神和靈性上的實際煎熬也就是經文上所謂的「懷著破碎之心和痛悔之靈」。這種靈也就是真正悔改的必要且先決的條件。

我想討論的另一項原則是：沒有人比天父和救主更希望我們改過自新。啓示錄記載了救主發出的一項強有力的呼籲。祂說：「我站在門外叩門。若有聽見我聲音就開門的，我要進到他那裡去」（啓示錄3：20）。值得一提的是，祂並沒有說：「我站在門外等你叩門。」祂只是呼喚著我們，向我們招手示意，要我們敞開心懷，接納祂。

在摩羅乃講信心的那次強有力的證道裡，更加明確教導了這項原則。主告訴他，「如果世人到我這裡來，我必向他們顯明他們的弱點。我賦與世人弱點使他們得以謙卑；我對所有在我面前謙抑自己的人的恩典是充份的。」不論我們的缺憾為何，不論我們的弱點為何，不論我們欠缺什麼，祂的恩賜和大能足以克服一切。

摩羅乃繼續引用了主的話說：「因為如果他們在我面前謙抑自己，並對我有信心，那麼對於他們，我必使軟弱的東西成為堅強」（以太書12：27）。

這是何等偉大的應許！由於這應許，我們問題的癥結得以改變而形成一股力量，成為力量之源。經文中有許多地方也一再以不同的方式提及這項應許。以賽亞說：「疲乏的，他賜能力。軟弱的，他加力量」（以賽亞書40：29）。主告訴保羅說：「



我的恩典夠你用的。因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全」（哥林多後書12：9）。教義和聖約也說：「在我的權能下戰鬥的人要被造成強壯，……要結出讚美及智慧的果實」（教約52：17；亦見尼腓一書17：3；尼腓二書3：13；教約1：28；133：5—59）。

弟兄姊妹，我們悔改時，必須懷著一顆謙卑憂傷的心，向主懺悔。我們必須懇求祂賜我們力量，克服罪。主言出必行，祂會援助我們，我們也會找到力量來更新生活。

第六個概念是針對悔改過程講的，也是我要強調的最後一點，那就是我們千萬要小心，在我們努力追求變得更加像神的時候，切勿沮喪、絕望。變得像基督一樣是一輩子的追求，而且其中的成長和改變往往是緩慢而不容易察覺的。經文裡記載到某些人一生中經歷到的戲劇化改變，就像剎那間發生的事一樣，例如小阿爾瑪、往大馬色途中的保羅、澈夜祈禱的以諾斯，以及拉摩那王。這些驚人的例子，顯示出即使深陷罪行中的人也可以改變，救贖力量當然也能臨到那些處於絕望深淵的人。

不過，討論這些超乎尋常的例子，應當謹慎。雖然這些例子是真實又有力，但卻不是常例。不論保羅、以諾斯，以及拉摩那王的經歷為何，成千上萬的人還是覺得悔改的過程是很微妙的，不容易察覺的。這些人每天都更加接近主，卻不知道自己正在過著像神一樣的生活。他們默默行善、服務、奉獻。他們就像主所說的拉曼人，「受了火與聖靈的洗禮，卻不知道」（尼腓三書9：20）。

切勿喪志。希望乃人心之碇錨。撒但希望我們能拋棄這碇錨，讓我們灰心，屈服。但是切勿喪志。任何努力，即使微不足道，每天都在努力變得像祂一樣，主都會很喜悅。雖然達到完全的日子還十分遙遠，但決不可喪志。

因此，親愛的弟兄姊妹，在我們努力做個名符其實的教友，即按基督所說的，悔改而歸向祂的人

時，且讓我們記住這六條原則。第一，福音是主要我們獲得幸福的計畫，悔改的目的是使人獲得喜樂。第二，真正的悔改是以對主耶穌基督的信心為基礎、為出發點的，此外別無他途。第三，真正的悔改涉及心的變化，而不只是行為的改變而已。第四，這種極大的改變是依神的意思為自己的罪憂愁。就是要懷著破碎之心和痛悔之靈。第五，只要我們肯求神協助，神的恩賜便足以克服每一項罪和弱點。最後切記，大多數的悔改並不一定有驚天動地或戲劇性的改變，而是按步就班、始終不二地朝著神的樣式前進。

只要我們在生活中應用這些原則，每天實踐，就可算是名符其實的耶穌基督教會的教友。做為這樣的教友，我們就能得到主如下的應許：「凡是屬於我教會，並且堅守我教會到底的，我必把他建立在我的磐石上，地獄的門必不能勝過他們」（教約10：69）。

願我們都能贏得此項應許。■

給家庭教導教師的建議

1. 所謂教友並不只是正式記錄中的一個名字而已。主說那些悔改並到祂那裡去的才是「我教會的人」。
2. 福音原則是歸向基督，找到真正幸福的真正指南。
3. 真心的悔改是建立在對主的信心上的。
4. 悔改並不只是行為的改變而已，而是心的改變。

在家中記念主

目標：「建立一所家宅，即祈禱之家，禁食之家，信心之家，學習之家，榮耀之家，秩序之家，神之家。」（教約88：119）。

某位兩個兒子的年輕母親，在家中兼差，另負有責任極重的教會召喚。回想起那段日子，她說：「我好像都沒有時間陪孩子。」由於她經常埋首工作，小孩得費盡心思，來引她注意，而她也常對他們感到不耐煩。

因此，她決定安排一個「活動時間」，每天早晨陪孩子做活動。當她開始利用這時間和他們一同祈禱、歌唱、遊戲後，她便愈發了解她的兒子，也開始珍惜和他們相處的時光。她不敢相信只用些許的愛心和注意力，就收到這麼好的成效！

這位母親已經找到一項理家的秘訣，使家能成為遠離世俗憂患的避難所。早期的聖徒奉命要使聖殿成為「祈禱之家，……學習之家，……神之家」（見教約88:119）；同理，我們也可以使自己的家成為充滿愛心的天堂，讓全家人可以在其中成長，學習如何自制，相互服務、體諒和寬恕。

彭蓀泰福會長說：「家，就是愛心、諒解、信賴、歡迎，以及一種歸屬感」（1981年10月總會教友



魏特克貝絲繪

我們應該使自己的家成為充滿愛心的天堂，讓全家人可以在其中成長，學習……。

大會）。

當然，並非所有的家都有父母和子女。有些單身姊妹獨居，或與室友同住，或與家人、親戚同住。有些已婚姊妹沒有子女，有些則已

有了自己的子女。但不論家中有那些人，即使只有我們單獨住，家也必須是躲開世俗的避難所，讓我們能在其中感覺到主的靈，並能練習奉行福音的原則。

我們要如何使家成為「神之家」，在其中記念基督、效法基督的榜樣呢？以下是一些方法：

——作個人和家庭祈禱，研讀經文，家裡就會有愛的氣氛。

——掛張基督的圖片，可提醒家人祂的風範，並激勵人變得更像基督。

——播放好的音樂，靈就會住進我們家中，在我們面臨考驗和困難時，給我們安慰、鼓舞。

——用心祈禱，讓靈與我們同在，激發虔敬的感覺。

我們也可以在家中建立良好的環境，讓子女感到自己被接納、被關愛，可以學習福音。

給探訪教師的建議：

1. 討論我們可以採用那些方法，在家中記念主。

2. 你或你所探訪的姊妹不妨談談各自如何在家裡培養良好的氣氛。

（見家人家庭晚會資料課本，參考第21課「家庭團結」及22課「我們的家庭」，課程概念，「寬恕」，「家譜」，「工作」，以及「鞏固家庭」整章；以及「家庭活動」第1-5的部份）■

我不能放棄

帕拉修斯南茜

外 子愛法羅在哥倫比亞讀高中時，參加了生平第一次馬拉松競賽，沒想到竟然奪冠！

從那時起，他決定更用心去賽跑。他需要一雙跑鞋，可是鞋子的價錢昂貴，他的父母要養活一家八口也不容易，所以他不敢向他們要求買鞋子。不過，看到兒子練跑的心意那樣堅決，他們還是買了鞋子給他。

愛法羅參加了高中田徑隊，每日接受訓練。就在他第一次比賽前夕，他那雙跑鞋也開始磨損。出賽前兩星期，鞋底就和鞋頂分家了。愛法羅不想再向父母討另一雙新鞋，因此找來了一些線，將鞋底和鞋頂縫合。

愛法羅繼續穿著那雙他修補的鞋子練跑，可是，他縫上的線又斷了，出賽前兩天，鞋子壞的更厲害。他知道這回需要用比較牢固的線才能把鞋子修好，於是花了好多心思，才找來一條鐵絲，將鞋子補起來。

出賽當天，愛法羅衝刺勇猛，沿著跑道繞時，輕輕鬆鬆就跟上了同跑的人。就在離終點不遠，他領先其他跑者，準備做最後衝刺時，鐵絲從鞋底鬆落，開始朝他的腳鑽來。雖然鐵絲刺穿他的皮膚，令他疼痛無比，他心裡還是想著，「我不能放棄」！

他沒放棄，意志堅決的往前衝，終於越過了終點，得到冠軍，但是腳卻受了割傷，多處流血。

多年後，外子堅定的意志力給了我力量。他仍然每天早起，在雪中練跑，回到家總是精疲力盡。有時候，我遇到一些看似很頭痛的難題時，就會想到他腳傷流血，跨過終點線的樣子。

如今，愛法羅只要參加馬拉松賽跑，我都會等在終點，興奮異常。我希望在我一生中也能有這樣堅定的意志力，讓我能贏得一場更偉大的賽跑，贏得人生的馬拉松賽跑。■



年輕有爲

柯里坎凱西

這位年僅十五，目前住在美國的高棉歸信教友，證實了年紀無礙於傳道事工。

美 國麻省羅委爾鎮石街50號，可能是這個人口十萬的城鎮中，任何一個來自南太平洋的人的家，因為這裡有上千個家庭來自南太平洋。不過石街50號卻是涂季亞的家，他是三年前受洗的高棉男孩。在羅委爾分會裡，這位傑出的青年幫助了不少亞洲朋友加入教會。

季亞說：「我們全家人移民到這新的國家來，實在不容易。有許多事情我們不了解，而且有不少難題。長老們很關心我們，也希望我們生活能愉快，而我向來知道有位愛我的天父，所以能有機會更加了解祂，以及知道我該怎麼做才能回到祂的面前，實在太好了。我希望我的朋友也認識真理，和我一樣快樂。」

季亞的故事始於1987年，當時兩位長老顧希保羅和布雷克蓋瑞被派到麻省波士頓傳道部。由於羅委爾多年來沒有傳教士，他們倆覺得有必要請求天父在傳道事工方面給予他們特別的幫助。當時，當地教友中只有兩個高棉家庭。

顧希長老的日記提到1987年4月11日的情形：「今天天氣晴朗，溫暖，我和布雷克長老登上後山，眺望整個城市。我們求神祝福羅委爾鎮，使之成為亞洲人的避難所，讓他們在這裡找到平安和安全，讓聖靈常駐他們家中。」禱告完畢，兩位長老都覺得受聖靈感動。日記繼續寫道：「我們也求神祝福亞洲人可以在羅委爾地認識耶穌是救主。」

長老們遇到季亞是很湊巧的。當時他們正在找尋另一家庭，碰巧敲上了他家的門。季亞是家裡唯一會講英語的人。在談話中，他表示他愛耶穌，想找到一個教會，因此請長老星期天帶他到教會。顧



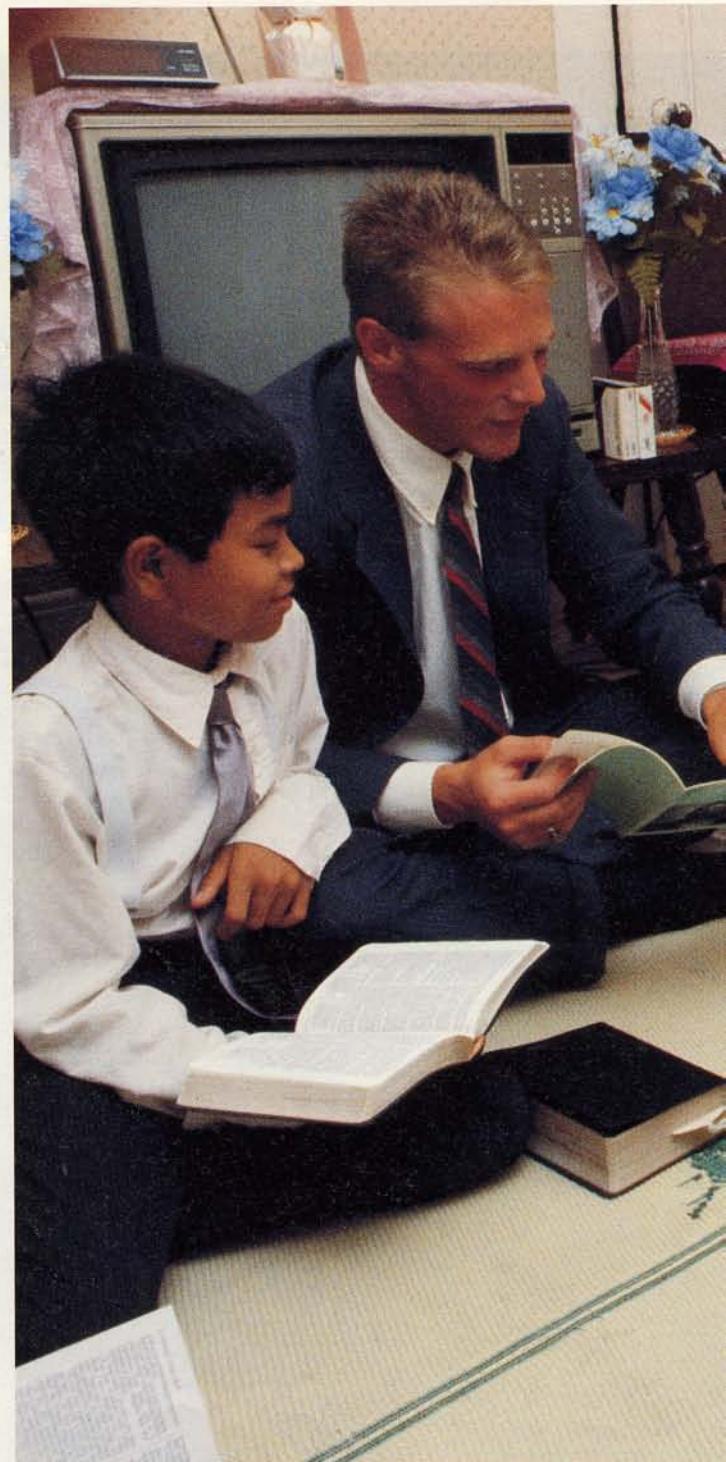


希長老回憶道：「季亞是個很特殊的男孩，十分早熟，看起來像個二十五歲的大男人，可是實際上只有十二歲。」季亞的父母告訴長老，他們的兒子到過幾家基督教會，但「都覺得不很恰當。」

季亞的早熟，無疑的是受幼年經歷的影響。涂家和許多到美國避難的高棉人沒兩樣，他們掙扎的生存了下來。1979年，季亞四歲，和十歲的姊姊蘇芙，連同父母從高棉逃出來，到了泰國的卡未丹難民營。

1984年，他們靠著救濟組織的贊助，移民到美國來。從那時起，他們就一直住在麻省的羅委爾鎮。季亞如今有兩位妹妹，侖娣，八歲；大妮，六歲。

季亞在聽課程又出席聖餐聚會後，明白自己已找到了要尋找的教會。他說：「教會裡每個人都很



季亞帶傳教士去拜訪方莎薇及她的三個小孩。這個家庭好不容易逃過高棉共軍的槍口，很想學習福音。



季亞說：「每次我和長老們外出，似乎都可以學到一些新的事物。我喜歡學習如何回到天父的面前。」他說，幫助人是一種快樂，不是犧牲。





和善親切，讓我有賓至如歸的感覺。研讀經文和摩門經的時候，我感受到天父的愛。」季亞喜愛歌唱並表示：「音樂令我快活。」雖然他的父母都聽過傳教士課程，經常出席教會，而且全力支持季亞，但是尚未加入教會。（季亞的父親當過佛教僧侶，做過某些承諾，因此他認為洗禮加入另一宗教，有違他的承諾）。

洗禮後，季亞和長老們成為十分要好的朋友。顧希長老說：「季亞幾乎每天都到我們公寓來，他會告訴我們他親戚朋友的姓名，要我們去拜訪。有時，我們甚至應接不暇呢！」

季亞笑容可掬地談起他向長老提起的第一個人，他說：「他叫季亞索東，是我同班同學。起初我很怕他，以為他不喜歡我。我問他是否願意和布雷克長老和顧希長老見見面，他竟答應了。我真是又驚訝又高興。」季亞陪長老們給索東上所有的課程。他說：「我很喜歡幫忙傳譯課程，也學到不少的福音知識。我可以感覺到聖靈，此外，上傳教士課程也十分有趣。」

季亞這種熱切與人分享福音的渴望，使得老老少少都受惠不淺。鄰居邢素芬，育有四個子女，和她年長的母親邢香，也因季亞的努力而受洗加入教會。素芬回憶說：「季亞對我太好了。他問我們是否願意和兩位青年見面，他們可以教導我們，使我們快樂。我們答應了，季亞和長老們就每週到我們家來教導福音。」

對季亞而言，分享天父的信息並非犧牲，而是真正的喜樂。「每次我和長老們外出，似乎都可以學到一些新的事物。我喜歡學習如何回到天父的面前，也就是我該做什麼，不該做什麼。」

甘朱愛侖是季亞以前的兒童會會長，他說：「

季亞聽課程又出席聖餐聚會後，明白自己已找到了要尋找的教會。他說：「教會裡每個人都很和善親切，讓我有賓至如歸的感覺。研讀經文和摩門經的時候，我感受到天父的愛。」



每個星期天，他都會帶一個新朋友到教會裡來。他會把他們介紹給我，拼出他的姓名，年齡，和他們坐在一起，直到他們感到自在為止。然後他才去參加自己的班。一年如一日！」

季亞擔任年輕傳教士的勤奮和熱心，可從顧希長老日記所載的一則例子窺知：「午飯時間，我在家裡準備區域傳教士大會的演講。不知怎麼的，我的思想一直不能集中，電話鈴響了，是季亞打來的。他要我和布雷長老去拜訪方家庭，他們在羅委爾鎮已住了一年多，而且正禁食祈禱，希望能找到可以參加的教會。」

在高棉時，方莎薇及其三位子女，潔特娜，簡特拉，和多拉，險遭槍斃。她丈夫是高棉陸軍的一位飛行員，遭到逮捕。當時莎薇帶著孩子在行刑前三天設法逃出了監獄。季亞談到他和長老首次拜訪方家時，笑著說：「方家每個人似乎都迫不及待想學習福音。他們問了不少問題。當時聖靈的感覺似乎很強烈。」方家雖然有一本高棉文的摩門經，但仍需要有人幫助他們認識福音原則。季亞在這方面幫了很大的忙，他協助長老翻譯課程，分享他在教會的經歷等。顧希長老的日記又寫道：「日子一天天過去，季亞總是靜坐在莎薇身旁，協助她明白我們所教導的信息。他對福音信息好像從來不會感到厭倦。」

季亞的見證隨著他教導福音而有所增進。他回憶道：「我記得有一次讀到尼腓三書27: 7，『所以無論你們做甚麼，都必奉我的名；所以你們要用我的名稱呼這教會；你們要奉我的名祈求父，求他因我的緣故而賜福教會。』我心想，為什麼我以前沒有注意到這節經文呢？這是理所當然的，天父的真實教會本來就必須以祂兒子的名來稱呼的！」

這段經文也向季亞證實了他心裡確知的事——只要他能奉耶穌基督的名，向天父祈求，祈求祂協助他分享福音信息，天父就會祝福他所致力的事。

方家決定受洗時，季亞高興極了。顧希長老回憶那天晚上的情形時說：「我們開車回家途中，季亞要布雷克長老和我在附近公園的樹叢旁停下，以便向天父表示感謝。我們輪流表示感謝，表達我們的喜悅。祈禱完畢後，季亞坐到我肩上來。沉默片刻後，季亞歡喜的朝下望，展露著笑顏說：『顧希，聖靈和我們同在，不是嗎？』

「是的，季亞，一點也不錯。」

「我可以感覺得到！」

方家在一星期後受洗加入教會。

季亞喜歡釣魚，打籃球，玩電動玩具，和許許多多其他在美國的高棉青年沒兩樣。他對父母學習新的語言和文化有很大的幫助。大人們成天賺錢，忙著家計，難得有時間學習英語，小孩子反倒學得快，而且在家裡也說英語。季亞算是十分幸運的，除了日常就讀公立學校外，他也在私人補習班裡讀特別班。該補習班的負責人歐布理安喬認為季亞是很獨特的孩子，他說：「這位青年將來會是高棉人中的領袖。他前程無量。」■

單純的福音

羅格林長老
七十員第二定額組

只要我們用心，幾乎教會的每個原則，每項教義都會變得很單純。

我們絕對可以用單純的方式過正義的生活。

多年以前我在紐西蘭傳教，才剛抵達該地，就有幸見到素未謀面的高立馬太會長。隨後兩年，我們成了至交，後來我在傳教後期住進了傳道部，又有幸和高立會長走訪紐西蘭各地。

他是良師也是一位非常風趣的人。大家都喜歡聽他講故事，雖然他已去逝三十六年之久，教會裡還是有許多人，對他所講的增長信心的故事津津樂道。

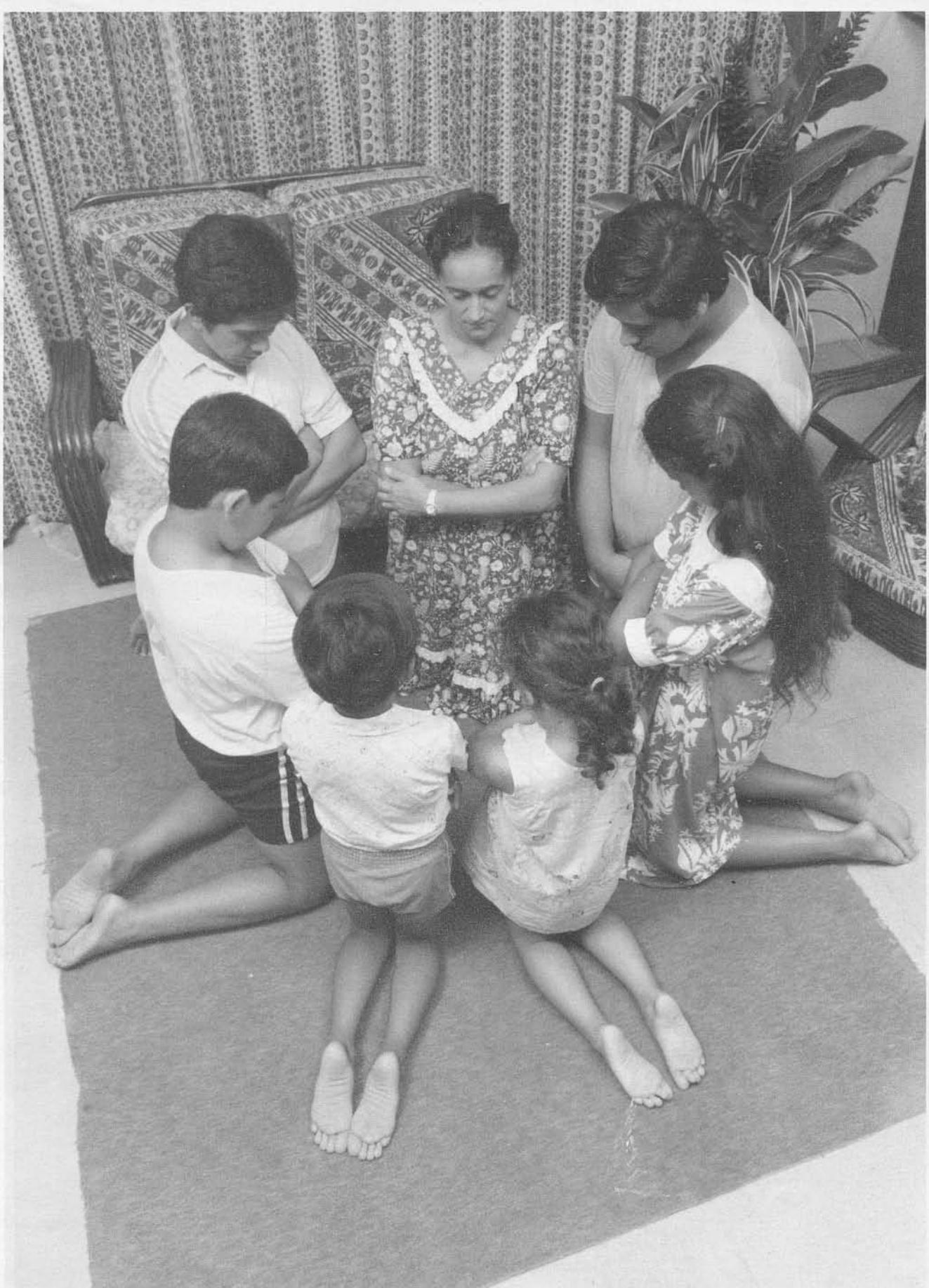
高立會長總喜歡用淺顯的方式教導人。實際上，他常說，除了福音首要原則以外，他不太會教其他的事。他一生都在向人闡釋，教會並不是複雜難以理解的。他說：「耶穌基督的福音是單純得美妙，美妙得單純。」我認識的教會領袖中，大多數也

都教導這樣的道理。我確信只要我們能用直接淺顯的方式來教導福音或談論福音，我們的理解力便會增強。

高立會長非常平易近人。有些人無法理解他的平易之處，常會對他的舉止表示困惑，覺得很難了解他。我有幸和他共事十五年，他去世後，有人向我問起他。有個人說：「高立弟兄到底如何做事，至今仍令我百思不解。」其實，高立弟兄是直接去找主，告訴主他有什麼需要，然後聆聽答覆，並沒有什麼訣竅。他只是按部就班去做而已。

因為我常有機會隨高立會長到傳道區域巡訪，他指示我只要在手提箱裡放一兩套換洗衣物即可。他說：「我說，『我們走』時，你就拎起你的手提

如果我們能聚在一起做祈禱，那麼這可能就是為人父母所能給子女的最佳教導經驗了。



箱，發動車子，什麼都不要問。」

遇到這種情況，我都會立刻拎起手提箱，馬上去發動車子。那時候我還是個年輕而精力旺盛的傳教士，所以不免會想知道到底要到那裡去。只是我並沒有發問。

有一回，我們車子開了幾公里後，他問我說：「你想知道我們要到那裡去嗎？」

我說：「當然。」

他說：「我也想知道！但我不知道我們要到那裡去，不過，你車子還是繼續開。當主說該轉彎時，我們就轉彎，這樣終究會到達主要我們去的地方的。」

紐西蘭傳道區裡的毛利人需要人幫助時，就會祈求神把考理會長請來。有一天他駕車到紐西蘭一處極偏僻城市的郵局去，剛好遇到兩位姊妹站在郵局旁等人。他下車後，聽到其中一位姊妹對另一位說：「我不是告訴你他馬上就到嗎！」

高立會長問：「這到底是怎麼一回事？」

一位姊妹說：「我們需要你，而且一直在祈禱。我們知道你會來，知道你會直接到往郵局來，所以就決定在這裡等你。」

事情就是這麼簡單。人們告訴主他們有需要，高立會長便會在某種情況下受到靈的引領，前往協助。他行事並非毫無章法，不過我認識的人中，沒有人像他那樣少做打算，卻成就非凡的。他覺得該做什麼就做什麼。

有一天，我隨高立會長出差，來到梅河司徒弟兄的家，梅河弟兄是一位了不起的毛利人。他是個大家庭的家長，也是個稱職的父親。高立會長和梅

河弟兄整個下午都坐在前廊談論教會以及其他趣事。

到了晚餐時間，梅河弟兄站在前廊，用毛利語向他的家人叫到：「海利買啓特凱。」然後又說：「海利買啓特卡拉幾阿。」這兩句話的意思是，「回家吃晚飯，回家作禱告。」

不久，一家人就從四面八方走出來。我們齊集在他家前廳，廳堂裡傢具甚少，大夥圍成一個大圈。梅河弟兄就坐在圈子的前頭，高立會長坐在左邊，我則坐在高立會長旁邊。梅河弟兄右邊坐著一位大約八歲的小男孩。其餘位置則是一些小孩子和大人坐著。

梅河弟兄對他右邊的男孩說：「你帶頭。」我低下頭等待小男孩作祈禱，但他並沒祈禱，卻引起了一段經文，先說出經文的章節，然後他身旁的小孩再背誦某一章節的另一段經文。四段經文唸完後，我才領悟到原來整個圈子的人都得輪流背誦，每個人要引出一段不同的經文章節和經文。有位年紀較小的小孩唸了一段已被前面人引用的經文，便立即受到糾正。

最後輪流到我和高立會長，然後再由梅河弟兄作祈禱。

這實在是家庭祈禱，以及教導子女熟悉經文的佳例！如果我們能聚在一起做祈禱，那麼這可能就是為人父母所能給子女的最佳教導經驗了。祈禱是很單純的，而且也應常保單純。祈禱不一定需要冗長複雜的詞句，只要簡單誠懇即可。假如我們想和主談話，就祈禱。假如我們能以信心聆聽，就可以聽到祂的回答。我們也可以查考經文，因為經文很

我們悔改時所必須做的事，就是改過自新，盡力去彌補過錯，改正我們所造成的問題。



淺顯，可以給我們所需的答案。

現在我想談談信心。信心是福音的首要原則，是天父賜與的恩賜。好像每個人的信心都不怎麼足夠，大多數人的信心都是時有時無，因此人都需要多一點的信心。信心就是知道主的存在，知道祂會實現祂給那些謙卑、接近祂的人所有的應許。

比方說，二十多年前，我主領佛羅里達州傳道部時，收到了多明尼加共和國聖地牙哥郭美茲姊妹的一封來函。郭美茲姊妹祖籍墨西哥，十二歲時在當地加入教會。婚後，和丈夫遷居到丈夫的祖國。她認為自己是多明尼加共和國五百萬人口中唯一的末世聖徒。她在信上說，她有個一歲的嬰孩尚未得到聖職命名和祝福，又說她患有癌症，醫生說她將不久人世。她靠著一股單純的信心，詢問可否派一位聖職持有人前往聖地牙哥祝福她和她的嬰孩。

收信不久，我恰好有機會到該區域去，和一個活躍的末世聖徒家庭會面。這家人就是住在多明尼加首都聖多明哥的華倫泰夫婦和子女。華倫泰弟兄和我駕車到聖地牙哥去，後來才發現我們沒帶郭美茲的地址。我請華倫泰弟兄開車到市區去，然後向左轉，再請他右轉，開到市中心。過了幾條大街之後，我對華倫泰弟兄說：「開到下個路口右轉，轉彎後，就會找到一個停車位。」他按我的指示開車，果然找到了停車位，這在交通十分擠的情況下，確實是件十分稀奇的事。他問我：「現在我們該怎麼辦？」

我回答：「我們可以開始打聽她的住處。」

華倫泰弟兄走向一位站在某住家外的男士，問他是否認識一位名叫郭美茲的女士。

這人很訝異的說：「她就是我內人。」

我們到他家去，和弗拉維亞會面，與她面談。她自從離開墨西哥就和教會失去了聯繫，但是兩年來，她一直忠信地遵守智慧語，每天祈禱。

我們祝福了嬰孩後，我感覺到必須為郭美茲姊妹祝福，讓她的癌症得到醫治，恢復健康。

六個月後，我再度和郭美茲姊妹一家人見面。她健康情形良好，醫生說她已經完全好了。這位可愛的母親在需要聖職祝福時，運用了一己的信心，寫信給她不認識的傳道部會長，而傳道部會長也按主的旨意去做，解決了她的困難。事情就是如此簡單。

或許有人會懷疑靈的提示，但是這是確實常常發生的。只要每位聖職領袖能想一下，幾乎每位都能告訴你，信心是如何引導他作他未曾計畫過的事。

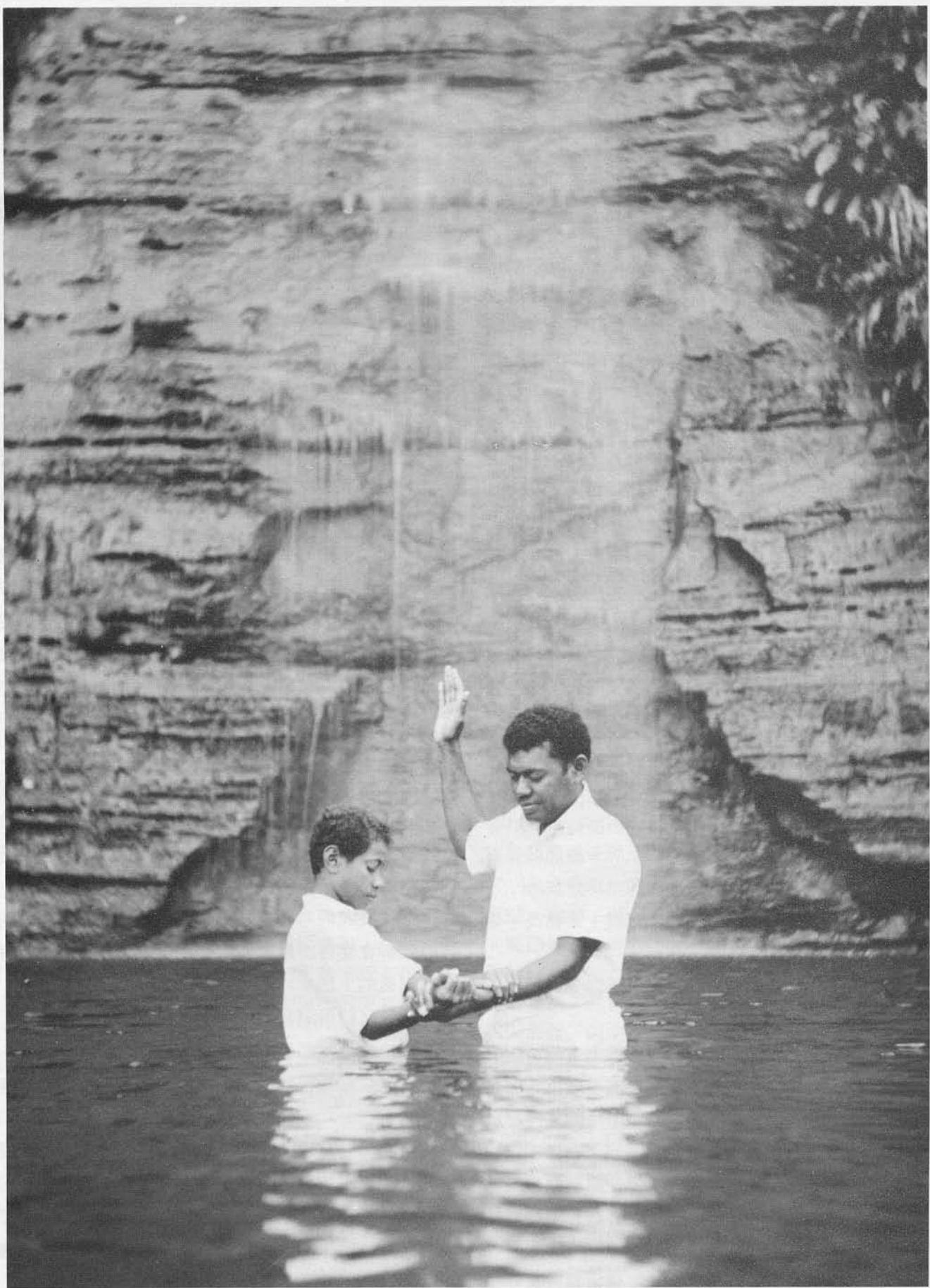
悔改有如祈禱和信心那樣單純。我們悔改時所必須作的事，就是改過自新，盡力去彌補過錯，改正我們所造成的問題。然後我們必須向主認罪，有時候也必須告訴主教或分會會長；但這一切都必須以單純實際的方式來進行。

高立會長談到悔改時，說了一個很有趣的故事。

有位名叫西得的男士，住在紐西蘭東海岸一個小毛利村莊。那時，該地教會有個大分會，教友人數約有四百人。某個星期六下午，在開了八小時的車程後，高立會長抵達此一村莊，直接去找他的老友西得。

西得年輕時是位出色的運動員。他在美國讀完

洗禮和證實就像祈禱和信心那麼單純。洗禮就是去實踐救主吩咐我們做的事。



高中和大學，並成了出名的籃球員，加上本身是明星運動員的關係，他的知名度很高。

西得住在美國時，被按立為七十員，回到紐西蘭後，他發覺自己是整個地區裡唯一的七十員，沒有自己可歸屬的定額組。他變得不太活躍，也沒有遵守智慧語，但內心深處仍知道福音是真實的。

高立會長身為傳道部會長又是老朋友，因此前來拜訪西得，卻發覺他坐在前廊搖椅上，抽著一支大雪茄。高立會長在他身旁坐下，和他談天，可是西得還是繼續抽他的雪茄。

他們說說笑笑了一陣子後，高立會長變得嚴肅起來，並說道：「西得，我要你明天到教會來。我打算卸免分會會長的職務，換個新人。」

西得說：「我好久沒到那裡去了，你乾脆告訴我到底新的分會會長是誰，省得我明早還得洗得乾乾淨淨，穿得整整齊齊上教會。」

高立會長說：「這樣吧，我乾脆告訴你好了。是你。」

西得拿下口中的雪茄，瞪著它說：「會長，你指的是我和這支雪茄嗎？」

高立會長說：「不，西得，只是你，我們不要你的雪茄。」

接著，西得將雪茄丟到前廊的地上，想了一會兒，轉過來對著高立會長，很謙卑的說道：「會長，我再也不破壞智慧語了。我繳納十足的什一奉獻。我會擔任分會會長，我也會配稱的。明天一早我就到教會去，我答應你，我將成為全紐西蘭最優秀的分會會長。你不必替我操心，耽心我會不會遵守誠命。」

後來幾年之中，西得果然成了傳道部裡最堅強

優秀的領袖之一。他的兒子在支聯會新成立時擔任支會的首任主教。最近，他的孫子也剛卸免主教之職。西得一家人今天在教會中仍堅強、活躍，也是紐西蘭最了不起的家庭之一。原因何在？因為老西得知道如何悔改。他及時悔改。當他受吩咐要悔改時，就立即棄絕舊習。直至他去逝為止，他都是一名忠信的聖徒。

就大多數的個案而言，所需悔改的情形也大致如此。你看得出來悔改有多麼簡單？高立會長從未要求西得悔改，他只是給他機會在教會履行聖職召喚而已。西得心知若他接下召喚，就再也不能犯罪，所以他立刻棄絕惡習，如此就根絕了，並未拖泥帶水。主接納了他的悔改，西得也因此成了一名優秀的領袖。

洗禮和證實就像祈禱和信心那麼單純。洗禮就是去實踐救主吩咐我們做的事——由聖職人員帶領，去受浸沒的洗禮，再藉按手禮接受聖靈。這些教儀一點也不複雜。

只要我們用心，幾乎教會裡的每個原則，每項教儀都會變得很單純。我們絕對可以用單純的方式過正義的生活。

天父聽得到我們的祈禱，因此祈禱吧！
祂會賜我們信心，因此向祂祈求吧！
祂會協助我們悔改，因此需要悔改，就悔改吧！

我要簡單地向你們見證，耶穌是基督，是神的兒子，是本教會之首長。今天，彭蓀泰福會長這位偉大的人是我們的會長。他是主的活先知。願我們都能支持他，擁戴他，並做個基督真正的門徒。■

區域會長團信息



斯密道格拉斯會長

傳教的恩賜

「因為假如有一件禮物贈給某一個人，而他不接受這禮物，對於那個人有甚麼益處呢？看啊，他對那給他的禮物並不覺得喜樂，且對那贈禮物給他的人亦不感喜樂。」（教約88：33）

主已賜給你傳道的恩賜。祂經由先知和使徒賜給你此項偉大的祝福，如果你願意接受此項恩賜，必得到極大的喜悅。你必為那些接受福音的人感到快樂，也會為自己能成為傳播耶穌基督福音的工具感到快樂。你若接受天父這項恩賜，對天父的愛必會增加。

一位年輕的傳教士如

此寫道：「我剛傳教一個月左右，我們同伴團交換同伴工作。我臨時的同伴也是新來的長老。敲到第一家時，出來和我們談的是一位高中生，但是，沒多久，又有一個人從屋裡出來，不分青紅皂白將摩門經批評的一無是處。同伴悄悄跟我說：『我們走吧！』可是，就在這時，我聽到另一個聲音悄悄的告訴我：『繼續傳道，他會接受摩門經的。』因此，我沒有離開，而且一面流著淚，一面向那人作見證。他的臉色開始有了轉變，我將摩門經放在他手中。當他和我說再見時，臉上的表情和一開始時截

然不同。他之所以會有這樣的改變並不是因為我，而是因為神的力量。我很高興知道經由像我這樣的人奇蹟也能夠發生。」

教會第三任總會會長泰來約翰曾說過：「宣揚這榮耀的福音實在是令人最快樂不過的事了，因為福音能在人們內心深處紮根，因此他們也能和我一樣同享神國的一切祝福。」（演講日誌集1：17，1852年8月22日）

對我們這個世代而言，這真是一項大好信息。如果我們樂意接受傳播福音的恩賜與責任，我們必得喜悅。那些接受福音，成為神在地面上國度之一員的人也能得到喜悅。

我懇求你們務定期舉行家人家庭晚會，在晚會當中討論本教會偉大傳教士的事蹟。談談每個家庭都應負起的教友傳教士責任。探討如何履行宣揚福音的職責。

你會發現你的家庭更團結、和樂，更相親相愛。與那些已逝世的親人亦是如此。你的心必承受聖靈的豐滿。你會更加渴望家人都能「歸向基督」。

我們以亞洲區域會長團的身份懇求教友，挑起傳道的重責大任，因為「我們的傳教士已遍及世界各地……真理的旗幟已舉起；決無不潔的手能阻止神的事工，即使迫害不斷

、暴徒結黨、軍隊集結、謠言，中傷不曾止息，主的事工仍會傳遍世界各大洲，橫掃各個國家，傳入每個人的耳朵，直到神的旨意得成，偉大的耶和華宣稱，事已成了。」（先知斯密約瑟的生平，第302頁）

請接受此項偉大的恩賜，樂享天父所賜的喜悅。

觀 山頂崇拜 後感言

第二副會長
賴伯特莫林長老

立馬太長老奉獻地高 大物博的中國為傳播耶穌基督復興福音之地至今已有46年。讓我們共同來回顧一下傳播福音的歷史。

首先蒙得豐滿福音的

是亞當和夏娃。摩西記載他們接受福音的奇妙方式：

「福音自太初起就開始被宣講，藉著從神的面前派遣出來的聖天使們，藉著祂自己的聲音，以及藉著聖靈的恩賜來宣述。」（摩西書5：58）

但是，亞當的後裔中有不少人拒絕福音，到了挪亞時，叛教的程度已到了無法挽回的地步，神在不得已的情況下只好毀滅了所有的人，只有挪亞一家八口得以倖免於難（挪亞及其妻子，他的三個兒子及媳婦）。

重要的一點是，當以色列人脫離束縛時，主原本要賜與他們完整的福音，但是他們拒絕了這項大的祝福，主只好以摩西律法來取代。摩西律法由利未聖職職掌，而且不包括完整福音的一切祝福。雖然在這段時期，神的先知仍持有麥基洗德聖職，但是一般說來，傳道工作並沒有什麼進展。

摩西律法主要是給以色列民的，它就好比師傅一樣，是要來豫備以色列民接受救主在全盛時期所傳播的完整福音。

反觀摩門經，傳道工作從頭至尾都顯得格外熱絡，各個世代的先知無不大聲疾呼，一心一意要拯救那些因先人的陋習或罪惡而失去真理或拒絕真理

的人。

救主在巴勒斯坦傳道時，再次向世人宣揚完整的福音。他揀選了十二使徒，由他們來負責傳播福音的工作。主在升天之前所交待的最後一件要事就是：

「所以你們要去、使萬民作我的門徒、奉父子聖靈的名、給他們施洗。

「凡我所吩咐你們的、都教訓他們遵守……」（馬太福音28：19—20）

我們都知道這幾位使徒（保羅在內）以及其他傳教士確實遵照了主的吩咐去作。但是，迫害卻愈來愈嚴重，使徒們相繼遇害，神聖的啓示逐漸腐蝕，大叛教隨之來臨。

後來，福音經由斯密約瑟復興了。最後的完整福音期以奇妙又奇妙的方式來到世上。早在教會成立之前，先知的弟弟撒母耳就背著裝滿剛出版的皮面摩門經，四處傳揚復興的真理。他是本福音期第一位傳教教士。雖然他認為自己作得不好，但是有兩位總會會長楊百翰與伍惠福當時都是經由他所送出的一本摩門經，得到見證的。

沒多久後，先知斯密約瑟得到了一項啓示，這項啓示是：

「這警告的聲音是經由我在末世時代所揀選的門徒口中，對所有的人們

說的。

「他們將出去沒有人阻止他們，因為我，主，已經命令他們。」（教約1：4—5）

甚至在十二使徒尚未揀選出來，教會尚未成立之前，主就已經透過先知斯密約瑟，透露福音將傳至世界各地的方式及範圍：

「在那日子，藉著為透露耶穌基督而感召人們的保惠師的執行，經由那些被按立這權能的人們，每一個人都將以自己的方言，他自己的語言聽到豐滿的福音。」（教約90：11）

雖然迫害不斷、困難重重、生活窮困，早期的聖徒卻能快速推展傳道事工。不多久，在國外傳教的使徒比留守嘉德蘭、米蘇里或伊利諾的納府的使徒還多。先知斯密約瑟一生之中雖受盡威脅，生活不斷受到騷擾，多次以莫須有的罪名入獄，被朋友出賣，遭敵人中傷，但是他從未忘記作傳道工作。

教會一日日茁壯，直到今日，傳教士已增加到四萬多人，而且過不了幾年，這個數目還會更加驚人。但是，救恩並不會立即臨到整個國家、城市或家庭，而是臨到懷著信心，接受教導，努力照耶穌基督的吩咐去做的個人。誠如耶利米在三千五百

年前所預言的，以色列人一個個聚集到錫安來，「……一城取一人、一族取兩人……」（耶利米書3：14—15）

而且這樣的聚集是因為「耶和華說，我要召許多打魚的把以色列人打上來。然後我要召許多打獵的，從各山上，各岡上，各石穴中，獵取他們。」（耶利米書16：16）

今天我們都是見證人，我們親眼見到古代的預言一一在應驗。站在香港這座高山的山頂上，我們眺望不到兩公里外幅員廣闊的中國大陸，在那一大片土地上住著難以計數的以色列先祖的兒女。尋找中國的以色列民的重責大任正等著我們去做。但是，各位實在很榮幸能成為這片土地上的先驅者。世界各地的支聯會已一一成立，範圍還必須繼續擴展，讓每個人都有機會蒙得完整福音的祝福。這項艱巨、神聖的工作正等著你我去完成。

我們的心中滿懷喜悅，稱頌以色列神的名，感謝祂讓我們活在這偉大的世代。■

「所以你們要去、使萬民作我的門徒、奉父子聖靈的名、給他們施洗。」

佐藤秋子的見證

(日本仙臺支聯會)

參

加晨間福音進修班對我來說是項挑戰，也是一項喜悅的事。我一受洗就被邀請參加福音進修班。雖然我很渴望在教會中結交一些新朋友，也很想多了解福音，但是我也須要準備大學聯考，而且，我是家中唯一的教友，他們都不贊成我參加福音進修班。儘管困難重重，我還是毅然決然報名參加。第二個星期，我整個生活完全改變了。我五點鐘就起床，並在很短的時間內盡我所能將家事作好，包括準備早餐、午餐等。

做完家事後，我就騎著腳踏車到教會。遇到雨天，就走路，大約走30分鐘左右。有天早上下雨，我走路去教會，一部車子從我旁邊急疾而過，濺得我一身泥。雖然我的心情很不好，我還是一身溼溼的去上福音進修班。

參加福音進修班使我受益良多，我學到了許多美好的課程，也交了不少教會朋友，知道如何善用時間。從這班級畢業時，我真為自己感到驕傲。但是由於上福音進修班上得

太起勁了，竟忘了聯考快到，而我卻還沒準備好。我還是每個禮拜天到教會聚會，每天都虔誠地祈禱，也遵守所有誡命，但是卻忘了一件重要的事，那就是每天研讀摩門經。於是，我開始每天研讀摩門經，並且祈求主幫助我了解該書的真理。我真的可以感受到主的靈溫暖的感覺。我也祈求主幫助我準備好大學聯考。

那個大日子終於來到了。我起得很早，並且像平常一樣先看了摩門經。然後拿出幾本課本復習後，就出門。考試當中，令我驚奇的是，我那天早上復習的大都有考到，因此答起來得心應手。第二場考試也一樣。我考上了大學，多年來的夢想終於如願以償。

作一個基督徒的確不容易，但是在我受洗這一年中我也蒙得主許許多多的祝福。我知道神活著。祂聆聽我的禱告。我見證經文是真實的，我願繼續加強我的見證。我再次見證教會是真實的。奉主耶穌基督的名，阿們。

將主放在首位——做家庭歷史

沙其敏弟兄

什麼是家庭歷史？

狹義來說，家庭歷史就是祖先所留下來的文字記錄。運氣好的話，你可能可以找到祖先作好的家庭記錄，否則，就得花相當大的工夫四處收集資料，再加以編纂。不過，家庭歷史工作一直要等到記錄中所有的人，都完成聖殿各項教儀才算圓滿達成。這就是先知斯所強調的：「讓我們作為教會和人民的，以及作為末世聖徒的，在正義中獻給主獻祭；並且讓我們在聖殿完成時，在祂的聖殿中呈獻一本完全值得接納的，包含我們死者紀錄的簿冊」（教約 128：24）。嚴格說來，只有每位死者的聖殿教儀都完成後，祖先的記錄才算完成。記錄上記有各項聖殿教儀執行日期的家庭歷史才為主所接納。

廣義來說，教會認為凡是有助於鞏固、堅強家庭的事都可以叫做「家庭歷史」。只有父母與孩子的小家庭、祖孫三代同堂的家庭、同一位祖先的後代都可以說是家庭。有益家庭團結的事不勝枚舉。舉凡彼此相愛、為活著的

親人及已去世的親人服務、保存優良傳統、參加家庭團聚、作家譜或支持家譜工作、提交祖先名字做聖殿教儀、寫自傳、為父母親、祖父母寫傳記、編纂家庭歷史、幫助家庭成員作個人恩道門、經常到聖殿為死者作教儀、參與名字處理工作等等都是。每個人在任何時候都至少能作到其中一項。

作家庭歷史是每一位教友的權利與義務。這與亞洲人傳統的生活方式不謀而合。耶穌基督復興的福音使得一向重視祖先的亞洲人，對於尊敬祖先的方式有了嶄新的見解，更深一層的看法。我們知道以來加向斯密約瑟顯現，將印證的權能交給他，為的是要「在子孫們的心中，種下對祖先所作的應許」，使得子孫的心轉向祖先。這是基督第二次來臨之前我們必須做的事（教約第二章）。末世聖徒一向重視祖先，為了搜尋祖先的資料，替代他們在聖殿接受超升的各項必要教儀，我們投入了無數的時間與資源。如果他們願意接受我們為他們所作的一切，那麼根據神賜與亞伯

拉罕的應許，他們將成為神的兒女，而且塵世時所擁有的家庭及親族關係就能持續到永遠。積極參與家庭歷史活動，能讓我們作一位更好的伴侶、父母

、孩子、兄弟姐妹。

將主放在首位，履行你在前生時對祖先的承諾，與家人及親戚培養良好的關係，這就是末世聖徒的生活方式。 ■



賴伯特姊妹整理

——九九〇年3月17日爲婦女會成立148週年紀念日，世界上數以百萬計的婦女深受其惠。我們請了幾位亞洲地區的姐妹來談談，她們對於這個世界上最大的婦女組織的感想：

「我14歲時就開始蒙受到婦女會的祝福。我是在芬蘭聽福音，加入教會的，那時的教友很少。小小年紀的我就有機會和教會中的姐妹聯誼，感受到她們的愛與支持。其中一位姐妹很特別，至今仍然是我心目中的榜樣，她真是一個不折不扣的末世聖徒。」

「婦女會讓我了解到男女角色的不同。我從小在一個男女角色不分的環境中長大，上了婦女會課程後，我才明白原來男女所扮演的角色有那麼大的差別。由我們支會中姐妹

們之間感情之深，不難看出整個支會弟兄姐妹之間的情誼。婦女會一直是支會中「靈性的溫度計」。

「探訪教師帶給了我許許多多的祝福。他們不但教導我福音，而且也給了我很多很好的建議，幫助我解決了不少問題」。

「婦女會的宗教氣氛讓我有機會教導、作我最喜歡做的事。這有點類似古代的猶太人爲了增加孩子學習的興趣，以蜂蜜蛋糕作成的字母來教他們識字一樣。」

「見到婦女會會長團在聖職弟兄的授權下鞏固同工、幫助姐妹成長，真叫人信心爲之一振。」

「婦女會的祝福不勝枚舉。我由這些美好的課程中，學到了怎麼做一個更好的母親與妻子。我也確實知道我是神的女兒。」 ■

婦女會改變了我

派克冠德利雅

自從十年前加入教會後，我一直在問自己這個問題：「婦女會真的改變了我嗎？」我很希望過去幾年來，我真的有將我每星期在婦女會所學的付諸行動：探訪工作百分之百，外表十全十美，家裡弄得乾乾淨淨一塵不染，先生，孩子照顧得無微不至。雖然在這些重要的事上我發覺自己的確進步不少，但是我的理想——真正的改變，卻一直沒有發生。我知道這是因爲我下的功夫還不夠。 ■

不過，不可否認的，我確實也改變了不少。比方說，每次和婦女會的姐妹同聚一堂分享彼此的理想與抱負時，我都深深覺得大家都有一個共同的崇高理想，而且彼此間有著真誠的愛，讓我多多少少感受到高級國度的詳和與寧靜。這就是我生活中的改變，如今我比較能大方的表達我的愛，接受別人的愛。坐在婦女會教室中，我終於明白我已經「回到家」了。 ■

婦女會與我

尼伯利能榮姊妹 南東京支聯會婦女會會長

婦女會一直是我生活中不可或缺的一部份，說它造就了今日的我一點也不爲過。歸信22年以來，我一直都參加婦女會，從未間斷過。少女時期它曾教導了我如何作一個成熟的婦女，如何準備好作一個賢妻良母。

婦女會已成了我生命中的一部份，我由星期天的課程及家政聚會中學到

如何做個標準的婦女以及賢妻良母。將來我老了，唯一可以讓我繼續學習的婦女組織就是婦女會。有時候，我深深覺得自己從婦女會獲益太多了，該繳點學費才對。

婦女會教導了我身爲婦女所須具備的美德、知識及技能——靈性生活、家庭教育、愛心服務／聯誼及家政課程，一輩子也

(續第45頁)

兒 童 園 地

ル
チ
メ
ル
リ
カ
ー

布
朗
狄
士
攝



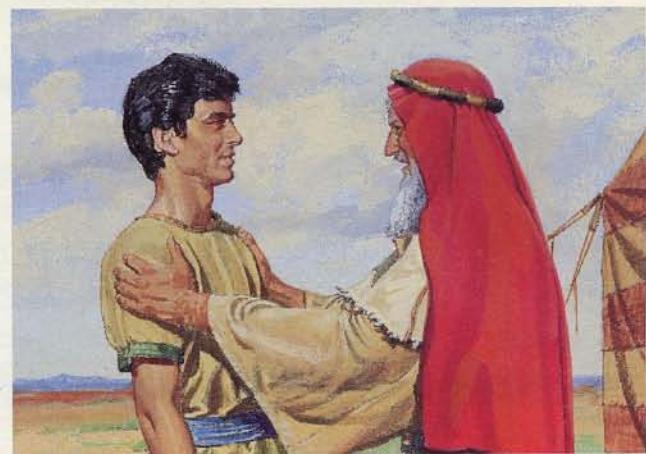


銅葉片



銅葉片是重要的紀錄。記載李海祖先的事蹟，以及神賜給先知的話。

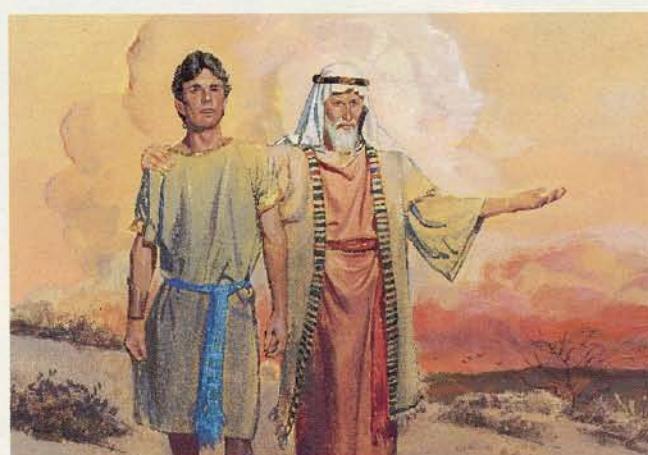
尼腓一書 3：4，19-20



李海告訴尼腓說，主要他和他弟兄回耶路撒冷去，向一位名叫雷班的人要銅葉片。尼腓一書 3：1-3

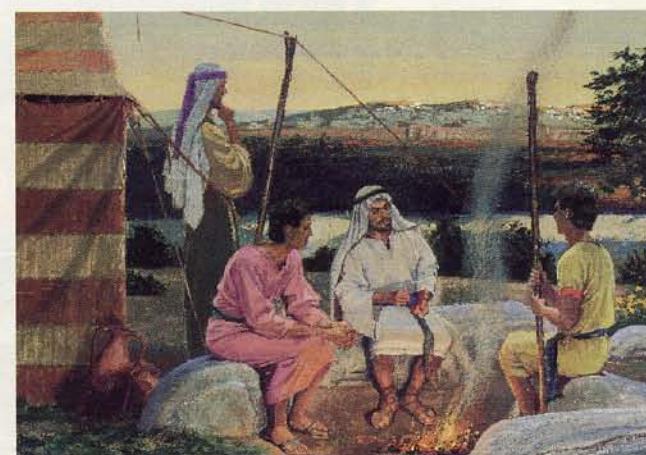


拉曼和雷米爾不想回去拿銅葉片。他們說這太難了。他們對主沒有信心。尼腓一書 3：5



尼腓服從主。他知道主會協助他們從雷班那裏取得銅葉片。

尼腓一書 3：6-8



拉曼、雷米爾、賽姆以及尼腓回耶路撒冷拿銅葉片。

尼腓一書 3：9

湯普遜
傑利繪



拉班到了雷班家，向雷班要銅葉片。

尼腓一書3：10-12

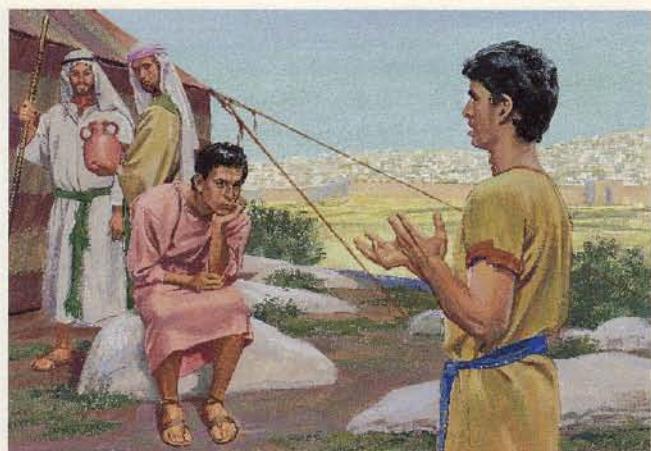


雷班很生氣，不願把銅葉片交給拉班。

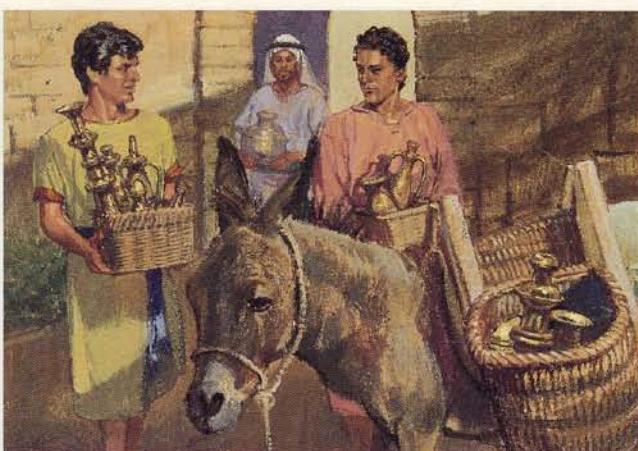
尼腓一書3：13



拉班逃了出來。他很害怕，不想再回雷班那裡要銅葉片，想回到荒野中父親那裡去。尼腓一書3：14

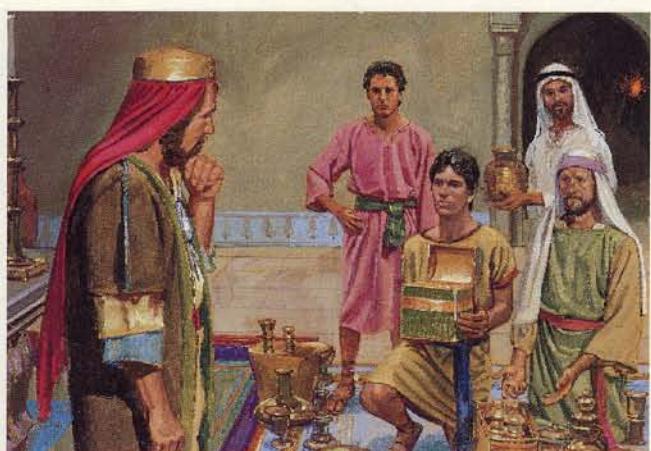


尼腓說「一定」要拿到銅葉片才要回去。他告訴他的兄弟要對主有信心，就可以拿到銅葉片。尼腓一書3：22-23

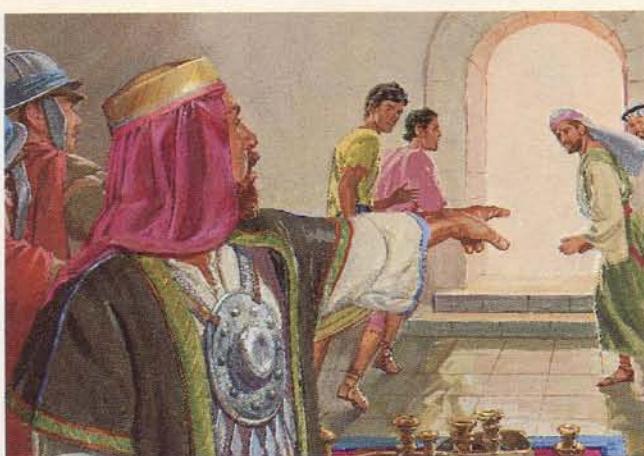


尼腓和他兄弟回到耶路撒冷的老家，取回黃金和白銀，以便向雷班買銅葉片。

尼腓一書3：22-23

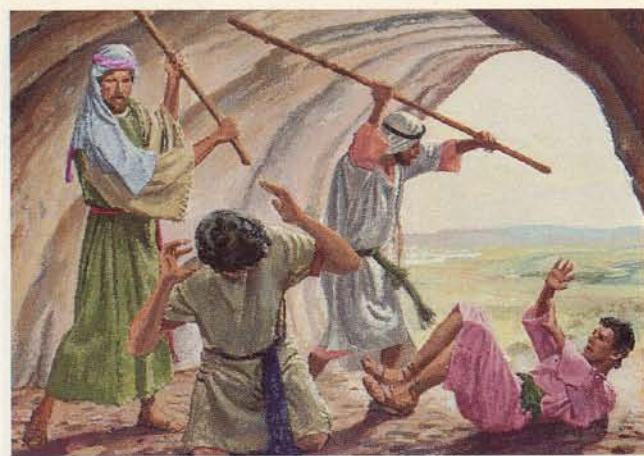


他們將財寶拿給雷班看，要換取銅葉片。雷班要他們的金銀財寶，但不願給他們銅葉片。尼腓一書3：24-25



雷班要他的手殺死李海的兒子。尼腓和他兄弟逃出去，躲在一個山洞裏。雷班就將金銀佔為己有。

尼腓一書 3：26-27



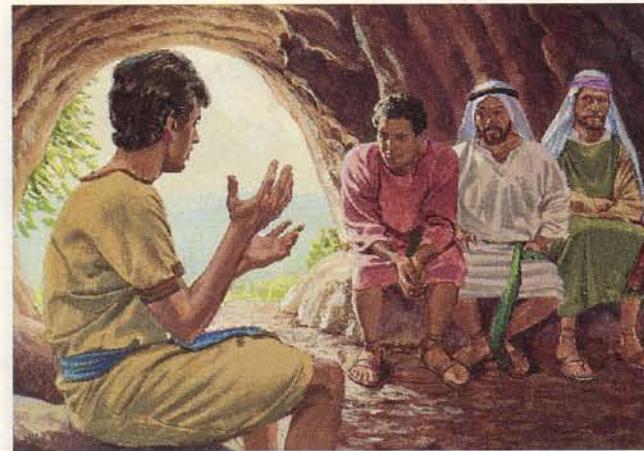
拉曼和雷米爾對尼腓發怒。用棍子打尼腓和賽姆。

尼腓一書 3：28

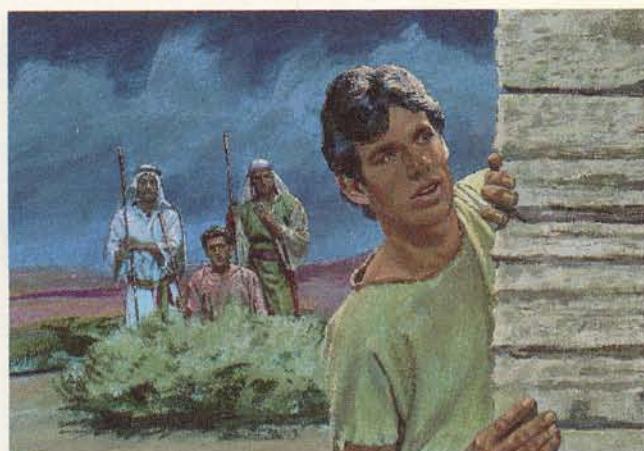


一位天使顯現，叫拉曼和雷米爾住手。他說主會協助他們取得銅葉片，又說尼腓將成為他們的統治者。

尼腓一書 3：29-30。



尼腓告訴他的兄弟要對主有信心，不要怕雷班和他手下。尼腓鼓勵他們再回耶路撒冷去。尼腓一書 3：31-4：1-4



那天晚上尼腓的兄弟躲在牆外，而尼腓潛進耶路撒冷，走進雷班家。

尼腓一書 4：5



聖靈告訴他怎麼做。尼腓走到雷班家附近時，看到一個人躺在地上。那人就是雷班，他喝醉了。尼腓一書 4：6-8



尼^腓看到雷^班的劍，就撿起來。聖靈告訴尼^腓要殺死雷^班，但是尼^腓不想殺他。
尼^腓一書 4：9-10



聖靈再次要尼^腓殺死雷^班，以便取得銅葉片。李^海的家人需要靠銅葉片，來學習福音。尼^腓一書 4：11-13，17



尼^腓聽從聖靈，殺了雷^班，穿上雷^班的衣服和盔甲。

尼^腓一書 4：18-19



尼^腓走進雷^班家，遇到雷^班的僕人余^雷。尼^腓假裝雷^班的聲音。

尼^腓一書 4：20



他叫余^雷把銅葉片拿出來。余^雷以為尼^腓就是雷^班，所以就把銅葉片交給他。尼^腓叫余^雷跟他走。尼^腓一書 4：21-26



拉^曼、雷^{米爾}和賽^姆看到尼^腓走出來時，以為是雷^班，拔腿就跑，但尼^腓叫住他們。尼^腓一書 4：28-29



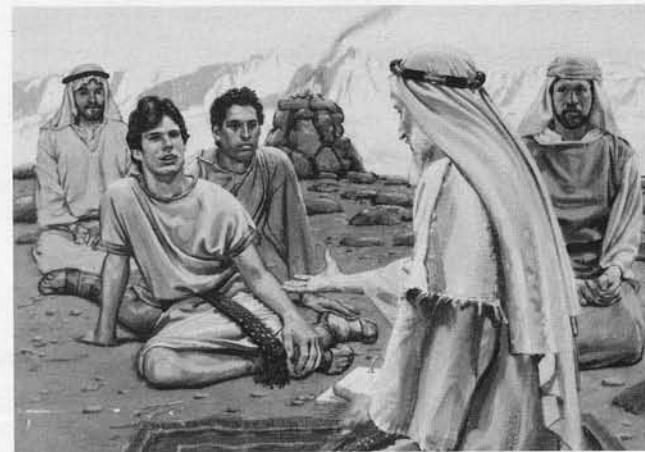
余雷知道尼腓不是“雷班時”，非常害怕。尼腓抓住余雷，告訴他只要跟他們走，他們就不會殺他。尼腓一書 4：30-33



余雷答應跟他到荒野去。尼腓和他的兄弟就帶著余雷和銅葉片回到李海和撒拉亞那裡去。尼腓一書 4：35，38



他們將銅葉片交給李海。李海和撒拉亞很高興，看到兒子們平安回來。他們感謝神。尼腓一書 5：1，7-9



李海研讀銅葉片。銅葉片中記載了亞當、夏娃的故事和世界的大創造，還有許多先知的話。尼腓一書 5：10-11，13。



李海和尼腓很高興，因為他們聽主的話，取回了銅葉片。尼腓一書 5：20



銅葉片裡也有神的誠命。主要李海的家人教導子女遵守誠命。尼腓一書 5：21-22。

福音小考

葛曼蘭妮

先讀提示，再填空。每一題都與傳道事工、福音或摩門經有關係。

1. 摩門經裡，向諾亞王傳道的偉大傳教士是——。

2. 接受福音的人，藉著浸沒的——加入教會。

3. 教會是耶穌——創立的。

4. 傳教士教的課程叫做——。

5. 男女傳教士的聖職稱呼是——。

6. 洗禮的地方叫做——池。

7. 三位不同的個體——父、子和聖靈——稱為——。

8. 爲傳教士信息的真理作證的是——。

9. 洗禮的正確方式是——。

10. 為耶穌洗禮的是施洗——。

11. 先知持有一聖職的所有有——。

12. 新傳教士接受訓練的地方是——訓練中心。

13. 摩門經中兩大民族是拉曼人和——。

14. 我們都需要——誠命。

15. 和天父交談的方法是——。

16. 聖職組織分成許多定——組。

17. 洗禮之前，準教友需要——他的罪。

18. 每週我們領受——，重溫洗禮聖約。

19. 知道福音是“真實”的，就叫作——。

20. 摩門經是斯密約瑟藉著——和土明翻譯出來的。

21. 李海得到到了生命樹的——。

22. 健康律法就是——語。

23. 教會第二任會長——會長，派遣傳教士和拓荒者到各地去。

24. (新耶路撒冷)將建立在美洲大陸上(信條第二十條)。

答案

福音小考：(1)阿賓納代，(2)洗禮，(3)基督教，(4)傳教士課程，(5)長老，(6)洗禮池，(7)神格，(8)聖靈，(9)浸沒禮，(10)約翰，(11)權鑰，(12)傳教士，(13)尼腓人，(14)遵宇，(15)祈禱，(16)額，(17)悔改，(18)聖餐，(19)見證，(20)烏陵，(21)異象。

(22)智慧，(23)楊，
(24)錫安。

撕紙圖

撕紙圖的材料：不同顏色的厚紙、漿糊、白紙。

說明

- 選擇一簡單的圖樣。
- 將色紙剪成 10×15 公分大小，以便撕紙。

3. 小心地將色紙撕成所需求的圖形。圖形並不一定要完美，這樣撕圖才有興趣。

- 將圖形貼在白紙上。





我的朋友 里奇

(里·克·斯·凱·琳· 譚·瑞·蒂·和·司·考·恬·妮)

你好！我是司考恬·妮。我們兒童會有兩個很特別的人叫譚·里奇。里奇因為說話還不清楚，學什麼都比較慢，外表雖然和十歲的小孩差不多，但說起話來像五歲的小孩。

里奇和我都住在勇士B班，班上總共有四個小朋友。我們老師叫法西·珍納，是個好老師。里奇安靜地聽課，她就誇獎里奇。她也常請里奇作禱告、回答問題。她總是像幫助我們那樣幫助里奇學習福音。

里奇以前都上不完一堂課，所以有一個老師專門陪着他。如果里奇鬧起來，妨害上課，她就帶里奇到走廊上去。現在里奇已經可以像我們一樣，不用人陪了。里奇進步很多：說話比較清楚，上課也比較專心了。他還在兒童會唱歌呢。希望有一天里奇能自己上台演講。

里奇的哥哥、姊姊都帶他上兒童會。他很喜歡兒童會，喜歡和小朋友在一起，因為大家都對他好。其他小朋友演講的時候，他都安靜地聽。他是我們每一個人的好榜樣。

有時我真希望自己像里奇，那樣溫和、友善、誠實、體貼、誠懇。里奇表現愛心的方法很特別。他是我最好的朋友！我希望里奇也能把我當作真正的朋友，他是我認識的男生當中最好的一位。



我住在美麗的世界

羅芬五月桂

看啊，我是耶穌基督，活神的兒子；我創造天和地（教義和聖約約 14:9）



天父和
耶穌基
督為我
們創造了美麗的世界。

先知尼腓說：「主創造了大地，使它的一面可以居住；他創造了他子女，使他們佔有大地」（尼腓一書 17:36）。我們靠著五官來欣賞世界。靠著視覺、嗅覺和觸覺，我們可以欣賞美麗的花朵，可以聽小鳥美

妙的歌聲，可以聽打雷聲。我們可以品嚐種在地上的蔬菜和其他營養的食物。

說明

以下這些圖片，代表天父和耶穌基督創造給我們享受的東西。把享受各種事物所需求的感官名稱圈起來。圈完後，數每個感官的次數，最後再着色。

1. 利用圖片來教唱：「我天父愛我」

我的五官

我有兩個耳朵，可以聽。

我有一個鼻子，可以聞。

我有一根舌頭，可以嘗。

我喜歡吃東西。

我有皮膚可以遮身體。

讓我感覺和觸摸。

我有兩個眼睛，可以看。

我喜歡的世界。

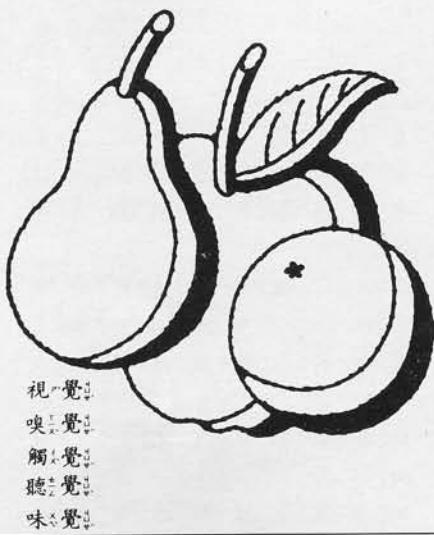
（須與自己代表的感官相連）。請各組相互比較所得到，劃掉重複的項目，看各組所得到中哪些是獨特的。說明我們常常會同時用上一個以上的感官。

4. 請年幼的兒童利用文中詩，玩指頭遊戲，在提及每個感官時，指出出來。兒童可以在紙上畫出眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴和指頭。

（與我同唱，B—59）。

2. 請五個小孩，來充當每個感官的「專家」，再用遮眼，夾鼻，或棉花塞耳，堵住他們的其他感官，然後請每個小朋友用自己被指派的那個感官來認東西。

3. 將小朋友分成五組，每一組負責一個感官。看每一組能列出或畫出多少天父的創造物。



姊妹只倆

雖然是炎熱的七月天，羅林伊莉莎白和妹妹卡羅琳却趴許許多紙張上發抖。一群兇惡的人正在搜尋她們，她們躲在玉米田裏，不敢出聲。她們默默地祈求天父讓壞人走開，不要再搜索。

這是1833年的事。當時越來越教友搬到密蘇里州的獨立城定居，但是非教友居民却要逼他們搬走。局勢雖然很不安定，但整個社區還是越來越繁榮。斐普弟兄家甚至還買了一台印刷機。全城的主人都知道他在印先知斯密約瑟得到的啓示，準備出版。

後來，有一群暴徒闖進斐普家，將印刷機和印好啓示從二樓窗口丟到樓下。伊莉莎白見狀，馬上跑去把印有啓示的紙張撿起來。她知道這些啓示和誠命是主賜予的，對聖徒們很重要。

暴徒從窗口看不到她們，叫她們不要檢。她們雖然很害怕，但還是把紙張檢起來，跑進玉米田裏躲。她們趴在那些紙上，求神保護。

不知道過了多長時間，這些暴徒終於放棄了搜索，離開玉米田。伊莉莎白和卡羅琳這時才檢起這些神聖的紙張從玉米田裏爬出來。

這些啓示還給斐普弟兄後不久，就連同其他沒遺失的部分印成了一本叫誠命書的小本子。兩年後，這些誠命和啓示又和主的其他誠命合併印成一本新書，叫做教義一和聖約。她們姊妹倆每次讀教義一和聖約時，都不禁想起當年見義勇為的經過。

「我的經文，像我已指定的那樣，賜給你，並且經文將被保存於安全中」（教約42：56）。■



先知們在那裏受洗？

哈特·雷·威廉

我若告訴你，我們歷任的總會長沒有哪一個是在洗禮池受洗的，你聽了一定覺得奇怪吧？！

今天，大多數受洗的人都在乾淨、明亮、貼有磁磚放滿溫暖、清潔的洗禮池中受洗。這些人是先都在洗禮池旁的更衣室換衣服。

但是在過去（現在許多地方還是這樣），一般人都在河裏、湖中、海裏、水桶裏、游泳池中或任何有足夠水可以一行浸沒禮的的地方受洗。

耶穌在約但河受洗。先知阿爾瑪在一個叫摩門水流的池子裏受洗。

近代的先知受洗的地方也各不相同：

斯密約瑟是1829年5月15日，在施洗約翰指示下，在撒拿斯蓋納河由考得里奧利佛施洗的。

楊百翰是1832年4月14日在紐約州近門登自家的水池裡受洗的。

泰勒約翰是1836年5月9日在加拿大溫哥華治城的黑溪中受洗的。

伍惠福是1833年12月31日在紐約州奇蘭附近冰冷的河裏受洗的。

舒朗卓是1836年6月3日在俄亥俄州的雪格林河受洗的。

斯密F約瑟是1852年5月21日和斯密喬治在城溪受洗。

郭禧伯是1864年6月2日在城溪裏的蓬車廂裡受洗的。當時聖徒們把這沒有輪子的車廂拖到溪裏當洗禮池用。

麥基奧大衛會長是1881年9月8日在猶他罕次鄉的春溪受洗的。

斯密斐亭約瑟是1884年7月受洗，地點也可能在城溪。

李海樂是1907年6月9日在愛達荷州克里夫頓，比塘受洗的。





甘賓塞在1903年3月28日，在亞利桑納州受洗時，洗禮池是一個鑿在大水盆。

彭慕泰福是1907年8月4日在愛達荷州惠特尼鎮住家附近的一條河受洗的。

十三位先知當中，有兩位在河中受洗，一位在溪流，六位在大水盆中，一位在運河，一位在水盆中。

他們雖然都不在正式的洗禮池裏受洗，但是都接受到了聖靈。他們受洗後，個個都信守洗禮聖約，奉行神的誠命，終於成為神的誠命，終於成為神在世上的一位先知。 ■

神愛

祂的子女

培勒羅素長老
十二使徒定額組

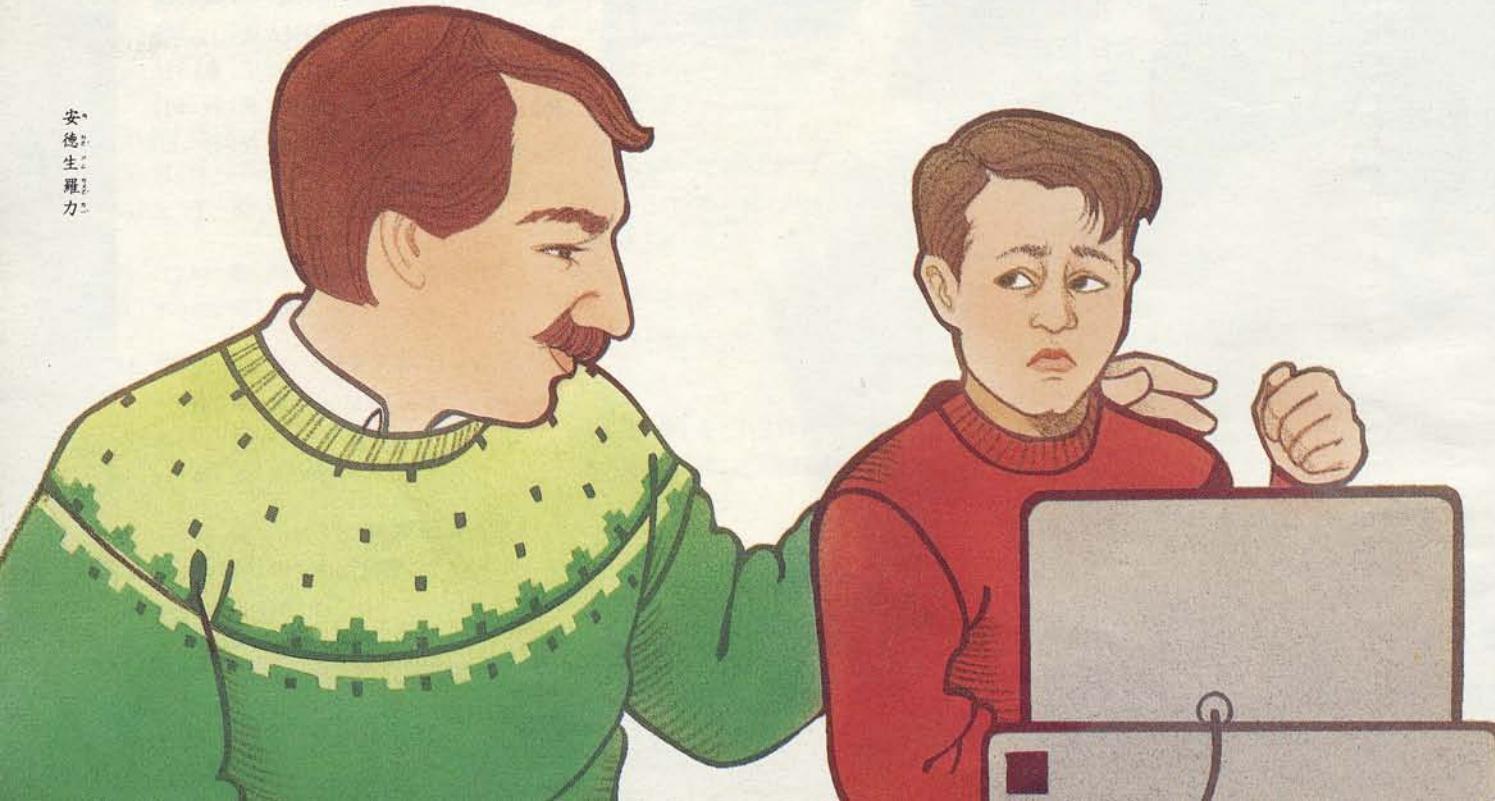
要對創造主表達虔敬，我們就必須感激祂所創造的一切。我們需要安排行時間與家人共享花朵由含苞到怒放的美妙經驗。安排時間，坐在山坡上，享受一下夕陽西下時，黃昏的寧靜。花些時間去聞聞玫瑰花香。

當我們環顧周遭的一切創造物，從一粒細砂到奇妙的穹蒼，我們就會體認到我們是神的一切創造中，最偉大的一項。

神愛我們，因此提供了必要的準則，使我們得以進一步，並發揮潛能。這點或許可以一個小故事來說明。某個年輕人買了一台電腦，但無法運用自如。他很快地感到氣餒，變得非常急躁，竟威

脅這個沒有生命的東西要好好的表現，否則就要毀了它。他明智的父親看到這情形，便決定帶兒子到當地一家電腦公司去要一本說明書。畢竟，有誰比製造這台電腦的人或公司更了解它呢？這年輕人細讀了說明書後，依照上面的指示去做，不久便能靈活運用他的電腦了。我們的生活也是如此。主，最清楚我們——我們的潛能，以及我們永恆的前程，因此祂在祂的說明書——神聖經文裡，賜給了我們忠告及命令。我們若了解這些指示，並一一照著做，我們的生活就有目的、有意義。我們就會知道創造主愛我們，希望我們快樂。■

(節錄自 1988年7月教友大會演講稿)



學不完。

我很喜歡把婦女會看作一所學校，而天父正是這所學校的校長，耶穌基督則是教務主任。我們可以由這所學校中，學到如何成為天父及耶穌基督心目中理想的婦女。

世界上的書實在太多了，我們難免會由不正確的書中學到錯誤的教導。我認為婦女會個人研讀指南是全世界最值得信賴的一本書，我們大可放心的汲取其中的教訓。

另外，透過婦女會的

家庭探訪工作，我們能表達心中的愛；加入教會後，我一直受到家庭探訪教師極大的幫助。婦女會姐妹對我的愛讓我刻骨銘心、永誌難忘。

我常常將婦女會比作我的母親。不論走到天涯海角，母親對我的愛及關懷還是一樣。天上的母親何嘗不是如此，只是她的愛更偉大，而婦女會就是她所表達的愛。

我非常喜愛婦女會，我由衷感謝天父賜給我們如此美好的組織。 ■

總會訊息



七 十員第一定額組榮譽退休人員巴瑞德長老於1989年12月22日病逝鹽湖城醫院，享年82歲；葬禮在12月27日於鹽湖城舉行。

巴長老生前擔任教會多項召喚，包括傳教士、傳道部會長、歐洲區域顧

問、總會家庭歷史圖書館主管，他也擔任過主教、高級諮詢及大祭司小組領袖。巴長老在1960年被召喚為十二使徒助理，1976年被召喚為七十員第一定額組成員，1989年10月任該定額組榮譽退休人員。

巴長老是有機化學博士，在擔任總會當局人員之前是位大學教授。

1933年巴長老在鹽湖城聖殿結婚，婚後有一子，現任教於楊百翰大學。

巴長老有悲天憫人的胸懷，他曾說：「我很高興自己屬於一個世界性的教會，這個教會愛每一個人，無論其語言、膚色、種族為何。」 ■

港島支聯會教友大會

一九八九年10月22日

，港島支聯會於何文田中心舉行年度教友大會，由區域會長團第一副會長 小松義雄長老主領。會中並宣布卸免原支聯

會會長團，楊煒秋、謝偉文、甯港龍之職務。新召喚的支聯會會長團為：謝偉文（會長），張伯鴻（一副）、秦錦濤（二副）。 ■



由左至右：張伯鴻、謝偉文、秦錦濤。

婦女大會

香 港港島支聯會於1989年11月18日舉行

婦女大會，主題為「靈魂的價值是大的」。大會首先由斯密芭芭拉姊妹分享靈感信息，接著分成兩班，做小組討論。一班由傳道部會長夫人戴惠華主持

，討論如何教導孩子虔敬。另一班由郭文玉姊妹主持，討論如何使自己的光照耀在人前。

此外，並有外國姊妹展出儲糧物品。大會在溫馨靈性的氣氛中結束。 ■



婦女會儲糧展示品

台灣報導

新聖詩選輯出版

新 聖詩選集出版了！讓教友期待多時的中文新聖詩選集終於出版了！

新的歌本包含 200首聖詩，內容除了許多原有的優美詩歌外，還有多首是從英文詩歌本中挑選出

的新歌。新聖詩選集在詞曲方面都經過精心的修改和整理，每首聖詩後面更附有經文參考，供教友在欣賞美妙旋律，詠唱讚美詩之餘，也能深刻了解每首聖詩的來源與含意。

每本NT\$100.00 ■

摩門青年營

西 台北支聯會單身成人於1989年12月30日至1990年1月1日，至溪頭和草嶺遊玩，參加人數達82人。

此次活動的主題為「個人進步」及「追求優美

」，祈望單身成人訂立屬世屬靈目標，互相砥勵，在新的年度中有更好的表現。

由於事前準備工作完善，在這三天兩夜的旅程中，節目緊湊，除了觀賞

風景外，還安排了「論天說地」、「月下弄影」、「秉燭夜遊」、「靈修靜思」、「星光之夜」、「見證聚會」等熱鬧又具靈性的節目，提供弟兄姊妹許多聯誼的機會。

經過這次成功的活動，單身成人代表們更趁勝追擊，打算舉辦一系列的後續活動，以期增進弟兄姊妹的認識，更鞏固支聯會中單身成人的力量。 ■



全體人員合影

婦女會才藝之夜



木柵支會耀眼奪目的飛天舞蹈

西 台北支聯會婦女會於1989年12月9日晚間7:00，在金華街教堂舉行年度婦女會才藝之夜

。晚會由莊蓓琪、周淑玲姐妹主持，節目精采熱鬧，可見婦女會姊妹們的用心。當天晚會的節目包括

：傳道部江會長家庭合唱、永和支會的歌劇——素蘭要出嫁、新店支會的手語朗誦——聖誕節的意義、板橋支會的山地舞、海姊妹的小提琴演奏、三



板橋支會熱情的山地舞表演

重支會的話劇——馴悍記、木柵支會的舞蹈——飛天、第五支會的皮影戲——第一次異象、及媽媽成長團體的英文劇——北風與太陽。

對對佳偶

1989年12月9日有兩對新人在聖殿締結永恆婚姻，一對是新竹分會的黃國興弟兄與宜蘭分會的李碧月姊妹；一對是豐原分會的吳志立弟兄與嘉義分

會的王淑美姊妹。

1990年1月1日，鳳山支會的李世榮弟兄與嘉義支會蔡淑敏姊妹，於台北聖殿締結永恆婚姻。



黃國興弟兄、李碧月姊妹



吳志立弟兄、王淑美姊妹



李世榮弟兄、蔡淑敏姊妹

台灣、香港正式實施教籍電腦化

1) 何謂「教籍電腦化」？

所謂的「教籍電腦化」，就是將教友的教籍資料輸入電腦，然後直接在電腦上進行教籍的製作、查詢、更新及遷移，並印出紀錄、證書及各類報表。

根據教會的規定，台灣的教友人數在十萬人以下，適用「教會教籍資訊系統－個人電腦」(簡稱CMIS-PC)。這是一種介於人工處理及全部電腦作業之間的處理方式。由於是個人電腦，所以無法將舊式教籍

紀錄上所有的資料全部輸入電腦。因此舊式教籍紀錄現在都保存在教籍部的歷史檔案內，備教友或領袖之查詢。這舊式的教籍紀錄已被稱為「歷史教籍紀錄」。

2) 發展史簡述

CMIS-PC，在總會三百多位電腦程式設計師同心協力的研究與發展下，歷時八年，才告完成(1980年至1987年)。台灣及香港地區獲准在1989年開始施行。推動的過程可以區分為下面四個階段：

推動階段	1989年	完成內容
第一階段	1~5月	完成領袖訓練資料的準備
第二階段	5~7月	聖職領袖完成CMIS-PC的訓練
第三階段	5-10月	完成教籍紀錄的校對與轉換
第四階段	10月起	聖職領袖收到新的教籍紀錄第類報表

經由聖職領袖的帶領，CMIS-PC代表的協助，及所有教友的支持，台灣及香港地區均如期已完成CMIS-PC各項準備工作，正式進入教籍電腦化的劃時代新里程碑。

3) 今後影響

教友：

- 每位教友都有一個教籍電腦檔案編號。
- 教籍電腦檔案編號共13位數，前三碼代表地區碼，台灣是062。香港是022。
- 無論教友將來前往那個國家均使用此一號碼。

書記：

.....他們的名字被記錄下來，
使他們得被記住並滋養.....

摩羅乃書6：4



- 可節省準備證書的時間。原來由書記準備的證書(包括：嬰兒祝福、洗禮和證實、及各種聖職職位的按立)，均改由電腦自動處理。
- 可節省填寫報表的時間。原來由書記填寫的一些報表(包括：教儀及動態紀錄、教儀及動態統計表、及教籍統計報表)，均改由電腦自動處理。
- 定期收到各類報表。分會/支會每季收到一次，區會/傳道部/支聯會半年收到一次。各類報表名稱如下：

編號	類別	編號	類別
1	教友名錄	7	女青年名單
2	大祭司名單	8	12歲以下名單
3	長老名單	9	主教行動及面談名單
4	準長老名單	10	副主教青少年面談名單
5	男青年名單	11	歸信者行動表
6	婦女會名單	12	單位統計資料

4) 我們的挑戰

教友：

- 請記住自己的教籍電腦檔案編號。
- 每年至少一次前往書記室校對自己及所撫養之未成年子女的教籍紀錄。
- 地址更動或搬家時，記得留下新地址給書記。

管家職務：

- 確保紀錄或報表的更新與正確。報表的基礎在於教籍紀錄，紀錄正確時報表就無誤。
- 應用報表，訂立目標，成全聖徒。

報表可幫助牧人認識、瞭解、看顧並尋回教友。

- 注意資料的機密性。

報表祇能給那些需要資料來執行召喚的領袖們看

。

咖啡鹹 隱形殺手

史塔登克里福

咖啡及其所含的咖啡鹹是造成美國本土成打疾病的主因，上自頭號殺手心臟病，下至頭號身體不適——長期疲勞。（1984年，高勒特，[見本文結尾註腳處的「資料來源」]）。

當然，美國並不是大量飲用含咖啡鹹飲料的唯一國家。從以下美國方面所作的研究結果可以看出，這其實是世界性的問題。

醫學調查人士很久以來就懷疑飲用咖啡會導致許多疾病，影響到心臟或是心臟周圍的血管。不過，證據並不那麼容易獲得。許多調查的對象是在發現心臟不適前很久就開始飲用過咖啡。其他的研究對抽煙，年齡，血液裡的膽固醇量等許多重要病因的調查也不夠充分，因此無無法確定心臟病的主因是來自

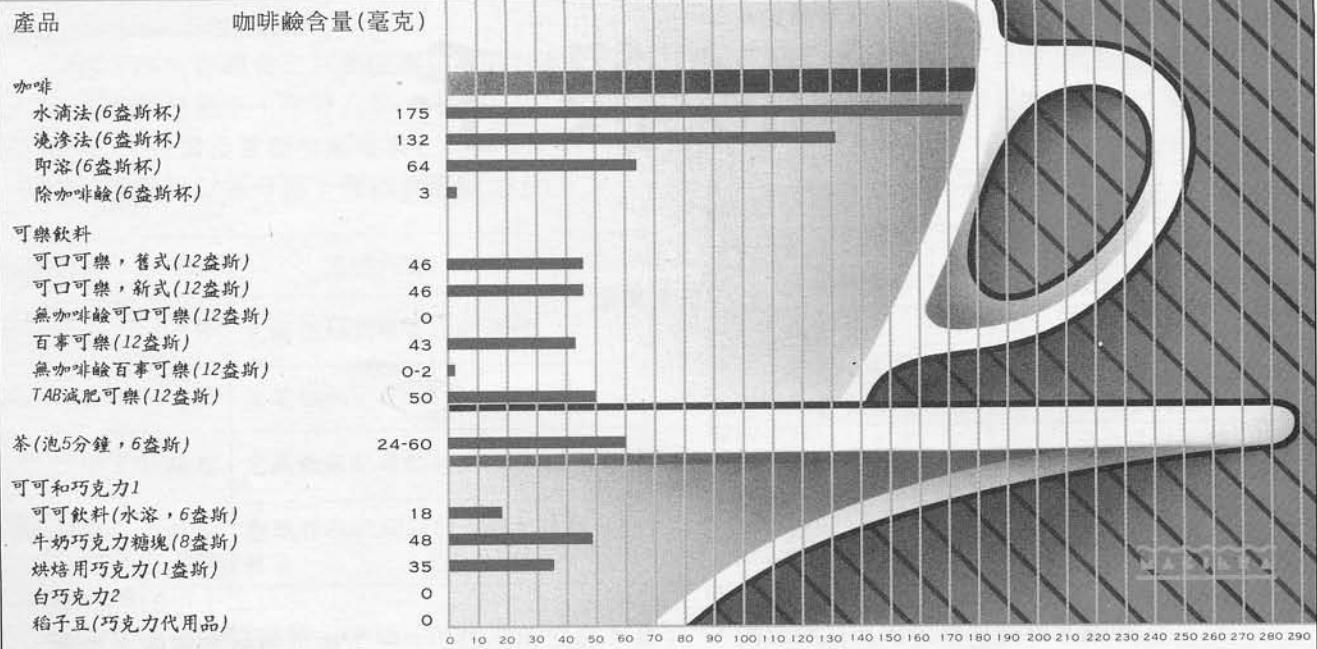
飲用咖啡。

不過，1980年以來，有不少調查團體印行了許多重要的醫學報告，顯示長期飲用咖啡風險很大。比方說，國家保健統計中心以及霍普金斯醫學院裡的研究員，近幾年來發表了三十年的研究結果，確定飲用咖啡和冠狀動脈心臟病關係密切。（1986年，拉夸等合著）

教會領袖一直勸告教友，不要飲用會使人上癮的飲料。任何含有對身體有害成份的飲料都應避免飲用。

此一研究是多馬卡羅蘭醫生於1946年策畫的。她和其他醫生追蹤1040位醫生達三十年之久，調查他們的咖啡飲量、血壓、膽固醇量，以及抽煙的習慣等。三十年調查結果顯示，百分之十點七每天飲用五杯咖啡以上的人，有過心臟動脈硬化的病症，而完全不喝咖啡的人卻只有百分之一點六曾患此病症。調查資料雖然也顯示，這些受調查者飲用咖啡的習慣有改變，也有受到其他因素的影響而致病，但是大量飲用咖啡的人患心臟方面疾病的風險仍比不飲用咖啡者高兩三倍。不過，此一研究也發現大量飲用咖啡鹹者戒飲咖啡十年之後，其患病的風險則與未曾飲用咖啡者一樣低。

在美國華盛頓首府召開的第十屆世界心臟學大會裡，另外一批研



1. 可可和巧克力產品亦含與咖啡鹼有關的刺激素——柯柯豆素。可可每六盎斯杯含

228-284毫克柯柯豆素；巧克力八盎斯糖塊含480毫克柯柯豆素。

2. 白巧克力不含咖啡鹼，是巧克力的副產品。

戴蒙克瑞攝

究人員也發表了歷時二十年的研究結果，調查了飲用咖啡和心臟動脈硬化症之間的關係。（1986年，戴爾等人合著）。這批人調查了1910名中年病患，研究了各種可能病因，如每日吸用的香煙數量、年齡層次，膽固醇量，以及心臟舒張血壓高低等。

他們發現，大量飲用咖啡和心臟病人的死因有很密切的關係。他們報導說：「這些結果證實，每天飲用五杯咖啡以上的人，較容易死於心臟動脈硬化的病症，尤其是發病時間短暫，但很嚴重的心肌梗塞症。」（1986年，戴爾，第22頁）

。心肌梗塞就是因為血液供應受阻所造成的心肌組織局部死亡。

有些人怕喝到咖啡鹼，就改喝除去咖啡鹼的咖啡。不過，過去十年中，有些醫學調查顯示，百分之四十至五十飲用除去咖啡鹼咖啡的

人，患有腸胃病，諸如潰瘍，結腸炎，腹瀉等（1984年，高勒德）。

除去咖啡鹼的咖啡會刺激胃酸，烘乾的咖啡豆有澀酸和油，會刺激胃的內膜。美國麻省波士頓醫院所作13,000位病人的調查結果也顯示，飲用除去咖啡鹼咖啡的人患心臟肌梗塞症的比例，和飲用一般咖啡的人是一樣的（1982年，保健信息）。

有些調查也提出飲用咖啡和心臟動脈硬化相關的理由。第一，因為咖啡含少量的咖啡鹼，有刺激作用，會造成心臟不規則的跳動，導致嚴重的心臟病（1980年，普利尼

醫學調查人士很久以來就懷疑飲用咖啡會導致許多疾病，影響到心臟或是心臟周圍的血管。

思等著）。第二，咖啡飲量和血液中膽固醇量不無關聯（1985年，馬帝亞斯等著）。

顯然，咖啡鹹的影響力也和個人的體重有關。對於體重66公斤的成人而言，「一杯速食咖啡或一罐可樂飲料，每一公斤體重可產生一毫克的咖啡鹹。對年幼的小孩，一杯巧克力或一條糖塊可帶來同樣比例的刺激素。這小孩若飲用一罐可樂，其咖啡鹹含量就相等於一個成人飲用四杯速食咖啡的數量……。好動、易怒、不眠、緊張是其中一些徵狀。（1979年，班克與威廉斯，第30頁）。

末世聖徒父母務必明白咖啡鹹對兒童的影響。本文附表顯示許多適用的飲料和產品所含不同份量的咖啡鹹。這些產品只作比較之用。從事醫療事業二十年之後，我要勸告存疑的教友，凡食用任何會傷害身體的飲食多少都違背了教義和聖約第89章中智慧語的精神。根據1972年2月份聖職公報的聲明，「

對於智慧語，除了教會早期弟兄們的解釋外，並無任何正式的說明，當時所說的「熱飲料」，指的茶和咖啡。

「教會對可樂一類的飲料從未正式表示過立場，但是教會領袖一直勸告教友，而我們也特別再次勸告，不要飲用任何含有有害且會使人上癮的飲料。任何含有對身體有害成份的飲料都應避免飲用。」

智慧語果然名符其實，它那明智的忠告告訴我們，要提防對身體有害的飲料。這些飲料包含咖啡和茶。史塔登克里福大夫是內華達州大學，雷諾分校醫學院人體解剖學的博士。目前是內華達斯巴克支聯會的教友。■

資料來源

班克與麥可威廉斯著，「一般飲料中的咖啡鹹」，美國營養學會期刊，74（1979）：30。

「咖啡鹹：少用之方」，（

消費者報導，1981年10月，第597-99頁）。

戴爾、李貴帝、薛克勒等，「咖啡消費與二十年的死亡率——芝加哥西方電氣公司研究報告」，華盛頓特區，第十屆世界心臟學大會，1986年，第22頁。

高勒德，咖啡鹹手冊，紐約出版，1984。哈佛醫學院保健信息，1982年6月。

拉夸與米德等，「咖啡消費和冠狀動脈心臟病」新英格蘭醫學期刊315（1986）。

馬帝亞斯，「咖啡，血漿膽固醇，以及脂蛋白：成人團體中的人口調查研究」，美國流行病學期刊（1985）：8965。

普利尼思，「咖啡，茶，和心房陣發性心跳症」，慢性疾病期刊33（1980）：67-132。

史塔登，「黃色色素：咖啡可樂，可可，和茶」，楊百翰大學研究報告，20（1980）：371-88。

教導子女祈禱

對於學會每日認真、謙卑、不斷祈禱的家庭，其所得的祝福是無法估計的。

幾乎每個小孩都會問：「為什麼天父要我們向他禱告？」只要父母能以身作則，經常祈禱，培養虔敬和感恩的心，子女就有模範可循，知道這樣做會懂得感恩，得到祝福、安慰、指引、信心和愛。

靈性始乎祈禱。我們奉行誠命的程度，多少會影響我們與天父定期誠摯溝通的方式。對於知道每日要認真、謙卑、不斷祈禱的家庭，其所得的祝福是無法估計的。

興格萊戈登會長說：「去除家中不快氣氛的不二法門就是一起祈禱，在主前共同傾訴軟弱之處，求主祝福家中所有的人。」（「進步時代」，1963年6月，第531頁）。

向子女說明禱告的意義時，必須講述幾方面：（1）表示感恩，（2）懇求團結與愛，（3）祈求在需要時給予援助，以及（4）祈求力量，以抗拒誘惑。

感恩。藉著祈禱，我們可以向天父表示感激，感謝祂的恩慈與祝福。當我們能為彼此，為家，為相處的特別時光向神表示感激時，子女就能體會到我們的感恩，也會知道如何感恩。我們也可以感謝天父

當我們能為彼此，為家庭，為相處的特別時光向神表示感激時，子女就能體會到我們的感恩，也會知道如何感恩。

復興了福音，創造了美麗的大自然，眷顧我們的旅程，以及給予家庭特別的祝福。

團結。經常祈禱的家庭，會得到一項偉大祝福，那就是加增的家庭力量。為自己和子女虔敬地求主時，會培養出一股愛心。全家人一起祈禱，可使我們在現實和靈性上團結一致，度過難關。

有位不善和家人表達關愛的父親，就透過祈禱說出了自己的感受。他的女兒起初以為父親對她漠不關心，但聽父親禱告後，

卻大受感動。她父親這樣祈禱：「求神祝福我可愛的女兒行義。」另有一位內向的青年認為自己軟弱害怕，卻聽到父母在禱告中，感激神賜給他們一個「仁慈、溫柔的兒子」，頓時信心大增。（見旌旗，1976年1月，第37頁）。另一方面，我們作父母的也很高興，能從全智、全愛的天父那裡得到指示和理解力。透過祈禱，我們可以進一步了解子女及他們的個別需要。我們可以從禱告中得到啟發，協助我們教導子女、訓練子女。

禱告能使家人團結一致，並與上天的力量和影響力連結一起。它也可以讓我們與已婚的子女或出外傳教、求學的子女維持密切的關係。我們為親戚祈禱時，也可以感受到與他們非常接近。

求助。我們有特殊需要或有某項問題需要解決時，禱告也可以成為安慰的源泉。誠如使徒雅各所寫：「互相代求，使你們可以得醫治。義人祈禱所發的力量，是大有功效的。」（雅各書5:16）。我們在選擇職業，或做大採購，或想知道如何協助鄰人或光大召喚，或想知道如何作好家庭歷史、聖殿事工，都可以求問神，以獲得靈感。

麥康基布司長老解釋說，由於我們有各種不同的需要，因此做禱告的懇切程度也有不同。他提到客西馬尼園的救主，說：「『耶穌極其傷痛，禱告更加懇切。汗出如大血點，滴在地上』（路加福音22:44）。」

麥康基長老又說：「這裡有一點值得多加注意，那就是神的兒子『禱告更加懇切』！祂一生事事做得完美……教導我們，教導祂的眾弟兄說，所有的禱告並不完全一致。較迫切的需要，就得更懇切，更有信心地來祈求，因為聖徒的禱告對坐在寶座上的那位有如馨香。」（1976年8月，聖徒之聲。）

抗拒。透過祈禱，我們就有力量抗拒撒但的勢力和誘惑。只要能



懇切的祈求，求取分辨善惡的能力，我們的家便可成為平安與愛心之所、抗拒撒但的堡壘。我們亦可獲得屬靈的力量來克服誘惑。

何時祈禱？

神吩咐我們要在私下，在家中，以及在公眾場合祈禱。主在登山寶訓裡指示了祂的門徒祈禱的方法，即不但要在暗中作禱告，而且目的要純正（見馬太福音6:5-15）。

我們天天能私下與主交談，即可獲得必要的力量和智慧來履行父母之職。反過來說，子女一旦得有我們與之分享的一些屬靈經驗，他們也會了解到每日祈禱的價值。

教會領袖忠告我們，每日要有兩次家庭祈禱，早晚各一，由一家之主指定祈禱的人。在特殊情況下，不妨讓每一位家人輪流祈禱。

甘賓塞會長說：「當我們全家跪下來禱告，孩子們就跪在我們身邊，學習這項一輩子都會跟著他們的習慣。如果我們不花時間禱告，就等於跟孩子說，『反正那並不重要，所以不必管它……』。禱告除非有計畫，否則總會覺得不自在。在另一方面，若能在家中養成這樣的習慣，那麼當孩子結了婚，父母前去探望時，就會發現他們已學到父母的榜樣，能自然而地跪下禱告。這是件多令人高興的事啊！」（「寬恕的奇蹟」，第253頁，英文本）。

禱告前後的態度十分重要。如

果我們把禱告當成只是日常活動中的例行公事，因而採取「速戰速決」的態度，那麼禱告對我們的意義也就會大大打了折扣。因為沒有準備就與主交談，只會流於形式，變得枯燥無味，也起不了作用。同樣的，迅速作完禱告，不加深思，立即起身，也會使禱告大失其效力及意義。

有個家庭在禱告前都會有段緩衝時間，以便在禱告時，能有平靜的感受，覺得很有意義。「我們叫家人來祈禱時，不免會打斷他們正在進行的事，那時每個人的心思都還停留在自己的事上，因此我們有必要花幾分鐘來準備禱告。[我們]不妨對[子女]說，『讓我們用幾分鐘時間想一下，我們是在對誰禱告，為何禱告。讓我們靜靜想一下我們要感謝什麼事……』」

「我們常會問禱告圈裡的每一個人，是否有什麼特別需要或祝福，希望在禱告中提起的。」

「辛茜亞可能會祈求在準備學校考試時，頭腦能清晰靈活；瑪麗亞可能會祈求晚上的鋼琴演奏能順利；斯提反可能希望自己能順利通過童子軍勳章測驗……珊朵拉可能需要一些指引來準備婦女會課程……這段詢問的過程讓我們能留意到每一個人的需要，因而能明確的禱告。」（「教導子女禱告」，1976年1月，旌旗）

有時，家庭的禱告時間也有助於培養共處的氣氛，這種氣氛在其

他場合是很難得見到的。本克安寫道：「每次我們要與十來歲的兒子討論問題時，他總是不自在，悶悶不樂。我們才發覺有必要在他最能接受的時候，與他討論，而這時間通常是在晨禱的時候。這時家裡甚為安靜，我們也都很謙卑、真誠，而且在禱告討論事情，氣氛也較為平和。」（1976年1月，旌旗，第37頁）

如何祈禱？

教導兒童禱告最重要的方式莫過於以身作則。他們聽見我們禱告，也就能學會禱告。除了家庭禱告以外，在不同時候，我們也可以與每個小孩個別禱告。

年幼的小孩可以逐句覆誦年紀較大的家人所作的禱告。只要我們能明確地祈求對他們有意義的事，避免講空話，他們就不會覺得禱告很公式化。

兒童會的兒童學習禱告有四個步驟：

「我們在天上的天父……」
「我們感謝您……」
「我們祈求您……」
「奉耶穌基督的名，阿們。」

這幾句基本的句子可以幫助小孩記住禱告的要素，了解對神講話時，應用的適當語彙。

有位母親與她的小孩有過一次這樣難忘的經驗，她說：「有天晚上，我在聽兩歲半的女兒禱告。她祈求天父祝福她的毛毯，小貓，樹

木，以及當時她周遭的東西。我心裡想主怎會聽這種微不足道的禱告呢？心裡正這麼想著，突然靈給了我十分強烈的見證，讓我知道天父十分留意我女兒及其禱告，而且祂愛她，認識她。這種感受在她禱告時一直佔據我心裡，因此我對禱告，對我那需要我教養的女兒更為重視了。」

除了教導兒童如何祈禱之外，也需要教導他們如何認明禱告的回答。我們可以告訴他們，我們是如何得到禱告的回答，並且要引用經文中的例子，說明回答可能來自印象，感覺，溫暖或平安的感受，或

低沈微小的聲音，也可能是在讀經時得到回答。

當我們以身作則，讓子女明白禱告的正確態度時，也應該更樂於在禱告中受教。根據巴塞亞瑟之言，我們必須封閉「世俗的聲音，混亂，和擔憂」，以便「休息，……知道[祂]是神」（詩篇46：10）。我們一旦能養成這種寧靜感，就必須全心全意禱告，把注意力集在「更為深入的靈魂的深處……。」

「深切的私下禱告絕不是沈沈入睡前三分鐘的休止符。相反地，我們必須邀請主進入到我們的思維中來，在祂指引下，對我們的生活

方式，進行最為深入的檢討。在這種全神灌注的階段，新的思維會滲入到我們的心裡。」（1976年1月旌旗，第32-33頁）。

子女一但對禱告的要素，以及禱告在靈性成長中所佔的重要角色，有所認識後，我們就需要不斷地共同研習此一奇妙恩賜，並且如同我們靠服從，使自己的生活成為完善一般，我們也可使自己的禱告成為完善，共同祈求，促使祂的「旨意行在地上，如同行在天上」（馬太 6:10）。■

麥康基布司長老說，我們有各種不同的需要，所以禱告也有不同。這點從救主在客西馬尼園所作的禱告就可以看出。



祖母的回憶錄

艾瑞森道格

我 我還在求學時，祖母從樓梯上摔下來，傷勢嚴重，心臟停了三次，每次都需要送醫急救。她斷了幾根胸骨，一個臀骨，下顎也移了位置，最糟的是，她幾乎完全失明。

幾個星期後，祖父因心臟病突發去逝了。祖母很難過，心想為何她大難不死，偏又碰到這種不幸呢？她想念祖父，渴望和他重聚。還好，她有個很好的家庭教導教師，幫她穩定情緒，照顧她。

隨著時光逝去，祖母開始覺得她從樓梯上摔下來或許是有原因的，因此她決心找出原因所在，結果她領悟到，人一旦死去，他能留給別人紀念的事物也就不多。她的許多孫子女，還有曾孫子女，包括我在內，對她及祖父並不很熟悉。她要我們認識家族的承傳，但是她和祖父都沒有寫日記的習慣，因此她決定撰寫自己五十年婚姻的回憶錄，也撰述在教會服務的經過。

有了這個新目標後，她又再度充滿希望，不過唯一難題就是如何去作，因為她雙目幾乎都看不見，也不會打字。她試著用錄音機來錄回憶，但記憶力已減退，有些事也說的不準確。

就在這時候，祖母打電話給我

，要我幫她寫回憶錄。在此之前，我和祖父母並不很親近，所以我不願意幫她做這件繁重的工作。再者，我也沒有盤纏到她那裡去協助她。

不過，我想主必定是要我去協助她，因為我學校畢業後，便在祖母住家附近找到了工作，也找到了住的地方。雖然我並不想幫她撰寫生平歷史，但是有感於家人的義務，我覺得還是該給她一點時間。

有一天，我去找她，看看到底該做那些事。她有一大箱照片、錄音帶、信件、剪報，還有各種證件。要將這些整理出來，得費上好幾個月，甚至是好幾年的工夫！

但是主聽見了她的禱告，因為我才上班不到一星期，背部就受傷，有一段時間無法工作，所以便決定利用療傷的空檔幫她寫她的歷史。

我不久便發現編纂歷史資料最快的方法，就是我發問，然後把祖母的回答錄下來。雖說撰寫歷史的工作進行得不錯，我的背並沒有很快好轉，錢也快用完了。我打算回去上班，撰寫歷史的事只好停頓下來。

就在這時，我祖母的家庭教導教師，密納約翰，告訴我有天晚上

祖母差點去世。她病得很嚴重，因此打電話給他——並不是要他給她一個祝福，而是要他為她祈禱。他照著做了。

那天晚上，約翰夢見我祖父說要把祖母接去。約翰求他說，「不能把她接走，她還沒把書寫完呢！」隔天約翰去看祖母，她平安無事。

約翰講述他的夢時，我心軟了，我發覺到完成祖母的歷史是那麼重要。雖然過程不很輕鬆，但是我仍決定在我的錢還夠用的情況下，盡量找時間多陪陪她。

我的關注也引起其他家人的注意。他們提供我食物和房租，協助我寫祖母的歷史。我從家人寄來的某件衣服的口袋裡，還找到我以前遺留的一些錢。主在我和祖母共同撰述歷史時，祝福我們。

我在撰寫祖母的歷史時，開始對祖父母有了更多的了解。我得知他們加入教會時，遭到迫害；我也知道祖母在婚後才發現必須動手術才能受孕。我發覺以來加將我的心轉向我的祖先，我對祖父母的愛和敬意也大為增加。

經過幾個月不停的工作，我將前幾章寫好的歷史拿給祖母看，她歡喜極了！

幾個星期後，祖母與世長辭了

。祖母去世後，我寫完了她的歷史，並且讓每個家人都能分享。我很感激經由這本歷史紀錄，我們家的後代子孫能和我一樣，愛我的祖父母，認識我的祖父母。■

艾瑞森道格，自由劇作家，是加州格蘭戴爾支聯會，格蘭戴爾第四支會的教友。



認識盲者

松登勞莉

所有的盲人一心想獲得的，莫過於人們接納他們為有獨特人格、才華和能力的人。

知 道支聯會要排演一齣歌劇，我好想參加。我以前演過許多舞台劇，但是自從三年前雙目失明，就忽略了這方面的愛好。我很擔心導演不要用失明的演員，也很懷疑自己能否做好複雜的舞台動作。但是這一回我的渴望勝過了恐懼，所以我參加了這齣戲某個角色的試鏡。

試鏡進行順利，但是即使是一向支持我的丈夫也警告我不要期望過高。結果我竟出乎意料的爭得了我要的角色，而且有位導演甚至沒發覺我失明。我想如果我向恐懼屈服，不去嘗試，一定就這樣失去了我一生中最愉快的一次經驗。

不幸的是，有些與我談過話的人以為失明就是世界末日，他們說寧願忍受任何痛苦也不願失明。

但失明並不意謂生命的終了。失明的人畢竟只

嘉納朗恩是他所屬支會裡的男青年第一副會長，也是教師定額組顧問，並兼童軍領袖。他在前往定額組會議的途中，和年青人聊到他們最近參加的釣魚與划船活動。

龍西納羅金攝





是視覺不好的人罷了。

失明

有些人因先天缺陷或出生時發生意外，從小就失明。有些人是後來遭到意外或因為得到類似糖尿病的疾病而失明。失去視覺可能是突然來的，也可能是逐漸造成的，而且任何年齡的人都可能得到。六十五歲以上的人因為各種因素而產生視覺障礙是很尋常的事。失明並不一定指完全盲目。法律所定的失明至少還是有一些視力存在的。這種人有些可以看到物體概略的輪廓，但看不到任何細小的地方；有些人的視力則足夠閱讀粗體字。視野狹窄症是指人只可以看到正前方的物體；其他的失明症狀是，只可看到側面。許多人患夜盲症，但也有人因眩目的陽光而看不到任何物體。

出生下來就看得到的人，是很難適應失明情況的。不過，和適應任何變化一樣，個人的態度，以及得自他人的支持，是可以使人較容易適應環境的。

我剛失明時，不知道自己是否能再照顧外子、年幼的子女，和我自己。有一段時期，我在情緒上和精神上很低潮，不過我後來終於領悟到只要努力不懈，多練習，多用些心思，變通辦法，我還是可以做許多事情的。

要年長剛失明的人適應失明尤其困難。有位82歲失明的老婦人每天懷舊渡日，希望自己能早日死去，因為她再也無法閱讀，縫紉，或做她以前喜歡做的事。知道這件事，真是難過。另外有一老婦人告訴朋友說，她若無法再領受聖餐，就不再上教會。

儘管這種感受是個人在適應失明的早期階段常有的事，這些姊妹還是需要家人朋友的鼓勵，讓他們明白生命仍富有意義，而且所謂因為有障礙無法參與教會活動，都只是自己的想像而已。

對失明的人而言，關心他且支持他的朋友可以提供他不少外在和內在的力量，作朋友的應不斷這樣給與幫助。視力有障礙的人，其需要將隨他或她學習如何適應，獨立自主的情況而有所改變，但視力正常的教友應隨時注意盲人的需要。所有的盲人

一心想獲得的，莫過於人們接納他們為有獨特人格、才華和能力的人。

待之以正確的態度

失明的人最大的挑戰大概要算是被視力正常的人誤解。兩項最不利的看法是，覺得盲人是(1)會做出奇事的「超人」或「女超人」，或是(2)連最簡單的事都做不到的可憐蟲。因此，如果能以對待正常人的心來對待失明的人，就算是幫了他們大忙了。

亞利桑納州鳳凰城的嘉納布司，是一位失明的律師，他述及的一項經驗正是上述兩種看法的好例子。布司遷到他的支會時，遇到一位天生失明的十幾歲男孩。這男孩又聰慧又友善，可是支會裡的人卻把他當成可憐無助的人一般對待，到處牽著他走。布司說：「支會的人看到我那麼獨立，就覺得很稀奇。」

「我被召喚做這男孩的家庭教導教師後，便立即買了一根手杖給他。某個星期六早晨，我們一同步行到教堂去，路程雖短，卻是他從未做過的事。之後，我們走遍整個教堂，讓他熟悉各走廊，各房間。走過兩次以後，他自己就可以在教堂各處走動。唯一的問題是有些人很難改變對他的態度。這男孩如今是全部時間傳教士，他還打算返鄉後上大學呢。」

在沒有視力或有限視力的情形下，學習如何做事情是需要時間和努力的，有時甚至需要訓練。但是有視力障礙的人並不需要別人特別的誇耀或過度的同情。

楊百翰大學教育心理系的柯然德博士說：「看待盲人的態度很難改變，有些人看到我能繫鞋帶，都訝異不已！」

猶他本尼城的泰勒潘也有同感。她和丈夫米爾

畢比溫蒂聽了一位熱心的童軍領袖的建議，想到方法來幫助她的兒子雅各贏得童子軍德育徽章。這對母子都天生失明。



BOY SCOUTS OF AMERICA



特兩人視覺都有障礙，育有七個子女，包括兩歲的雙胞胎。她表示：「小孩子鬧事就會讓人覺得很難過，就拿這件管教子女的事來說，人們就會認為這是因為我失明的關係，而不認為為人父母的都會遇到類似的管教問題。」

擔任教會事工

視覺有障礙的教友幾乎都能擔任教會的各項召喚。即使先知和使徒都有視覺障礙的問題，也都能有效且成功地服侍主——從以撒、雅各（此二人到晚年時「眼睛昏花」）到斯密喬治亞伯會長和伊文李查長老（兩人各有一眼全盲），可見一斑。有人說，羅慕義墨林會長曾打趣地提及甘賓塞會長、譚以東會長，及他自己（當初的總會會長團）視力不佳的情形，有如「三隻瞎老鼠」！

柯然德博士指出一項很明顯但常被人忽略的道理，即「並非人人皆可成為偉大的教師和領袖，但失明絕對不是其中的因素。人人——包括每個失明的人——都得到恩賜，但只有少數人得到所有的恩賜。所以讓失明的人發展他的才華或能力吧。」

由於他人態度的關係，太多失明的教友覺得自己很少有服務的機會。來自英國挪利其，現住在佛羅里達州荷姆斯達區的達德克蕾姊妹說：「在某些支會中——幸好不是目前的支會——我因為失明，所以一直沒有教會召喚。這些教會召喚都是我輕易就能做到的！有一回，主教得到靈感想召喚我當女青年代表，卻屢次抗拒這種提示，因為他想，「天父啊，她是辦不到的！」但是由於他接二連三得到這個提示，最後終於召喚我。其實我本來就辦得到！」

其他的挑戰

不論個人如何適應失明的處境，仍然會遇到許多挑戰。

閱讀。無法閱讀字體可以說是每個盲人最大的問題。閱讀函件和付帳單這些不算完全辦不到的事，做起來也十分困難；要對時事或潮流耳熟能詳也是不容易的事；協助小孩作功課對父母和子女而言，更是令人洩氣的事。

現代科技發展迅速，像幫助盲人更易於「閱讀」和書寫的錄音機和電腦，都勝過當年布雷爾發明的點字。我自從失明以後，學會了使用有聲設備的電腦，使我能繼續做我失明前所從事的寫作和編輯。然而，錄音機和電腦也只能提供部分的援助，因為儀器限制了盲人閱讀的速度，所以能閱讀的資料也就有限。

心地善良的教友可以如何協助呢盲人？鹽湖城的布朗黛安說：「有人要我代課時，最好能將課程的內容用錄音帶錄起來。因為要我在上課時，臨時找人來唸有時是很不容易的。」

洛杉磯加州大學醫學院，眼科教授兼斯坦朱爾斯眼科中心副總裁的柏提多馬博士說：「擔任主教時，我經常找人組隊，為視力有障礙的人做錄音帶，當成是一項服務。這成效很好，因為我負責的地區裡的人對戲劇很感興趣，因此很樂意做錄音的工作！」

據愛德荷州糖城的梅唐米說，閱讀的另一難題是，「教師在黑板寫字或出示海報時，沒將內容唸出來。」

我很感激某位婦女會教師所表現的機警和週到。她送了我一個錄音帶，其中錄下了她印給其他姊妹的信息。她上課時，還特別用心地描述她所用的視聽教材。

交通。需仰賴他人接送，而失去獨立自主的機會，這對盲人也是十分洩氣的事。在這方面，體貼的教友是可以效勞的。柯然德博士說：「我的家庭教導同伴都很樂意開車接送我，儘管我所住的支會範圍很大。」鹽湖城一位守寡的姊妹馬克絲菲爾說，支會教友接送她出席每月聖殿活動，以及每週的教會聚會。

她又說，教友常打電話問說她，是否需要人接送去參加家政聚會，或者問她的子女是否要搭便車。大家都很熱心，表示願意效勞，因此如果沒有人

失明並沒有阻礙白琳達發揮及分享音樂才能的機會。她一直擔任好幾個支會的司琴，最近還參加摩門大會堂唱詩班的獻唱。



打電話來問，我也比較會打電話請他們幫忙。

其他活動。猶他州西谷市的拜比文蒂和兒子雅各都是先天失明的人。他們發現某位樂意幫忙的領袖使他們的問題改觀了。這位母親表示：「雅各過去參加童軍活動總是困難重重。但他目前的開路隊的童軍領袖實在難得！她特地抽空協助他學會打繩結，印大字報給他看，她寄給我的資料字體都夠黑，我可以看得很清楚。她也幫我設法協助雅各贏得獎章，這不但可使雅各有公平競爭的機會，也不會讓其他的男孩認為他不必費勁就能得獎。」

社交。雖然盲人在教會的聚會裡受到善待，有些盲人卻覺得很少有人邀請他們參加社交活動。失明以後，要主動去結識人，是很難辦到的。我在聚會結束後，常常無法隨心所欲想坐在誰身邊就坐在誰身邊，或在人群中找人。支會裡來了什麼面孔，我也看不出來。我所能做的，就是坐在那裡，等人主動過來坐在我身旁。

自在

或許有人害怕會做錯事或說錯話，得罪盲人。不過，由於我常拿自己的失明來開玩笑，因此辨別他人是否能泰然處之的一個方法就是，看他們是否也能跟我打趣。我要人待我如同對待其他朋友一樣自然。

支會有個教友某天看到一部車子駛過，以為是我駕車，所以招了招手。不久之後，她想到：「我真傻，她是看不到我向她揮手的。」她根本沒想到我不能開車。她告訴我：「事後，我想到這件事，覺得自己為什麼那麼傻。不過，我總是忘了你是個失明的人。」這或許是人們給我的最大的恭維——待我如待他人一樣。「我忘了你是個失明的人」——這是我聽過最動聽的話了。■

松登勞莉失明已有8年之久。她和丈夫考德育有四個子女，其中兩名子女是她失明以後才領養的。

你該怎麼辦？

1. 和失明者交往，了解他們的需要；不要只在一旁猜測他們能做什麼，不能做什麼。在你自作主張，為盲人服務之前，要先問清楚。他們說不需要幫忙，就該相信他們。

2. 給他們機會服務。如果無法確定他們能否辦得到，就先問清楚。不要猜測失明者的潛能或極限。

3. 打招呼時，要報上姓名。不要玩「猜猜我是誰」這種遊戲；往往他們都認得出你的聲音，不過你若報姓名，他們會很感激的。

4. 若他們想和你同行，就讓他們攬著你的手臂走。不要抓著他們的手臂，拉他們同行。若他們用手杖，就問：「有什麼地方我可以效勞的？」不要自作主張，以為他們需要你幫忙。幫他們找位子坐時，要先將他們的手放在椅背上，不要一股腦將他

們往椅子上塞。切記：他們可能不如你想像的那樣需要你幫忙。

5. 告訴他們，你很樂意讀文章給他們聽，或替他們錄讀物（如果該讀物尚未錄成帶子）。讀的時候，要按需要唸出引文的開始和結束。

6. 授課時，讀出視聽教材上或黑板上寫的文字。

7. 直接和他們交談，不要透過旁人發言。失明並不影響他們的智力。講話的聲音要保持正常，不要大吼大叫；大多數的盲人並沒有耳聾。

8. 不要以為他們其他的感官如聽力等，也都和別人不同。他們確實在學著充份利用其他的感官，但絕是所謂的互補。

9. 認識他們！做他們的朋友。這樣你們雙方的生活就會更充實。■

我竟然 哼起歌來

墨菲貝蒂

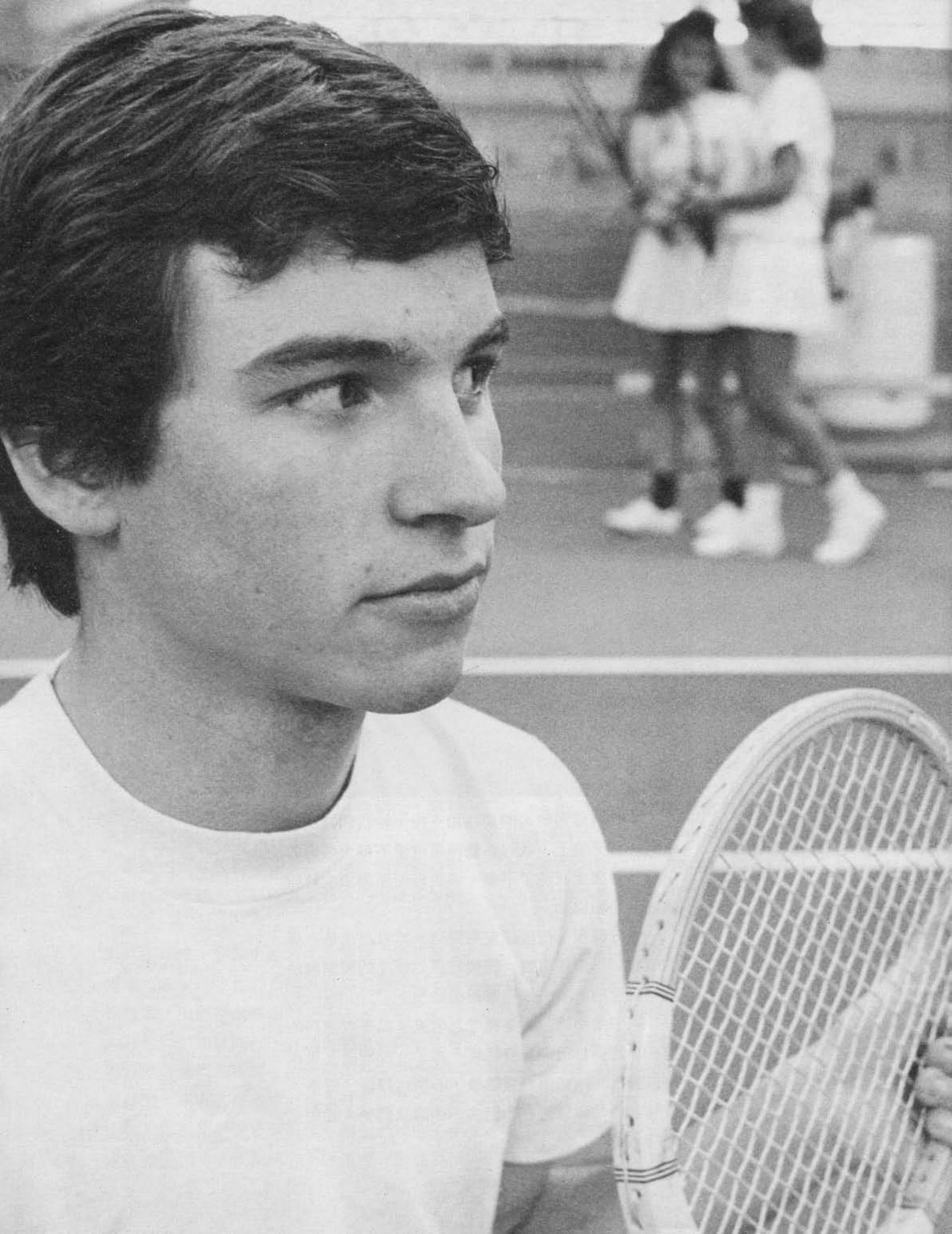


戴蒙兒瑞攝

主經常透過他人的愛心和支持，給我們特別的祝福。有天晚上，我忽然覺得再也受不每天煩雜的工作了，因此我跪了下來，淚流滿面地懇求主給與我理解力和協助。

幾分鐘後，一位好友來電話。她自己也是一身的難題，心情很沮喪。雖然我們對彼此的難題無法給予滿意的解答，卻也聊得很愉快。

過了半小時，我竟然哼起歌來。出乎我意料的是，我覺得自己的重擔已經不再了。我的朋友事後也告訴我，她在通過電話後，心情也輕鬆了許多。雖然我們的難題還在，但主卻讓我們倆人能相互扶持。■



控制不潔的思想

有時候我看到漂亮的女孩，就會想入非非；我是否道德有毛病，亦或這是種正常的現象？

一般福音問題解答，僅供參考，非本教會之正式聲明

我們的回答

想 入非非並不表是道德有問題。思維是強有力的，因此人有時很難控制自如。不受歡迎的念頭有時還會強佔在你的思維之中。起初有些無害的念頭，如注意某人的美貌等，一旦在你心中落腳，超過了應有的界限，就會難以控制。

解決之道是，當非份之想進入心中的那一剎那，即刻加以克制。起初可能很難做到，但還是可以辦到的。

十二使徒定額組潘培道長老就曾談到這種掙扎，他把人心比作舞台，思

維比成舞台上的演員。

「你有沒有注意到，你雖然不是故意的，歪念頭還是會潛進來……佔據你的心思？這種雜念常試著潛入人心中的舞台。」

「若你允許它們橫行無阻，……只因你不表示反對，它們就會霸佔你……直到你無法招架為止……」

「……它們勢必會吸引你的興趣，甚而說服你這是無傷大雅的，說這只是思潮而已。」

「遇到這種情況，整個心思受不潔淨的思想左右時，你該怎麼辦呢？…

…」

選擇……一首你喜愛的聖詩，……例如『我是神的孩子』，會有所幫助的……。」

「將心思轉到這首聖詩上來。只要這些陰險的演員偷偷從你思潮邊緣鑽進你心靈的舞台，就唱這首聖詩。」

「音樂一響起，歌詞進了你的思維，那些不潔的思想就會很不好意思地退去。聖詩會令你心靈的舞台完全改觀。因為它鼓舞人心而且是潔淨的，所以鄙俗的念頭會隨即消失」（1974年，旌旗，第28頁）。

潘培道長老所建議的莫非讓你能控制思想，並導之入正途，因此，如果你不想讓那些雜念潛進來，就必須避免看內容粗劣的電視節目、電影、錄影

帶、書籍、雜誌、音樂等；觀賞可以讓你接近天父的事物。當然，讀經文和祈禱可加增你抗拒的力量。

我們都知道想像力的無遠弗界。救主便警告過：「凡看見婦女就動淫念的，這人心裡已經與他犯姦淫了」（馬太福音 5：28）。

主為什麼言詞如此嚴厲呢？因為祂明白，思想乃行為之母。如果我們能控制自己的思想，就能夠控制自己的行為。某位傳道部會長有一回告訴他的長老們，「她真漂亮」這種念頭並沒有什麼不對，但千萬不要想入非非。

何以對人外在的觀感就沒有那麼多的限制呢？因為那只是天父計畫中的一部分。世人要我們把人當作滿足慾望的東西，但

青年人的看法：

是以肉慾關係來做為人與人交往的基礎是很膚淺的，那也只不過是滿足人的一種需要而已。

可是，主有一「最妙的道。」祂要我們與一體貼的妻子或丈夫結合；這是溫暖、關切而完整的關係。主賜與我們愛與相互吸引的感覺，作為永恆家庭的中心力量。你該做的是，把這種感受用在正確的地方，明白這種感受只是成長和學習的一個過程，只是準備人締結聖殿婚姻，有一天能領著家人過高榮生活的過程而已。

如果你了解思想能決定未來，就能明白主為何說我們要善於控制自己的思想。所謂「以美德裝飾你的思想；然後你的信賴在神的面前自必增強」（教約121:45），就是這個道理。

想入非非是很自然的事，但這並不意謂著非份之想無傷大雅。

要控制這種思潮很不容易，但不妨唱首聖詩，朗誦經文，或想想基督。假如這種念頭揮不去，就得祈求天父賜與力量加以克服。掃除所有助長想入非非的音樂、書籍、海報、衣服或活動也有幫助。

要有耐心，因為心能貯藏所有雜七雜八的事物，所以要除淨不容易。



洛克拉尼，16歲
印尼，雅加達

為漂亮的女孩所吸引是十分自然的，也是神所設計的。不過，因為撒但了解這點，就偷偷的把壞念頭植入你的心裡，因此，你必須常常注意自己的思想，一旦發覺有不好的

念頭，就將之排除掉。其次要祈求神，協助你保持心靈潔淨，也要每日讀經。除了定期讀經文以外，我想沒有其他更好的辦法能幫助你擁有健全的思想了。



派利希耶銳特，17歲
猶他州，香柏城

我認為想入非非並不代表道德上有瑕疵，那是很自然的現象。不過有很多事情也是很自然的，例如邋遢、怠惰或鬥嘴等。這些都是人必須去克服的。

如果人到世上就是做這些出自本能的事，那人生還有什麼目的可言？我們來到世上就是要成長，要克服弱點。

一有非份之想，就趕緊想想良好的事物。不妨

背記一段金玉良言或好歌，或一節經文。告訴天父你有什麼困難，請祂協助你。有信心就能克服困難。

理德吉爾，17歲
亞利桑那州，鳳凰城

對青年人而言，注意異性及其外表，是很自然的現象。其實，不想看漂亮的女孩子是不太可能的。不過，我們絕不要沈溺非份之想。那是不對的。

班傑明王說：「如果你們不留心你們自己，你們的思想……你們一定要滅亡」（摩賽亞書4:30）。阿爾瑪告訴我們：「我們的思想也必定我們的罪」（阿爾瑪書12:14）。

不要沉溺在不潔的思想中。我當然也希望其他的青年不要對我未來的妻子想入非非。切記，主知道人所有的念頭。我們應當尊重所有的女性。不要忘了冒生命危險將你帶到世上來的，就是一位年輕

的女性啊！

爲自己的疑難祈禱，
然後將弱點交給主，祂就會
把你的軟弱轉變成力量
！



卡令馬太，18歲
加州，維司他

不巧的是，你的感受是個自然的現象。幾乎所有十幾歲的人對異性都會有想入非非的時候。今天，世上有許多人認爲這種念頭並沒有什麼不對，其實不然。這種念頭會導致人做出醜事，一輩子背負不良的紀錄。你該採取的行動是，一有不良念頭，就立刻想想其他的事，想想美麗的山坡開滿了可愛的花朵，或一首喜愛的聖詩。如果揮不去這種不好的念頭，不妨找主教談談，請他幫助你。當然，最後也是最重要的步驟就是

求天父幫忙。

貝克德玲達理，15歲
華盛頓州，塔克瑪

有這種念頭是很自然的，在道德上並沒有瑕疪，但是沈溺其中就不好。天父說，我們必須學會控制自己的思想、言行和身體。我知道，說比做容易，但是這件事一定得做到。先試著看人良善的一面，就比較不會注意到不好的方面。盡量想像對方在天上、教會、聖殿或任何美好的地點的樣子，如此就能逐漸控制自己的思想。



鐘斯拿俄米，15歲
艾達荷州，里格比

這不是道德上有毛病。這種念頭和感受是很自然的，但要緊的是，不要沈溺在這種非份的思想中。

我現在在傳教，但是控制思維卻是我最大的挑戰，尤其在夏天，好像所有的人都光著上半身跑來跑去。

傳道部會長勸我們要趁早用「好思想」來取代「壞思想」。想想聖詩，想想經文等等，這樣心中的念頭就會轉好。而且要常常祈禱，求天父幫助。

只要花時間練習，就不會覺得難以做到。下回你看到一個「漂亮」的女孩時，心裡要想著美好潔淨的事。不要忘了她的父親是誰。她是神的女兒啊！

布爾格蘭長老，20歲
印第安納州，印第安納波里傳道部

對於這個問題，我想從不同的角度來談。我在教會中長大的，教友們都告訴我這樣的念頭是正常、自然的。有很長一段時期，我罕有這種念頭，所以以爲自己也有毛病，也懷疑自己道德有問題。但是有一件事很重要，那

就是要切記，撒但總是處心積慮要我們杞人憂天。現在，我已明白對異性產生興趣和渴望是正常的，也是神的意思；只是這樣的興趣和渴望是隨著不同的人、不同的年齡而有不同強烈的程度，至於道德上健全與否，就得看我們如何來處理這種思想和感覺了。



拉森馬克，21歲
猶他州，崔柏

俗話說，「人不可貌相」。往往我們看異性時，只見外表，就認定他們是「一表人材」或「傾國傾城」。可是主賜給我們不同的外表和也賜給我們不同的內在，因此，當我們在街上看到陌生人時，一定要記住這點。

沙得勒麥克長老，23歲
加拿大，溫尼配格傳道部■



HAPPENINGS
MILK
BREAD
FLOUR

MILK
BREAD
FLOUR

BREAD
FLOUR

COFFEE
TEA

MILK
BREAD
FLOUR

MILK
BREAD
FLOUR

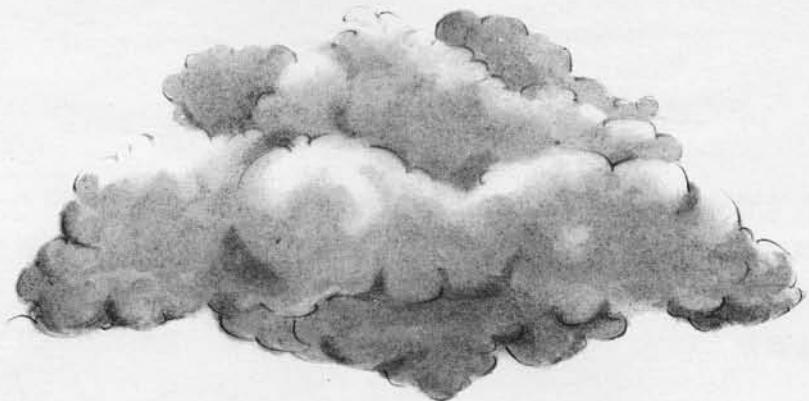
RECORDS



MILK
BREAD
FLOUR

RECORDS

掃除陰霾



費約翰

九歲時，我做了一件壞事。我到書店偷了一本漫畫書，店主並沒有發現我偷竊，但回家後，父母知道我根本沒錢買漫畫書，就起了疑心。家母一得知事情的真象，立刻帶著我到店裡去，向店主認錯。店主要我自己決定該如何賠償，以及該怎樣改過不再行竊。

書店地板是硬木做的，店主每天傍晚都會在地板上洒鋸屑，好把白天堆積下來的灰塵和污垢一同掃盡。他把這項工作派給了我，而我心想只要打掃幾天，他就會放過我。於是每天下了課我到店裡去，店主就會點頭向我示意到後面拿掃帚和鋸屑掃地，這樣掃著掃著，不知不覺竟過了好幾個星期。有天晚上他終於告訴我不必再掃了。

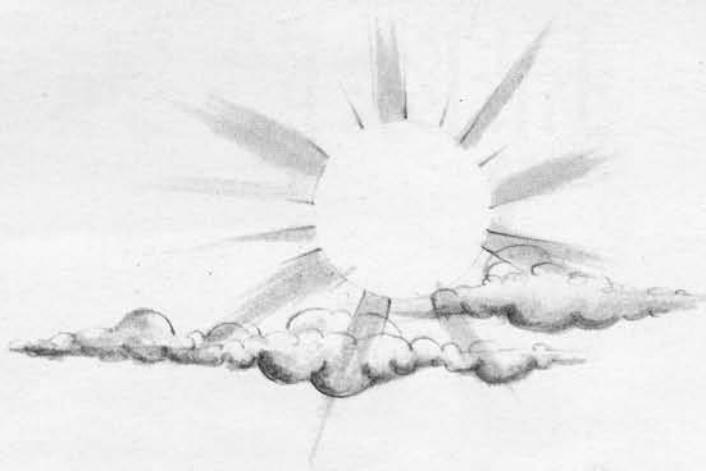
我講這件事，並不是要重提以往的過錯，而是要告訴你們，我還清楚記得掃地板的經過，以及我犯錯後必須付出的代價。我還記得偷漫畫書這件事，但是那種罪惡感、苦惱、不快和悲傷卻早已逝去

，因為有人幫助我悔改。我記得掃地板的漫長時光，讓我領悟到偷竊的代價，也警惕我永遠不要再犯。

好幾年後，我結了婚，蒙召喚當主日學教師。由於班級人數眾多，學生又都是十五歲青少年，個個熱心，精力充沛，每週我都得做好準備，才能應付他們。

某個星期天，下課後~~巾~~個青年等班員都走光後，跑來問我可否和他私下談談。他把他所犯的一件過錯一五一十的告訴我，然後哭了起來。我看得出來他心裡非常懊悔。

我鼓勵他去見主教，那主教剛好是他叔叔。後來我與他一起赴約，在外頭等候。當然，從那時起，所有的事情都由他自己決定，但是我幾乎立刻可以看出他臉上憂鬱和悲傷的神情已一掃而空。不久，他又恢復到幾年來我所認識的模樣——一個正常美好的青年。悔改潔淨了他的靈魂、他的心，甚至



潔淨了他的臉。他的眼睛變得更為明亮，微笑更加開朗，走路的樣子也顯得很愉快。

後來，我當了主教，也學會了若要充分悔改，就必須按照五個基本步驟做：

1. 知罪。
2. 棄罪。
3. 認罪。
4. 補償。
5. 寬恕自己，並且求神寬恕。

任職主教時，支會快樂小姐班的一位成員前來接受每年一度的面談。那時候是夏天，天氣晴朗，午後的陽光中依稀可以看到浮游在空氣中的灰塵。我們談到日常瑣事的意義並和一些較醒目的舉動作比較。

談著談著，她突然嚎啕大哭起來。我起身，走到她坐的地方，坐在她旁邊，設法安慰她。

「怎麼搞的？」我問道。

「我壞透了。」她哭著說。

「你做了什麼事讓你覺得壞透了？」我問道。

「我對自己最要好的朋友太殘酷了。我故意開她的玩笑，讓她在人前難堪。我真是壞透了。」她又哭了一陣子。

「你可不可以說說妳是如何對待她的？」我慎重地問。

她講到好幾個情況，都是她用一些預謀的惡毒手段，來開自己最要好的朋友玩笑。

「主教，你說我該怎麼辦？」我記得她問我。

我試著用最仁慈溫和的態度，向她解釋她必須悔改。

「怎樣悔改呢？」她問。

我說道：「既然已承認對不起自己的朋友，那就是做到了悔改的第一個步驟。接下來，妳必須決定自己是否真有意悔改。妳真的有意要悔改到底嗎？」她點了頭。

隨後幾週，這位女青年一直努力根絕自己不好的行為。她不再中傷她的朋友，反倒給予幫助。

她向我認罪。我們一起跪下祈禱，我聆聽她向神認罪，最後她到朋友那裡去和她和解。為了努力彌補過錯，她還特別設法讓她的朋友過得更愉快、更輕鬆。我從她那裡學到，寬恕人與尋求寬恕是同樣重要的。還好，這兩位姊妹都是很優秀的女青年。

不到幾個月，我那位快樂小姐成員寬恕了自己，因為她的朋友在數週前寬恕了她，而她也蒙得了上天的寬恕。

她的心靈得到了平安。我深信她永遠不會忘記自己如何對待了朋友，這會警醒她不能再犯同樣的錯。然而，由於她真心悔改，她再也不懊惱，不受心靈痛苦的煎熬。

艾繆萊克和阿爾瑪教導群衆的證道詞裡談到：「所以，我想請你們不要把你們悔改的日子拖延……因為……如果在這一生中我們不改善我們的時機，那末黑夜就要來臨，那時我們就不能工作了」（阿爾瑪書34:33）。

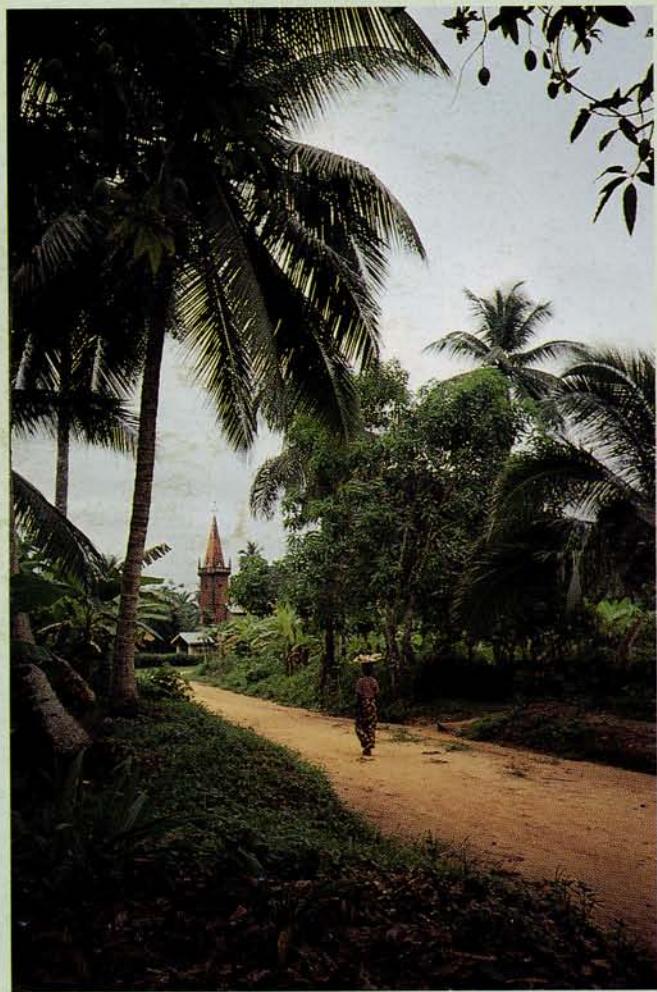
天父慈愛又寬大，只要我們肯悔改，祂就會卸下我們罪的重擔。我祈望大家都肯讓祂為我們掃除陰霾，並真心悔改，體驗那隨之而來的平安與幸福。

■



阿爾瑪的歸信，卡普蓋瑞繪

正當〔阿爾瑪及摩賽亞的四個兒子〕背叛神的時候，主的天使向他們顯現了……；他用一種像雷鳴的聲音說話，使他們所站的地方發生了震動；他們大為驚駭，紛紛倒在地上，聽不懂他們所講的話。雖然如此，但他再大聲說：阿爾瑪，起來，站起來，你為何追害神的教會呢？（摩賽亞書 27：11 | 13）



「基督徒的信仰不應受環境的影響，… …也不應受膚色、種族、謀生方法或生活習慣的影響。更不應受氣候或地理位置左右。」（見「凱蒂的世界」一文，第59頁。）