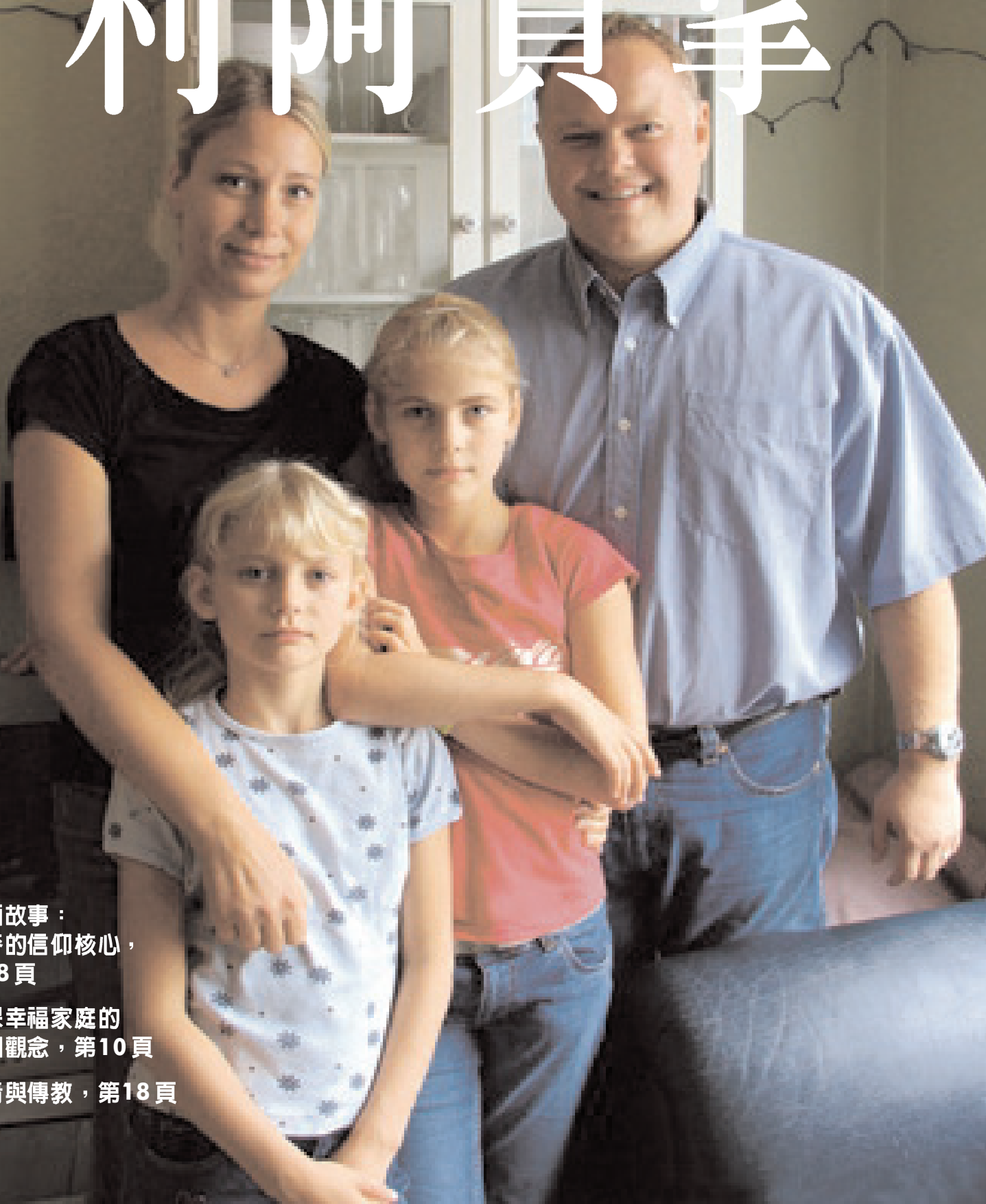


利阿賀拿

封面故事：
丹麥的信仰核心，
第38頁

確保幸福家庭的
五個觀念，第10頁

刺青與傳教，第18頁



2006年3月
利阿賀拿26983 265

耶穌基督後期聖徒教會正式授權之國際雜誌中文版。
總會會長團：興格萊戈登、孟蘇多馬、傅士德維各
十二使徒定額組：潘培道、貝利多馬、納爾遜羅素、鄒克司達林、培勒羅素、胡適令鈞慧、司考德李家、海爾斯羅拔、賀倫傑佛瑞、艾寧亨利、鄒希錫迪特、貝的大衛
編輯：簡森傑伊
顧問：布勞孟特、戈曼蓋瑞、菊地良彥
總監：費雪大衛
策劃總編輯：凱夫維多
資深編輯：希勒賴理、羅慕義理查
圖案編輯：洛伯亞倫
主編：凱夫維多
助理主編：葛林伍珍妮佛
副編：卡爾萊恩、奧中亞當
助理編輯：巴瑞特蘇珊
編輯人員：巴勒山柳、古柏琳達、高恩特藍尼、強生法蘭、卡斯頓凱莉、李維特馬文、奧苗克莎莉、保勒萊蒂、巴森費愛、波特撒拉、羅絲珍妮佛、席爾丹、泰來利百加、泰瑞羅傑、多馬珍妮、范登堡保羅、霍德萊莉、韋伯金柏莉
資深秘書：狄肯森英妮卡
實習編輯：畢恩布特妮、夏莫爾妮可
行銷經理：希勒賴理
雜誌圖案經理：川崎正仁
美術編輯：坎本史考特
出版經理：彼德新珍安
設計及出版人員：艾瑞尤卡里、奧恩柯雷特、布朗豪德、布德米莉、樂德多馬、柯丁森雷金納德、豪德凱羅琳、柯比丹妮絲、彼德森泰德、皮克頓藍道
印刷主任：塞威克查格
發行主任：柯丁森克里斯
美加以外地區，請洽當地發行中心訂閱中文利阿賀拿
利阿賀拿編輯委員會：
翻譯主任：蔡琳
出版助理：黃嬌秀
地方新聞編輯：簡介方、劉文強
發行者：耶穌基督後期聖徒教會
承印者：總會鹽湖城印刷中心
電話：801-240-5345

投稿或有任何從問請來函寄至 Liahona, Room 2420, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-3220, USA; 或以電子郵件寄至 cur-liahona-imag@ldschurch.org.

利阿賀拿：出自摩門經，其意為「寫照」或「導向」。以下列語言發行：阿爾巴尼亞文、亞美尼亞文（東）、保加利亞文、柬埔寨文、宿務文、中文、克羅埃西亞文、捷克文、丹麥文、葡文、英文、愛沙尼亞文、斐濟文、芬蘭文、法文、德文、希臘文、海地文、北印度文、匈牙利文、冰島文、印尼文、義大利文、日文、希里巴斯文、韓文、拉脫維亞文、立陶宛文、馬拉加西文、馬紹爾文、蒙古文、挪威文、波蘭文、葡萄牙文、羅馬尼亞文、俄文、塞爾維亞文、錫蘭文、新加坡文、西班牙文、瑞典文、塔加羅文、大溪地文、坦米爾文、特魯文、泰文、東加文、烏克蘭文、烏爾都文及越南文（發行次數依語言之不同而有別）。

Intellectual Reserve, Inc. © 2006 版權所有
美國印行

利阿賀拿雜誌的文與圖可獲印供教會及家庭作為輔助資料或於非商業用途時使用。圖片說明處若載有限制字樣，則不得複印。若有問題請洽：Intellectual Property Office Office, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

您可透過網路閱讀多種語言版本之利阿賀拿，請至網站 www.lds.org 點選，英文請點選 Gospel Library，其他語言請點選世界地圖。

For Readers in the United States and Canada:
March 2006 LIAHONA (USPS 311-480) Chinese (ISSN 1522-9157) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$16.00, plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah, and at additional mailing offices. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake Distribution Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368.

• 如有破損、缺頁，請寄回更換。
地址：10642 台北市大安區金華街183巷5號B1。
電話：(02) 2192-4974

利阿賀拿，2006年3月

特稿

- 2 總會會長團信息：受靈啟發的思想 興格萊戈登會長
- 8 豐滿的福音：選擇權
- 10 親職的神聖責任 培勒羅素長老
- 25 探訪教導信息：教導神國的教義
- 26 舊約課程選萃：在我的苦難中蒙受祝福 帕肯邦妮
- 29 婦女會的聲音 伍柏瑞琴
- 32 讓群山因快樂而吶喊！——第六屆國際美術比賽精選作品
- 38 在丹麥——默默發展、活力十足的信心 席爾丹
- 44 後期聖徒的心聲 克莉絲汀的挑戰 狄納安琪拉 改道！ 夏圖黛博拉 我心目中的英雄 達拉森約加
- 48 讀者來函

10 親職的神聖責任



家人家庭晚會建議

本頁可幫助您在課堂及家中運用利阿賀拿來提高教學品質。

「選擇權」，第8頁：告訴家人，你決定運用選擇權來強迫每個人盯著牆壁看。討論他們對你的決定有何感想。利用本文來說明何謂選擇權；本文提及撒但攻擊選擇權的三個方法，請以角色扮演的形式表演出來。

「刺青與傳教」，第18頁：利用本文的介紹，討論聖殿

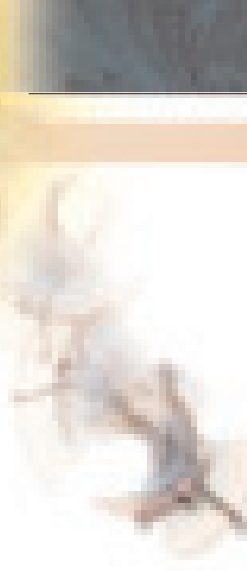
和身體有何相似之處。講述鮑比的故事，強調他因刺青所面對的後果。見證將身體視為聖殿的重要。

「在苦難中蒙受祝福」，第26頁：為每位家人的身體製造一個暫時的不便（例如，把眼睛矇住，把一隻手或一隻腳裹住，把耳朵搗住等等）。讓每個人說說他們身體的某項功能減弱時有何感覺。利用本文探討因苦難而來的祝福，請家人分享他們





36 遠離邊緣



青年園地

- 7 錦囊妙計：傾聽、學習、實踐
- 18 刺青與傳教 巴勒山娜
- 21 海報：你絕對鬥不過
- 22 加入主的隊伍 強生法爾
- 30 短訊

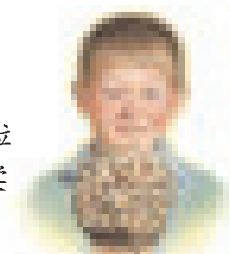


三姊妹 派翠亞潔西
 沒比家更好的地方 杜波華碧莎
 先知的影響力 歐莫胡德亞塔
 36 遠離邊緣
 坎柏爾琪莉安

30 三姊妹

朋友：兒童園地

- F2 來傾聽先知的聲音：脫離黑暗 傅士德雅各會長
- F4 分享時間：跟隨先知 麥格碧琳達
- F6 伍惠福會長的小故事：成為一位聖經學者
- F8 更為有福 墨達拉結
- F10 趣味欄：經文人偶
- F11 特別見證人：猜猜我是誰？
- F12 他的擔子變輕了 畢侯珊德拉
- F14 與朋友談：主的愛 藍特雪柔
- F16 效法耶穌基督：我怎麼能說謊呢？ 狄羅丹艾莉卡



F8 更為有福



F16 我怎麼能說謊呢

封面

席爾丹攝。

朋友封面

戴蒙克瑞攝。

在承受苦難時所獲得的祝福。

「**脫離黑暗**」，第F2頁：讓房間變暗。問家人：什麼會讓他們的生活變得黑暗。指示他們在房間裡尋找會讓他們擺脫「靈性黑暗」的物品。這些物品包括經文、什一奉獻信封和聖詩歌本。把房間裡的燈打開。利用本文討論所尋獲的物品，以及還有哪些方法可以加強我們與天父之間的溝通。

「**更為有福**」，第F8頁：請家人談談別人曾為他們做過的仁慈行為。大聲唸出偉德的故事。向每個家人提出挑戰，要在這星期之內做一件仁慈的行為，並準備好在下次的家人家庭晚會中報告結果。

本期主題

F = 朋友	教導，1，25
丹麥，38	智慧語，36
仁慈，F8，F14	母親，2，10
使徒，F11	父親，10
信心，2，F2，F12	祈禱，F12
傳教準備，18，22，30	紛爭，10
先知，F4	經文研讀，F10
兒童會，F4	總會教友大會，7
刺青，18	罪，21，36
同儕壓力，36	考驗，26，44
團結，30	聖殿，2，38
夫婦傳教士，2	聖經，F6
婦女會，29	苦難，26，44
家人家庭晚會，1	藝術，32
家庭，2，10，22	誠實，F16
家庭教導，6	選擇權，8
家庭文告，10	靈感，44
巴西，22	養育子女，10
探訪教導，25	
教友傳道事工，44	



左：賴鶴馬太攝；人物由模特兒擔任

受靈啟發的 思想

興格萊戈登會長

相信神

「相信神。相信永恆的父神。祂是宇宙偉大的統治者，也是我們的父和我們的神，我們可以向祂祈禱。我們都是祂的兒子和女兒。你是神的孩子，你的身上有某些神性的特質，你是否認真想過這些事呢？」

「相信神，不要疑惑。在靈性和真理中崇拜祂，相信祂。閱讀祂的話語，聽從祂的教導。」

「相信耶穌基督，……祂是神的兒子，祂離開天上寶座來到世上，來到世人之中居住，為我們——你和我——捨命。我們要透過祂才能到父面前。不要疑惑，要對主耶穌基督——世界的救主和救贖主有信心」（2002年9月10日，俄羅斯，莫斯科，聚會）。

堅定不移的信心

「願你心中懷著堅定不移的信心，願你對耶穌基督福音偉大而重要的事有確切的知識，因為你是其中的一份子，是這個教會及神國的一份子——天上的神及其愛子主耶穌基督在近代揭開天幕，親自向斯密約瑟先知顯現。」

「你對此事有很確切的信心嗎？相信施洗約翰曾經來過嗎？相信彼得、雅各、約翰、摩西、以利亞、以來加曾經來過，復興了聖職及其權鑰，進而開啓這個偉大的福音期嗎？總而言之，相信這是真理所在嗎？」

「你心中是否有那種確切的信心？若是如此，我要向你應許：你的負擔將是輕省的；若非如此，……有個方法可獲得這樣的信心。救主已指出這方法，祂說：『人若立志遵著祂的旨意行，就必曉得這教訓或是出於神，或是我憑著自己說的。』（約翰福音7：17）」（2002年8月24日，猶他州，亞美利加福克，地區教友大會）。

培養家人的關係

「別讓我們的生活……帶來懊悔，……有多少的財富、住什麼樣的房子、開什麼樣的車子、銀行存款的多寡——任何這類的事物——都不是很重要；與你攜手相伴走過多年歲月的愛妻、那些子女和孫子女、他們的忠信，以及看待你的態度，……是懷著尊敬、愛、遵從與體貼，……，才是重要的。……」



總而言之，
你唯一能
帶走的
東西是你與家人的
關係。

我

們現在有
退休的弟
兄姊妹，

在世界各地為本教會
從事有意義的傳道工
作，以全然無私的
精神教導和行善。



左：戴蒙克瑞福；右：史托克大衛羅

「總而言之，你唯一能帶走的東西是你與家人的關係，……願神祝福我們成為好父親，……好父母，以及賢妻眼中的好丈夫」（2003年1月18日，猶他州，愉快林，聚會）。

成為好婦女、好母親

「姊妹們，妳們要成為好婦女、好母親。要仁慈、和藹、慷慨。以信心及見證來鞏固妳們的孩子，鼓勵他們進步。他們生長在這充滿困難險阻的時代，幫助他們安然走過紛亂擾攘的世俗道路。用愛和鼓勵來輔佐、支持、擁護、祝福妳們的丈夫；這樣主就會祝福妳們。即使他們不是本教會的教友，也要仁慈對待他們、在各方面盡力給他們良好的影響。他們有可能在生命走到盡頭之前成為本教會的教友。這也許是一段漫長的時間，你們也許要忍受許多事情，但此事若成真，妳們就會覺得這一切都是值得的」（2002年10月25日，賓州，費城，聚會）。

看重你們的妻子

「持有神的聖職的弟兄們，你們要看重妻子，尊敬她們。她們是你孩子的母親。總而言之，等你們過完今生，繼續走向永恆時，你們所累積的財富，連一毛錢都帶不走。唯一能帶走的東西，就是你們的永恆靈魂，以及你們的丈夫或妻子的陪伴與恩愛。讓自己的生活配得上這些祝福」（2002年5月15日，牙買加，京斯敦，聚會）。

家中有更多的愛

「我希望看到我們的家中有更多的愛，……為人父母的，你們是孩子的父親和母親，要珍惜你們的孩子。要以愛心對待他們，以愛心……帶領他們，……你們若這麼做，他們就會順從你。我要向你們應許，你們若這麼做，總有一天你們將會非常感激你們曾經這麼做，你們會屈膝跪下感謝主，感謝你們能擁有這些心愛的孩子，感謝他們能在你的指引之下成長」（2002

年5月20日，千里達托貝哥，西班牙港，聚會)。 州，鹽湖城，地區教友大會)。

尊貴的聖職

「今日就是彼得所預見的日子，世上有了尊貴的聖職，凡接受福音的男子都有機會獲得這項聖職。

「我親愛的弟兄，你們是否了解，當你們持有神的聖職，你們擁有的是什麼呢？你們可以管理本教會，持有聖職職位，主理教會的事務。然而有一件事可能比這些更為重要，就是你們有力量和權柄按手在家人頭上、祝福他們。你知道在世上的哪個團體裡，父親有此權利、榮幸和機會，按手在自己妻子兒女的頭上，奉主的名祝福他們？這是多麼大的榮幸！我想說……讓自己的生活配得上這項美好的祝福」(2002年9月9日，烏克蘭，基輔，聚會)。

要忠於教會

「要忠於教會。我對本教會的真理有見證，你們也有。……在場每個人幾乎都能站起來，說：『我知道神活著，耶穌是基督，這是祂們的事工。』……絕不要做任何讓人認為是不忠誠的事。維護〔教會〕，支持她，為她祈禱，為她工作，讓她向前推進。……此事工的未來……有賴於你們。我們需要忠誠且有信心的後期聖徒。……」

「要忠於信仰，要忠於神，要忠於耶穌基督，要忠於耶穌基督的教會，這麼做，便是忠於自己」(2002年5月15日，牙買加，京斯敦，聚會)。

「我的弟兄姊妹，要忠於本教會，……我要向你們見證：本教會的總會當局人員絕不會帶領你們前往向下沈倫的道路上；只要你們懷著信心和忠誠去跟隨，他們必定會帶領你們前往向上提升的道路上」(2002年5月5日，猶他

要忠信真誠

「無論你們身在何處，我要對本教會的全體教友說，要成為一群良善的人，要成為社會上的好公民，要忠信真誠。要忠於你們所屬的這了不起的教會。你們每個人都很重要，你們每個人都是後期聖徒美好交誼圈的一份子，你們每個人都是天父的兒女。要把信心放在主身上」(2004年11月6日，日本支聯會教友大會衛星轉播)。

夫婦傳教士

「我們現在總共有5,300位〔目前是5,800位〕退休的弟兄姊妹，在世界各地為本教會從事有意義的傳道工作，這個人數還不斷在增加，他們前往蒙召喚要去的地方，他們在需要他們的地方服務。這群弟兄姊妹以全然無私的精神來到人們之中教導和行善，與人建立友誼、分享技能，為人們開創機會；人們將永難忘懷這群男女。他們都是不受薪，完全自費的。他們的奉獻無遠弗屆，他們努力的成果不可勝數。……」

「本教會的一大特色是工作，每個人都在工作。不工作就無法成長。信心、對真理的見證就像臂肌，越用越有力；如果手臂用吊帶掛著不用，臂肌就會變得鬆弛無力。我們讓人們工作，對他們有很大的期待。而最奇妙而美好的一點就是他們都圓滿完成使命，有所貢獻」(2002年6月12日，加州，洛杉磯，世界事務會議)。

到主的屋宇去

「到聖殿去，你們若這麼做，將蒙受祝福。」



你 知道在世上的哪個團體裡，父親有此權利、榮幸和機會，按手在自己妻子兒女的頭上，奉主的名祝福他們？這是多麼大的榮幸！



每個進入主的屋宇的男女，在離開聖殿時，都成為更好的人。

每個進入主的屋宇的男女，在離開聖殿時，都會比進去時成為更好的人。主的屋宇對你有提升的作用，會讓你在生活中養成不自私的態度，培養正義感，讓你明白克盡本分的重要。到主的屋宇去吧」（2002年9月22日，猶他州，普柔浮，支聯會教友大會）。

奉獻給神的屋宇

「對我們而言，沒有什麼建築物比奉獻給神的屋宇更為神聖。唯有在後期聖徒的聖殿中，人類寶貴的關係才能永不分離地亙古長存。本教會與所有其他教會在教義上有許多不同之處，其中一項便是在神聖聖職權柄之下，於主的屋宇所進行的事工。

「世界各地的每座聖殿都是一座有形的標記，顯示這群人民的信心；他們相信人確實可以不朽，並且可以在不朽的狀態下繼續維持彼此間的神聖關係」（2004年8月22日，加州，薩克拉門多，聖殿動土典禮）。

教會的偉大力量

「〔本〕教會的偉大力量是什麼？……是我們對家庭的重視。在我們所居住的世界，家庭正逐漸在瓦解。我們極力強調家庭。讓你們的家人緊密團結在一起，疼愛並看重你們的子女，在真理和信心中養育他們，讓他們愛主」（2002年9月11日，冰島，雷克雅維克，聚會）。

全然的奇蹟

「當我看到這項偉大的事工向前推進，我看到的是心目中的奇蹟，……你們或許認為這是

很稀鬆平常的事，但我視之為全然的奇蹟，弟兄姊妹們，這塊非人手從山上鑿出來的小石頭，勢必要滾動出去，充滿全地。我們所看到的只是開端，……，這項事工將繼續向前推進，影響世界各地千千萬萬人的生活，我對此感到很欣慰。本教會是天上之神所有，你我及本教會的教友無論身在何處，只要在這項過程中盡一己之力協助推動，祂就會開啓道路，使這一切成為可能」（2002年5月5日，猶他州，鹽湖城，地區教友大會）。■

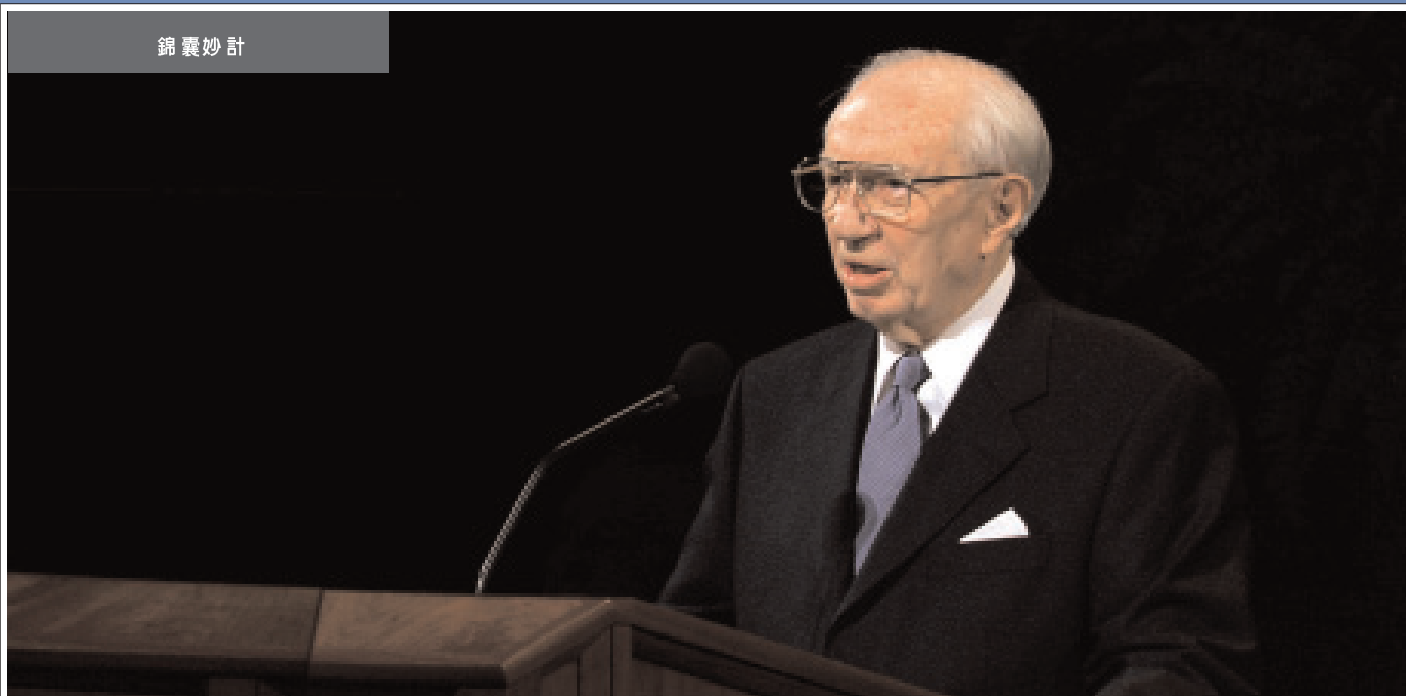
給家庭教導教師的建議

經過審慎的思考之後，選擇一個能鼓勵家人參與的方法來教導這篇信息。以下是一些範例：

1. 說明你要唸出一位受敬重的世界領袖所說的話。向家人見證，興格萊戈登會長是世界的先知。從這篇信息中選擇幾個不同的主題，邀請家人聽從興格萊會長的勸告。

2. 可能的話，帶一張世界地圖或一個地球儀，請一位家人指出上面的一個地點（或者請家人說出世上任何一個國家的名稱。）唸出興格萊會長對最近地區的聖徒所說的話。時間允許的話，一直繼續下去。說明興格萊會長的信息是要給世界各地的教友。

3. 把整篇文章的標題分別寫在一些紙條上。請家人輪流選出一張紙條，大聲唸出該標題。分享興格萊會長對於被選中的那項主題的一些看法，討論家人要如何加以應用。邀請家人分享與這些原則有關的經驗。



傾聽、學習、實踐

多明尼加共和國聖多明哥支聯會卡波提約支會及西門巴利瓦支會福音進修班晨間的學生很喜歡觀看總會教友大會，從中學習。要如何實踐在總會教友大會中所學到的事呢？以下是他們的一些建議：

- ✿ 準備好用學習和專心的態度來聽總會教友大會的演講。禁食祈禱會幫助你作好準備。
- ✿ 把所學到的事記下來，事後才能再加以思考。
- ✿ 與家人討論總會教友大會的內容。與他們分享你所學到的事，聽聽他們的經驗並從中學習。
- ✿ 用心聆聽興格萊戈登會長的演講，至少記下三件他對你提出的要求。為這些事祈禱，以知道如何在生活中實踐這些事。
- ✿ 在聆聽或思考總會教友大會演講內容時，若聖靈提醒你做某件事，那就去做。
- ✿ 設立目標，實踐在總會教友大會上所得到的勸告，寫下進行的方法和時間。在你的日記裡寫下目標和期限，經常去查看。
- ✿ 和有助於你遵從先知話語的人來往，那麼，當你要實踐演講者的勸告時，就會得到支持。
- ✿ 與朋友分享你所學到的事，使他也可以從中獲益。
- ✿ 生活配稱，得以有聖靈同在；祈禱尋求指引，以便知道該如何實踐在教友大會上所學到的事。
- ✿ 用心聆聽教會領袖鼓勵你做哪些事，並力求改進。記住，「要行道，不要單單聽道」（見聖經雅各書1：22-25）。
- ✿ 用自己的經文查閱演講中所引述的經文，然後劃記下來。
- ✿ 在利阿賀拿出刊時閱讀教友大會的講辭，好使自己獲得新的見解，並重溫聆聽時的熱誠。■

選擇權



針對耶穌基督後期聖徒教會復興福音之基本信仰及其獨特教義的系列文章。

基督徒基本上都相信神已賜給祂的兒女自由的意志，亦即選擇的能力與特權。但是根據摩門經、近代的先知及使徒所教導的選擇權，也和其他福音真理一樣，是一項充滿力量、具有永恆本質的教義。

永恆的原則

選擇權是天父為祂兒女安排的計畫中所不可或缺的，若沒有選擇權，我們就無法變得像祂一樣。選擇權是所有具有智能之人的一項永恆屬性，這不是出生後才開始的，我們在前生便擁有選擇權。如主所啟示的：

「人在太初也與神同在，智能，即真理之光，不是被創造或製造出來的，實際也不可能。」

「所有的真理在神安置的範圍內都是獨立的，為自己而行動，所有的智能也是這樣；否則就沒有存在。」

「看啊！這裡有人類的選擇權」（教約93：29-31）。

我們不相信一位決定論的神——也就是一位事先決定其兒女最終命運的神。我們所相信的神，能完全預知祂的兒女將會作的選擇，祂會用這項預知來指引我們，甚至警告我們，但不會用它來剝奪我們的選擇權。祂允許我們成為真正想成為的那種人。十二使徒定額組的陶美芝雅各長老（1862-1933）寫道：「〔神〕知道在某種情況下每一個人會採取的行動，也能在開始時便看到結果。祂的預知以智能和推理為基礎。祂預見未來的一切勢必自然會發生；而不是出於祂的獨裁註定會發生。」¹



只要我們明智地運用選擇權，就會有無數的機會去行善、祝福別人。

大多數的基督教會相信神是憑空創造了祂的兒女。此事若屬實，則神可能該為我們的一切惡行負責，因為祂創造了帶著一些缺點和弱點的我們。但我們都知道，神並非憑空創造了我們，祂不必為我們的弱點或罪惡負責。祂只是把祂的靈體兒女，也就是我們，安置在地球上，只要我們正確地運用選擇權，便可在世上學習和成長。

選擇權存在的條件

十二使徒定額組的麥康基布司長老（1915-1985）教導了選擇權存在所需的四個條件：

1. 必須由全能者先制定好律法，我們可以決定服從或不服從這些律法。
2. 必須有對立——善與惡、對與錯。
3. 我們必須具備善與惡的知識；必須知道各種對立之間的差別。
4. 我們必須擁有自由行使選擇的權力。²

我們若要充分享有選擇權，也必須為自己的選擇負責。制定好的律法必定會帶來某些結果——這不僅是指我們的行為所招致的自然結果，像是欺瞞詐騙，就會失去人們的敬重等等。那些法律還會帶來屬神的結果，我們若服從律法，必然會帶來神的祝福；若不服從，則會招致神的懲罰。

撒但對選擇權的攻擊

主談到前生時，說：「撒但背叛我，力求破壞……人的選擇權」（摩西書4：3）。路西弗由於背叛，從天上被逐出，但他在世上仍繼續破壞我們的選擇權。他利用許多方法來做此事，其中的兩種是：

不服從。「看啊！這裡有人類的選擇權，並

且這裡有人類的罪罰；因為那從太初就存在的事物已被明白地顯示給他們，而他們都不接受這光。……由於人之兒女的不服從，……那邪惡者來到，從他們那裡拿走光和真理」（教約93：31，39）。不服從會在兩方面破壞我們的選擇權。第一，我們一旦失去光和真理，便會對許多行善的機會視而不見；第二，某些形式的不服從會讓人越陷越深——我們會沈溺於一些極難戒除的行為，我們甚至會傷害別人，破壞他們的選擇權。

不負責任。撒但在我們耳邊低語，告訴我們：「吃吧，喝吧，尋歡作樂吧；然而也要敬畏神——犯一點小罪祂必會寬容的；……如果我們是有罪的，神會打我們幾鞭，最後我們還是會在神國中得救的」（尼腓二書28：8）。有些人誤以為我們一旦「表明相信基督」而且已「藉著恩典而得救」，之後做什麼事都無所謂——因為我們已得救。由這樣的論調可以看出，撒但不斷用很巧妙地方式欺騙我們，說我們不必為自己的罪惡負責，也不必為此承擔後果。

選擇權的祝福

我們運用選擇權來選擇正義時，神不但會祝福我們，我們的選擇權也會更加鞏固、有力。當天父知道祂可以信任我們作出正確的決定時，祂的作法就會和天底下所有慈愛的父母一樣：祂會給我們新的機會及更多的責任。因此，只要我們明智地運用選擇權，就會有無數的機會去行善、祝福別人。服從永遠會帶來更大的選擇權和更多的機會，罪惡則使我們的選擇受到侷限。■

註：

1. 耶穌是基督（1981），第29頁。
2. See *Mormon Doctrine*, 2nd ed. (1966), 26; see also 2 Nephi 2:10--29.

親職 的神聖責任



我們在家中的作為和教導都很重要。讓我根據家庭文告的內容，與各位分享確保家庭快樂穩固的五個觀念。

培勒羅素長老

十二使徒定額組

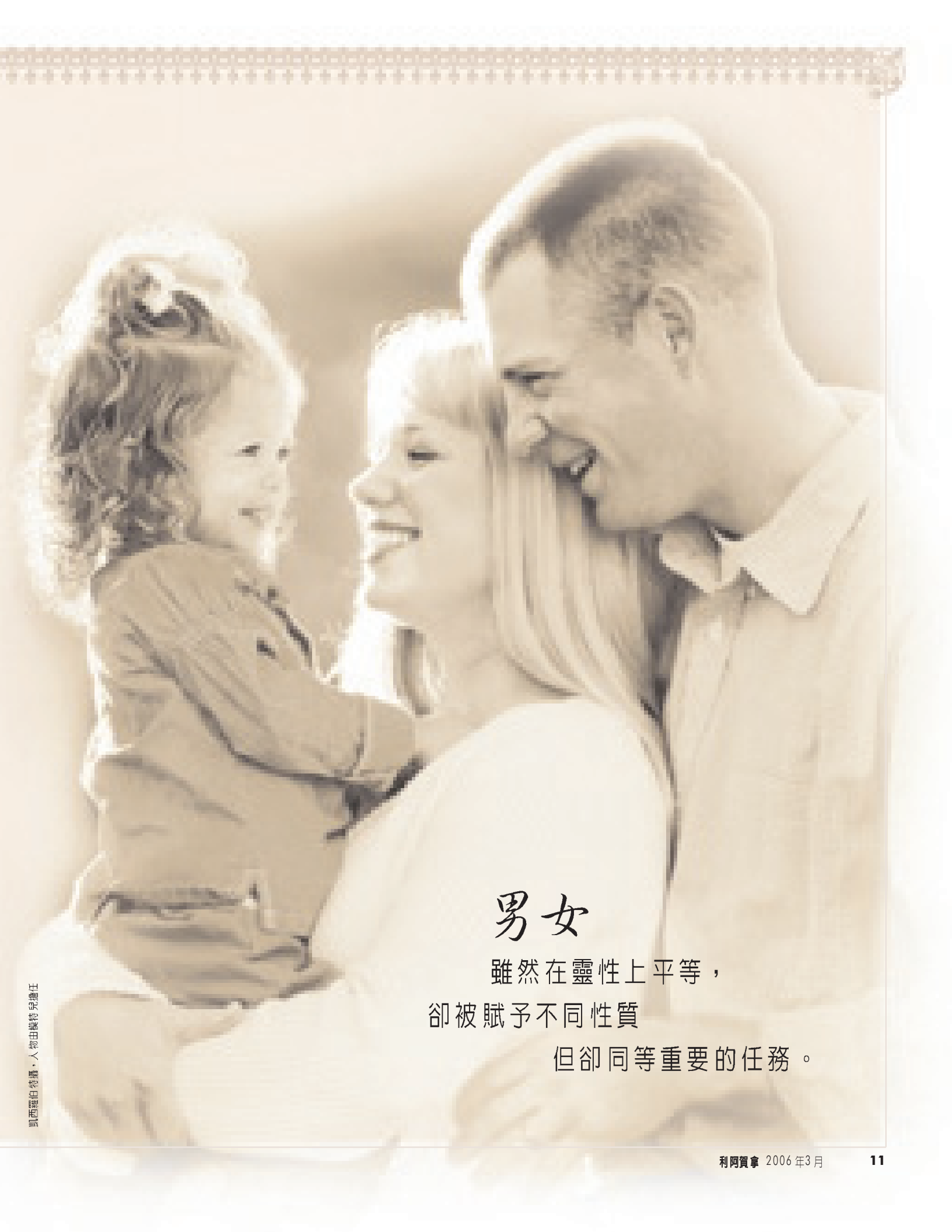
身為十二使徒定額組的一員，我參與了「家庭：致全世界文告」的草擬過程。那對我們大家而言是非常特別的經驗。我們這些教會領袖在世界各地旅行時，在教會內外看到了一些事情。我們所看到的許多事情很令我們憂慮。我們看到世人想為家庭下定義，但這些定義與神為祂兒女的幸福所安排的永恆計畫背道而馳。

有鑒於世上有關這主題的種種爭議，總會會長團及十二使徒定額組知道，向世人宣告神所揭示、家庭在神的永恆計畫中所扮演的真正角色，是很重要的。透過由神所啟發的議會制度，亦即教會最高階層的運作，我

們共同擬出了一篇文章，清楚表明了主在家庭中的地位，不致讓人有所誤解。

自從此文告在近10年前宣布以來，時間已充分證明了這是先知的真知灼見，我們教會比以往更專注於支持及鞏固家庭。令人感傷的是，世界各地的家庭依然不斷受到殘酷的打擊。只要翻翻報紙或打開電視，便知道向家庭公然挑釁的惡勢力是多麼猖獗。性別被混淆，性別的角色也被否定。對同性婚姻的鼓吹，更完全違背了神的一項重要目的——讓祂的兒女獲得塵世經驗。

家庭不僅是社會的基本單位，也是永恆的基本單位。我們來到這世上之前是天父的靈體兒女。在前生的那場盛大的家庭議會中，天父提出了為祂兒女的永恆幸福及平安所制定的計畫。當時我們知道，我們會來到這世上與家人同住，並且藉由麥基洗德聖職的印證權柄，全家人可在來生的全永恆中住在一起。



男女

雖然在靈性上平等，
卻被賦予不同性質
但卻同等重要的任務。

看到家庭在現今社會中如此公然又強烈地受到攻擊，實在令人擔憂。家庭文告中說得很清楚：

「我們宣告，神要祂兒女生養眾多、遍滿地面的誠命，至今仍有效。我們進一步宣告，神已命令只有合法結婚、成為夫妻的男女，才能運用此神聖的生育能力。……

「……孩子有權利在婚約下出生，並由完全忠貞、奉行婚姻誓約的父母養育。以主耶穌基督的教訓為基礎，最有可能獲得家庭生活的幸

有太多人認為婚姻是一種「夫妻關係」，是為了滿足成年人的情感需求，而不認為婚姻是一種養育子女的制度。子女被視為一項選擇而非祝福。每年約有一百萬名兒童要經歷父母離異和隨之而來的後果，美國約有三分之一的兒童是非婚生子女。幾乎各種跡象都顯示，我們正急速偏離神為祂兒女所安排的計畫。家庭，這個曾被所有世人推崇為社會的基石，如今已逐漸失去其應有的功能。

當你停下來，從邪惡者策略性的角度來思

父親應不斷尋求聖靈的指引， 好知道該做什麼、該說什麼， 以及不該做什麼、不該說什麼。

福。」¹

弟兄姊妹們，在此時此刻，我們必須堅定不移，因為魔鬼正企圖利用不同的生活方式來取代一男一女的婚姻。要是所有世人都能詳讀此文告的全部內容，那該有多好。

撒但對家庭的攻擊

那些對家庭的攻擊也同時貶損了生命的價值——尤其是未出生者的生命。生命的價值被輕視，或因怕得罪某些團體及人們貪圖一時之便而改變。相信你們也會和我一樣對這種現象感到憂心，那就是在1950年代到1997年之間，約有46個工業國家和9個開發中國家立法同意墮胎，或大幅放寬對墮胎的限制。據估計，世界上每年有四千六百萬件墮胎。實際上有人估計過，有四分之一的孕婦以人工墮胎的方式來終止懷孕。

考，就會發現攻擊家庭是很有道理的。當撒但想要中斷主的事工時，並不會到全球各地的花生醬供應處下毒，藉此讓傳教士中毒，使教會的傳道系統停擺；也不會散佈喉頭炎來折磨摩門大會堂唱詩班的成員；也不會立法抵制教會主要的果凍和麵粉供應商。當撒但真的想要破壞主的事工時，他會企圖混淆性別，打擊神為祂兒女所安排的計畫。他會在父親與母親之間製造爭端，煽動子女不順從父母親。他會讓人家庭晚會及家庭祈禱變得方便舉行，他會讓人覺得家庭經文研讀很不切實際。撒但別的都不要做，只要做到這幾件事就夠了，因為他知道阻撓主的事工最穩操勝算、最有效的方法，就是讓家庭無法有效發揮應有的功能，並貶損家庭的神聖性。

請看看當他這麼做時，有何收穫：在婚姻中不快樂的夫妻往往不會好好地在家中教導福

音，他們也比較不會在生活中遵行福音原則。有些人因此和教會疏遠了，即使是積極的教友也會因為這樣的疏遠態度而跌倒，使得他們遠離聖殿，他們的能力也逐漸減弱，無法擔任稱職的領袖及教師——使得無數的人得

在婚姻中結合，需要共同努力，成為合作無間的夥伴。然而，在神為祂兒女所設想的偉大計畫中，男女之間健全且平等的夥伴關係並不意味著兩性所扮演的角色相同。文告清楚說明，男女雖然在靈性上平等，卻被賦予不



不到幫助，主的事工也慢了下來。網路若使用不當，也會成為家中一股邪惡勢力。我們由此可以知道，路西弗無疑是家庭的敵人！

確保快樂穩固的家庭

我們在家中的作為和教導都很重要。讓我根據文告的內容，與各位分享確保家庭快樂穩固的五個觀念。

1. 健全且平等的夥伴關係。男女

同性質但卻同等重要的任務，這些任務相輔相成。男性被賦予了神聖聖職教儀的管家職務；對於女性，神則是賦予了孕育及教養塵世生命的管家職務，這包括為神的靈體兒女提供肉體並指引他們認識福音真理的知識。這些管家職務同樣神聖、重要，但絕不意味著支配或附屬等的錯誤想法。各自的管家職務對家中所有成員（無論父母或子女）的靈性進步都是不可或

缺的。

因此，我們必須透過義務與責任，透過愛、服務與互相依賴的觀念來了解家庭的管家職務。男性若企圖支配妻子，尋求動用不正義的主權，不顧妻子的勸告和她的感受，就是不了解這種行為有違神的旨意。



2. 父親。文告說：「父親應在愛與正義中主領家庭、負責提供生活所需並保護家人。」他們教導家人福音，以慈藹的態度帶領，遵從教義和聖約第121章所記載的勸告（見第34-36節）。

父親執行聖職的教儀並給予聖職祝福，包括父親給子女的祝福。他

們為全家人或某個家人祈求，也與他們一起作禱告。他們樹立榜樣，尊敬、愛護他們的永恆伴侶及孩子的母親。他們凡事都跟隨救主的榜樣，並努力使自己配稱承受祂的名、蒙得祂的祝福。父親應不斷尋求聖靈的指引，好知道該做什麼、該說什麼，以及不該做什麼、不該說什麼。他們懷著愛心和熱誠為家人及教會服務，以身教來幫助家人為服務作準備——尤其是準備兒子將來成為稱職的傳教士。

神和祂的先知期望父親不但要供養家人，也要保護他們。我們所居住的世界充滿了各種的危險。抵禦天災人禍的實質保護固然重要，但我們週遭也充斥著道德方面的危險，這是我們的孩子從小就面臨的危險。父親肩負重大的責任去保護他們不落入這些圈套中。

我們知道父親的職責不僅是主領、供養及保護家人。父親在平日可以、也應該協助撫育子女、培養感情等相關事務，參與餵食、陪伴玩耍、說故事、表達愛，以及家庭生活中其他一切的活動。

3. 母親。文告教導：「母親的主要責任是養育兒女。」養育是指各種照顧子女的行為，像是疼愛、支持、培養感情、陪伴、認識每個孩子特有的能力，及滿足孩子的需求。對孩子的發展而言，養育這件事本身比任何特殊的育兒方法或技巧更為重要。不用說，在一個穩定、安全的家庭環境中，養育的效果自然是最好的。

從孩子最初誕生開始，母親在養育時所付出的愛，會讓孩子回想起在前生體驗到的愛和恩典。由於母親

愛我們，我們才知道，或者說得更正確些，才想起神也愛我們。

今日在這崇尚物質的世界上，我們有沈重的壓力，我們要賺更多錢，同時也花更多錢。遺憾的是，這使得已婚的母親必須外出工作，多提供一份收入。只要丈夫、妻子和子女看清生活基本需求和物質慾望之間的差異，家庭財務的負擔便會減輕，而讓母親可以留在家裡。出外工作是個很困難的決定，要為此祈禱再作決定，並且要時時以活著的先知對這牽涉廣泛的議題所作的忠告為念。

母親在養育時所付出的愛， 會讓孩子回想起 在前生體驗到的 愛和恩典。

興格萊戈登會長以他敏銳、慈愛的一貫態度，提供我們這項明智的見解：

「我知道，……有一些婦女（實際上，人數已相當多）必須工作養家。對這些人我要說，盡力而為。如果你們從事全職工作，我希望妳們是為應付基本需求，而不只是為了奢望華屋、名車及奢侈品。身為母親最偉大的工作就是在正義與真理中教養、提升、鼓勵子女，撫育他們成人；沒有其他人能完全取代母親的地位。

「要同時兼顧全職的主婦和全職的員工，簡直是不可能。我知道妳們有些人在這件事上左右為難。我再重申一次，盡力而為。」²

照顧年幼、嗷嗷待哺、時時需要幫助的孩子是終日不得閒的，有時真叫人傷透腦筋。母親絕不可有種錯誤的想法，信以為只要與子女相處時重「品質」，就可以彌補相處時「量」的

不足。跟孩子相處的時間夠，品質自然高——母親要想把子女養育好，必須質量兼顧。要做到質量兼顧，不但必須時時警醒，還常得三頭六臂同時應付好幾件事情。做個稱職的母親不容易，這是毫無疑問的。

總會會長團第二副會長博士德雅各會長提出了非常明智的忠告：

「今日有些人鼓勵女性去追求一切，且往往是同時追求：金錢、旅遊、婚姻、母職和世上各種職業。……

「按步就班地做事——在不同時間內，一次扮演一種角色——我們知道有時是不可能的，但這讓女性有機會適時地完成每件事，盡到她在生活中的不同職責。女性……在人生的各階段，有各種不同的事可以做。她不必急著在一時之間做完所有的事。」³

4. 婚姻與家庭的原則。我們從文告中得知，「成功的婚姻與家庭建立在信心、祈禱、悔改、寬恕、尊敬、愛心、同情、工作及有益身心的娛樂等原則上」。父母親應努力與子女建立一種充滿愛的永恆關係。斥責或糾正有時是必要的，但做這件事必須要很小心謹慎、能使人信服，並在事後給予加增的愛，以免孩子把父母當成敵人（見教約121：43）。⁴

父母太縱容溺愛子女、讓他們為所欲為，同樣會造成傷害。父母需根據事情的嚴重性、孩子的個性及心智成熟度來設限。幫助孩子了解你訂這些規矩的理由，每次孩子不守規矩時，都要確實按照適當的紀律來處理；行為表現合宜時給予讚美也同樣重要。若要做得恰到好處，就要多費心發揮創意、付出耐心，但其酬賞將會是非常的美好。孩子藉由不斷遵守重

要的規矩而了解他們不可逾越的範圍時，在學校時較有可能表現良好，更有自制力，也更願意遵守當地的法律。⁵

父母要讓子女有所選擇，應該隨時準備好適度調整某些規定，好讓孩子為真實世界的情況作準備。⁶若要做到這點，父母必須傾聽——真正地傾聽孩子的心聲。父母必須知道每個孩子所在乎的事情。多年前我從一個女兒那裡學到了這個教訓。當時她才四、五歲，興沖沖地走進房間時，我正在看報紙，她有一些心裡非

與家庭議會的成員可能是一個單親及一個孩子，可能是一對父母和幾個孩子，也可能是只有父母，或者只有兄弟姊妹等等。無論家庭議會的人數多寡或組成份子為何，真正重要的是以愛為出發點的動機，使人暢所欲言、坦誠討論的氣氛，以及願意傾聽所有與會成員誠實表白——以及聖靈低語——的態度。⁸

止息紛爭

假如你正因家中的紛爭而苦惱不已，你可

父母親 應努力與子女建立一種 充滿愛的永恆關係。

常在乎的事要告訴我。我隨口回答：「好，嗯，嗯。」突然間，她的那雙小手把報紙一把搶了過去，丟在地上，用雙手捧著我的臉，這樣她才能注視著我的眼睛。這時這個四、五歲的小女孩給了她父親一個很大的教訓。「爸爸，你沒有聽我說話。」她說得沒錯。

5. 家庭議會。你們都知道我會說，家庭議會是父母的一項法寶。家庭議會有助於了解及解決家庭中的困難，這是我再怎麼強調都不為過的。比方說，在某個家庭中，有人開始覺得家裡的紛爭比平常多，於是他們舉行家庭議會來討論這情形。父親和母親先後向子女說出他們所觀察到的現象，並問每個孩子心中有何感想。這對父母得知，自從老大老二分別因為即將結婚及求學而離開家之後，不知不覺地，過重的責任就落在老三老四的身上，於是他們感到憤恨不平。藉由共同商談及傾聽孩子心中的感受，這家庭對孩子的職責作了較平均的分配，大大消弭了家中的不愉快和緊張氣氛。⁷

我知道每個家庭的家庭議會各不相同。參

以改變這種情況。與你的家人談談，向他們求助。告訴他們，你再也不希望家中有紛爭之靈，討論每個家人可以做哪些事來避免紛爭。總會會長團第一副會長羅慕義墨林會長（1897-1988）教導：

「我確信，在我們家中，父母本身以及和孩子一起，若能經常虔誠地閱讀摩門經，這本偉大經典的靈將會充滿我們的家宅，以及所有居住在其中的人。虔敬的氣氛將隨之加增，每個人將更加彼此尊重和關懷。紛爭之靈將會離去」。⁹

也要記住，祈禱具有極大的力量。我極力鼓勵你們作個人及家庭祈禱，這對建立鞏固的家庭攸關重大。但我也要強調另一件事。我不知道有多少父母，也就是夫妻倆，已經遺忘那個重要的時刻，就是在每天結束時一起跪下來，只有你們兩人，握著手做禱告。如果你們在每天的例行工作中刪除了此事，我建議你們要加回去——今晚就開始吧！

我對各地父母的勸告很簡單：取得一份「家

庭：致全世界文告」。閱讀它，努力使你的婚姻及家庭與主所啓發、揭示的方向和諧一致。然後盡力成爲最好

講辭。

註：

1.2004年10月，利阿賀拿，第49頁。

的人，表現出最好的行爲。只要你每天努力履行神賦予祂兒女的這項最神聖的塵世責任，祂就會賜給你超越本身的力量。要傾聽聖靈的聲音及活著先知的勸告，要保持愉快。神不是讓你來世上當個失敗者，只要你不放棄，你在扮演父母此一角色所付出的努力絕不會白費。

願天父祝福你們每個人。神活著，我們都是祂的兒女，耶穌基督是我們的主和救主。祂們愛我們，希望我們忠信且快樂。■

2003年8月19日楊百翰大學教育週祈禱會

2.「教會中的婦女」，1997年1月，聖徒之聲，第74頁。

3."A Message to My Granddaughters: Becoming 'Great Women,'" *Ensign*, Sept. 1986, 18--19.

4. See Craig H. Hart, "Three Essential Parenting Principles," *BYU Magazine*, spring 2003, 58.

5. See "Three Essential Parenting Principles," 59.

6. See "Three Essential Parenting Principles," 59.

7. See M. Russell Ballard, *Counseling with Our Councils* (1997), 154.

8. See *Counseling with Our Councils*, 157.

9. 參閱「摩門經」，1980年11月，聖徒之聲，第90頁。



刺青

與傳教

巴勒山娜
教會雜誌

想 像你站在一座美麗的白色聖殿外，它的外牆和庭園都非常潔淨。有個畫家站在聖殿正門附近的草地上，他要讓大家看看他的藝術作品。

幾分鐘後，你看到這個畫家轉過身去，拿出幾罐油漆，開始在聖殿牆壁上作畫。他畫得還不錯，但就是跟那個地點格格不入。你會對他說什麼話嗎？你會請他再畫大一點，色彩再鮮豔一點，付給他作畫的酬勞嗎？還是說：「你不可以在這裡畫！這是神聖的聖殿！」？

假如這是你的聖殿，你會怎麼做？使徒保羅說：「豈不知你們是神的殿，神的靈住在你們裡頭嗎？……因為神的殿是聖的，這殿就是你們」（哥林多前書3：16-17）。

興格萊戈登會長說：「刺青是在身體的殿上塗鴉」。¹

刺青是永久性的，不僅會造成身體上的傷害，由於不聽從先知的話而選擇刺青，也會造成靈性上的傷害。此外，有件事你事先可能沒想過，那就是身上有了刺青，可能會影響你的傳教申請。


鮑比的錯誤

柯林斯鮑比（姓名已更改）寄出傳教申請文件以後，很驚訝自己收到的不是裝著傳教召喚書的白色大信封，而是教會傳道部門寄來的一封信，詢問他刺青的事。

鮑比高中畢業時，還不確定自己是否想去傳教。他搬離家裡，在外地工作，很喜歡自由自在、沒有父母親整天在身邊的生活。差不多就在這時候，他最要好的朋友和表哥都去刺青。他說：「這多少讓我少了一點戒心。」

鮑比向來很有藝術天份，所以他自己設計刺青圖案。他知道教會不鼓勵刺青，而且媽媽也不會喜歡。所以他要去刺青之前，先問哥哥對此事有何看法。哥哥給了他一些不錯的忠告。他說：「人生早已經讓我們傷痕累累了，何苦再多製造一個呢？」

可是鮑比心意已決。他花了六個星期和700美元血汗錢，在整條腿上刺了一大片的刺青。他回憶說：「那真的很痛，而且血淋淋的。一旦有了一個刺青，就很容易想再多刺幾個。」他沒有再去刺青，反倒是在增強對福音



的見證後，真的
下定決心要去
傳教。

鮑比
深感懊
悔，這和
刺青時一
樣讓他痛
苦，痛苦的
程度甚至更
為劇烈。他很
擔心，不知道
自己是否能去
傳教。他想把刺青
去除，卻負擔不起這
筆費用。他也擔心他
未來的伴侶和孩子對
此事會有什麼想法。

鮑比說：「傳道部
門的那封信讓我非
常害怕。我
最害怕的，

就是這件事會讓我不能去傳教。」

鮑比必須遵守傳道部門
對有刺青的傳教申請人所作
的規定。他在最初的申請書
上稍微提及刺青的事，後
來收到一封信要求他多說
明一些細節，包括刺青的
時間和動機，刺青在身體
的哪個部位；也要求他詳細
敘述或者附上照片，並說明
對此事有何感想。

身上有刺青的人申請
傳教時，總會當局人
員會分別審核每
個個案，再

決定是否同意讓申請者去傳教。有些人因此不能去。

鮑比最後還是收到了召喚書，他很感謝能成為傳教士，現在他是主的教會的代表，他很懊悔曾經決定去刺青。

對於某些傳教士來說，身上有刺青意味著他們會被派到在風俗文化上接受刺青的地方，或被派到氣候較寒冷、需穿長袖衣服的地區，以及婦女須穿長襪的地區，以便遮蓋住身上的刺青。刺青不但會讓你的傳教地區受限制，刺青的內容及你對刺青的感受也會決定你到底能否去傳教。



你是神創造的

「你們是神的孩子，你們的身體是祂所創造的。你們要用

毀壞那些神所創造的物體嗎？

「我向各位保證，如果你們刺青，有一天你們一定會為你們的行為感到後悔。這些圖案是洗不掉的，會永遠留在那裡，只能靠又貴又痛的方法才能除去。如果你們刺有刺青的圖案，那麼或許你們你們一輩子都必須跟著它。我相信總有一天你們會覺得不好意思。請不要去刺青。我們身為各位的總會當局人員，我們愛你們，懇請你們不要對神賜給你們的身體如此不敬。」

興格萊戈登會長，「先知給青年忠告，並為他們祈禱」，2001年4月，利阿賀拿，第37頁。

給未來傳教士的忠告

鮑比說：「我只希望大家都聽從興格萊會長的勸告。我知道他是神的先知，如果他說很重要，那就是很重要。」

鮑比自己也想提出一些忠告，這正是他哥哥曾給他的忠告：「雖然我們可以透過贖罪而獲得寬恕，何苦再做些事來讓自己的身上留下傷痕呢？」■

註：

1. 「你的兒女必大享平安」，2001年1月，利阿賀拿，第68頁。

醫療專業人員的建議

普科彭克伊娜是猶他州鹽湖城有執照的護士及專業美容師。在多年的工作中，她曾試著替許多人去除刺青。對於刺青，伊娜有話要說：

身體上的風險

- 刺青在身體上的一大風險是對墨



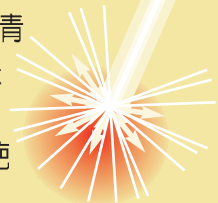
汁過敏。這種過敏可能在刺青後立即發生，也可能在刺青後六個月到一年之內發生。對墨汁過敏會使你身上的刺青部位紅腫發癢。假如你會過敏而墨汁又流進你的血液時，你可能會染上重病。

- 感染經由血液傳染的疾病是另一個風險。如果注射針和其他器具沒有妥善消毒殺菌，可能會感染愛滋病或其他疾病。

去除刺青

- 對伊娜所有的病人而言，對刺青感到後悔並不是有可能發生的事，而是鐵定會發生的事。許多人設法去除刺青，好使他們在工作上更具專業形象，或者能為子女樹立良好榜樣。

- 雷射去除刺青可以去除某些刺青——至少去除一部分——但去除刺青比刺青更痛。
- 雷射去除手術通常不會留下疤痕，但還是有可能。
- 黃色刺青或使用黃墨汁的刺青一定要靠手術才能去除。
- 去除手術要花很長的時間，費用也很昂貴——比刺青昂貴許多。



你絕對 鬥不過

力量再大，也惹不起罪。
(見教約88：86)。



加入 主的隊伍

強生法爾

教會雜誌

魁洛斯拉斐爾凝視著排球網，把球高高拋出，然後向前跑幾步，縱身一躍，整個人離地好一會兒，好像脫離了地心引力似的。他隨即迎向那顆排球，用力以手擊球，那顆球以驚人的速度飛過球網。

任何看見這一幕的人可能會想，對手哪能接得住拉斐爾像飛彈般的球呢。在一旁看球的人大概已目瞪口呆，只會說：「哇！」。

拉斐爾只是聳聳肩——但可隱約看出他對自己的表現很滿意。這位謙虛的巴西人拉斐爾說：「其實我比較喜歡足球。但我的動作不夠敏捷，踢得不好，所以才打排球。」

也許是因為身材的緣故吧。他身高6呎5吋（196公分），體重205磅（94公斤），可能不像較矮小的球員那樣動作靈巧。但以他的身高和體重來說，就算他讓球稍稍擦網而過，以他強勁的力道，也只有不怕死的對手才敢去攔截。

足球或許是拉斐爾想選擇的運動項目，但排球卻是最適合他的運動。他真的是個排球高手，他的表現很優異，事實上他打進了全國高中的排球總決賽。拉斐爾說：「那是我這一生中最快樂的三天之一。」

其他兩天呢？「是我受洗成為本教會教友那天，和我接受教長祝福那天。」

魁洛斯拉斐爾是巴西雷西菲保維根支聯會，札定馬桑加那支會的教友。他才19歲就已經學到了一些人一輩子都學不到的重要教訓。他知道只要把主放在生活中的首位，好事就會發生。他也知道，有時候必須將夢想稍作調整，以善用主所賜的才能和機會。

加強訓練

拉斐爾的父母在他出生前就加入教會，所以他是在以福音為中心的家庭中長大。

他說：「在教會中長大，從小就被教導福音的原則和遵守誠命的重要，不過你還是得有自己的見證。」

拉斐爾記得有天在上福音進修班時，全班在觀看有關斯密約瑟先知死亡的影片。「我哭了起來。我問自己：『為什麼哭？』當我認真體會內心的感受時，我得到了答案：我透過聖靈獲得見證，知道斯密約瑟是先知，教會是真實的。」

他笑著回想這件往事。他說：「在福音進修班會有好事情發生。」

在教會也會有好事情發生。有次他在上祭司定額組的課程時，覺得應該接受教長祝福。「在為此作準備時，我研讀了一些經文，然後去找主教，他叫我去找教長。我所聽到的事情讓我好驚訝，主把那麼多的責任託付給我。我很喜愛自己的祝福。」

自從那些經驗之後，他發現自己在其他方面的見證也增強了，研讀經文是其中之一。拉斐爾特別喜歡摩門經，他說：「我很佩服尼腓。」

家庭的支援

拉斐爾和尼腓一樣有良好的父母，家庭對他很重要。他和唯一的妹妹，18歲的嘉碧列娜感情特別好。



巴西的魁洛
斯拉斐爾
是個很出
色的排球選手——
他是全州代表隊的
明星球員。他的妹
妹嘉碧列娜（下）
認為他也是個很出
色的哥哥。





與

隊友建立
良好的關
係是任何

球隊致勝的關鍵。
拉斐爾服從支聯會
會長索爾斯莫札特
會長(上)的領
導，準備去傳教。
拉斐爾目前正在巴
西貝羅奧利松傳道
部傳教，他說：
「沒有比教會更適
合學習遵行福音的
地方了。」

拉斐爾說：「我認為嘉碧列娜是正義的典範，她總是服從教會的標準。」他說她每天上兩次福音進修班，清晨一次，晚上再一次。

問她為何這樣，她說：「我愛學習福音，我在不同的班級裡獲得不同的體會。而且，我有朋友上晚間班，我喜歡和他們在一起。但最重要的是，我很喜愛聖靈的感覺，我經常在福音進修班感受到聖靈。」

對拉斐爾而言，他妹妹的表現說明了把福音放在生活中的首位，可讓人有力量去抗拒世俗的壓力。他說：「從福音的觀點去看事情，能幫助我們應付挑戰；它教導我們遠離誘惑。雖然我免不了會受到誘惑，但我總是試著避開誘惑。青年需事先決定如何應付誘惑，藉此學會如何避免誘惑。」

他很清楚知道運動員所面臨的誘惑。「身為運動員，我總是做到運動員該做的事，但絕不做壞事——我不違反智慧語或做某些年輕人有時會做的其他事情。我努力樹立身為後期聖徒的好榜樣。」

他說：「起初我的朋友認為我的選擇很可笑，但不久後他們就因我的標準而尊重我。」

加入主的隊伍

是一個朋友介紹拉斐爾打排球的。2001年，他在雷西菲的足球隊裡有個隊友告訴他，有些私立學校提供排球獎學金。當時拉斐爾想申請足

球獎學金，但他發現由於體能上的技巧欠佳，他的表現始終無法達到教練要求的程度。但他在排球方面似乎有很雄厚的潛力。他說：「我不斷地練排球，一直到我打得好為止。」他的排球打得太好了，所以能在一所私立高中領到全額的獎學金。

在學校時，他打進雷西菲市的冠軍賽，然後是巴西東北部的地區賽，那是全國最重要的錦標賽之一。但他的成功不僅止於此，過了不久，有人請他加入珀南布科州代表隊，為參加全國高中聯賽作準備。他的球隊幾乎所向披靡，只在總決賽時輸了一場，他有一些獎章為證。

他說：「身為排球選手，我學會和隊友合作，一個人單打獨鬥不可能贏球。大家要彼此照應、互相幫助才行。」

同樣地，教會也已教導他要表現出自己是主的隊伍裡的隊員。「教會教導我，要彼此教導，互相照顧，時時要注意是否有人需要幫忙。沒有比教會更適合學習遵行福音的地方了。主希望我們大家都練習遵行福音。那正是我去傳教的原因。」

拉斐爾去傳教，勢必要放棄大學的運動獎學金。有幾所學校想吸收他入學，他很想接受其中一所學校的獎學金。但在他人生的這個階段，他寧可去傳教，而不想在排球場上立功。他知道他作了正確的選擇。

他說：「我在運動方面的成績固然不錯，但我希望在傳教方面有更好的表現。我覺得不論到哪裡，我都可以做得很好——只要有主作我的教練。」■

朋友



脫離黑暗



傅士德會長
教導我們，信心能
帶領我們脫離黑暗。

傅士德雅各會長
總會會長團第二副會長

我親愛的年輕朋友們，你們之中有些人可能會對未來的一切有些迷惘，有些人可能不但不知何去何從，還會懷疑自己真正的價值。我要向各位保證，我全心全意地相信你們是一個「被揀選的族類」。

彌迦曾說：「我雖坐在黑暗裡，耶和華卻作我的光」（彌迦書7：8）。我們從主那裡得到光，若我們研讀經文、參加聖餐聚會、繳付我們的什一奉獻、唱聖詩以及祈禱時，就能得到主的光。

我們能否得到光有部分是取決於我們的信心，我們的信心並非是一大堆壓得讓人透不過氣的信念和習慣的束縛。那些已經脫離黑暗的人知道，是他們的信心在支撐著他們。信心並不沉重，信心能振奮我們，給我們藉以飛躍困境的雙翼，就像以賽亞

所應許的：「但那等候耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏」（以賽亞書40：31）。

脫離黑暗邁向光明幫助我們從靈魂的黑暗面中重獲自由，而這黑暗面是來自於恐懼、沮喪及罪的束縛。我們一旦脫離了黑暗，救主明亮的光就會驅散黑霧。

要脫離黑暗邁向光明最有用的方法，就是透過眾所周知的神聖啓示的方式來與天父溝通。若不跟隨活著的先知，不論是哪位先知，我們都會身陷靈性死亡的險境。

我要向你們這些年輕人見證，福音解答了人生中的挑戰與問題，是通往幸福與實現救主應許的最佳途徑，而這應許就是「今世的平安和來世的永生」（教約59：23）。●

摘自2002年9月8日教會教育機構爐邊聚會演說講辭。





亞當



以諾



挪亞



亞伯拉罕



摩西



撒母耳



約拿



但以理

跟隨先知

「主耶和華若不將奧秘指示祂的僕人——
眾先知，就一無所行」（阿摩司書3：7）。

麥格碧琳達



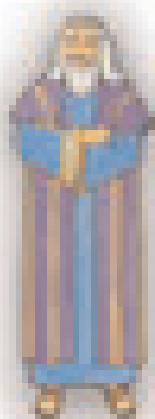
斯密喬治（1870-1951）在擔任總會會長時，教導教會教友要奉獻勞力、食物以及衣物來照料他人。二次世界大戰結束後，歐洲有許多人在挨餓，斯密會長前去拜會美國總統，請求他協助把食物及衣物運往歐洲。因為教友們早在福利計畫的指導之下生產了許多食物，也捐獻了許多衣物，所以教會擁有充分的物資去幫助有需要的人。美國政府同意運送這些食物與衣物，讓許許多多的歐洲人得到援助。

教會的教友們跟隨了先知的訓誨，願意奉獻他們的勞力、食物及衣物。一旦有人有急需，教會早已作好了援助的準備。因為教友們跟隨先知，歐洲有許多人得到了祝福。

我們蒙受祝福有一位活著的先知，先知教導我們要穿著端莊，要研讀、觀看、聆賞天父喜悅的事物。我們若照著去作，就會得到保護，免受世上許多傷人惡事的侵害。我們的先知教導我們要對每一個人友善、親切。耶穌告訴我們，當我們對人和善、為人服務時，就是在為祂服務。先知還鼓勵我們要研讀經文，從經文中我們可以認識天父和耶穌，並且學到只要我們遵守誠命，就會得到祝福。先知教導我們天父要我們做的事，只要我們跟隨先知，就會得到天父的祝福。

先知人偶

若要製作先知人偶，請將第F4頁貼在厚紙



板上，把人偶都剪下來，再把每個人偶黏上一根木棒。運用這些人偶來講述各個先知的故事，或是演唱「來跟隨先知」（兒童歌本，第58-59頁）。

註：若不想從雜誌上取下這幾頁，可以複印、描摹或從網路上列印這個活動，網址是 www.lds.org。英文請點選「福音圖書館」（Gospel Library）。其他語言則請點選世界地圖。

分享時間建議

1. 邀請三到四位支會教友來參與專題小組座談會（見教導，沒有更偉大的召喚，第175-176頁），討論影響他們的那些先知。事前先把要詢問的問題交給他們，例如：經文中的哪位先知給了你靈感的啟發？這位先知給了你什麼教導？你這一生中經歷過哪幾位近代的先知？請分享一項你的經驗，描述你因聽從了某位先知的教導，進而了解天父對你的旨意。請說出一件在最近一次總會教友大會中先知要我們去作的事。座談會的最後要留一些時間讓孩子們發問，或是分享他們在家中跟隨先知的感想及經驗。見證你知道先知是代表主發言。

2. 將我的福音標準海報張貼在黑板上，從利阿賀拿最近一期的總會教友大會專刊（2005年11月）中，選出四篇先知或使徒所作的演講，告訴孩子們演講者的姓名，貼出他的照片，並教導演講中的原則。如果可以的話，請孩子們將演講中的原則與我的福音標準中的一項原則配對。讓孩子們一邊唱關於先知的聖詩或歌曲，一邊傳遞沙包，隨機地停止歌聲，然後請當時拿到沙包的孩子，分享一件可以將教友大會演講中教導的福音原則運用到自己生活上的事。鼓勵孩子們聆聽總會教友大會的演講。●



伍惠福會長的小故事

成爲一位 聖經學者

惠福17歲的時候，爸爸
安排他繼續求學。


但是爸爸，
我負擔不起西哈特福
上學的费用！

如果你到我朋友那兒
打工，他會供你吃住。

惠福去上學了，但他非常的想家。

我好想念我的家人，
好想回家喔！

爲了幫助自己不再那麼想家，惠福決定讓自己更忙於專心課業。他逐漸愛上歷史，開始研究任何一本可以拿到手的史書。




有一天，惠福拿起聖經開始研讀。雖然一開始他只是想了解基督教的歷史，但他獲得了見證，知道聖經是神的話。

我下定決心要勤勉地尋求主，跟隨聖靈，就我所學盡全力來服從神的旨意。

惠福與許多不同的教士和牧師交談過，問他們問題，並把他們所說的與聖經作一比較，雖然大多數教會的領袖人都很好，但是惠福並不認為他們的教會是正確的。

牧師，為什麼有些人在嬰兒時就受洗呢？耶穌和他的使徒都是在相信福音之後才接受洗禮。



到了他24歲那一年，有一天夜裡惠福祈禱時，感覺自己應該去讀聖經，他隨手翻到以賽亞書56：1。

「因我的救恩臨近，我的公義將要顯現。」我在想這是不是意味著，不久我就能找到真正的福音。

在這次靈感啟發之後的兩年，惠福搬到紐約，認識了耶穌基督後期聖徒教會，接受了洗禮。主答覆了他的祈禱！



摘自 Leonard J. Arrington, ed., *The Presidents of the Church* (1986), 第118-125 頁。

更為有福

「施比受更為有福」(使徒行傳20:35)。

墨達拉結

據作者兒子的親身經歷撰寫

媽！媽！這個禮拜放學後，學校要賣冰耶！」偉德跳進車裡，興奮的說著。「我可以從撲滿裡拿一塊錢出來，明天買枝冰嗎？拜託啦！」

偉德在小型休旅車的後座上蹦蹦跳跳著，媽媽笑著說：「你可以決定怎麼花你自己的零用錢，如果你想買冰吃，就去買吧！」

「太好了！」偉德叫著。一到家，他就跑進房裡，從存零用錢的撲滿裡拿了一塊錢出來，小心翼翼地吧錢塞進背包的袋子裡。

第二天放學，偉德走到禮堂，學生會的成員就坐在桌子後面。桌上貼了每一種口味冰品的照片，要選哪個呢？要從巧克力雪糕、橘子雪糕、巧克力甜筒、冰棒和香草糖果雪糕之間作個抉擇實在是不容易。他終於選了巧克力甜筒，然後把包裝拆開來。

在走去坐車的路上，偉德先到音樂教室拿他的樂器，以便回家練習。他的音樂老師，諾倫先生正在把椅子和譜架排整齊。

「偉德，你真好，買冰來給我吃！」他開玩笑地伸手來拿甜筒。「忙了一整天，能吃個甜筒真好。」

偉德笑著說：「我是買給自己吃的。」

諾倫先生裝成很傷心的樣子，嘆口氣說：「哦！太可惜了！」然後笑著說：「好好享受你的冰吧！」

偉德向老師揮手道別，三步併做兩步地走出校門來到車上「媽！我買了冰了！」

他跟媽媽談起諾倫老師和他傷心的好笑模樣，「說不定他真的很想吃冰呢！」偉德心裡這麼想著，「媽！」他說：「我可以再拿一塊錢，明天買冰請諾倫老師吃嗎？」

媽媽微笑著說：「偉德，當然可以，那是你自己的錢。」

一回到家，偉德又跑到自己的房間，從撲滿裡再拿一塊錢出來，又把錢放進背包的袋子裡。「把冰拿給諾倫先生的時候，不知道他會有什麼樣的表情呢？」偉德心裡想著，真等不及想看看。

第二天一放學，偉德很快地收拾好書包，走到禮堂賣冰的桌子前。今天他沒有停下來考慮要買什麼口味的冰，諾倫先生看起來好像很喜歡巧克力甜筒的樣子，「我要買一個甜筒。」偉德說。

這回他沒打開甜筒的包裝，而是跑過禮堂去音樂教室。如他所料的，諾倫先生又在教室裡排椅子了。「哦！你又買冰來給我了！」諾倫先生說。



這一次，偉德直接走到諾倫先生面前，「是啊！沒錯！」他這樣說著並把甜筒拿給了諾倫先生。

諾倫先生這次並沒有裝出任何好笑的表情，相反的，他看起來很驚訝的樣子。

「這真的是要給我的嗎？」他問。

「是啊！」偉德說。

「我要給你多少錢呢？」諾倫先生問。

「哦！不用了！」偉德說：「我請你的！」

「哇！真是非常的謝謝你！」諾倫先生微笑著說。

偉德從頭到腳都開心的不得了，不禁高興地露出笑容。

「不客氣。」偉德一邊抓起了他的樂器，一邊大聲說著，然後小跑步地跑到外面的車上，車裡媽媽正在等著。他開車門時，還是滿臉的

笑容。

「怎麼樣，都還好吧？」媽媽問。

「太好了！」偉德說，然後他想了一下：「媽！妳知道嗎？我覺得我買冰請諾倫先生吃，比買給自己吃還高興呢！」●

墨達拉結是俄亥俄州東辛辛那提支聯會東門支會的教友。



「博愛何等偉大，不論其表現的方法是將自己的東西給人，……或是親切和感激的言詞。」

興格萊戈登會長，「摩門意指『更多良善』」，
聖徒之聲，1991年1月，第51頁。



經文人偶



分 享經文故事時，可用這些人偶來扮演經文中任何男孩的角色，例如以撒、撒母耳、大衛或是牧羊人。可按照圖示將人偶貼在厚紙板上，著色後剪下來做成木棒布偶、法蘭絨板人偶、或是紙袋布偶。你可以製作很多人偶，然後將它們的頭髮和衣服著上不同的顏色。●

註：若不想從雜誌上取下這幾頁，可以複印、描摹或從網路上列印這個活動，網址是www.lds.org。英文請點選「福音圖書館」(Gospel Library)。其他語言則請點選世界地圖。



木棒布偶

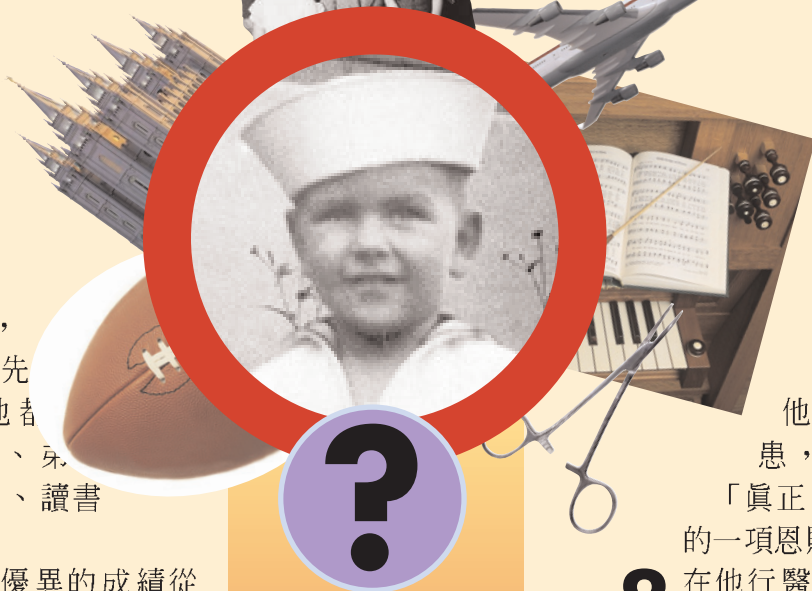


法蘭絨板人偶



紙袋布偶

猜猜我是誰？



1 他的父母教導他，家庭一向是最優先的，所以每天晚上他都會和爸媽以及姊姊、弟弟、妹妹一起玩遊戲、讀書或是唱歌。

2 22歲那年，他以優異的成績從醫學院畢業，之後成為一位醫術精湛的心臟外科醫生。

3 在十二使徒定額組的資歷中，他排名第三。

4 他曾為許多市民及教會領袖做心臟手術，包括後來成為總會會長的甘賓塞長老。

5 音樂在他的生命中佔有重要的地位，在他成長的過程中，他曾在唱詩班中演唱、參與音樂劇的演出及彈奏鋼琴。現在，他經常在總會當局人員的會議中為大家司琴。

6 他參加過許多學校的活動，其中包括了橄欖球。多年後，他還為當年的橄欖球教練動手術呢！



讀一讀關於這位十二使徒定額組成員的提示，然後再看下面的答案。十二使徒定額組的成員蒙召為先知、先見及啓示者，並擔任耶穌基督的特別見證人，他們有責任為耶穌基督向世人作見證。

7 因有多年的醫學訓練，他曾幫助無數的病患，不過他表示：「真正的醫治大能是神的一項恩賜。」

8 在他行醫的生涯中，經常需要四處旅行出差。他常會在旅程中，帶一位家人與他同行。

9 他在參加一場大學的戲劇表演中認識了他的妻子，丹柔。她是當時的女高音主唱人，他覺得丹柔好美。1945年，他們在鹽湖聖殿結婚。

至理名言

「毫無畏懼地去關懷、教導眾人，把握每個向他人學習的機會，經常分享你的見證，成為你認識的每個人的好朋友」(“Standards of the Lord's Standard-Bearers,” Ensign, Aug. 1991, 10)。

他的擔子變輕了

畢侯珊德拉
真人實事

「主加強了他們的力量，使他們能輕易地挑起他們的擔子」（摩賽亞書24：15）。

在夏夫赫斯特14歲的那一年，他媽媽給了他錢買張火車票，叫他到鄉下去看看能不能買些糧食回來。夏夫一家人在第一次世界大戰期間住在德國的漢堡，當時糧食非常地短缺，要靠配給才能夠領到物資。住在城市裡的人經常會試著向農人們購買糧食，因為農人有時會有多餘的糧食。

搭了兩個小時的火車之後，赫斯特來到了一座小村落，他開始挨家挨戶地詢問著，問了40多家之後，還是沒有人願意賣任何東西給他。

赫斯特下定決心決不空手而回，所以決定要再走4公里半（2.8英里）到下一個村落去。走了大約45分鐘後，赫斯特問遍了沿路上每一戶人家，終於有一個農夫肯賣他100磅（45公斤）的馬鈴薯。赫斯特真不敢相信自己會這麼幸運！他原本只希望能夠買到一磅（0.5公斤）的奶油或是幾磅

的燻肉而已。

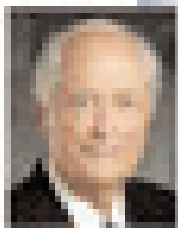
農夫將那一大袋的馬鈴薯抬起來讓赫斯特扛在肩上，赫斯特就開始沿著來路啓程回家。



聖經故事

「我們之所以會獲得信心，是透過禱告而來的，我們真誠渴望與神親近，信賴祂會承擔我們的重擔。」

十二使徒定額組的海爾斯羅拔長老，「找到對主耶穌基督的信心」，利阿賀拿，2004年11月，第73頁。



沒多久，他就了解到這個任務的艱難度了。這些馬鈴薯幾乎是和他的體重一樣重，對一個營養不良的男孩來說，要扛這麼多的馬鈴薯，真是太重了。但是假如把它放下來，在路旁休息休息的話，赫斯特可能就沒辦法再把這一大袋的馬鈴薯扛回肩上了。

就在赫斯特為這個問題傷神之際，突然想起媽媽曾用經文教導他祈禱的力量，他還記得摩門經中的故事，有關阿爾瑪和他的人民在希雷地的經歷。這些尼腓人被拉曼人奴役，他們呼求主幫助他們好承擔起他們的重擔，主答覆了他們的祈禱，幫助他們感覺重擔減輕。赫斯特突然有個點子，他心想主也許也會減輕他的重擔。

赫斯特開始祈禱，轉眼之間，他感覺到他的重擔好像已從肩上除去，能夠輕輕鬆鬆地不用休息，一路走到了車站。

在車站裡，又發生了另一項奇蹟。村警有權沒收從乘客身上搜查到的任何食物，許多人都想盡辦法要把食物藏起來。但是對赫斯特來說，想要把這100磅的馬鈴薯藏起來是不可能的，但是令他驚訝的是，他上車時，村警什麼話都沒說，他獲准將馬鈴薯帶回家去給媽媽。

那些馬鈴薯不僅在那段艱難的日子裡養活了他們一家人，還鞏固了他們的靈性，赫斯特建立起堅定不移的信心，他相信主一定會聆聽並答覆祈禱。●

畢侯珊德拉是猶他州西約旦威比支聯會威比第四支會的教友。



主的愛

「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣；這就是我的命令」（約翰福音15：12）。

韋伯金伯莉專訪總會兒童會會長
藍特雪柔姊妹，教會雜誌

我最喜歡的兒童會歌曲之一就是「我感受主的愛」（兒童歌本，第42-43頁），其中第一句歌詞是「我感受主的愛，在我周圍的世界。」我在拜訪世界各地兒童會的小朋友時，都看到他們可愛的臉龐，散發出愛的光芒。

我讀經文的時候特別能感受到救主的愛，經文教導我們天父和耶穌基督希望我們去學習以及去完成的事，並幫助我們得到見證。

我大約是在12、13歲那幾年得到自己的見證，我了解到我需要自己知道教會是不是真的，我開始沉思當年和我差不多大的斯密約瑟在聖林裡的祈禱，我剛好讀到摩門經中摩羅乃告訴我們，要向神祈求好得到對真理的見證（摩羅乃書10：3-5），於是我照著去做了。我真的向神祈求，而且也感受到摩羅乃應許我們每一個人的見證。從那時候起，我知道我已有了自己的見證。

我最喜歡的經文之一是約翰福音13：34：「我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。」對人親切仁慈就是愛的表現。

小時候，我從不會讓任何人感到被冷落，假如遊樂場裡有小朋友受捉弄，我就會想去當那些人的朋友。我還記得我曾和一位大家都對她很壞的女孩作朋友，過了許多年我結婚後，她成了我的鄰居。當我見到她的時候，我們很高興地彼此打招呼。我心裡想著：「看看她，現在的她是一位了不起的母親，認真地為家人服務，也很努力教導她的孩子。」我很慶幸自己小的時候對她很好，所以當我再次見到她時，沒有任何的遺憾，大家還是朋友。

我們一定要時時留意別人的感受，應該對每一個人都親切和善，就像耶穌所做的一樣。祂愛我們每一個人。不論我們長得是美或醜，我們的衣著、髮色是否不同，也不論我們做人行事的方式是否一樣，或是我們是否來自不同的國家，說不同的語言，天父和耶穌基督都愛我們，祂們愛我，也愛你。

只要我們研讀經文，試著照經文所教導的去做，就會「讓經文成為我們人生的錠錨」。當我們以經文為「錠錨」時，就是在表達我們對救主的愛，祂一定會祝福我們的。

祂知我會跟隨祂，
奉獻出我生命，
我感受主的愛，
祂的愛無邊無際。

(兒童歌本，第42-43頁)

我知道耶穌基督活著，祂愛我，這真的是祂的教會，經文是真的。●

與丈夫約翰合影。



藍特姊妹三歲時。



我怎麼能說謊呢？

「跟從我的，就不在黑暗裡走，必要得著生命的光」
(約翰福音8：12)。

狄羅丹艾莉卡

天晚上，我要出門去辦一些事之前，
吩咐孩子們要把功課作好，我告訴他
們我回來時要檢查。等到我回家的時
候，很驚訝地發現我那7歲大的兒子，梅可正和
朋友一起騎腳踏車。我問他該做的事都做好了
嗎？他很響亮地答道都做好了，我再問他說
的是實話嗎？他回答說：「媽媽，我不能說謊騙
妳的！」

這引起了他朋友的注意，他問梅可為什麼
他不能說謊，梅可非常篤定地回答：「身為一
個摩門教徒，我怎麼能說謊呢？」

我進了家門，檢查梅可的功課，他不僅全
部都寫完了，而且連一個錯也沒有。我非常感
激我兒子所學到的福音原則，也感激他的榜樣
——變得更像耶穌一樣。●

狄羅丹艾莉卡是阿根廷夸托河支聯會洛奎沙茲佩納支
會的教友。

艾奎尤丹妮拉繪



教導神國的教義



虔敬閱讀文章中的經文與教導，並選出能符合探訪對象需要的部分，分享妳們的經驗與見證，並邀請妳們所教導的人也同樣這麼做。

身為婦女會一份子的祝福：

婦女會幫助姊妹們藉著研讀經文及近代先知的話語來學習福音教義。

我們如何學習神國的教義？

十二使徒定額組的培勒羅素

長老：「我們每個人都務必盡一切所能地，藉著研讀經文及活著先知的話語，來增加我們屬靈的知識與理解力。我們研讀啓示的時候，聖靈就會

在我們的心中證實我們所學之事的真實性；而主的聲音也就是以這樣的方式向我們每個人講話。我們若能沈思福音的教導，並將之應用在日常生活，便能更加準備好接受更多的光與真理了」（「主的啓示何等奇妙」，1998年7月，聖徒之聲，第34-35頁）。

興格萊戈登會長：「希望各位在研讀經文時，能享受多於責任，進而喜愛神的話語。我向妳們保證，妳們在研讀時，心智會被啓迪，靈魂會得到提升。剛開始可能覺得很煩，但是漸漸地會變成美好的經驗，因為接觸的都是神聖的思想與話語」（「妳們內心的光」，1995年7月，聖徒之聲，第105頁）。

身為婦女會姊妹，我們有何教導的責任？

甘賓塞會長 (1895--1985)：「智能、光和知識……是斯密約瑟先知給姊妹們的一部分應許。……婦女會姊妹在家中、主日學、兒童會、婦女會、聖餐聚會以及日常言談中教導孩子時，就會天天看見這項應許應驗。……

我們鼓勵所有的姊妹善用機會，在學校、個人研讀以及婦女會中獲取光和知識」（"Relief Society---Its Promise and Potential," *Ensign*, Mar. 1976, 4）。

教約88：77-78，118：

「你們要互相教導國度的教義。你們要勤勉地教導，則我的恩典必跟隨著你們，……你們要勤奮尋求並互相教導智慧的言語；是的，你們要由最好的書本中尋求智慧的言語；藉著研讀並且也藉著信心尋求學識。」

總會婦女會會長帕肯邦妮：

「家庭是我們彼此教導神國教義的主要場所，但家庭要靠在教會裡學習和教導的事物來支持。身為婦女會的領袖和教師，我們可以透過有效的福音教導來協助完成這項使命。在婦女會我們教導的是教師——我們教導的是神之兒女的母親、未來的母親和養育者，……只要在婦女會進行有效的教導，姊妹的靈性必定會獲得提升，也必定會更有能力將福音原則應用在生活中。我相信，有效的教導包括認識姊妹、倚靠聖靈，以及讓姊妹在生活中感受到主的愛」（"Teaching: An Entrance to the Heart" [address delivered at Relief Society open house, fall 2004]）。■





在我的苦難中 蒙受祝福

帕肯邦妮

總會婦女會會長

如果我的兄弟姐妹把我賣去當奴隸，我絕對不止是有點生氣而已，我會覺得他們非常對不起我！古代的約瑟真的被哥哥們賣去當奴隸，然而他似乎並不這麼想。過了很久以後，當約瑟報仇雪恨的機會來臨，以往那些年的苦難卻讓他清楚知道什麼才是最重要的事。約瑟向哥哥們表明身分後，感受到了他們的憂慮，於是表明他了解自己受苦的目的：「現在，不要因為把我賣到這裡自憂自恨。這是神差我在你們以先來，為要保全生命」（創世記45：5）。

約瑟是個很了不起的人，有部分原因是他能在苦難中看到機會。我們幾乎沒有人會被賣去當奴隸，但是我們大家都經歷過苦難。我們可曾在苦難中看到機會？

1997年，外子蒙召喚主領英國南倫敦傳道部；我們在7月開始傳道服務，當時對許多事情都很生疏。舉行第一次的地帶大會時，我希望認識傳教士，也希望他們認識我。7月11日，我們在美茲頓支聯會中心教堂的

講台上，與75位傳教士一起開傳教士大會。

唱開會聖詩時，我突然覺得噁心暈眩，我轉頭告訴外子我很不舒服。外子是耳科醫師，他注意到我的雙眼很不正常地抽動。他很快地找了兩位傳教士攙扶我離開會場，到一間教室裡。這次的自我介紹可真是糟糕！我越來越不舒服，所以外子和一位忠信的傳教士給了我一個聖職祝福，然後把我帶回傳道部會長公館。車子在路上的每次顛簸和震動都讓我更覺得噁心和暈眩。不久之後我完全失去平衡感，有隻耳朵也聽不見了。醫學檢驗報告顯示，很可能是我的內耳出現血塊，我的平衡感或右耳的聽力可能無法恢復了。

我很害怕、很擔心，也很生氣。雖然我相信外子和我已蒙神召喚，但我知道：「要是我聽不見或者不能走路，如何幫助主做這項重要的事工呢？」由於無法向其他家人或知心朋友求助，我覺得自己完全孤立無援。我需要一個奇蹟。我認為自己接受召喚，並且努力去做正確的事，已經在遵行神的旨意了，我祈求祂讓我康復。我很確信自己有足夠的信心讓奇



雖然苦難絕不輕鬆容易，但所有的苦難都會給我們經驗，能讓我們獲得益處。若要了解那些祝福，我們可能要把頭轉過去，靠得更近些，聽得更仔細些。

兩

位傳教士
攙扶我離
開會場，
到一間教室裡。這
次的自我介紹可真
是糟糕！

蹟發生。

經過治療後，我的平衡感逐漸改善，但右耳聽力並沒有恢復，所以那隻耳朵是聾的，這讓我更覺得心灰意冷。爲什麼是我？我傳教三年啊！這是我應得的嗎？我沒有像約瑟那樣，把這項苦難當作一個永恆的機會。反倒像約瑟的哥哥們那樣，他們在糧袋裡發現銀子後，害怕那是一項陰謀，心想：「這是神向我們做甚麼呢？」（創世記42：28）。

我忘了能把水變成酒的這同一位神，也能使我們的軟弱成爲堅強（見以太書12：27），「所有那些折磨你們的事，將都爲你們的好處和我名的榮耀一起效勞」（教約98：3）。

九年後，隨著我個人日漸深刻的體會，我了解到，在英國的那些苦難已帶來無數的祝福。比方說，我和

古代的約瑟一樣被囚禁——不是在鐵柵欄裡，而是在暈眩的毛病裡——

在一個我無法向家族親戚求助的遙遠地方。但如約瑟向朋友尋求支援一樣，我也從傳教士夥伴們那裡得到了支援。幾乎與我們素昧平生的年長夫婦傳教士來傳道部會長公館，從旁協助我履行傳教士迎新送舊的職責。

當你只能用一隻耳朵聽時，要聽懂別人說的話可能極爲困難，尤其是他們站在你聽不見

的耳朵這邊時。我受情況所逼，必須更專心地聽別人對我說話，也因此成了較好的傾聽者。直接注視著他們，能讓我更了解他們說的話，更能體會他們的感受。

喪失了部分的聽力，讓我培養了對別人的耐心，尤其是對那些身心有障礙的人；它讓我獲得信心來接受苦難，也讓我清楚地知道，我在傾刻間被奇蹟似地治癒未必是主的旨意。事實上，有時候恰好相反的情況才是主的旨意。

我想再經歷這樣的事情嗎？我不想。但我的靈魂是否因這項挑戰及其他類似的挑戰而有所進步提升？絕對是的。當然，當人已有所成長，但聽力卻沒有回來；苦難往往會留下一些烙印。這時候該怎麼辦呢？

2002年2月，我在興格萊戈登會長的書桌前坐下，他問我：「邦妮，你的健康狀況如何？」我回答說我的健康狀況不錯，但是右耳在傳教時喪失聽力，聽不見了。他接著問：「那你另一隻耳朵的聽力如何？」我說：「很好。」他回答：「好，必要時，就轉過頭來善用那隻耳朵吧。」接著，他給了我目前的召喚。興格萊會長很了解「盡己所能且敏於調適」的原則。

雖然苦難絕不輕鬆容易就度過，但所有的苦難都會給我們經驗，能讓我們獲得益處（見教約122：7）。若要了解那些祝福，我們可能要把頭轉過去，靠得更近些，聽得更仔細些。藉著那些微小而謙卑的努力，我們將會明白祂的恩典是充分的（見以太書12：27）。■

婦女會的聲音

伍柏瑞琴

戴蒙克 瑞攝

剛起鍋的培根在小屋裡香味四溢，我們年輕單成支會的姊妹聚在一起，參加婦女會過夜活動。我躺在床上，經過了晚上的短暫睡眠後，掙扎地要起床時，聽見姊妹已經開始擠在廚房裡準備早餐了。我聽見她們熟悉的聲音開心地笑著、七嘴八舌地聊著，然後又是一陣笑聲。聽見這些快樂的吵雜聲，我突然覺得自己好愛這些了不起的姊妹。我笑著對自己說：「這就是婦女會的聲音啦。」

然後我開始回想著會讓我聯想到婦女會的其他所有聲音：一位姊妹分享她對耶穌基督復興福音的真誠見證、我們許多姊妹齊唱聖詩時交融在一起的聲音、一個溫馨感人的探訪教導課程、我們一同參與服務計畫時

縫紉機發出的嗡嗡聲，以及我們互相傾吐內心悲傷時的啜泣聲。有許多美好的聲音會讓我想起主為婦女所設的這個組織，以上這些聲音還只是其中的一部分呢。

但那天早上在度假小屋裡，當我躺著傾聽姊妹的談笑聲時，我才知道我最喜歡的聲音是什麼：是正義的婦女歡聚一堂、彼此相愛、慶祝我們同為慈愛天父女兒的這份姊妹情誼時所發出的聲音。對我而言，那才是婦女會真正的聲音。■

伍柏瑞琴是猶他州東滿地富支聯會，滿地富第55支會的教友。



三姊妹

派翠亞潔西

受洗一年後，我接到傳教士訓練中心報到。我在那裡遇到一些很要好的朋友，而認識的第一個朋友是我的同伴羅姊妹（譯註：姓氏為音譯），她來自新加坡，是歸信

者。因為我不會說她的語言，她也完全不懂菲律賓方言，所以我們只好用英語來溝通。

我在傳教士訓練中心的那16天，是我一生中最有靈性的時候。雖然我們遠離家人，但有一個很特別的人讓我們仍然感受得到愛，這人就是傳教士訓練中心會長的妻子，卡崔爾璐姐姊妹。她總是笑容滿面，神情愉快。她給我們安慰和愛，教導我們在言語和行為中表現博愛精神。

我們在傳教士訓練中心的最後一晚，我和劉姊妹想送給卡崔爾姊妹一件東西當作紀念，也藉此感謝她對我們的愛。我們沒有什麼很好的東西可以送，於是我的同伴

沒比家 更好的地方

杜波華碧莎

我在女青年的歲月接近尾聲時，苦惱著想知道教會是否確實是真實的。我經歷了一段很困難的時期，這時期帶给了我挑戰，卻也回答了我的問題，讓我知道耶穌基督後期聖徒教會是否是這世上真實的教會。

有一天我獨自在家，媽媽吩咐我打掃屋子，洗窗戶。然而，媽媽回來時，她吩咐我做的事我卻一樣也沒做。於是媽媽開始責備我，她越說，我的態度就越強硬。她當時說了一

建議我們唱一首歌送給卡崔爾姊妹。我立刻就同意了。因為我們都算是很新的教友，大部分的聖詩我們都不熟，所以我們選擇唱「我是神的孩子」（聖詩選輯，第187首）。

我們在卡崔爾姊妹的辦公室找到她，於是告訴她我們要送她這個微薄的禮物。她很高興地耐心聽我們唱。我和劉姊妹在唱的時候，一個令人難忘的靈性經驗發生了。我知道我們三



些氣話。我開始有了一些很不好的念頭，這時魔鬼的勢力變得強大無比。我寫了一封信給家人，打算隔天要離家出走。

匆匆地收拾了一些東西後，我突然想到七十員詹森肯尼長老的一篇演講。我們曾在福音進修班讀過這篇文章，當時我們的教師是開朗可親的安諾莉恩姊妹。我拿起身邊的福音進修班課本，讀了我當時所寫的這幾個字：「沒有比家更好的地方。」

我拿出先前寫好的信，丟進垃圾桶。雖然當時的我靈性很不成熟，不喜歡作禱告，但是我所面臨的誘惑卻常常催促著我去祈禱。我開始相信我在



福音進修班所上的課程很真實，也很實在。我很感謝我的父母在福音中養育我，福音充滿了美好的教導，慢慢地改變了我的生命。教會是真實的。■

杜波華碧莎是薩摩亞烏普魯發立蘇支聯會，法西圖支會的教友。

個人分屬不同種族、文化和語言，我和同伴用英語唱，好讓我們敬愛的卡崔爾姊妹聽得懂我們在唱什麼。

在那時候，我忘了我們所有的差異。聖靈告訴我，我們在世上的身分其實並不重要，因為我們三人實際上都是天父的女兒。聖靈教導我，為什麼我們三人會來到這裡，是什麼讓我們來到這裡。是耶穌基督的福音，是福音把劉姊妹和我帶到傳教士訓練中心，是福音讓卡崔爾姊妹成為那麼美好、充滿愛心的人，是福音讓我們三人知道我們都是神的孩子。■

派翠亞潔西是菲律賓北巴科羅德支聯會，巴科羅德第五支會的教友。

先知的影響力

歐莫胡德亞塔

自從我1994年加入教會後，許多教友在我的生活中發揮了美好的影響力。然而，先知興格萊戈登會長對我的正面影響力實在大得難以形容。

雖然我不會親眼見過他，但在靈性上我覺得自己曾見過他。每當我讀到他在靈的啓示下發出的信息，就想像他把手搭在我的肩上，面對面地在跟我說話。有篇標題為「人生的義務」的總會會長團信息（見1999年5月，利阿賀拿，第3頁）讓我明白收入固然重要，但我不見得要成為大富翁才會快樂。這項信息為我帶來內心

的平安與寬慰。

先知在這同一篇信息中的勸告也鼓勵我，不要浪費為將來就業作準備的大好時光，所以我決定到一所資訊工程訓練學院進修一年。我一進全國青年服務中心，就下定決心要好好把握時間。在結業時，我已經學會如何修理和安裝電腦系統。在全國青年服務中心進修一年後，現在我很順利地有了第一份工作，這都要歸功於我對電腦系統累積的知識。

我和親友間的相處比以往更為融洽。現在他們知道我的標準，也尊重我——這正是因為我一向聽從先知的勸告。先知對我的正面影響是多麼深遠啊！我是多麼感謝有一位活著的先知在指引我啊！■

歐莫胡德亞塔是奈及利亞約斯區會，包契分會的教友。



讓群山

因快樂而吶喊！

第六屆國際美術比賽
精選作品

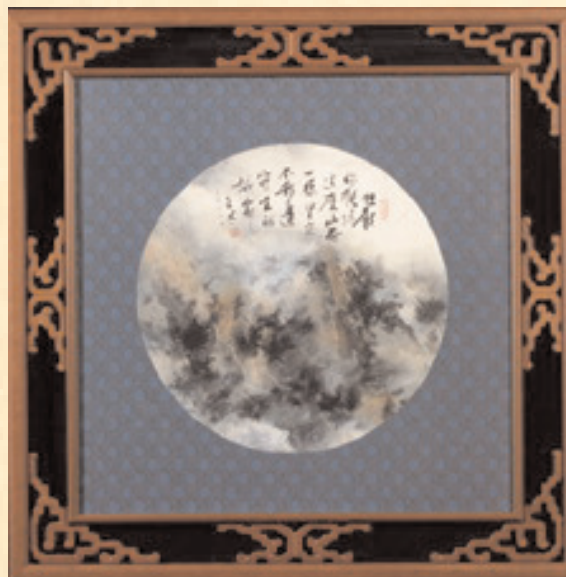
以下是11個不同國家的後期聖徒的藝術作品。這些藝術作品雖以許多不同的媒材和風格呈現，但每件作品都反映出作者對後期聖徒的信仰、歷史或生活所作的詮釋。

這些藝術作品呈現出對基督及其永恆創造物的活力及喜悅，與我們在教義和聖約128：23中所讀到的是一樣的：「讓群山因快樂而吶喊，所有你們山谷們高聲呼叫；所有你們海洋和陸地們講述你們永恆王的奇妙事工！……讓叢林和田野中所有的樹木讚美主；以及你們堅實的磐石們因快樂而哭泣吧！讓太陽，月亮，和晨星們一起歌唱，以及讓所有神的兒子們因快樂而吶喊吧！並且讓永恆的創造物永永遠遠宣揚祂的名！」

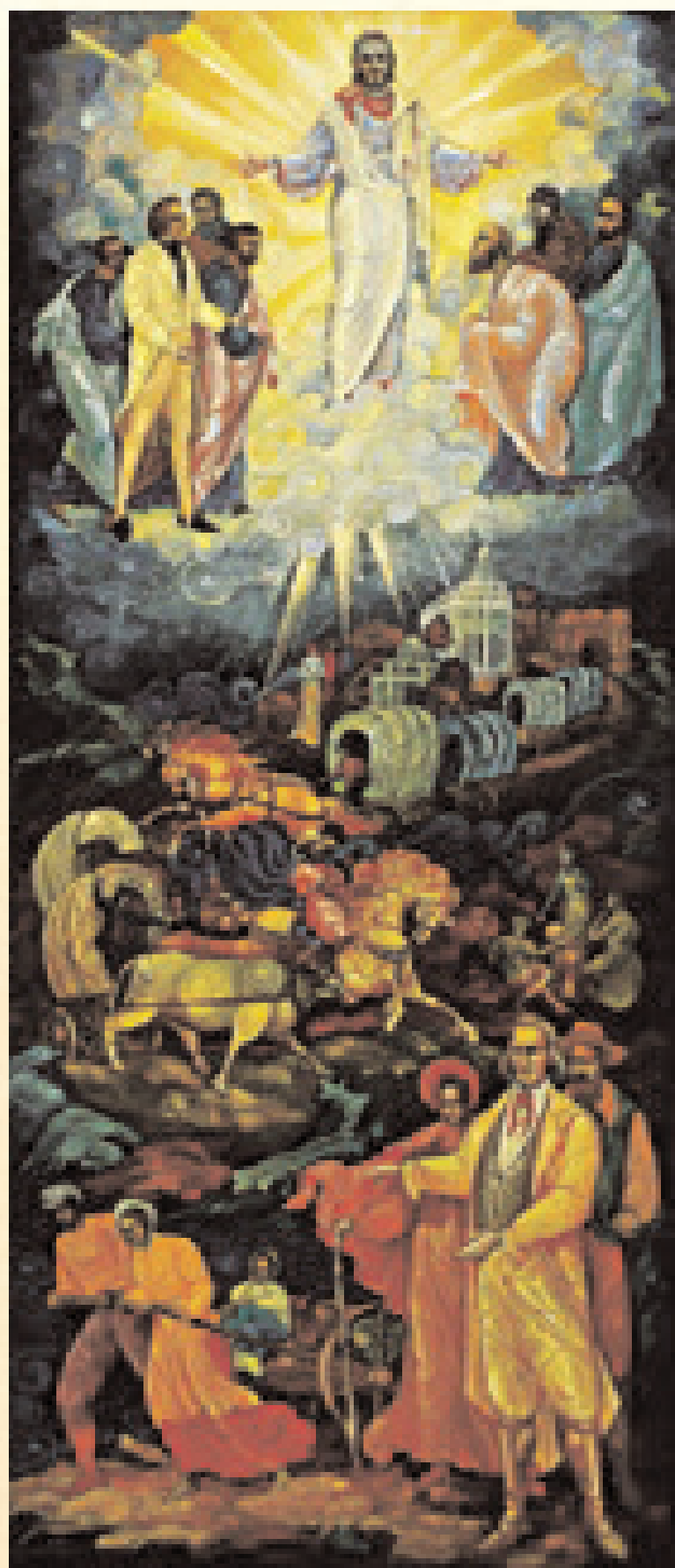




隔頁，左：來吧，以
來加，普沙盧巴（捷
克共和國）；隔頁，
右：按立，艾加特羅
倫斯（奈及利亞）；
最左：挑選石頭，耶
銳特的兄弟，佛羅倫
斯耐森（猶他）；
左：生命樹，羅拉梅
寶（智利）；左下：
已應驗的應許，小庫
馬根席多瑞克（菲律
賓）；下：堅定地遵
守誠命，鄭金太
（台灣）。



右：我有另外的羊，
不是屬於這羊圈的，
李維洛斯荷西（智
利）；下：李海的
夢，賈西亞達馬利
斯（瓜地馬拉）；最
右：我們的神聖傳
承，曼卡諾娃馬利
亞（俄羅斯）。





最左：以賽亞升天，
巴黎沃爾夫（捷克共
和國）；上：亞美尼
亞針織花邊，艾羅欣
馬娃（亞美尼亞）；
左：與我同唱，陳瑞
應（台灣）；左下：
讓群山因快樂而吶
喊！雷卡克布萊特
（加拿大）；下：異
象，維勒里安諾尤哥
里尼（義大利）。



遠離邊緣



我讀高中時，在一月份某個下

雪的晚上，我去參加一個朋友的生日派對。女孩愉快地笑著，在客廳或坐或躺，一面聊天、一面吃蛋糕。我就坐在這群人當中，背靠在沙發上。

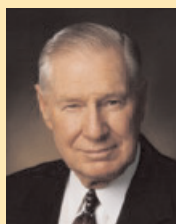
有個女孩開心地笑著說：「我姊姊這星期搬離那間側房了，從今以後那裡就變成我們歡

我該去
參加派對，
當那個不喝酒
的司機嗎？

坎柏爾琪莉安

度週末的好地點了！我想，要是我們全班都來參加派對，大家的感情一定會更好。像是羅伯耶利米，他一喝酒，就變得好好有趣喔。」

我盯著那個女孩看，不敢相信從她的口中說出來的這些話。更讓我驚訝的是其他的人居然也附和著，說還有哪些人來參加派對也會很



在中心點 較安全

「智慧語的一部分精神就是除了主所明令禁止的事物外，要在一切事上保持中庸。……

「年輕的時候，朋友和我會去遊樂場玩大轉盤。大轉盤的形狀有點像倒過來的盤子，轉個不停。我們都會儘可能靠近中心點，所以轉盤加速時，才不會被離心力甩出去。有時候站在外圈的人會緊抓住站在內圈的朋友，但這有時候會讓兩個人一起被甩出去。我很快就明白中心點的離心力最小，即使轉盤在轉，站在中心點還是很安全。一旦在外圈的人抓住你，你便有危險了。我學到了靠近中心點才安全的道理。」

總會會長團第二副會長傅士德雅各會長，「神正義女兒的美德」，2003年5月，利阿賀拿，第109-110頁。

有趣。我難以置信地環視四周，覺得我的心已經涼了一截。怎麼會這樣呢？我的朋友？喝酒？我知道我有些朋友會喝酒，但突然間，怎麼好像每個人都會喝酒了。我低下頭，感覺自己在這群最要好的朋友當中變得很孤立。

有個朋友邊吃蛋糕邊說：「我當然會參加，不過我想我就當那個不喝酒的司機好了。我實在不想喝酒。」她笑著對我說：「琪莉安，妳也可以來呀。我們兩個正好有伴！」

我稍微鬆了一口氣，這聽起來好像行得通。我心想：「我可以去，可以確保我的朋友都平安回家。我只要在場就好了，我不喝酒，也不做不對的事。我還是可以參與的。」

我開口說話了：「聽起來很不錯！我當然會參加。我們會讓每個人很平安地回家。」每

個人都很熱烈地點頭，然後大家就轉移到其他的話題了。

第二天晚上我參加了一

場支聯會青年爐邊聚會，由支聯會會長演講。他一開始就說：「年輕的弟兄姊妹們，你們現在所處的人生階段，會承受向誘惑屈服的巨大壓力。我給你們的最佳忠告就是：千萬不要走近邊緣。不要去參加派對，然後說你們不喝酒。不要去參加派對，然後說要當那個不喝酒的司機。絕不要讓自己置身在那樣的情境中，你一旦進了門，就難免會有風險。在我諮商過的人當中，沒有人是突然染上酒癮，或突然有嚴重的道德問題。這都是一點一滴，一步步造成的。不要嘗試，我要向你們保證，只要你們不置身於會讓自己受誘惑喝下第一杯酒的情境中，你們絕不會有智慧語方面的問題。」

他的這番話讓我啞口無言，他一針見血地說出了我的問題。我知道：去參加派對，然後說自己不喝酒，還是不夠的。那天晚上我已下定決心不再涉足供應酒類的派對。

藉由這次的經驗，我學到了主了解我們的問題，祂指引我們的方式之一，是透過我們的領袖。我知道我是可能只參加派對不喝酒，還是可以順利地過完我的高中生活。但我知道只要我們遵守主的誠命，祂就會祝福我們。唯有遠離邊緣，我才能跟隨祂的指引。■

坎柏爾琪莉安是楊百翰大學第16支聯會，楊百翰大學第43支會的教友。

在丹麥————默默 活力十足的信心

本教會在此地區歷史悠久，但對尋求歸向基督的個人及家庭而言，哥本哈根的這座新聖殿成了信仰的核心。

席爾丹

教會雜誌

彼得生歐爾16歲時得到父親同意，受洗加入了耶穌基督後期聖徒教會。這場洗禮會的地點位於哥本哈根寧靜住宅區裡的一棟新古典主義風格建築，這座教堂於1931年由十二使徒定額組的維特蘇約翰長老(1872-1952)奉獻。

後來，年輕的歐爾傳完教，又回到這同一棟建築裡為父親施洗。對他及丹麥許多其他教友而言，該建築物在經過整修後，於2004年5月被奉獻為丹麥哥本哈根聖殿，更增添他們的美好回憶。

許多路過的人似乎都能感受到該建築物的莊嚴，但教友知道為何這是個神聖的地方。路過的教友可以走進聖殿旁的小庭園，就坐在那裡凝望聖殿高聳的窗戶和塔尖，思考永恆的事情。

彼得生歐爾現在是丹麥亞胡斯支聯會亞胡斯支會的主教。該支會位於日德蘭半島上，搭火車到哥本

哈根大約要三個小時。他最近才剛去首都哥本哈根，覺得那裡的生活步調匆忙了些，然後他想到聖殿：「在哥本哈根這裡，有個地方可以讓我們更接近天父。」

更靠近

丹麥的教友有許多理由因為有座聖殿與他們很接近而高興，但他們的理由總不免了又繞回到與天父更靠近一事。

丹麥哥本哈根支聯會洛斯基德支會的安德生汀娜說：「你在別的地方不會感覺到那種親近的感覺。聖靈非常強烈。」汀娜是返鄉傳教士，她的父母親都是聖殿工作人員。她的父親尼爾斯以很虔敬的口吻談起他在聖殿奉獻前的開放參觀期間，擔任導覽人員時所遇到的事情。他說：「看到人們的反應，是一種很美妙的經驗。」他回想起當時川流不息的參觀人潮，內心激動不已。「我做傳道事工很多年了，那是我第一次看到人們主動前來。我們不需要去敲門把他們找來。」

在開放參觀期間，約有25,000人來參觀聖殿。安德生弟兄回想起其中有個人是建築師，曾參與建造歐洲各地許多美輪美奐的教會建築。但那人在聖殿裡有一股莫名的感動，那種感覺無法言喻；他只能針對建築



發展、

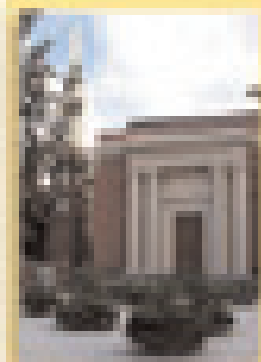
物本身的美感和品質來形容。

難以形容屬靈事物並不足以為奇。丹麥的教友會告訴你，因為他們的國家富足繁榮，人民生活安逸，大多數的人似乎都不明白

他們為何還需要神。

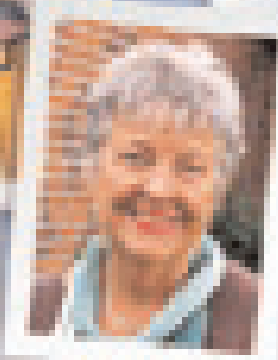
安德生汀娜談到她的一個朋友，這個年輕的小姐和她的男朋友同居——這在丹麥是個司空見慣的現象。這個朋友和汀娜談起這種同居關係出了一些問題，但她會繼續維持這關係，因為這是她僅有的一切。

汀娜說，福音「會讓你用另一個角度去看事情。別人在某些方面也許很快樂，因為他們已擁有日常生活中所需要的事物。但是他們並不知道他們來到世上之前的情形，也不知道死後要到哪裡去。」



隔頁：丹麥亞胡斯支聯會亞胡斯支會的彼得生歐爾主教。上：丹麥哥本哈根聖殿。左：丹麥哥本哈根支聯會的安德生瑪莉安、尼爾斯和汀娜。





上：丹麥哥本哈根支聯會的林翰多馬（左）、妻子海蒂（中）及子女。右：丹麥亞胡斯支聯會的尼爾森歐拉（上）和柏恆科克莉絲汀。

服從這項律法的理由。他說，當福音教義和世人普遍的作法有所不同時，孩子需要了解「他們不必跟隨周遭世人的行徑。」

林翰多馬曾擔任哥本哈根支聯會亞勒洛支會的主教，他的妻子海蒂目前在支會婦女會會長團服務。他們有八名子女，年紀從4歲到24歲，因此他們知道年輕人

所面臨的挑戰。林翰姊妹說，父母必須把握每個機會教育的時機，因為這些短暫的片刻都有助於建立見證。她為了加強自己的見證，設立目標要每週去聖殿。「在每天的生活中，光是在與人相處這方面，我就感受到有所不同。」

在丹麥的社會中，「我認為教友的人數太少是一項挑戰，」林翰弟兄說。「但從另一方面來看，我認為這也是一項很大的祝福。我們必須學會為所相信的挺身而出。」後期聖徒不必害怕表明自己的信仰。「事實上，當我們直言不諱地說出我們的信仰時，大多數人都會尊重我們。」

「與眾不同並沒有錯」

哥本哈根支聯會菲德里柏支會的簡森堤姆主教說，父母把握機會教育的時機是很重要的。他和妻子凱倫有兩個不到十三歲的女兒，柏莉拉和美伊。簡森主教說，在與孩子相處時，只要留意聖靈的提醒，「你會發現有許多很美好的時刻，可讓你以閒談的方式作見證。」簡森姊妹說，她經常尋求主的指引。她回想起有一天她為了讓她的大女兒願意去教會而向神祈禱。柏莉拉感受到了這股力量；她事後見證，她心中感受到了那項愛的提醒。

簡森主教說，由於年輕人所面臨的挑戰，父母必須教導他們「與眾不同並沒有錯」。她的妻子也強調了這一點：「你必須教導孩子，要堅守自己的信仰。」

社會上的某些情況會帶來挑戰。舉一個例子來說：最近丹麥的法律規定，16歲以上才可以喝酒。仍然有些父母很早就讓孩子喝酒，他們的論調是可以教導孩子喝酒要有分寸。這論調實際上不太行得通。另外一個例子是：從1970年起，色情出版品成為合法，而且到處都看得到。已有一個世代是在這樣的環境中長大，許多人認為這沒什麼壞處。

簡森凱倫說：「很重要的是，要教導女兒尊重自己的身體、身體是神聖的。」簡森主教又說，青年不僅需要認識貞潔律法，也要了解

長久的淵源

教會在丹麥歷史悠久，傳教士首先於1850年抵達。丹麥語的摩門經於1851年發行，是接在英語之後發行的第二種語言。但在早期及第二次世界大戰結束後的幾年內，許多歸信者移民到猶他州。丹麥是個小國家，其歷史、地理環境及商業都與其他國家息息相關，而且丹麥人很容易受吸引而到其他國家就業或求學。這些因素及人們傾向於把信仰當作私事，可能是過去數十年來教友人數增加緩慢的原因。在這有五百五十萬人口的國家中，目前大約有4,500位後期聖徒。

但資深教友在靈性及領導上的經驗是丹麥教會的一項寶貴資源。

尼爾森歐拉於1956年受洗，在亞胡斯分會成爲支會之前，他兩度擔任分會會長。另一位資深教友柏恆科克莉絲汀說，尼爾森弟兄和他的妻子以斯帖（已過世）向來都是在背後默默行善助人。當尼爾森夫婦愛上作家譜時，他們在空閒時花了很多的時間幫助其他30多位教友編寫家譜。尼爾森弟兄仍幾乎天天去該市的檔案處收集資料。「我樂此不疲。一旦開始動手，就停不下來了。」他自從加入教會後，對福音也一直有那樣的感覺。受洗那天，他高興得一路唱歌回家。「自從受洗後，我從未懷疑過。」

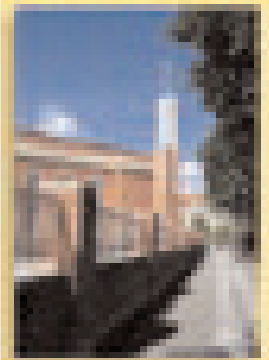
柏恆科姊妹於1952年受洗，她也協助教會在她的地區奠定基礎。她在各種輔助組織擔任過領導的職位，也是教會資料的翻譯員。她從自己的童年經驗知道，亞胡斯支會兒童會裡的25個小朋友很難找到在道德及倫理上與他們有同樣標準的朋友。但她也知道，他們不必放棄自己的信仰。在她成長的過程中，人們一向知道她的標準，也對那些標準予以尊重。

教友奉行信仰，會同時爲自己及他人的生活帶來祝福。亞胡斯的梅索凱琳從小

在教會中長大，在工作場合認識了她的丈夫賈斯柏。他們於2001年結婚時，他還不是教友。賈斯柏現在認爲他妻子的榜樣是他生活中的一大祝福。多少也是因爲她的榜樣，讓他能於2003年受洗，他們也於2004年哥本哈根聖殿奉獻典禮之後兩個多月在裡面印證。

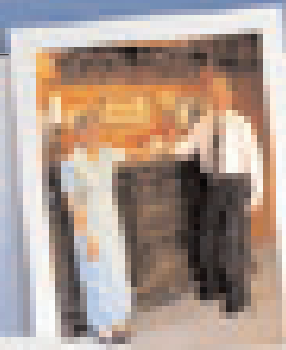
賈斯柏已接受福音的標準及價值觀（包括家庭的重要性）。結爲夫妻後，梅索夫婦選擇犧牲一些有形的物質，好讓他們有孩子之後凱琳可以留在家裡。賈斯柏說：「我們可以選擇：要住大房子，或者讓凱琳留在家裡？」

哥本哈根的高克約翰和麗莎可以告訴他們，訂下正確的優先順序所帶來的長期酬賞。高克夫婦於1968年加入教會，當時他們還很年輕，但已經結婚了，後來他們在教會中養育七名子女。2004年他們在哥本哈根聖殿開放參觀期間擔任導覽人員時，



上：哥本哈根聖殿側面圖。下：哥本哈根支聯會菲德里柏支會的簡森媞姆主教、妻子凱倫、女兒柏莉拉（左）和美伊。





上：丹麥亞胡斯支聯會的梅索賈斯柏和凱琳，以及拉森安妮（右）。右上：哥本哈根支聯會的雷穆森布麗塔（左）和傑德，他們有一口箱子，上面的雕刻描繪丹麥歷史上的一個故事。

他兒子的一個同學也來參觀。那人說：「我必須來，是因為我認識克里斯勤，也知道這對他有何意義。」

多年前高克夫婦最早是去瑞士的聖殿，他們擔任工作人員，藉此為家人樹立好榜樣，那意味著他們要花八小時前往斯德哥爾摩。他們家中的牆上掛了一幅聖殿圖片，他們利用各種資源來幫助子女在福音中更加堅定，其中包括家庭祈禱、家人家庭晚會及福音進修班自修班。

他們過去多年來都得到國外的聖殿，高克姊妹說：「現在有一座那麼近的聖殿是一項很特別的祝福。」她的丈夫於2001年卸免哥本哈根支聯會會長的職務，他把這座聖殿的到來視為教友們在靈性上更為成熟的象徵。但高克夫婦也注意到聖殿對那些非教友的影響。他們在開放參觀期間談到印證方面的事，高克弟兄說：「只要觀察夫妻注視彼此的樣子，就可以看出他們的婚姻是否幸福美滿。他們會問：『我們可以印證嗎？』」

單身生活

對於丹麥的單身教友而言，聖殿婚姻當然是個目標，但要和其他單身的後期聖徒聯誼可能並不容易，因為他們分散各地，而且都非常忙碌。

哥本哈根的年輕單成舞會或派對通常有20到30個人來參加。安德生汀娜說，要是連亞胡斯支聯會及瑞典的教友也一起邀請，參加的人才會更多。瑞典馬爾摩離這裡很近；站在哥本哈根的高樓上眺望，很容易看到一座橋樑，橫跨於兩國在波羅的海之間狹窄部分。雖然這兩國的語言很類似，但他們在舞會上通常會

用英語交談。對許多歐洲人來說，英語是通用語言。

亞胡斯的拉森安妮無論說哪一種語言都輕而易舉。除了母語丹麥語之外，她也精通德語、英語和西班牙語。她在奧地利唸書時受洗，在瓜地馬拉工作過一段時間，並且在美國的華盛頓哥倫比亞特區傳過教。安妮目前在大學攻讀心理學，她也上神學研究所，會固定來上課的人頂多只有兩三個而已。

雖然安妮在等待婚姻，但她不會停滯不前。她仍繼續實現個人的靈性目標——尤其是現在聖殿很接近。到那裡，「會讓你獲得嶄新的力量、平安和見解。你會想到自己是誰。」她在為自己的人生作決定時，會以福音原則為依據。「我們所做的每件事都是以福音為基礎。」

奠定基礎

雷穆森布麗塔於1975年和丈夫一起受洗，她說她藉由實踐福音而獲得了對福音的見證。剛開始參加婦女會聚會時，她心想：「這些姊妹們真的把她們的信念化為行動。」她一直努力效法這樣的典範。

45年來，她與學生時代所認識的一群朋友一直有往來。她邀請他們在聖殿開放參觀的時候來看看，她和丈夫為他們導覽，她也有機會向他們作見證。「那些人內心都有一些感觸，」

雷穆森姊妹回想著。她說，但願她所說的話將會對他們的生活有所影響。

她的丈夫傑德當初是透過一個朋友而接觸福音的。雖然當時傑德習慣從哲學的角度檢視宗教，但他還是透過聖靈的證實而培養了堅強的見證。他說：「我們的挑戰在於要告訴人們：『這不是由人所創立的宗教，我們有來自神的權柄。』」

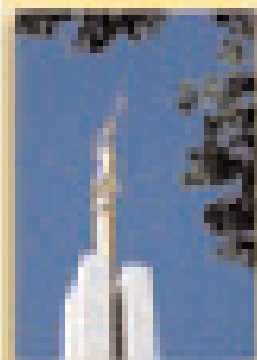
安德生伊利莎白現在快20歲了，是學校裡唯一的教友，她還不確定自己是否有見證。「有時候我覺得有，但有時候覺得沒有。」不過她倒是處於一個獲得見證的好地方，同時她也在做該做的事情。她的父親安德生簡森是丹麥哥本哈根支聯會會長。在她家裡有家庭祈禱，也有家人家庭晚會。她的父母親是忠信的好榜樣，伊利莎白在做她被教導過的屬靈事情來鞏固見證。只要有朋友問起她的信仰或生活方式，她都很樂意告訴他們福音的真理。

奉行基本的福音原則，像是信心、祈禱、悔改及服從，會讓我們對人生有嶄新的看法。安德生會長說：「人生會更加充滿喜悅。透過永恆的眼光，讓我更加因為妻子及兒女而感到喜悅。在教會中，實踐這些基本福音原則的家庭，才是真正享有福音祝福的家庭。」

他又說，哥本哈根的聖殿有助於加強這項永恆觀點。各年齡層的教友都感受得到聖殿的影響力。他的女兒伊

利莎白去聖殿時，也感受到了：「是一種平安的感受。在別的地方找不到的平安。」

安德生會長說，支聯會及支會的領袖都教導：每位教友都要以聖殿服務為目標。他說，靈性上的成長是有助於丹麥教友人數增加的關鍵因素，而靈性上的成長則來自於訂立及遵守聖殿的聖約。「我認為一個人在生活中歸信福音之後，自然而然會去做傳道事工。」他說，教友一旦歸信，就會有能力、有熱誠去幫助別人。■



上：哥本哈根聖殿的塔尖。下：哥本哈根支聯會的高克約翰和高克莉莎是聖殿工作人員。高克約翰曾經擔任支聯會會長。



克莉絲汀的挑戰

狄納安琪拉

大約30年前，在經歷了艱辛的懷孕過程後，我生下第二個孩子克莉絲汀。她出生後，醫生立刻發現她的心臟有嚴重的缺陷。克莉絲汀很快被轉到那間兒童

醫院的加護病房。她住在保溫箱裡，外子把雙手放在她小小的身體上，給她生平第一次的聖職祝福——也是歡迎她來到這世界的一份禮物。接下來的幾天

裡，我常常站在玻璃窗外，往加護病房裡看，看這小女孩在為她的生命奮鬥。院方根本不准我們碰她，我們也不知道要為她祈求什麼。

當我出院而寶寶還留在醫院時，外子和我都渴望到聖殿去。我們實質上也不能為小克莉絲汀做什麼事，我們必須信賴主和醫

由於克莉絲汀的心臟有缺陷，她出生後就住在加護病房，我們只能看著她在為生命奮鬥。



生。當時距離最近的聖殿在瑞士，離我們在漢堡的家很遙遠，不過我們覺得必須到那裡汲取力量去面對未知的將來。爲了女兒，我們運用了全部的信心。

在此同時，醫生們診斷出那是一種罕見的心臟缺陷，但他們當時沒有能力作這項手術。有這種情況的病人都活不久。但五個星期後，我們能夠帶小克莉絲汀回家了。雖然她的身體可能在受苦，但她的精神卻很愉快，而且很願意學習。我們看得出來，她很喜歡住在我們家裡，也很愛她的哥哥。

克莉絲汀四歲時，她的情況惡化，她越來越虛弱。在祈禱、禁食、去過聖殿後，我們決定到慕尼黑一所心臟醫學中心動手術，那裡的醫生剛爲一位像克莉絲汀那樣情況複雜的病人動過手術。醫生實際上必須改變心臟裡的每件東西——把心室縮小，封住缺口，修補瓣膜，這的確像在進行一項精心雕琢的藝術創作。我們非常擔心克莉絲汀，我們整個支會的教友也一起爲她祈禱。

醫生們在1980年5月21日爲克莉絲汀動手術，她度過最壞的情況，從加護病房轉到別的病房時，我們充滿了信心。後來有件可怕的事情發生了。有個非常小的血塊從修補

過的心臟瓣膜上脫落，停留在腦部，在短短幾分鐘內，她的身體右側完全癱瘓，也喪失了說話能力。克莉絲汀的眼神裡盡是恐懼和悲傷，這讓我們感到非常痛苦。如今我彷彿還能看見當時外子和我站在慕尼黑的一個電話亭裡，焦急地打電話給我們主教的情景。接下來的幾天裡，我們收到支會裡許多教友的慰問信。禁食也讓我們重獲力量，得以鼓勵克莉絲汀，並接受這項苦難。

接下來的幾年是在一連串的治療中度過的，每個微小的進步都讓我們感到非常高興。到了克莉絲汀要入學的年齡，她的健康狀況已經足以就讀一般的小學了。她用她可用的左手，學會做一些令人讚嘆的動作。她的右腿變得更強壯有力，她學會游泳、騎腳踏車和騎馬。她的生活快樂極了。要是孩子取笑她走路的樣子很奇怪，我就給他（她）看克莉絲汀的生活照，然後取笑就變成了佩服。

克莉絲汀從祖父母及親戚那裡得到許多的愛，支會教友也和她做朋友。相對地，她讓她所遇到的每個人看到她在福音中的快樂。她是我們家庭中帶最多朋友到教會的人。

克莉絲汀中學畢業後，很勤奮地完成訓練，成爲工廠的售貨員，也獲得了駕駛執照。

有了稍加改裝的汽車，她可以更加自立，也能參加年輕單成大會，並從事支聯會的召喚。1999年，她請假一年在法蘭克福聖殿擔任教會的服務傳教士。

克莉絲汀很愛孩子，也和他們很親近。她的侄兒、姪女和兒童會的小朋友都非常愛她。她是我們的榜樣，讓我們知道遭逢重大逆境的人未必要變得尖酸刻薄，反而可以散發出愉悅的氣息。

2003年，有個充滿愛心的年輕人走進了克莉絲汀的生命中，而且在她的心目中越來越重要。他在忠信的後期聖徒家庭中長大，是返鄉傳教士。2004年8月，他和克莉絲汀在法蘭克福聖殿印證。他們現在要一起面對生活上的挑戰。

我們有兩個孩子在身體上有缺陷，誰都不願意如此，但既然發生，就必須全然接受，從中學習，並克服困難。你的耳朵會變得靈敏，能聽到聖靈的提醒。我們的天父知道我們若要是有所成長，今生在世上需要經歷哪些苦難。我經常安慰我的孩子說：「你只有在這世上才會有身體上的缺陷；今生和永恆相比，是非常短暫的。」■

狄納安琪拉是德國諾蒙斯特支聯會，朗格洪支會的教友。

改道！

夏圖黛博拉

我和弟弟下班後沿著一條又長又直的高速公路開車回家，當時天色很昏暗。我們開了幾哩路，沒有一輛車經過我們身邊。我非常疲憊，爲了要保持清醒，我開始觀察這條路的車道分佈。我們是在山坡區域，我們往上爬坡這一側有兩線車道，反方向的下坡車道則只有一線。由於坡度陡峭的緣故，我們這方向多的一線車道，是用來超車的車道。

我開始想著下坡那側的情形，我知道有時候在坡度驟降的地方，大卡車會煞車失靈。下坡只有一線車道，如果有輛卡車煞車失靈，它的前面又有一輛汽車，我真不知道後果會如何。那可能是個慘不忍睹的情況。我很高興那天晚上路上沒有其他的車輛。

過了不久，我又在想那個情況。我正在超車的車道上開著，心裡想像著有輛不能煞車的卡車必須轉換到我的車道上，來超越車速較慢的車子。這時我心裡出現了一個念頭：萬一這種情形發生，在右線的慢車道會比較安全。但我自認爲當時已很晚了，又沒有什麼車輛來往，所以其實在哪個車道都沒關係。在我快要開到山

坡頂端時，這個念頭再度出現。我知道我會看不到對方來車，而它也看不見我。

突然間有個聲音高喊：「改道！」我非常驚恐，猛地轉動方向盤，開到右線道。突然間，山頂處有燈光投射過來，喇叭聲大作。弟弟醒過來，剛好看見那輛卡車跑到中間車道來，與我們擦肩而過。一會兒之後，又有一輛休旅車在離我們較遠的對面車道上，開過山頭而來。我受了很大的驚嚇，所以把車開到路肩上，讓自己的情緒穩定下來。一想到我和弟弟可能喪命，實在讓人覺得很恐怖。

我感到很驚奇；我曾聽見聖靈用細微的聲音說話，但這聲音卻是用喊的。過了幾年以後，我才明白聖靈的確曾用細微的聲音說話。祂讓我想到可能會有大卡車經過的地方，就是在對我說話；接著祂又對我說話，建議我改道，開到最右側的慢車道。當我明白是我自己沒有聽出那細微的聲音時，心裡覺得很懊惱。最後已經來不及了，聖靈只好用喊的。

自從那次的經驗之後，我就立誓要永遠讓自己的生活與聖靈和諧一致。我決心不再質疑那細微聲音的提醒，而是一聽見就立刻遵從。■

夏圖黛博拉是鹽湖城花崗岩公園支聯會，哈茂耐公園支會的教友。

我心目中的英雄

達拉森約加

於1972年11月的某一天，我搭公車去上學時，渾然不知那一天將成爲我人生中最重要日子之一。

當時我13歲，是個很普通的學生，滿腦子只想著在學校裡怎樣過得很開心，我有很多朋友也和我一樣。義塔利亞奧斯卡和其他男孩子不一樣，他很認真讀書，因此，課業表現優異，登上榮譽榜。可是我對他不太了解，只知道他是個很文靜的人。

那天我進教室時，他的衣領上別了一枚小徽章，上面寫著：「我很重視，你呢？」當時教會在我們的地區推行一項活動，幫助教友分享福音。他們會佩戴小徽章，只要別人問起，他們就可以介紹家人家庭晚會和有關家庭的事。

我問奧斯卡：「那是什麼呀？」他說他在三個月前受洗，是家裡唯一的後期聖徒。

那天的下課時間，他注意到我有興趣，於是向我解釋救恩計畫，給了我一本摩門經。他向我唸出摩羅乃書10：3-5的應許，告訴我，只要我祈禱，內心會有一種在燃燒的火熱感覺，這感覺是在向我證實摩門經是真實的。奧斯卡是個

很優秀的教友傳教士，我相信他的話。

第二天早上，母親到附近市場購物時，我決定閱讀摩門經。我差不多讀完第一頁，就很想作禱告。我走到房間裡，跪在床邊。我以前從來沒有作過禱告，但是我記得我必須奉基督的名求問神。我求問摩門經是否真實，也祈求神告訴我祂是否存在。我期待著我同學作證我會感受到的那種感覺出現。幾分鐘後，我聽見母親回來了，我很害怕她會發現我在祈禱，所以我站起來，準備去上學。

我搭車上學途中，各種意念在我腦中交戰著。我心想：「這是不是真的呢？什麼也沒發生呀，」我有許多疑惑。

我說不出是為什麼，但就在我下公車，踏上學校的走道時，我的疑惑全消失了，我知道這是真實的，非常簡單明瞭。

奧斯卡走過來，和我在教室門口說話。我說：「我要成為你們教會的教友。」他不敢相信。我的一個朋友聽到了，他把這事告訴了我的另一個朋友。不久後他們都圍在我身邊，問我為何要改變宗教信仰。他們說我是瘋了。我沒辦法回答他們的問題，哭了起來。他們最後都走

了，那裡只剩下我和奧斯卡。突然間我感到無比的快樂，那是我不曾有過的感覺，就是我的朋友曾說我會有的那種火熱的感覺，那感覺是在確證我所作的決定。

第二天奧斯卡帶了一枚小徽章給我，我們很得意地配戴著。

三十年後我回到家鄉，在一場青年爐邊聚會上演講。我把演講題目定為「如何成為英雄」，想分析尼腓、阿賓納代和阿爾

瑪如何能成為我們的英雄。但就在我等候作演講時，看到了我的朋友奧斯卡和他母親坐在觀眾席上。我回想著30年前那美好的一天，就改成向青年們講述我心目中的英雄義塔利亞奧斯卡，一位有決心分享福音，並改變了我人生方向的勇敢青年。■

達拉森約加是阿根廷哥多華山支聯會，伯格朗諾市支會的教友。

那天我進教室時，他的衣領上別了一枚小徽章，上面寫著：「我重視，你呢？」



在閱讀時獲得靈感

我曾在一位使徒的文章中讀到如何以簡單而有效的方法來獲得見證，之後我經歷了一次很特別的經驗。我讀完時，立刻想起有個朋友的見證很不穩定。我馬上寫信給她，隨信附上使徒說的這段話。

我把這封信帶到她家，讀給她聽，最後還作了見證。我無法形容當時在場的聖靈是多麼有力量。我的朋友很驚訝，也很感謝我與她分享這段引述的話。

從那以後，我的朋友開始改變了。她開始閱讀經文、比從前更常祈禱，並且參加教會聚會。每次我們拜訪彼此時，都分享一個靈性想法和我們的見證。如今她在支會裡非常積極，擔任我的月桂組班長團副班長。

馬汀雅西嘉

阿根廷西布宜諾斯艾利斯支聯會
聖多斯盧加茲支會

用愛寫成的文章

2005年3月那期的文章——「哥倫比亞的聖徒：信心堅強的典範」——讓我感到很興奮，這是用大愛寫成的文章！字裡行間流露出對文中所提及之人有極大的信心，不但對哥倫比亞聖徒，也對這整個國家的美好未來有堅強的信心。

我的國家有類似的問題待解決，我們的人民也有許多相似之處。這篇文章所提供的建



議，幾乎在任何方面的工作都可以適用。比方說，它簡單明瞭地解釋要如何開闢小型菜園及種植蔬菜，為自己的家庭盡責，變得更加自立。這無疑地也是靈性上的滋養。這些實用的建議，若付諸實行，必定能使人人有食物吃，也能儲存足夠的食物，以備不時之需。這篇文章實在很有智慧、很有用，而且來得正是時候！

庫莉克奧嘉

烏克蘭聶伯城區會
扎波羅結科特斯基分會

救主的愛

我初次閱讀利阿賀拿時就感受到聖靈，而且內心充滿了快樂，讓我忍不住流下眼淚。利阿賀拿如經文般鞏固、指引我。它幫助我們

持守並增強對救主耶穌基督的見證，知道祂確實很愛我們。

莫拉茲依妲莉亞

巴拿馬康塞普森區會
福爾肯分會

更好的家人家庭晚會

我們使用利阿賀拿作為指引來教導孩子時，我們的家人家庭晚會變得更有意思好玩，在家人家庭晚會上分享先知的教導和教友激勵信心的經驗，讓我們一家人更加團結。

普勒斯依琳娜

厄瓜多爾東瓜亞圭爾支聯會
圭亞肯斯支會



為甚麼在死人中找活人呢？亞索簡恩

「七日的頭一日，黎明的時候，那些婦女〔抹大拉的馬利亞也在當中〕……來到墳墓前，看見石頭已經從墳墓滾開了，……忽然有兩個人站在旁邊，衣服放光。……那兩個人……說：『為甚麼在死人中找活人呢？祂不在這裡，已經復活了』」（路加福音24：1-2，4-6）。



對 菲德里柏支會的簡森堤姆主教和他的家人（前封面）以及索柏格支會的簡森大衛和何斯利卡蜜拉（上）這樣的年輕教友而言，丹麥哥本哈根聖殿已成為他們生活中的信仰核心。