

利阿賀拿



封面故事：

衝出激流， 第20頁

幫助青少年領導的10個方法，
第10頁

就這麼一次，為何不可？
第26頁

由於今天而能永遠在一起，
F14頁

2008年6月
利阿賀拿 02286 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：多馬·孟蓀，亨利·艾寧，迪特·鄒希鐸
十二使徒定額組：培道·潘，多馬·貝利，羅素·納爾遜，達林·鄒克司，羅素·培勒，約瑟·胡適令，李察·司考德，羅拔·海爾斯，傑佛瑞·賀倫，大衛·貝納，昆丁·柯克

總編輯：傑伊·蘭森
顧問：蓋瑞·戈曼，菊地良彥，傑瑞·倫德，道格拉斯·沈尉
總監：大衛·費雷
編輯主任：維克·卡夫
資深編輯：賴理·希勒
圖像主任：亞倫·洛柏
主編：法爾·強生
助理主編：珍妮佛·葛林伍
副編輯：萊恩·卡爾、亞當·奧申
助理編輯：蘇珊·巴瑞特
編輯人員：克莉絲緹·班、琳達·古柏、大衛·愛德華、藍尼·高恩特、凱莉·卡頓頓、梅麗莎·梅羅、米迦勒·莫里斯、莎莉·奧雷克、萊蒂·保勒、薇薇安·波森、理查·羅慕義、珍妮佛·羅絲、丹·席爾、珍妮·多馬、保羅·凡帝柏格、萊莉·霍德、金柏莉·韋伯
資深秘書：莫妮卡·狄肯森
行銷經理：賴理·希勒
美術總監：川崎正仁
美編主任：史考特·坎本
出版經理：珍安·彼德斯
設計及出版人員：卡里·艾瑞克、柯列特·歐尼、布特妮·畢恩、豪德·布朗、朱莉·布德、多馬·榮德、雷金納德·柯丁森、凱羅琳·豪德、艾立克·強森、丹妮絲·柯比、藍道·皮克頓
印刷主任：格雷·塞威克
發行主任：蘭迪·彭森
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：陳新寧
出版助理：黃鍾秀
地方新聞編輯：馮卓健、梁程淑賢
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

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

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

Intellectual Reserve, Inc. ©2008 版權所有
美國印行

利阿賀拿雜誌的文與圖可複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，則不得復印。若有任何版權問題請洽：Intellectual Property Office, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

您可透過網際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。

• 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，2008年6月

特稿

- 2 總會會長團信息：聽忠告享安全
亨利·艾寧會長
- 8 摩爾門經的果子 理查·興格萊長老
- 10 照管羊群：教導青少年領導的技巧
迪特·鄒希鐸會長與羅素·培勒長老
- 20 安排時間，成為聖潔 亞當·奧申
- 25 探訪教導信息：耶穌基督的福音
教導我們關於前生的事



39 體驗心的變化



20 安排時間，成為聖潔

- 34 醫治的靈性要素
亞歷山大·莫里森長老
- 39 摩爾門經的教導：體驗心的變化
奇斯·席比長老
- 44 後期聖徒的心聲
教會最令我喜歡之處
伊賽貝兒·歐伯特
一星期後才發薪水 萊麗·唐納森
我去哪裡再找一本摩爾門經？
柯提斯·克雷曼
孩子的祈禱 維吉妮雅·裴瑞拉

封面
亞當·奧申攝

朋友封面
布蘭登·杜門繪。

家人家庭晚會建議

這些教學建議可供您於在這個時候無法全部裝進課堂上及家中運用，不妨依照家人及班員的需要加以修改。

「安排時間，成為聖潔」，第20頁：

進行以下活動，來教導「要排出時間做優先事項」的觀念。向家人展示一個空容器、一些沙子、小碎石和幾顆大石頭。先把沙子放進容器裡，然後放小碎石，再放石頭。

（預先決定要放的量，讓石頭在空間。利用本文討論：哪些事物是我們生活中的「石頭」或優先事項，以及如何排出時間做那些事。

「使人成長的召喚」，第28頁：大聲讀出「關於見證所學到的一件事」這段內容。



尋找藏在本期雜誌中的柬埔寨文選正義戒指時，想想選正義如何幫助你準備去聖殿。



青年園地

- 16 開啓未來之鑰 金柏莉·李特
- 26 答問篇：只試試看喝酒和抽煙一次，會有什麼傷害嗎？
- 28 使人成長的召喚 尤理西斯·蘇瑞長老
- 32 擊敗你的歌利亞
- 48 你知道嗎？



32
擊敗你的
歌利亞

朋友：兒童園地

- F2 來傾聽先知的聲音：第一次異象
迪特·鄔希鐸會長
- F4 分享時間：趁年輕時準備好自己
玲達·柯丁森
- F6 先知約瑟·斯密的小故事：獲得金頁片
- F8 對神忠信 總會兒童會會長團
- F11 我的福音標準配對遊戲
- F12 趣味欄：隱藏的圖案
- F13 巴西的安息日服裝 拿單·惠特
- F14 永遠在一起 溫蒂·愛麗森
- F16 著色頁



16 開啓未來之鑰



F12 趣味欄



F8 對神忠信

討論蘇瑞長老如何獲得見證，以及那見證如何幫助他遵行福音的標準。請列舉出我們可以做哪些事來鞏固見證。見證如何幫助我們遵行福音？

「體驗心的變化」，第39頁：在一張心形的紙上寫下「信心」、「正義」、「愛」和「勝過世界」（見「重生的祝福」這段內容）。討論這四項原則如何能幫助家人體驗內心的改變。分享伊凡的故事來說明這項改變。討論家人

們可以做哪些事來實踐這些原則，並把這些事情列於這張心形紙張的背面。

「對神忠信」，F8頁：請家人僅用一隻手來繫鞋帶，然後討論為什麼這件事很困難；接著請他們互相繫鞋帶，然後討論為何互助合作讓這件事變得容易。閱讀本文，討論當你們一起完成這項計畫，對神的信心為什麼會更加鞏固。從對神忠信這本指南中選擇一項活動，在未來一週內共同完成。

本期主題

數字代表文章的起始頁。

大衛與歌利亞, 32	教導, 1, 10, 28
仁愛, 44, 45	智慧語, 26
召喚, 10, 28	傳道事工, 16, 39, 46
安全, 2	聖化, 20
安息日, F13	聖殿, F4, F14, F16
衣著, 16, F13	聖餐, 44
克服挑戰, 32, 47	聖職, 16, 28, 34
見證, 8, 28	對神忠信計畫, F4, F8, F11
兒童會, F4, F8	領導, 10, 48
服從, 2, 20, 26	摩爾門經, 8, 46, F6
青年, 10, 28	標準, F11, F13
信心, 2, 20, 34	選擇權, 26
前生, 25	優先順序, 20
祈禱, 47	歸信, 39
約瑟·斯密, F2, F6	醫治, 34
耶穌基督, 25, 34	贖罪, 34
家庭, 10, F14	
時間管理, 20	



聽忠告 享安全

亨利·艾寧會長

總會會長團第一副會長

救主一直護衛著所有願意接受祂保護的人。祂曾不止一次說道：「我多次要聚集你們，像母雞聚集小雞那樣，只是你們不願意」（尼腓三書10：5；亦見其他經文，例如馬太福音23：37；教約29：2）。

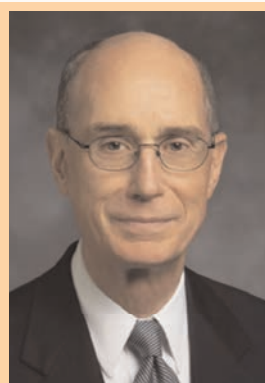
主在本福音期也曾用許多方法要引領我們到安全之地，而祂也表達了同樣的悲傷之情：「我多次呼籲你們，藉我僕人們的口、藉天使們的施助、藉我自己的聲音，藉雷聲、藉閃電聲、藉暴風雨聲，藉地震和大冰雹的聲音，藉飢荒和各種瘟疫的聲音、藉號角響亮的聲音、藉審判的聲音、藉整天仁慈的聲音、藉榮耀和榮譽及永生財富的聲音，呼籲你們，並願意用永久的救恩拯救你們，可是你們不願意！」（教約43：25）。

救主想要帶領我們到安全之地，這份渴望似乎永無休止，而祂向我們顯明那道路的方法也始終如一。祂運用許多方法呼喚，好讓所有願意接受的人能聽到。而那些方法始終都包括

透過先知的口來傳達信息——只要世人能配稱讓先知來到他們之中。這些有權柄的僕人始終肩負使命，要警告世人，告訴人們通往安全之地的道路。

一位先知的警告

1838年秋季，密蘇里州北部的情勢危急，先知約瑟·斯密要求所有的後期聖徒聚集到遠西城避難。當時有許多人住在荒僻的農場或分散的屯墾區裡。雅各·豪恩是豪恩磨坊此一小屯墾區的創建人，先知約瑟·斯密曾給予他非常明確的忠告。當時的紀錄這麼寫著：「約瑟弟兄請豪恩磨坊的主人豪恩先生通知所有住在該區的教友，要他們啓程前往遠西城，但豪恩先生並未傳達這項信息。」¹後來，先知約瑟在他的歷史記錄中寫道：「到今天為止，神一直賜我智慧去拯救願意聽從勸告的人；凡是聽從我勸告的人，沒有一人遇害。」²先知接著記載這項可悲的事實：豪恩磨坊的人若是收到並聽從他的忠告，無辜的性命應可倖免於難。



救主想要帶領我們到安全之地，這份渴望似乎永無休止，而祂向我們顯明那道路的方法也始終如一。祂運用許多方法呼喚，好讓所有願意接受的人能聽到。

在我們的時代，我們也一直被警告和勸誡該如何得到安全，遠離罪惡與憂傷。辨認那些警告的一項要訣，就是同樣的警告會一再出現。例如，我們不只一次在總會教友大會上聽到先知說，他要引述先前先知的話，而成爲第二位見證人，有時甚至是第三位見證人。年紀稍長的人應該都聽過賓塞·甘會長（1895-1985）的忠告，說明母親留在家中的重要性；後來也聽過泰福·彭蔭會長（1899-1994）引述他的話。而我們又聽到戈登·興格萊會長（1910-2008）引述這兩位先知的話。³

使徒保羅寫道：「憑兩三人的口作見證，句句都要定準」（哥林多後書13：1）。辨認警告是否來自於主的一個方法，就是看到見證人（具有權柄的見證人）律法已被施行。當眾先知的話似乎一再重複時，我們就應當留心注意，並要心懷感激能活在這蒙福的時代。

對於信心堅強的人而言，他們明白能藉由聽從先知的忠告，找到通往安全之路。對於信心薄弱的人而言，當先知說話時，他們可能認爲只不過是一位智者在好言相勸；如果這項忠告中聽又合理，而且與他們想做的事不謀而合，他們就會採納；如果事情並非如此，他們就會認爲先知的忠告有缺陷，或認爲自己屬於例外情況，先知的忠告不適用於他們。對於毫無信心的人而言，他們則可能認爲自己所聽到的，只是某些人出於私心、想要施展影響力罷了；他們會嘲笑諷刺，就像摩爾門經中所記載的，有位名叫柯力何的人說：「你們就這樣照著來自你們祖先的愚蠢傳統和你們自己的欲望誘騙這人民；你們壓迫他們如同奴隸一般，享用他們雙手勞動的成果，使他們不敢大膽仰視，不敢享受他們的權利和特權」（阿爾瑪書30：27）。

柯力何如同自古以來的許多男男女女一樣，始終錯誤地辯稱：接受神僕人的忠告，就是放棄神所賜予的自主權利。然而這種論點是錯誤的，因爲它曲解了事實。當我們摒棄來自神的忠告時，並不是選擇不受外力影響，而是選擇接受另

一種勢力的影響，是拒絕那完全慈愛、無所不能、無所不知的天父的保護。祂和祂愛子的唯一目的，就是賜給我們永生、將祂的一切賜給我們，並且把我們的家庭帶回祂愛的臂膀中。我們若拒絕祂的忠告，就是選擇了另一種勢力，這種勢力的目的是要讓我們變得悲慘，其動機是出於仇恨。我們都擁有道德選擇權這項來自神的恩賜，此項權利並非是要讓我們選擇免於受到外界的影響，這項無法剝奪的權利，是讓我們臣服於自己選擇要順服的力量之下。

站在安全之地

另一種謬誤則是相信：選擇接受或不接受先知的忠告，只不過是決定要接受忠告而獲益，或是要維持現狀而已。但事實上，選擇不接受先知的忠告，會讓我們的處境完全改變，而陷入更危險的境地。拒絕先知的忠告，會使我們將來更無力去接納受靈啓發的忠告。當挪亞請人們幫助造方舟時，下定決心去幫助的最佳時機，就是在挪亞第一次提出請求之時。之後，他每次請求，而人們不答應，他們感受聖靈的能力就越來越弱。因此每次他提出請求，人們就越來越覺得那是件愚蠢的事，直到大雨來臨，而那時已後悔莫及了。

在我的一生中，每當我選擇拖延遵從神所啓發的忠告，或認爲自己情況特殊，可以不用遵守時，最後都會發現我是在傷害自己。每當我聆聽先知的忠告，在禱告中獲得證實，並加以遵行時，都會發現自己是走向安全之地。一路走來，我發現那道路已爲我預備好，途中的險阻也變得平順好走。神慈愛地預備了一條道路，引領我到安全之地，有時那道路甚至很早就預備好了。

摩爾門經的一開始是關於李海的故事。他是神的一位先知，也是一個大家長。他得到神的警告要帶領親人到安全之地。李海的故事是個典型的例子，顯示出神經由祂的僕人賜予忠告後所發生的事情。李海的家人中，只有那些有信心並且親身獲得啓示證實的人能同時看出危難和通往



安全之路。對於那些缺乏信心的人而言，遷往荒野一事不但看起來很愚蠢，而且也很危險。李海和所有的先知一樣，他一直努力向家人指明如何找到安全之地，直到他去世為止。

他知道救主會要那些祂已託付聖職權鑰的人負起責任。凡持有權鑰的人，就有權力賜予忠告，為我們指明通往安全之地。即使人們可能不會聽從忠告，持有權鑰者仍有責任提出警告。

權鑰的授與是循線由上而下，從先知傳到負責較小群體的領袖們身上，越來越貼近家庭和個人。這就是主將支聯會變成安全之地的一項作法。舉例來說，我和內人曾出席我們主教為身為父母者所舉辦的一場聚會，他在會中針對子女所面對的靈性危險向我們提出警告。我所聽到的不只是一位睿智的友人在講話，更是一位持有權鑰的耶穌基督的僕人在履行職責、提出

警告，並將採取行動的責任交到為人父母者手上。當我們藉由聆聽和留意忠告，敬重聖職代表人所持有的權鑰時，我們就等於繫上了一條救生索，能經得起任何風暴。

天父愛我們，並差遣祂的獨生子做我們的救主；祂知道我們在世上會遭遇極大危險，其中最險惡的乃是強敵的誘惑。這正是救主賜予聖職權鑰的一個原因，讓願意傾聽且有信心願意聽從的人都可以到達安全境地。

願意傾聽

願意傾聽需要有謙卑的態度。大家都記得主對多馬·馬西的告誡；他當時是十二使徒定額組的會長，主知道馬西會長及他的十二使徒弟兄們將受到試探，於是指示他們要聽從忠告。主說：「你要謙卑；主，你的神必親手領導你，答覆你的祈禱」（教約112：10）。

當 挪亞請人們幫助造方舟時，下定決心去幫助的最佳時機，就是在挪亞第一次提出請求之時。之後，他每次請求，而人們不答應，他們感受聖靈的能力就越來越弱。



李海的故事是個典型的例子，顯示出神經由祂的僕人賜予忠告後所發生的事情。李海的家人中，只有那些有信心並且親身獲得啓示證實的人能同時看出危難和通往安全之路。

主還提出一項警告，這項警告適用於所有跟隨活著先知的人：「不要抬高自己；不要背叛我僕人約瑟；我實在告訴你們，我與他同在，我的手必護佑他；我給他和給你們的權鑰，在我來臨之前不會從他那裡取走」（教約112：15）。

神給予我們忠告，不僅是爲了我們的安全，同時也是爲了祂其他兒女的安全；而我們也應該愛這些人。天底下最讓人欣慰的，莫過於能夠知道我們已成爲神手中的工具，成功地引領他人到達安全之地。要獲得這種祝福，通常需要在不容易做到的情況下，仍保有信心聽從忠告。

在教會歷史中，雷狄克·奧瑞德的故事是一個實例。百翰·楊會長（1801-1877）當時派遣救援隊去帶回威利手推車及馬丁手推車隊伍。救援隊隊長喬治·格蘭特要求雷狄克·奧瑞德留守在懷俄明州南通口附近的甜

水河邊，帶著一些弟兄及幾輛篷車隨時待命，以便在救援隊員帶回手推車隊伍時給予協助。

救援隊找到了受困在雪地的威利隊伍，他們飢寒交迫、奄奄一息。部分救援隊員繼續去搜尋馬丁隊伍，其他人則協助威利隊伍艱苦地向上攀越落磯山脊。他們紮營不久後，雷狄克·奧瑞德和那幾位弟兄就送來迫切需要的協助和補給品。

接著，奧瑞德等待格蘭特隊長與馬丁隊伍返回。幾個星期過去，仍不見他們的蹤影。由於暴風雪吹襲，天候已對生命造成威脅，有兩位隊員認爲留下來太傻了。他們猜測馬丁隊伍若不是困於冰天雪地之中就是已經遇難，於是決定返回鹽湖谷，並設法說服其他人也跟著回去。奧瑞德雷狄克不爲所動。因爲楊會長已派他們出來，而且雷狄克·奧瑞德的聖職領袖格蘭特隊長也告訴他在那裡等候。

那些人用幾輛篷車裝滿了生活必需品就啓程返回鹽湖谷。更不幸的是，他們還叫77輛從鹽湖谷趕來救援的篷車也一併回頭；其中一些篷車甚至回到了猶他的碧格山，直到遇見楊會長所派遣的信使，才又轉回頭去救援。

從雷狄克·奧瑞德協助威利隊伍後，經過了三個多星期，格蘭特隊長終於帶著馬丁隊伍抵達了。這些先驅者當時的處境更爲困乏，也已有數十人不幸喪命。格蘭特隊長的救援隊人數不多，補給品也不充裕，而且離鹽湖谷仍有200多英里（320公里）的路程。由於雷狄克·奧瑞德在艱困的環境下仍忠於自己的任務，使他得以提供維生方面的協助及補給。⁴

主動關懷他人

我們都聽到和讀到神的先知所給予的靈感忠告，要我們主動關懷新教友。凡具有像雷狄克·奧瑞德那般信心的人，會在即使看似沒有必要或徒勞無功的情況下繼續付出友誼，堅持不懈。然後當新教友陷入靈性枯竭的谷底時，有信心的教友會在一旁以親切的話語和友誼相待。而他們也會和奧瑞德弟兄一樣，體會到來自神的嘉許；這份嘉許是因爲當奧瑞德弟兄看著那些手推車先驅者吃力地朝著他蹣跚前進時，他知道自己可以爲他們提供安全所需，因爲他在不容易做到的情況下仍聽從了忠告。

雖然史料上並沒有記載，但我相信奧瑞德弟兄在等待時曾作了祈禱。我相信他的祈禱獲得了答覆，於是他知道這項堅持下去的忠告是來自神的。我們必須祈禱，才能得到這種肯定。我應許你們，這種信心的祈禱必得到回答。

有時候我們會得到一些忠告，而即使在審慎祈禱和沉思後，仍不解其意或覺得似乎不適用自己。切莫摒棄這樣的忠告，卻要珍藏在心。如果某位你所信任的人給你一些看似普通沙子的東西，但他向你保證裡面藏有金子，那麼你很可能會聰明地把它握在手中久一點，輕輕晃動。每次我都

以這樣的態度來接受先知的忠告，經過一段時間，金沙便會開始出現，這一直讓我心懷感激。

我們蒙福能活在這時代，有聖職權鑰在世上；我們蒙福能知道能在何處找到先知的忠告及如何聆聽那聲音，那聲音會應驗主的應許，並把我們聚集到安全之地。我祈求我們都有謙卑的心，都願意聆聽、願意祈禱，並願意等待主的救助；只要我們保持忠信，主的救助必定到來。■

註：

1. Philo Dibble, in "Early Scenes in Church History," *Four Faith Promoting Classics* (1968), 90.
2. *History of the Church*, 5:137.
3. See, for example, *The Teachings of Spencer W. Kimball* (1982), 327; "To the Fathers in Israel," *Ensign*, Nov. 1987, 49; "Women of the Church," *Ensign*, Nov. 1996, 69.
4. See Rebecca Bartholomew and Leonard J. Arrington, *Rescue of the 1856 Handcart Companies* (1992), 29, 33--34.

給家庭教導教師的建議

虔敬地閱讀過本篇信息後，向教導對象分享這篇信息，分享的方式要能激勵教導對象參與。以下是一些範例：

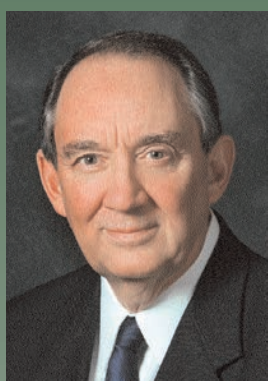
1. 閱讀雷狄克·奧瑞德忠信不移的故事。問教導對象的家庭成員，他們在那種情況下會怎麼做。問：跟從先知會如何使我們得到安全？我們本身的服從可能會對周遭人們的安全產生什麼影響？

2. 先知曾針對某些挑戰提出忠告，如衣著端莊或避開有問題的媒體內容等等。問所教導的家庭成員，他們會如何回應那些挑戰。鞏固青年（36550 265）這本小冊子對於今日的許多挑戰都提出了忠告。

3. 一起閱讀標題「一位先知的警告」底下的第二段。請教導對象的家庭成員回顧最近一次的總會教友大會。請他們就記憶所及，說出他們曾聽到哪些福音原則被一位以上的演講者談到。見證我們生活在這時代是蒙受祝福的，因為主為祂的話語提供了許多見證人。

摩爾門經 的果子

理查·興格萊長老
七十員



沉思摩爾門經中的
基督教義並將這些
教義應用在生活中，
已在我的心中造成了
「巨大的變化」。

每次我閱讀摩爾門經時，都會有這樣的感受：感覺自己的負擔減輕了，信心和希望取代了擔心、憂慮和懷疑，人生也似乎更為光明。

我年輕時曾在德國傳教，剛去傳教地區一兩個月時，有兩個類似的經驗深深地影響了我對摩爾門經的見證。

有天早上我的同伴和我在街頭與人接觸，剛好敲到某個知名教會的牧師家門，他邀我們進去，叫我們在他的書桌坐下，然後便開始慷慨激昂地抨擊摩爾門經。我了解他說的大部分內容，也確知他言談中有著紛爭之靈，但我的德語能力有限，所以很難加以回應。我的大同伴是位堅強又傑出的傳教士，他只是為這部書作了強有力的見證，然後我們就告辭離去。那時我的心怦怦跳，我相信自己甚至有些顫抖，心情也煩亂不安。

過了一兩個星期後，我們在街上作接觸時又遇到一位男子，他同意上課。我們約好了時間，他給了我們他的

住址，是在布克堡這個風景如畫的小鎮，與我們被指派的城市民登地區相隔數英里，不過仍在我們的工作地區內。

那時是冬天，在約定見面的那個星期天早上，我們騎上自行車，一路上用力踩著踏板，頂著迎面而來的強烈寒風前進。我們又冷又喘地按了那位先生的公寓大樓門鈴，他按開了大門。我們爬樓梯到他的公寓，他讓我們進去。我們很快就察覺到屋子裡有紛爭之靈——與幾個星期前我們在那位牧師家裡所感受到的一樣。

這位主人並未請我們坐下，他離開房間一會兒，回來時手裡拿著幾種版本的聖經，把它們丟在桌子上，語帶挑釁地大聲嚷著：「你們想談〔宗教〕，是吧？」然後，他指著窗子，吼叫著：「可以，不過要先把你們的摩爾門經丟到威悉〔河〕去！」

從我們遇見牧師到那時已過了兩三個星期，我已經能夠說一兩句德語，我試著開口回答。我的大同伴同樣地，只是對摩爾門經作了堅定、從

容的見證，並很有禮貌地感謝那位先生抽空與我們見面，然後就告辭，騎車回民登。這次我們則是順風而行了。

我以往自認為對摩爾門經的真實性有見證，但是經過那兩次接踵而來的經驗後，我痛苦地看清事實：我並沒有深刻、堅定的見證。我對自己沒把握，也不確定自己是否能以強有力且令人信服的方式，忠實地為摩爾門經作見證。

我下定決心，如果我希望傳道工作有成效，最好先確定自己對摩爾門經有確實、堅定的見證。我對此下了一番功夫，我加以研讀、祈禱、思考並深思熟慮。最後，主祝福了我的努力，我得到了見證，而且至今這見證不但從未消失，反而隨著歲月流逝而更加茁壯。

我經常想到這兩次經驗，心中很感謝有位睿智又沉穩的同伴，另一方面也很感謝有一位不明真理的牧師和一位激進狂熱的男士，他們就像抓著我的肩膀猛烈搖晃，讓我上了一課震撼教育。直至今日，經過了40多年，我仍記得他們的名字和我們見面的詳細經過。每次想到他們，尼腓三書裡的這幾節偉大經文便浮現腦海：

我 加以研讀、祈禱、思考並深思熟慮，最後，主因我的努力而祝福我。我得到了對摩爾門經的見證，而且這見證不但從未消失，反而隨著歲月的流逝而更加茁壯。

「你們要照我命令的施洗。你們不可和過去一樣彼此爭論，也不可和過去一樣爭論我教義中的要點。

「我實實在在告訴你們，凡具有紛爭之靈的，不是屬於我的，是屬於魔鬼的；魔鬼是紛爭之父，他煽動人心彼此挾怒紛爭。

「看啊，煽動人心彼此激怒敵對，這不是我的教義；而這是我的教義，就是要消除這種事」（尼腓三書11：28-30）。

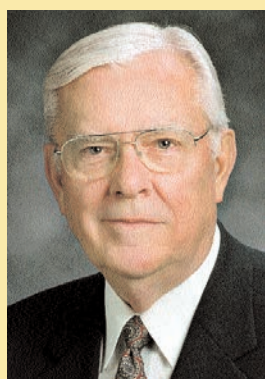
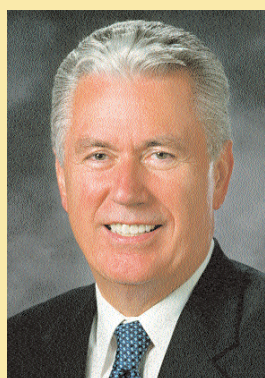
我也想到保羅對加拉太人所說的這番美好話語：「聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。這樣的事沒有律法禁止」（加拉太書5：22-23）。

這些都是我在閱讀摩爾門經時所嚐到的果子。閱讀其中的經文章節，沉思基督崇高的教義，努力將這些教義應用在生活中——這一切都深植在我的意念和靈魂中，在我的心中造成了「巨大的變化」（摩賽亞書5：2；阿爾瑪書5：14），這變化使我決心要變得更好：對人更和善、少批評、多寬容，並與他人分享主所賜給我的偉大祝福。

這些就是神的靈所結的果子，也就是摩爾門經的果子。■

照管羊群

教導青少年領導的技巧



摘自與總會會長團第二副會長迪特·鄔希鐸會長和十二使徒定額組羅素·培勒長老的訪談內容。

對某些青少年而言，成年似乎還很遙遠。但過不了多久，這新興的世代就會在家中和教會中擔任領袖了。我們現在能教導他們哪些事呢？

幫助新興世代作好準備建立堅強的家庭、領導教會並回到天父那裡，乃是一項重責大任——領袖、教師、尤其是父母都責無旁貸。「培養教會領袖的責任在於父親和母親，」十二使徒定額組的羅素·培勒長老說道。「青春期是青少年長大成熟、邁向成年的時期。在這階段，教會開始扮演重要的角色，提供青少年領導方面的機會，但這個過程是從家庭開始的。」

現在，培勒長老與總會會長團第二副會長迪特·鄔希鐸會長要分享有關教導青少年領導技巧的10項原則，這些原則是他們從實地觀察和親身經驗中歸納出來的。

1. 從家庭開始

培勒長老說，父母即使在最簡單的情境下，像是準備三餐或居家用品的維修，都可以在家中教授領導技巧。

「就我看來，父親或母親帶著子女——即使是年幼的子女——一起做事，讓孩子看到他們所做的事以及如何做事，是任何事物所無法取代的。像這樣跟在父母親身邊長大的子女，耳濡目染之下，會對生活有許多認識並且知道如何做事。這也讓子女感覺到自己是家庭議會過程中的一份子。」

「有些年輕人的家庭裡並非父母雙全，我們當然了解這點。但是總有人在撫養他們，而那個人就是教導他們如何做事以及如何領導的首要人選。」

鄔希鐸會長說，身為教友的青少年，即使父母不是教友，仍然可以在家中學習福音。支會或分會的領袖可以邀請為人父母者（不論他們是否為後期聖徒）來參與子女的教會活動。



鄔

希鐸會長
說，對於
年輕人而

言，有機會教導是
非常必要的；教導是
領導的基本工作。

最好的一些方法便是透過現有的工具來進行。

鄔希鐸會長說：「領袖可以善加利用教會現有的工具——鞏固青年小冊子、對神盡職計畫及個人進步計畫。青年父母及領袖指南說明了如何幫助青少年順利完成計畫、培養領導技巧。把這些工具帶進年輕人的家中，邀請父母幫助子女達成目標、任務以及這些工具所提供的其他美好事情。

「領袖可能需要在這方面多費點心力，但這麼做可以協助這些父母發展出以家庭為基礎的領導潛能，也讓他們知道我們的信念和宗旨；這會讓他們知道教會能使家庭團結合一，而且教導美好的價值觀——這些價值觀使我們變得更像基督；這會讓這些父母知道我們『談論基督，我們因基督而快樂，我們傳揚基督，我們預言基督，我們依照我們的預言記錄，好使我們的子孫知道去哪裡尋求罪的赦免』（尼腓二書25：26）。只要運用現有的計畫，便能幫助所有的青少年成為領袖。」

2. 在議會場合中教導

培勒長老注意到，有些成年領袖將實際上應該屬於青少年的責任承擔了下來，而且這種現象並不罕見。「領袖若能用心地與青年組織的成員商議，青少年的領導能力便會成長。舉例來說，某個執事定額組有五名活躍的男青年，另外三名不活躍。那麼是誰該負責去讓那三位不活躍的男青年恢復活躍呢？有太多領袖會說那是他們的責任。」

培勒長老說，領袖的作法應該在議會場合中把這件事提出來，和定額

組的會長團成員一同商議，然後問：「我們該做什麼？如何進行？誰該做哪些事情？」

「如果青少年看到主教或其他領袖一手包辦所有的事情，不讓別人參與，也不在議會中說明他所擁有的一切資源，那麼年輕人便會認為當領袖就應該是那樣子。主教若認為：『這是我的支會，大家要照我的方式去做』，那實在很令人遺憾，他完全忽略了這是主的支會。我們應該力求明瞭主希望我們做什麼，以及祂希望我們如何整合資源去完成任務。」

3. 在家中及教會中提供教導機會

鄔希鐸會長說，對於年輕人而言，有教導的機會是非常必要的——即使是像作見證、針對某節經文發表心得或在小組討論中護衛福音原則等等這類簡單的事。他進一步說明，教導乃是領導的精髓所在。

「我們的年輕人往往是學校裡的唯一教友，所以他們需要知道自己確實非常寶貴，而且要對自己的宗教有所了解。他們必須明白，他們的一舉一動，都是在教導。如果我們提供年輕人教導的機會，鼓勵他們不以福音為恥，便會為他們帶來莫大的幫助。」

教會不僅提供機會讓我們的靈性成長，也讓我們在其他方面成長。鄔希鐸會長談到他的飛行生涯時，說道：「每一件幫助我在職業生涯裡有所成就的事，都是我在教會裡學到的。」

他說他如今看到同樣的情形發生在自己家人身上。「人們都知道我的孫子是教友，也都知道他們是班上最

會作報告的學生。爲什麼？因爲他們在家中及教會裡學會了這些技巧。他們甚至不知道自己學到了那些事情——而事情就這樣自然地發生了。」

4. 幫助他們克服恐懼

培勒長老未滿三十歲就蒙召喚擔任主教。他回想道：「當時我非常惶恐。我從來沒當過主教，我的兩位副主教的年紀都足以當我的父親。於是我回想自己以往的歷任主教，試著從他們的榜樣找出所有令我欽佩並認爲值得去做的事。總之，不論被指派的任務爲何，只要去做，就會讓你克服恐懼。」

培勒長老又說，新的指派任務難免會帶來一些恐懼。「一個12歲的男孩在被指派擔任執事定額組會長時，一定會有些擔心，他可能會想：『我該怎麼主持會議？』這時，我們就該教他怎麼做。他有可能會出錯，事情也可能很困難，但是做了幾次之後，他就會知道自己能夠勝任。這就讓他往前跨了一大步。一旦你知道怎麼做事，霎那間你就能毫不畏懼地去領導了。」

鄔希鐸會長補充說，自信也來自於了解自己的身份。「以無價珍珠中的摩西爲例，他學到自己是按著神的形像所造，神有件事工要他去做。當你知道自己是在做主的差事，一切就改觀。這就是爲何我們的年輕人需要明白自己的身份，需要知道主會與他們同在。」

「我十幾歲時，有位傳教士來教導我們那一班，因爲我們那時是個小分會。他所說的一件事，對我猶如當頭棒喝：『神若與你同在，誰能抵擋你呢？』

只要有這種自信，就會讓你有力量做事——即使你心懷恐懼，覺得自己無法勝任亦然。」

5. 讓他們學會自己的職責

鄔希鐸會長說，領袖可能會想要在青年爐邊聚會或其他聚會中擔任主持、提供音樂或擔任祈禱，但他們應該當個「幕後領袖」來督導青少年做這些事。

「這對父母和領袖可能是一項挑戰，因爲他們知道自己可以做得更快更好。放手讓青少年去做，需要耐心，有時候這也意味著容許讓他們出錯。經文上說：『使我的人民更完全地受到教導，獲得經驗，更完全地知道他們的職責和我向他們手中要求的事』（教約105：10）。

「你們要樹立榜樣，讓他們學習。請想想救主，祂讓我們在教會裡擔任各種不同召喚，做祂的事工，祂對我們很有耐心。這就是我們在對待年輕人時應有的態度。」

培勒長老分享了一個故事作例子，他有個傳教返鄉的孫子想在自己公寓的水泥磚牆上懸掛一些東西。培勒長老去他孫子的公寓，教他該如何鑽孔、嵌入錨釘。



「我鑽好一個，然後問他想把下一個錨釘放在哪裡。他指給我看，我說：『好，就放在那兒。你剛才看到我做過了，現在由你來做。鑽子拿去。』於是他做了，也把其他的都完成了。他很緊張所以做得很慢。要是我來做，可以比他快一倍，但是現在他知道怎麼做了。這建立了他的自信。如果他想掛其他的東西，只要來借工具就行了。我只希望他會把鑽子還回來！」

6. 讓他們看清全貌

要向青少年說明，他們被要求服從和服務的原因之一，是因為他們將來要帶領家庭和教會，這一點確實非常重要；但是他們的服從和服務，不僅是幫助自己為未來的家庭及教會責任作好準備，更是幫助他們為完成今生的個人使命作好準備。

鄔希鐸會長說，強調全貌，不僅會讓青少年蒙受祝福，他們的領袖也連帶受惠。「我認為我們有時太著重細節。如果成年領袖能將關於我們的目的及潛能的大願景帶進年輕人的心思意念中，那麼細節就很容易處理了。」

他也說，了解青少年，並且明確、和善地與他們溝通，也是極為

重要的。「我13歲時被召喚為執事定額組會長。分會會長沒有選擇在走廊上，而是花好幾分鐘找到一間教室和我面談，告訴我需要做的是。他給了我美好的指示，說明他和主對我的期許。

「你知道那時我們班上有幾名執事嗎？兩位。但他仍然花時間來幫助自己和我作好準備。時隔50年，我仍然記得這件事是多麼令我感動。他希望我成功，所以付出個別的關注和時間，給我親切、直接的指示，並且追蹤後續的進展。」

7. 培養負責任的能力

鄔希鐸會長說，主不需要歌功頌德的人，祂需要是願意跟從的人。「要學習當領袖，首先要學會當個跟從者。經文上說要自己採取『行動』，而不要事事『受支配』」（尼腓二書2：26）。

「下一步驟是追蹤後續的進展。也就是我們在聖殿裡學到的——事情辦完後要作回報的原則。但是我們有些領袖卻怯於給予指示、怯於對所期望的事提出溫和而清楚的信息，怯於追蹤後續的進展。雖然事情不會做得盡善盡美，但是只要青少年試著去做，就要鼓勵他們，青少年會記得那些事。他們不見得會記得那些話，不過他們會記得受到鼓勵的感覺。」



8. 知道自己有權利獲得靈感啓發

培勒長老在年輕擔任主教時，有位很愛吵鬧的九歲男孩讓兒童會教師非常頭痛。幾個星期後，教師帶著那位男孩到主教室，說：「主教，這是你羊群裡的一隻羊，請照管他。」

培勒主教不知道該如何處理，但那時他突然靈光乍現：他請這個孩子每個星期回來報告他在兒童會的行為。培勒主教向那孩子提出了這項挑戰，那男孩的態度也因此改變了。這孩子了解到自己可以有所改變。

培勒長老說：「在他走進主教室之前，我並沒有想到『要為自己負責』這項概念。但主會藉著聖靈的力量啓發配稱正義的教師或領袖，讓他們知道該做什麼、該說什麼，藉此把人們最美好的一面激發出來，對年輕人而言尤其如此。」

附帶一提，培勒長老說這名九歲男孩後來變得「非常好」。他去傳教，在聖殿結婚，而且成爲一位優秀的領袖。

鄔希鐸會長說，獲得靈感啓發，需要在靈性上作好準備，這種準備必須付出努力，但卻極爲重要。他在擔任飛行員的職業生涯中學到了類似的經驗。他說，駕駛747飛機非常有趣，但是起飛前的準備工作卻相當繁重。「對教師或領袖而言，必需做的準備工作就是祈禱和了解男女青年的個別需求。領袖還需要確定青年活動並非只是玩樂和遊戲，同時也是有意義且愉快的經驗，能幫助他們在年輕歲月中進步，成爲神所期望的人。」

9. 把問題帶回家中

領袖——尤其是主教團——最後要負責將支會青少年的情形，適當地告知和教導父母。主教和分會會長不應洩露個人隱私，但他們可以用集體教導的方式，把普遍關切的事告訴父母。

培勒長老說：「假如今天我是主教，我相信我會毫不遲疑地在第五個星期日到聖職及婦女會的聯會聚會中，和家長們談談我對青少年的一些憂慮。我會告訴他們：『這幾年來我和你們的子女面談所知道的一些事，僅止於我跟他們之間，他們都知道這一點。我不會洩露他們的私事。但整體來說，我們現在遇到一個問題。你們做父母的人需要知道這個問題並設法解決……。』有些父母可能很怕聽到目前所發生的實際問題，但他們需要知道。」

10. 了解青少年的永恆潛能

培勒長老說：「我們已經提高標準，但這不僅是對青少年，也是對父母提高標準，因爲父母肩負主要責任來教導子女各項原則。我們已對領袖提高標準，也對教師提高標準。在這個日趨邪惡的世界裡，我們大家都必須向上提升。

「我們看到他們愛主，」他繼續說，「要記得主也愛他們。你所教導的男女青年，他們小小的身軀裡住著永恆的靈體。這些年輕人是屬於天父的，祂非常關心祂所有兒女的生活。我們需要讓這項見證之火在他們胸中繼續燃燒。」■

培勒長老說，新的指派難免會帶來一些恐懼，去做被指派的任務有助於我們克服恐懼，使我們有自信繼續做下去。

開啓未來

這位義大利的年輕人知道，運用聖職可幫助他建造通往幸福的橋樑。

金柏莉·李特
教會雜誌

以往在義大利的佛羅倫斯，戀人或夫妻會遵循一項古老傳統：他們會把掛鎖鎖在維琪奧橋上，然後把鑰匙丟進橋下的亞諾河中，表示他們的愛已永遠「鎖住」了。

今日鎖掛鎖的行為已被勸阻，以保護這座

持有該聖職權柄的人，在聖殿裡接受印證；未來，他也計畫要接受聖殿祝福。他藉著履行亞倫聖職職責，過配稱的生活、不負此項神聖託付，來為聖殿祝福作好準備。



深具歷史意義的中世紀古橋。但是16歲的克里遜·莫瑞禮知道，遠在維琪奧橋造好之前，就存在著某些真正的鑰匙——那就是強大的聖職權鑰。這些權鑰在1829年亞倫聖職和麥基洗德聖職復興的時候，已被賜給先知約瑟·斯密。其中一項權鑰便是印證的權力，而克里遜知道家庭之愛是可以永遠「鎖住」的。他的父母已藉著一位

潔淨的創意

佛羅倫斯是舉世聞名的文藝復興發源地，藝術、文學及科學思想都在此蓬勃發展。和過去才華洋溢的文藝復興人士一樣，克里遜知道音樂和書籍中蘊藏著許多美好事物。他彈奏低音吉他已經三年，而且喜歡研究英國文學和哲學。

然而他很明白，有時候「創意」會和罪惡牽扯在一起，他就認識一些沉溺於不良音樂或色情娛樂的青少年。想到自己持有的聖職，克里遜知道自己必須和他們不一樣。

煉淨之火

1497年，佛羅倫斯有一位修道士勸服市民，

之鑰



克里遜·莫瑞
禮住在義大利
佛羅倫斯
外圍的一個小鎮；
佛羅倫斯是世界聞
名的藝術和建築之
都。他喜歡培養
才能，像是彈奏
低音吉他。





克里遜很感謝
能有屬靈的
遠見。他知道
神存在，耶穌是
基督，聖職權鑰已
復興到世上。這些
知識塑造了他的
生活方式。



將他們所擁有的一切庸俗、粗鄙之物——包含鏡子、昂貴的服裝和藝術品——全部加以燒毀。2008年，克里遜的作法稍微不同。他並未力圖淨化周遭的社會，而是努力尋求聖靈之火來淨化自己的生活。

「要這麼做並不容易。」克里遜說道。他所參加的福音進修班只有四名學生，而且無法天天見面，因為他們散居在一個廣大的地區裡。他常覺得孤單，但他知道聖化的力量會透過考驗而來。他也會去從遭遇逆境的人身上得到啓發鼓舞。

耶穌基督的使徒彼得曾在克里遜的家鄉遭受考驗，在羅馬度過牢獄生活，而且很可能最後就在當地殉教。直到今天，人們還常用

彼得拿著巨大鑰匙的繪畫，來代表他持有聖職權柄。克里遜希望自己能像彼得一樣，不計任何代價地當個真正的門徒，忠於自己的聖職召喚。

克里遜心目中的另一位英雄是尼腓。「尼腓和彼得一樣，經歷了許多考驗，」克里遜說道。「但那些考驗也造就了他。」

祈禱、研讀經文，以及克里遜稱為安全港灣的家庭，造就了現在的他——一位承諾要光大聖職、去傳教、將來當個正義丈夫及父親的後期聖徒。

專注於福音的喜樂

這樣的目標使得克里遜與他的朋友有所不同。他說：「我從兒童會起，就想去傳教了。」很遺憾的是，他的



朋友對他的信仰或任何宗教都沒興趣、也不想聽，因為「他們非常專注於課業、運動和玩樂。」

他記得自己在擔任執事時傳遞聖餐，以及為一個患病的親戚禁食時所獲得的靈性經驗。「看到教導對象在受訪前後的差異」，以及看到他和父親所教導的那些家庭「得到安慰，對他們所說的話心存感激」，都在在讓他從家庭教導工作中感受到極大的滿足。

這些感受和經驗是克里遜的許多朋友所無法體會。有時他會覺得被人誤解，但是他不願失去這份屬靈遠見的祝福。克里遜很喜歡新約中救主治癒瞎子的這一則故事（見約翰福音9：1-11），而如同故事中的瞎子一樣，克里遜如今已經能夠清楚看見，但他的許多朋友卻仍看不見福音的喜樂。

分享遠見

這就是他期盼去傳教的一個原因：幫助別人明白他所了解的屬靈真理。他從小就一直是傳教士的好朋友，每次若有傳教士要搬家，他都會依依不捨。「經過一段時間後，我可能會忘記傳教士的名字，但我永遠不會忘記那些經驗。每位傳教士都在我心中留下深刻的印象，」他說：「我希望向我所認識的傳教士們看齊。」

特別讓克里遜感動的是，他在自願陪傳教士一起工作時，看到他們展現出堅毅不拔的決心。雖然「很多人會斬釘截鐵地說：『不要，我沒興趣』或者當著他們的面把門關上，他們還是



過一種不同於世俗的生活

「身為這教會的聖職持有人，我們需要付出的部分代價就是過一種不同於世俗的生活。我們是這股偉大力量的持有人和守護者，這力量能夠擊退撒但在世上的力量。我全心

懇請大家協助我們戰勝世俗。」

雅各·博士德會長（1920-2007），總會會長團第二副會長，「魔鬼咽喉」，2003年5月，利阿賀拿，第52頁。

堅持下去，」克里遜說。「他們繼續敲下一戶的門，努力與別人分享福音知識。」

克里遜在為自己的傳教作準備，他不僅保持潔淨和研讀經文，並且也穿著合宜得體的服裝，不華麗炫耀。

在佛羅倫斯，流行時尚是一件大事，但對克里遜而言，昂貴的衣服並不重要。在星期天，「我會穿著白襯衫和西裝外套、打領帶來表達對安息日和主的敬意，」克里遜說道。他知道這能讓他維持傳教士的穿著標準。他在平日穿自己想穿的衣服。「我向來不喜歡追求流行時尚，」他說。「只要能穿得合宜得體，我不在乎穿什麼衣服」——一點也不在意是哪個品牌。

幸福之鑰

克里遜期盼能接受麥基洗德聖職、聖殿恩道門、全部時間傳道召喚書，也期待有機會「鎖住自己的愛」，保留給自己的永恆家庭。

最重要的是，克里遜期待耶穌基督再度來臨。「當祂來臨時，」世上的罪惡和隨之而來的一切悲傷「都會結束，這讓我感到安慰。」而在那日來臨之前，克里遜會敬重所有持有聖職權鑰的人，並遵守聖約，使自己與救主更加接近。他知道這是獲得靈性安全和永恆幸福的唯一方法。■

安排時間， 成為聖潔

亞當·奧申
教會雜誌

在香港的街道上，生活步調緊湊而忙碌。不論白天或晚上，一波波人潮匆忙地從一處趕到另一處，大批人潮湧進地下鐵，然後再從另一處湧出，前往工作地點、市集或學校。

在一個重視辛勤工作和成就的文化裡，若想做完每件事，一天24小時似乎不夠用。

「我需要更多時間，」吳家麗感嘆地說。星期日，她和幾位年輕單身成人朋友在忙了一天後，正稍事休息。

這些朋友從親身經驗中體認到，這世界可能令人應接不暇、窮於應付。從四面八方而來的需求會讓人分身乏術，就連剩餘的一點時間都逐漸被蠶食殆盡。繁忙的俗務會讓人無暇追求屬靈的事物。我們若不當心，就會被世俗淹沒，陷入遠離慈悲之神的景況而不自知。

世界不停向前飛奔

家麗和她的朋友都明白，人在世上很容易隨波逐流。

周豎偉，28歲，製造業的主管，每週工作70小時；阮龍生，29歲，建築結構技師，每週



工作超過50小時；吳家麗，28歲，從事銷售和顧客服務業，也是每週工作超過50小時；27歲的研究助理陳勵明與28歲的機械工程師曾慶良，每週都工作約45小時。

然而這些忠信的年輕成人教友又接受了其他責任，也就是教會的召喚，每個人每週花在召喚上的時間為5-15小時。他們之中有支聯會女青年會長、支聯會男青年會長團副會長、支會主日



香港的阮龍生發現到，匆忙的生活會讓我們無法花時間與神更加接近。

學會長團副會長、地區福音研究所議會會長，以及支聯會年輕單身成人代表。

這群朋友說，想找時間更新靈性，就必須事先計畫，這有時候意謂著要有創意或減少睡眠（包括早起、晚睡，以及善用上下班的通勤時間和工作時的休息時間）。

「如果真的有心想抽出時間來做研讀經文之類的事，那麼找出做這些事情的時間並不困

難，」慶良說道。「但若沒有計畫，就很可能會白白浪費我們所找到的空閒時間。」

慎防分心

那是因為當這世界不需要你專注於工作及其他職責時，它通常會用其他方法來吸引你的注意力，佔據你的時間。



時間 不夠用嗎？

「對於要如何運用時間，我們都得做出一些困難的抉擇。……但我們絕不該明知故犯，讓屬靈事物成為次要之事，而且把這種作法變成生活模式。絕不可如此。……

「……當我們將神的目的置於首位，祂必會賜給我們奇蹟。……

「……甚至在你被召喚去做更多事情時，眼前那些『時間不夠用』的禁錮高牆都會開始消失。」

亨利·艾寧會長，
總會會長團第一副
會長，參閱「真正
的人生教育」，2000年
5月6日，CES 爐邊
聚會。

「這世上有許多讓人分心的事，」勵明說道。比方說，勵明提到了MP3這種可隨身攜帶的播放器，它能讓你隨時聽到自己喜歡的音樂，但也會讓你分心。

「我沒使用MP3播放器，已經快一年了，」她說。「它讓我很難專心，我無法一邊想事情或思考，又一邊聽著MP3。」

慶良談到了電視。「如果我有時間看電視，就應該有時間看經文，」他說。

「我們需要找到平衡點，在正確的時間做正確的事。」

對這些年輕成人而言，問題不在於觀看不良節目或聽不當的音樂，而在於娛樂是否把他們用來追求屬靈事物的那一點點時間都佔據了。或許正如十二使徒定額組的李察·司考德長老所說的：「當世上的事物蜂擁而至，往往是讓錯誤的事情佔了最優先的順位。……撒但有一項用來對付好人的利器，就是讓他們分心。他讓好人的生活充滿了『好事』，卻因而容納不下必要的事物。」¹

使自己成聖

慶良、家麗、龍生、勵明和豎偉都很努力去擺脫世俗的牽絆，他們學習負起責任，遵照主所說的：「你們要自潔成聖」（利未記20：7）。這群朋友討論了如何使自己聖化。

1. 藉著信心

「主說，……他們……運用對我的信心，以致因我而聖化」（以帖書4：7）。

信心會引發行動，這些年輕成人相信對耶穌基督的信心會引發基督般的行為。

曾慶良會努力在一天當中經常想到耶穌。「祂是我們追求聖潔的榜樣。耶穌做了哪些事？說了哪些話？」他說。

然後他會努力在生活中照著去做。

由於信心，這些朋友會研讀經文、參加福音研究所、和傳教士一起工作並且在聖殿裡服務。他們盡力去為人服務和分享見證。他們也都表明願意犧牲自己的願望來服從主。

「我的思緒和行動都必須專注在耶穌基督身上，」吳家麗說。「我不能光想著要更有耐心，卻什麼都沒做。如果我相信祂並對祂有信心，就能變得更像祂。」

2. 藉著研讀

「求你用真理使他們成聖；你的道就是真理」（約翰福音17：17）。

「當我們應用經文時，經文就成為答案，幫助我們面對及解決生活中的難題，」曾慶良談起自己研讀經文的經驗時說道。

大家都頗有同感，他們談到了自





曾慶良、
吳家麗、阮龍生
說，當我們看來
沒有足夠時間去
做每件事時，
需要把神放在
首位。

己如何設法每天抽空研讀經文，可能是在上班前或睡前半個小時，或在上下班的通勤時間。

阮龍生說，研讀並加上虔敬思考，會使我們獲得源源不絕的靈感，甚至會改變我們的性情。²

「經文加深我對福音的理解力，」阮龍生說。「我能感受到聖靈，而且與神更接近。」

3. 藉著犧牲

「那聖化是他們把心順從於神的結果」（希拉曼書3：35）。

「救主要求我們要樂意犧牲自己的願望來跟隨神，」吳家麗說道。

「我們必須樂意放棄世俗的事物，」陳勵明表示同意。

例如，龍生談到，路加福音裡的有個年輕人問耶穌，他該怎麼做才能承受永生。那人從小就遵守著誡命，然而當耶穌要他變賣一切來跟隨救主時，他卻不願放棄自己的財富（見路加福音18：18-23）。

「他需要犧牲自己喜愛的事物來跟隨基督，」

阮龍生說：「我們都有那樣的東西——不一定是財富——而是使我們無法跟隨祂的東西。」

他們談到了拉摩那王父親的例子，他願拋棄一切罪惡去認識神（見阿爾瑪書22：18）。

「神想知道我們是否有信心跟隨祂，祂希望得到我們的心，」勵明說。「祂想知道我們比較喜愛什麼，這就是我們成為祂門徒的方式。」

「要變得聖潔，就必須犧牲自己的意願和欲望，」豎偉說道。

4. 藉著服從

「凡由律法管理的也由律法保全，並由律法成全和聖化」（教約88：34）。

如果我們為了成就主的旨意、奉行聖約和遵守誡命而犧牲自己的欲望，那麼這種行為就會使我們聖化。

「神已賜給我們律法，」曾慶良說道。「服從律法能使我們聖化。」



周豎偉和
陳勵明說，
願意犧牲世俗
的追求，為神
安排時間，
會帶來莫大的
祝福。

「越樂意服從，得到的祝福就越多，」家麗說道。「遵從祂的律法可以為我們帶來幸福。」

5. 藉著贖罪

「我們……靠耶穌基督，只一次獻上祂的身體，就得以成聖」（希伯來書10：10）。

「對我來說，成聖是指能配稱在神面前，變得純潔，」龍生說：「這件事唯有透過贖罪才能做到。」

「救主經歷過我們所遭遇的一切困難，」勵明說：「我們的感受，祂都能體會。贖罪有極大的力量，能使我們變得像祂一樣聖潔」（見摩羅乃書10：32-33）。

家麗說，讓贖罪在生活中產生影響的一個方式，就是「記得救主為我們所做的一切」。

慶良說當他每天悔改並遵守誠命時，便能感受到贖罪的功效，讓主幫助他成為潔淨——這個例子說明了我們若努力聖化自己，主便會使我們得到聖化（見利未記20：7-8）。

生於世，不屬於世

這些年輕成人都努力排出時間，使自己成為聖潔，擺脫世俗事物的牽絆，因為主已命令我們要「組織自己，預備自己，聖化自己；是的，在我面前淨化你們的心，洗淨你們的手和腳，……」

而明白為何他要命令我們成為聖潔，與了解要如何達到這項目標是同等重要。

「……好讓我使你們潔淨；好讓我向你們的父，你們的神和我的神，證明你們已除去了這邪惡世代的血而成為潔淨」（教約88：74-75）。

「生活的步調有時候真的很倉促，」慶良遠眺熙來攘往的香港夜景說道。「但我們若能在生活中排出時間留給救主，我們就能得到祂的幫助來克服挑戰。對我來說，世上沒有任何事比回到天父身邊更重要。」■

註：

1. 參閱「首要的事先做」，2001年7月，利阿賀拿，第7頁。
2. 見培道·潘，「不要懼怕」，2004年5月，利阿賀拿，第77頁。

耶穌基督的福音教導我們關於前生的事

教導能符合探訪對象需要的經文與敘述，為教義作見證，並邀請所教導的人分享她們的感受和所學到的事。

關於前生，我們受到哪些教導？

十二使徒定額組的李察·司考德長老：

「我們在前生的時候，與神聖的父神和祂的愛子耶穌基督同住。……我們得知：

「『我們要造一個地球讓這些人住在上面；

『我們要藉此驗證他們，看他們是否願意做主他們的神命令他們的所有事情；

『凡守住第一地位的〔也就是在前生服從的靈〕必被加上去；……凡守住第二地位的〔也就是在今生服從的人〕將有榮耀加在他們頭上，永永遠遠』〔亞伯拉罕書3：24-26〕。……

「……你們早就知道了自己會親身遭遇今生的種種情況，並且也作好了準備。……為確保這是一場有效的試驗，你不會記得前生，不過你會得到指

引，知道要怎麼生活。天父為我們今生的救恩訂定的計畫，使我們有機會回到祂面前，這計畫稱為耶穌基督的福音」（參閱「真理復興了」，2005年11月，利阿賀拿，第78-79頁）。

十二使徒定額組的約瑟·胡適令長老：



的前生會議中，〔耶穌基督〕接受了天父為祂兒女準備的偉大幸福計畫，並被父揀選來實現該計畫。在世界被創造以前，一場為人類靈魂而戰的戰爭已經展開，當時〔耶穌〕率領正義的力量對抗撒但和他的徒眾。那戰爭至今仍在進行；當時我們都與耶穌站在同一邊，今日我們仍與祂站在同一邊」（參閱「基督徒的信仰與行為」，1997年1月，聖徒之聲，第76頁）。

為何了解前生是非常必要的？

總會婦女會會長茱麗·貝克：「在世界奠基以前，婦女就負有特殊的任務。……我們知道，在前生的大戰役中，我們站在救主耶穌基督這一邊，為的是將來有機會可以歸屬於永恆的家庭。我們知道我們是神的女兒，知道我們要做什麼。……我們相信要組織永恆的家庭，……我們知道『生養眾多，遍滿地面』仍然是誠命，……我們有信心，可以在主的幫助下成功地養育並教導子女。這些都是幸福計畫中重要的職責，當婦女敞開心胸擔起這些職責時，她們會很快樂！」（「後期聖徒婦女的最佳表現：堅定不移」，2007年11月，利阿賀拿，第110頁）。

賓塞·甘會長（1895-1985）：「我們若把今生視為生命的全部，則痛苦、憂傷、失敗和早逝便為災禍。但我們若將生命視為永恆，遠遠地延伸到前生的過去，也綿延到死後的永恆未來，那麼我們便能以正確的眼光來看待所發生的一切」（總會會長的教訓：賓塞·甘〔2006〕，第15頁）。

欲進一步研讀，見耶利米書1：4-5；教約138：55-56。■

「只試試看喝酒和抽煙一次，會有什麼傷害嗎？」

經文教導我們，爲了讓我們能運用選擇權，世上必須要有對立——即善與惡的對立，而我們也必定會「受到兩者之一的吸引」（尼腓二書2：16）。你不必爲了證明自己的選擇權確實存在，而偶爾屈服於引誘去做錯誤的選擇。重要的是，要具有分辨是非對錯的能力；你不必親身嘗試良善與邪惡，而是需要懂得分辨良善與邪惡——然後選擇良善。

你也許認爲喝一次酒、抽一次煙無傷大雅，但其實不然。煙酒是有害的物質，你一旦使用，就感受不到聖靈。有些人就因爲那麼一次，而一輩子深陷其中，無法自拔。



絕沒有「就那麼一次」這種事

你不應當嘗試，連一次都不要！你可以說絕不再犯，但煙酒是會讓人上癮的。我有位朋友曾經嘗試喝一次酒，而下次她出去時，你猜如何？她又喝了。每個人都知道她說自己喝酒「就那麼一次」，而如今卻變成了「就再一次」。教會外的人隨時在觀察我們教友的行爲。我們若不遵行自己的標準，會讓人有不好的觀感——更別提你的父母會有多麼失望了。

凱菀，17歲，澳洲，新南威爾斯



誠命能保護你的安全

慈愛的天父知道生活中所發生的每一件事和那些事物的影響，這就是祂賜給我們智慧語的原因。祂非常愛你，希望你能安全，不受魔鬼的傷害。誠命就是祂保護你的安全的一個方式。你知道不吸食毒品是一條誠命，所以要堅守在安全的境地。要祈求祂的指引來保護你的安全，使你不會想去嘗試自己明知是不對的事物。

艾森納卡，18歲，斐濟，蘇瓦

利阿賀拿的回答與讀者的回答僅供協助與參考，非教會教義之正式聲明。



遵守智慧語

要記住，智慧語是來自神的誠命，因此我們需要完全服從。否則就是犯罪，而罪永遠都是罪，即使只犯一次還是罪。別忘了，人都是由於最初屈服於微小的誘惑，像是嘗試喝酒和抽煙來了解箇中滋味之類的事，而在後來犯下嚴重的罪。安娜，20歲，墨西哥，米卻肯

抗拒誘惑

故意讓有害的物質進入體內，就是違反智慧語。切莫以身試法！使用這些物質，即使是最少的量，也可能會上癮而毀了自己。違反智慧語，會使自己斷送許多原本可獲得的祝福，因為我們玷污了自己的靈。祈禱、禁食和研讀經文是抗拒誘惑的最佳利器。歐烈格，16歲，烏克蘭，克里米亞

不須經歷慘痛的經驗

來學習教訓

教會領袖不會說「就那麼一次。」

他們會開口拒絕。要有信心，相信教會的教導是讓我們不須經歷慘痛的經驗來學習教訓；也要記得，在聖殿推薦書的面談中，聖職領袖會問你是否遵守智慧語。

蘿琳，15歲，美國，馬里蘭州

找藉口自圓其說會導致沉迷上癮

聲稱「就那麼一次」的錯誤，在於自己已經做了那件事。一旦犯了，那麼不再犯的自制力便會減弱。自圓其說「就那麼一次」，會讓我們逐漸遠離窄而小的路。一旦偏離方向，要再回頭便不是那麼容易，因為你會說：「只是再做一次而已，更何況，我想戒的時候，隨時都可以戒掉。」到最後可能變成：「我非要再來一次不可，」或是「反正我已經無藥可救了。」

亞當，16歲，加拿大，英屬哥倫比亞省

下次的問題

「教會裡有些朋友會與非教友爭論哪個宗教是真的。我知道爭執是不對的，但我該如何讓這些朋友知道我對福音的想法呢？」

請在2008年7月15日前將以上問題的回答寄至

Liahona, Questions & Answers 7/08

50 E. North Temple St., Rm. 2420

Salt Lake City, UT 84150-3220, USA

或以電子郵件寄至 liahona@ldschurch.org，或請寄至台北市金華街183巷5號4樓翻譯部收，由翻譯部代為轉寄。語言不拘，務請字跡工整（打字亦可），照片恕不退還。

來稿請附以下個人資料及書面同意書：

全名

出生日期

支會（分會）

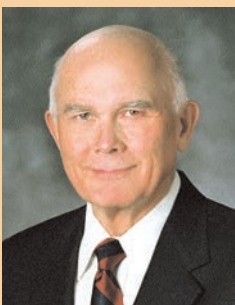
支聯會（區會）

我同意刊登回覆資料及照片：

簽名

父母簽名（未滿18歲者）

只試一次，就會造成傷害



「多年前，我的一個兒子問我，為何我們不能嚐嚐煙酒，看看那是什麼滋味。他了解智慧語，也知道這些物質對身體健康的影響，但是他質疑為什

麼不能親自嘗試看看。我回答，如果他想嘗試看看，就去穀倉裡嚐嚐堆肥吧。他嚇得倒退了幾步，說：「噢，好噁心喔。」

「我說：『很高興你這樣想，不過你何不嘗試看看，好親身了解呢？你明知道某件東西對自己有害，卻提議要嘗試看看，那麼你何

不把那項原則也用在其他事情上呢？』用這種方式來說明「親自嘗試看看」是一種愚蠢行為，對十六歲的青少年來說確實很有說服力。」

參閱十二使徒定額組達林·鄔克司長老，「罪與受苦」，1994年4月，聖徒之聲，第32頁。



我是支會裡唯一的執事，所以主教帶著我到附近地區走動，拜訪定額組名單裡的每位男青年，邀請他們回教會。



使人成長 的召喚

尤理西斯·蘇瑞長老

七十員

我 出生在巴西一個良好的家庭裡，家中有慈祥的父母和四名男孩。我出生時，父母親並不是教友，他們在我年紀很小的時候加入教會，而我則是在八歲時接受洗禮和證實。

我滿12歲時，主教找我面談，向我解釋何謂亞倫聖職，以及持有該聖職所應盡的職責。我被按手選派為執事定額組會長，而我是該定額組唯一活躍的成員。這位了不起的主教那時在教會服務方面，為我上了重要的一課。

一項簡單的邀請

某個星期天我們在教堂舉行聖職聚會，他那時轉身問我：「其他的男青年呢？你定額組裡的執事在哪裡呢？」

我說：「就是我了。就我所知，定額組只有我一個人。」

「你打算如何去認識你定額組裡的其他成員呢？」他說。

我說：「我不知道該怎麼做。」

他接著和顏悅色地說：「我來告訴你該怎麼做。」

聚會一結束，他就帶著我到附近地區走動，拜訪定額組名單裡的每位男青年，邀請他們回教會。經過幾次拜訪後，其中幾位真的回來了，有的後來去傳教，擁有幸福的家庭，並且成為主教和支聯會會長。這一切都始於主教和我所作的簡單拜訪。主教注意到我們這個小支會的那項特別需求，我也非常感謝能學到這畢生難忘的一課。

我從人生經驗中學到，人們已



主教交給我一項指派工作，幫助我了解到，能在教會中服務、運用自己的見證去行善是多麼快樂的一件事。



我 快 16 歲
時，主教
召喚我教
導主日學。我既緊
張又害怕，在準備
課程時，我跪下來
祈禱。到了星期天，
我能夠告訴班員，
只要有信心，天父
必會回答他們的
禱告。

準備好接受邀請回來，只是你必須去邀請他們。即使像我一樣在聖職方面毫無經驗的男孩，也能做很多事情來協助神的國度成長。

擔任執事定額組會長的那個經驗對我助益良多，我的主教很睿智，很有遠見。他給我這項指派工作，因為他知道我是一個需要有人從旁協助的人。他還決定親自當我的教練，花時間陪我一起去拜訪男青年，藉此幫助我、支持我。他幫助我了解到，能在教會中服務、運用自己的見證去行善是多麼快樂的一件事。這真是美好的經驗，我永遠感謝他。

關於見證所學到的一件事

當我快 16 歲時，這位主教指派

我暫代主日學青年班教師。他發出這項召喚時，我既緊張又害怕，覺得自己的知識不足以勝任教導工作。我心想：「我怎麼有辦法擔任那個班級的教師呢？這簡直就像瞎子給瞎子帶路啊。」

我記得有一堂課，我必須講述對耶穌基督的見證。我們當時研讀摩爾門經，學習如何獲得對福音的見證。我內心覺得我知道這教會是真實的、耶穌是基督，但是我從不曾為這些事情祈求過。我心想：「如果連我自己都沒有祈求過答案，如何教導這些青年去祈求答案呢？」

我從出生起，就一直被教導要對耶穌基督有信心。成為教友後，我心裡始終對耶穌基督、天父和教會有著溫馨的感覺。我從來不用擔心這教會是否是耶穌基督真正的教會；由於那些感受非常強烈，所以我從來不曾為這件事作過祈禱。但是為了準備那星期的課程，我決定自己應當祈求來獲得證實，知道福音是真實的。

我在房裡跪下來，決定全力祈禱來獲得證實，知道這是耶穌基督真正的教會。我並不指望會有奇妙的顯現、天使或特別的事情發生。事實上我根本不知道會得到什麼樣的答案。

就在我跪下來向主求問這福音的真實性時，心裡突然有一種非常愉快的感受，有個微小的聲音向我證實福音是真的，告訴我應該繼續在福音中持守下去。那感覺是如此強烈，使我無法說我不知道這件事，也無法忽視這個答覆。即使那只是個很微小的聲音，卻在我心中留下強烈的感受。

我那一整天都感到好快樂，一點都不會想到任何不好的事情。學校裡的同學在說不好的事情時，我都不會去聽。我彷彿置身在天堂，沉浸在那種美好的感覺裡。

到了星期天，站在班上的年輕人面前時，我能夠分享見證，告訴他們只要有信心，天父必

會回答他們的禱告。我唸出聖經雅各書1：5，也就是約瑟·斯密所讀到要向神尋求智慧的那節經文。下一節經文說我們必須懷著信心求，「因為那疑惑的人，就像海中的波浪，被風吹動翻騰」（聖經雅各書1：6），並且告訴我們，祈禱時若不信賴主，就不能指望得到回答。接著我告訴自己和這個小班級，我們要懷著真正的信心求問，期盼得到答案，那麼主必會回答。

從那時起，我的見證讓我確信：我需要作好的決定，特別是在面臨挑戰的時候。每個人在遵行福音標準時，難免都會遇到挑戰，尤其是那些像我一樣是學校裡唯一教友的人。然而我的見證幫助我記得，即使朋友向我施壓要我做不對的事，我心中已明白自己要跟隨耶穌基督真實的福音。有了那次經驗後，我再也無法否認那項見證。

那一天對我的的人生起了很大的影響，後來我在美好的主教及家人協助下繼續為傳教作準備。我去傳教、返鄉、回學校取得學位，之後結婚成家。這一切都歸因於我在年僅16歲時所作的那次禱告。

一生的成長

就像我所說的，我一直都知道福音是真的，但我還是需要去求問，然後與人分享自己的親身經驗。這件事在我傳教時也很有幫助，因為當我邀請人們祈禱時，我會告訴他們我的親身經驗，讓他們知道我也這麼做過。我會見證，只要他們運用信心祈求，就會得到回答。

由於有機會透過教會中的召喚和指派工作來學習、服務和成長，使我得到了豐盛的祝福。我祈求當這樣的機會臨到你們時，你們會好好把握，這些機會能讓你的人生為之改觀。■

投石者用慣用的那隻手握住投石器長繩的兩端，有時候會把繩子的一端纏繞在手指上，拇指和食指則捏住繩子的另一端。投石者通常不會在頭頂甩繞投石器，而只轉動一次，然後用力一擲（可以用過肩投擲或肩下投擲方式），鬆開拇指和食指捏著的那一端來彈出石子。



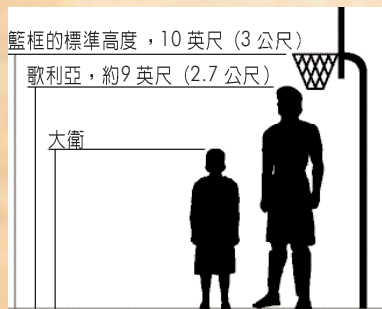
古代投石器通常是一條羊毛或亞麻編成的長飾帶，帶子中央有個裝石子的小囊袋。投石器越長，投擲的距離就越遠。最長的投石器可以時速60到100英里（100-160公里）的速度，將石子投擲到800英尺（約250公尺）以外的地方。

石子投石者偏愛的是呈圓形又帶點重量的石子，因為這種石子比較能直向飛射出去。投石器所用的石子通常直徑約為2英寸（5公分，約高爾夫球大小）。

擊敗你的歌利亞

大衛與歌利亞作戰時可能頂多16歲，經文上形容他是「面色紅光」，意即髮色泛紅或面頰紅潤（青春洋溢）。

「今日耶和華必將你交在我手裡。……使普天下的人都知道以色列中有神」（撒母耳記上 17：46）。



獅子與熊攻擊大衛父親的羊群，大衛擊退牠們，這讓他有信心與歌利亞作戰。

我們每個人都必須面對生命中的歌利亞，也就是那些似乎難以克服的巨大考驗、挑戰或誘惑。然而就像大衛一樣，只要信賴神並盡一己之力，我們便能一一克服。戈登·興格萊會長（1910-2008）曾教導：「當誘惑襲來，你們要能認出那是會誇耀叫囂、矇騙人的巨人『歌利亞』！要像大衛對付迦特的非利士人一樣去對付它」（「擊敗我們生命中的歌利亞」，2002年2月，利阿賀拿，第5頁）。

當你閱讀撒母耳記上第17章的時候，可從大衛與歌利亞之戰學到什麼？大衛對神的信賴幫助了他？他如何為這場戰爭作準備？一個青少年對於建立主的國度可以有什麼影響？

以下是這則精采故事的研讀補充資料。

歌利亞的鎧甲重量為「五千舍客勒」，可能重約125-200磅（57-90公斤）。

歌利亞的槍桿「粗如織布的機軸」——可能重約20餘磅（9公斤）；鐵製槍頭重量為「六百舍客勒」——15-25磅（7-11公斤）。



非利士人可能起源於愛琴海沿岸地區。那裡有一族據說身材高大，甚至是「巨人」（見申命記2：10-11；約書亞記11：22），歌利亞可能是此族的後裔。

歌利亞的銅頭盔可能是以青銅、紅銅或鐵製作的，可能與圓盾相連；圓盾一般認為是用來保護背部和頸部的。





醫治的靈性要素

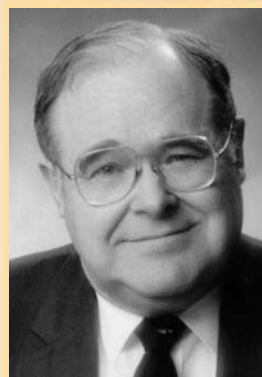
亞歷山大·莫里森長老
1987-2000年擔任七十員

在 記載耶穌生平事蹟和教導的經文中，談到祂用無比的大能醫治各種疾病的章節俯拾可見。四福音書記載了20多則耶穌醫治病人的故事：從在迦百農治癒大臣的兒子（見約

翰福音4：46-53）到讓大祭司的僕人馬勒古被削下的耳朵恢復原狀（見路加福音22：50-51；約翰福音18：10）皆是。

基督的醫治大能除了能醫治人們肉體上的傷殘疾病以外，還能醫治「百姓各樣的病症」（馬太福音4：23；亦見摩賽亞書3：5；尼腓三書17：5-10）。耶穌懷著無限的憐憫，不僅醫治了肉體上的疾病，也醫治了心理或情感上的病症。

這種種的醫治都是耶穌基督的贖罪中不可或缺的元素，贖罪的力量是如此強大——其範圍及影響力涵蓋一切——不僅為罪償付代價，也可醫治世人的各種苦難。祂曾忍受各種痛苦和磨難，使得祂能充分了解如何救助祂的人民（見阿爾瑪書7：11-12），祂承擔了亞當家族所有的人的罪惡，那是個難以想像的重擔（見尼腓二書9：21），同樣



神聖的醫治恩賜由基督按照領受者的個別需求而調整，祂最了解他們，因為祂最愛他們。

華士大池，卡爾·布拉克繪，百翰·楊大學美術館惠予提供

接

受者的信心是獲得治癒的重要先決條件；若沒有信心，醫治的奇蹟便無法發生。

地，祂的醫治大能廣被所有的人，無論其受苦的原因為何。「因祂受的鞭傷，我們得醫治」（以賽亞書53：5）。

聖職的作用

救主透過其神聖的大能，確實能醫治所有的人，但運用神聖麥基洗德聖職權柄的凡人則要順服於祂的旨意。有時候神有不同的旨意，所以這些聖職持有人無法醫治施助的對象。例如，使徒保羅曾「三次求過主」，因為有「刺加在……肉體上」使他苦惱，他求主除去那根刺（見哥林多後書12：7-8），但是主拒絕這麼做，說道：「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）。所以保羅比其他許多人更了解，磨難和痛苦乃是人生必要且無法避免的部分。

賓塞·甘會長（1895-1985）

了解對聖職持有人的醫治能力設限的智慧。他說：「聖職的力量無遠弗屆，但神亦明智地給我們每個人某些限制。……我很感激即使透過聖職，我仍無法治癒所有的病患。我可能會治好應該死去的人，……我擔心我會誤了神的目的。」¹

多年前，我是個年輕、經驗淺薄的分會會長，分會裡有位教友請我一同為他身患重病的妻子祝福。這位弟兄顯然希望我祝福她完全康復。而那的確也是我的心願，因為這對夫妻在我們這個辛苦維持的分會裡，是非常重要的支柱。

這位丈夫依照規定的方式用聖化油膏膏抹妻子的頭，然後由我印證這項膏抹（見聖經雅各書5：14）。出乎意料之外，我發現自己說出不是我原本想說的話：這位姊妹已被「指定要死」（教約42：48）。她不會恢復健康，而會安詳地離開我們，安息在救主慈愛的懷抱中。

隔天這位姊妹就過世了，我也主領了她的喪禮，那時我雖然很難過，卻增長了智慧。我學到一項寶貴教訓：就是當我們施助病人時，最高原則必須是「不要成就我的意思，只要成就您的意思」（路加福音22：42）。

因此，神聖的醫治恩賜會以不同的方式呈現，由基督按照領受者的個別需求而調整，祂最了解他們，因為祂最愛他們。基督的醫治能力會帶來長久的解脫，可能是改善身體上功能失常的部位，也可能是減輕疲憊心靈的沈重負擔。然而那些似乎背負著難以承受重擔的人所殷切盼望的平安、安息及痛苦解脫，可能不是來自醫療上的治癒，而是來自得到更多力量、體諒、耐心及愛心，這些事物讓受苦之人能夠擔起他們的重擔。正如阿爾瑪和他的弟兄，他們可以「輕易地挑起重擔」並且「愉快且耐心地順服主所有的旨意」（摩賽亞書24：15）。





藥物的作用

我們不應認為所有患病的人，無論病因為何，僅需接受聖職祝福就可以使病情減輕，或甚至永遠消除。我非常贊同並支持聖職祝福；要獲得那最終而完全的醫治，就必須有那寶貴的「基列的乳香」（見耶利米書8：22），而我透過個人的許多經驗得知，唯有耶穌基督才擁有這項恩賜。但我也知道神賜給我們美好的知識，使我們能在面對苦難時得到寶貴的協助。我相信，我們必須善用神所賜予的這些知識。

有些患病者在接受了聖職祝福，並熱切祈求他們的重擔能得以減輕之後，會覺得自己若再尋求專業協助來解除病痛，實在是缺乏信心。他們甚至可能停止服用處方配藥，誤以為只要有信心就不需要那些藥方。這種想法其實是錯的。一方面聽取專業人員的意見行事，一方面運用信心，兩者並不衝突。實際上，運用信心可能包括需要遵照經驗豐富的專業醫療人員的建議。

明智的專業醫療人員——無論其學術訓練的領域或專長為何，醫學也好，心理也好——都越來越體會到靈性是他們治療資源中的一大要項。大約十年前，美國只有少數幾家醫學院提供靈性與治療的課程，但如今超過一半以上的醫學院都會提供這類課程。舉例來說，已

開始有證據顯示，在治療憂鬱症的精神療法上，採用靈性的方法，特別是對於信仰虔誠的病患而言，其療效絕不亞於純粹以非宗教方式進行的治療方法。現在也有越來越多的醫師及精神治療師使用靈性的方法及措施來治療身心方面的疾病。

信心的作用

接受者的信心是獲得治癒的重要先決條件（見尼腓二書26：13；摩賽亞書8：18；教約35：9）。信心——「所望之事的實底，是未見之事的確據。」（希伯來書11：1）——是一種屬靈的恩賜，是由於個人正義而獲賜的酬賞（見哥林多前書12：9；教約46：19-20）。若沒有信心，醫治的奇蹟便無法發生。「因為人類兒女若沒有信心，神就無法在他們當中行奇蹟，所以他們有信心之前，祂不會顯現」（以帖書12：12）。

完全的治癒包含了靈性因素，因此也必須了解我們身為神的兒女的本質，以及我們與神的關係。經文上教導，近代先知也證實世人具有肉體與靈體兩個部分——前者是會腐朽的，後者則是永恆的——這兩者構成了活生生的人。天父的偉大幸福計畫教導我們，所有世人在死亡



基督愛世人的偉大表現，為那些受各種疾病所苦的人帶來希望和鼓勵。祂的愛永遠存在而且絕不會止息。

時，肉體與靈體會分開，然後在神指定的適當時間裡重新結合，「所有的人〔將〕成為不朽和不死，〔將成為〕活著的靈魂，具有完全的知識」（尼腓二書9：13；亦見阿爾瑪書11：42-45）。

對慈愛的天父及其子——即我們的救主——有信心，以及了解我們確實是神的兒女、有神聖的機會能努力變得像祂，並且明白祂對我們的愛是恆久不變的，會為我們的生活帶來平安。不管是身體或心靈方面所引發的疾病，即使在醫療、心理及社交方面猶如「加在肉體上的刺」，仍會持續保有那樣的平安。

苦難的作用

我相信我們的靈性力量與靈魂受試煉的程度有直接關連，但是我們不應該自找苦吃或因受苦而自豪。苦難本身並無實質的價值，受苦會使人堅強並淨化人心，但同樣也會使人心

受創，變得怨天尤人。有些人因受苦而變得更加堅強，但也有人因此而一蹶不振。正如作家林白夫人的睿智之言：「如果光是受苦就能讓人得到教訓，那麼全人類都應該很有智慧了，因為人人都在受苦。」²如果我們要「和〔基督〕一同受苦」（腓立比書3：10），就必須付出代價，全心努力地認識祂、效法祂。這代價可能真的包括要受苦，但除了受苦，我們還必須加上愛心、同理心、耐心、謙卑，並樂意讓自己的意願順服於神的旨意。

基督對世人所顯露的奇妙大愛，為所有受各種疾病所苦的人帶來了希望和鼓勵。祂的愛永遠存在而且永不止息。正如保羅見證的：

「誰能使我們與基督的愛隔絕呢？……

「因為我深信無論是死，是生，是天使，是掌權的，是有能的，是現在的事，是將來的事，

「是高處的，是低處的，是別的被造之物，都不能叫我們與神的愛隔絕；這愛是在我們的主基督耶穌裡的」（羅馬書8：35，38-39）。

耶穌具有無限的愛心與憐憫，祂了解我們的考驗與憂傷，因為祂「關心每一個民族，無論他們在什麼地方；是的，祂點算祂的人民，祂慈悲的心腸遍及全世界」（阿爾瑪書26：37）。■

註：

1. 總會會長的教訓：賓塞·甘（2006），第16頁。
2. "Lindbergh Nightmare," *Time*, Feb. 5, 1973, 35.



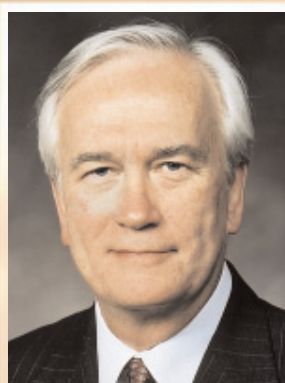
體驗

心的變化



摩爾門經

的教導



你我都將成為獲得內心巨大變化及在靈性上重生的受惠者，因而獲得神所應許的祝福，也就是平安、愛、真正的喜樂，和想要不斷地行善。

奇斯·席比長老

七十員

多年前，我在東歐的地帶大會上聽到一位年輕長老站在其他傳教士面前，分享一則改變他人生的經驗。他和他的同伴在某個偏遠的城市遇到了一個名叫伊凡（名字已更改）的中年男子，也教導他

課程。他們從這位慕道友老舊的衣著、雜亂的鬍鬚和畏縮的舉止看得出他的生活很困苦，一生飽受艱難滄桑。

伊凡從未受過任何宗教的薰陶，所以有許多難關需要克服。除了必須摒除不符合復興福音的習慣外，還要



阿爾瑪的歸信：蓋瑞·卡普頓；巨額·楊，約翰·克勞生繪

小 阿爾瑪親身
經歷了這樣
的轉變：從
與神為敵變成新造的
人，成為歸信的人，
從此致力於建立神
的國度：

接受新的原則，並落實在生活中。伊

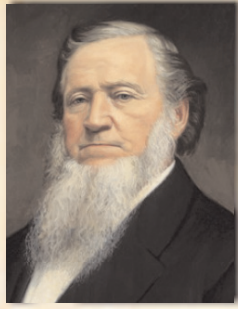
凡很想學習，他積極準備接受洗禮和證實。雖然他的衣著仍然老舊，鬍鬚也很凌亂，但他已跨出了第一步。伊凡受洗後不久，這位傳教士搬家了。他希望將來會有機會和伊凡再見面。

六個月後，傳道部會長又指派這位年輕的長老回到他先前服務的這個分會。這位長老懷著驚喜、熱切的心情重返，他和新同伴在回到該分會的第一個星期天，很早就去參加聖餐聚會。教友們很高興看到這位傳教士又回到這分會，都笑容滿面地熱誠上前

問候。

這長老幾乎都還認得這個小分會裡的每個人，然而在這些臉孔當中卻找不到他和同伴在六個月前教導及施洗的那位弟兄。長老開始感到有些失望和難過，伊凡是不是又回復以往的壞習慣？他不再遵守洗禮聖約了嗎？他是否已經失去經由悔改而應許給他的祝福？

正當這位長老在擔心和回想時，一個看似陌生的弟兄快步走過來擁抱他。這位弟兄鬍子刮得很乾淨，面露自信的笑容，臉上洋溢著良善的光輝。



百翰·楊會長教導，
「新生」是形容那些
「徹徹底底地獻身
於真理之靈和神」
的人。

他身穿白襯衫，領帶打得很整齊，正要為安息日上午的一小群會眾準備聖餐。直到這位弟兄開口說話後，長老才認出他來。那是全新的伊凡，不是從前他們所教導和施洗的那個伊凡了！長老從這朋友身上看到了信心、悔改和寬恕的奇蹟，也目睹贖罪的真實性。

這位傳教士告訴前來參加地帶大會上的傳教士們，在他離開那個分會的幾個月裡，伊凡在各方面都有所改變和成長。伊凡全心接受福音，所以身上散發著福音之光。他充分體驗到「心的變化」（阿爾瑪書5：26），因而能夠受洗，並在歸信的過程中繼續向前推進。他也正在準備接受高級聖職以及聖殿教儀。伊凡真的「重生」了（阿爾瑪書7：14）。

這位傳教士在結束談話之際，大聲地問自己：「我在過去六個月裡體驗了多少『心的變化』？」他繼續自我檢視，大聲問道：「我『重生』了嗎？」我們每個人都應該經常不斷地問自己這兩個意義深遠的問題。

隨後的幾年中，我常省思這位年輕傳教士的話和伊凡的行為。我思索心中「巨大的變化」（阿爾瑪書5：12）和「在屬靈方面……從神而生」（阿爾瑪書5：14）這兩件事，在接受復興福音的過程中所扮演的角色。我所得到的結論是：這兩者顯然是主的教義中非常重要的一環，而並非僅是人生中的單一事件。那是持續不斷的機會，為的是要讓歸信的過程及個人的淬鍊更為深刻，幫助我們為獲得永生作更充分的準備。

靈性重生的挑戰

「重生」及在心中「體驗巨大的變化」的挑戰，是我們所有的人都要面對的挑戰。在基督徒團體中，有些人相信，不論他們過去和往後的個

人行為如何，只要承認基督是世界的救主便可以重生。有些人則聲稱只需承認一下基督的角色，及表明一下相信基督，就足以讓我們最後回到父與子面前。這種態度立意本善，但卻有失真確。

聖經新約中有許多經文提及重生的概念，但目前的譯本中並沒有確切說明要如何才能重生。例如，救主（見約翰福音3：5-7）、施洗約翰（見馬太福音3：11），以及保羅（見羅馬書6：2-6；哥林多後書5：17；加拉太書4：29；以弗所書4：24）都曾宣告該項原則，但均未闡明其義。

相較之下，摩爾門經則是絕佳的來源，能讓人更明瞭體驗內心巨大變化及重生的過程。摩爾門經的先知就這項過程做了較詳盡的教義說明。小阿爾瑪對於這兩方面都作了極為透徹的剖析，他向教友提出三個問題：「教會中的弟兄們，我問你們，你們在屬靈方面是否已從神而生？你們在容貌上是否蒙得了祂的形像？你們的心是否體驗過這種巨大的改變？」（阿爾瑪書5：14）。

我們從標準經典中得知，浸沒洗禮能讓我們成為教會的教友，但光憑那項教儀並不足以促成屬靈的重生，使我們回到天父面前。同樣的道理，我們在受洗後接受證實，就有權利得到聖靈經常為伴，但也唯有真正悔改——因而真正接受聖靈——才得以聖化並在靈性上重生。因此，阿爾瑪這番犀利的問話，很適合我們每個人在一生中反覆自問。

百翰·楊會長（1801-1877）如此宣講「新生」：「我們能在肉身中獲得屬靈的誕生是確有其事的——當我們更充分了解神所賜予我們的獨立自主的身體、靈的世界，以及影響這身體的原

則和力量時，我們便會學到，人可徹底地獻身於真理之靈和神，並且若充滿那樣的靈，便可恰當地稱為獲得新生了。」¹

便雅憫王曾向人民發表一篇震撼人心的講道，其中針對奉行福音原則的方法提出忠告（見摩賽亞書第2～4章）。他坦率地問他們是否相信他的話，他們堅決的回答樹立了強有力的榜樣：「他們同聲喊道：是的，你對我們講的話，我們全都相信；因為全能之主的靈，我們也知道你的話是確實和真實的，那靈使我們或我們的心起了巨大的變化，我們不再想作惡，只想不斷行善」（摩賽亞書5：2）。

他們也說：「我們願意與神立約，遵行祂的旨意，在餘生的所有日子中，在祂所命令的一切事上遵守祂的誠命，使自己不致招來天使所說的永無休止的痛苦，也不需飲盡神的憤怒之杯」（摩賽亞書5：5）。

便雅憫王接著向他們說明所發生的一切及其結果，那番話為重生下了絕佳的定義：

「你們所說的正是我期望的；你們所立的約是正義的約。

「你們要因你們所立的約而被稱為基督的孩子，祂的兒子、女兒；因為看啊，今日祂已在屬靈上生下了你們；因為你們說，你們的心已經由對祂名的信心而改變了；因此，你們已從祂而生，成了祂的兒子、女兒」（摩賽亞書5：6-7）。

便雅憫王的這些跟隨者顯然已經歷內心極大的變化，使得他們不再想作惡，甚至可以說，他們顯然已經在靈性方面獲得新生或重生。

要記住，重生並不會抹去對個人以往罪惡的記憶，而是會帶來良心的平安並消除犯罪所帶來的痛苦（見摩賽亞書27：29；阿爾瑪書36：19）。



布司·麥康基長老說：「真正重生的教友這樣的地位，並非僅靠加入教會，而是透過信心、正義、愛，和克服世俗。」

重生的祝福

十二使徒定額組的布司·麥康基長老（1915-1985）提醒我們，「真正重生的教友是處在蒙受祝福及恩典的狀態的。他們獲得這樣的地位，並非僅靠加入教會，而是透過信心（約翰一書5：1）、正義（約翰一書2：29）、愛（約翰一書4：7），和克服世俗。（約翰一書5：4）」²

小阿爾瑪親身經歷了這樣的轉變：從與神為敵變成新造的人，成為歸信的人，從此致力於建立神的國度：

「他說：我已悔改了我的罪，得到主的救贖；看啊，我已從聖靈而生。

「主對我說：你不要希奇全人類——是的，各國、各族、各方、各民，不論男女——都必須重生，是的，從神而生，從肉慾和墜落的狀態變成正義的狀態，得到神的救贖，成為祂的兒女；

「這樣，他們就成了新的人；若不這麼做，他們絕不能承受神的國度」（摩賽亞書27：24-26）。

如果所有人都必須重生和經歷心的變化，那麼我們是從小在教會中長大，或是在青少年或成年時才歸信教會的，就無關緊要了。我們在歸信的過程中，都必須在某個時刻經歷心的變化及靈性上的重生。重生及內心變化的過程是普賜給世上萬民的，普賜給所有的國家，也因此普賜給每個人。

經文中記載了某些人不凡的重生例子，如保羅（見使徒行傳9：1-20）及小阿爾瑪（見摩賽亞書27：8-37）。然而對於聖經和摩爾門經時代以及今日的大多數人而言，這種心的變化並非是一個單一事件，而是一種個人化的漸進過程。

麥康基長老曾在百翰·楊大學第一支聯會教友大會演講時，說出了這番撫慰及振奮人心的話：「對大多數人而言，歸信〔靈性上的重生及



便 雅憫王教導，基督
「已在屬靈上生下了」我們，我們的「心已經由對祂名的信心而改變了。」

隨之而來的赦罪〕是一個過程，一步一步，一點一滴，一層一層，從低處到高處，從恩典到恩典，直到完全轉向正義之道為止。這意謂一個人今天克服一項罪，明天再克服一項罪。他先在生活中的某一領域力求完善，然後再繼續另一領域。歸信過程持續進行，直到完成，直到我們如摩爾門經所言，真正成為神的聖徒而不再是自然人。」³

靈性重生是突如其來地發生，或是藉由更普遍的漸進過程獲得，這都不重要。這過程可能因人而異，但其結果則大致相同。歸信的內涵並無差別，因為每個體驗內心巨大變化的人，都會流露出喜樂與愛的感受，這

兩者會消除以往由於不服從所造成的痛苦（見阿爾瑪書36：20-21）。天父是多麼地仁慈！祂愛子的贖罪是多麼地無遠弗屆啊！

只要忠於這些真實的教義，你我都能像那位在東歐服務的傳教士及他的慕道友一樣，成為獲得內心巨大變化及在靈性上重生的受患者，因而獲得神所應許的祝福，也就是平安、愛、真正的喜樂，和想要不斷地行善。■

註：

1. *Deseret News*, May 2, 1860, 68.
2. *Mormon Doctrine*, 2nd ed. (1966), 101 ; 亦見約瑟·斯密譯本，約翰一書3：9。
3. *Be Ye Converted*, Brigham Young University Speeches of the Year (Feb. 11, 1968), 12.

教會最令我喜歡之處

伊賽貝兒·歐伯特

最近外子和我與幾位朋友共進晚餐時，聊到了宗教。

朋友當中有一位是較不活躍的教友，他開始告訴我，這教會為何不是真實的。

他在解釋的過程中，變得很固執、充滿敵意和憤怒，我全程都坐著聽他說，起初我覺得想哭，但是後來我感到氣憤，想要加以駁斥。然而那微小的聲音要我稍安勿躁。

直到我們吃完晚餐，付了帳單後，這位朋友才停止滔滔不絕的攻擊言論。

他暫停下來，

似乎等著我反駁。我坐在那裡，心裡默禱了一會兒，然後語氣平和地說：「你知道星期天去教會，最讓我喜歡的是什麼嗎？是聖餐。聖餐讓我有機會低下頭靜靜地向天父祈禱，告訴祂過去一週當中我可以在哪些方面做得更好，以及我會努力去想辦法改善。」

我接著又說：「我想到過去一週當中我所努力想要造福的那些人，並且祈求天父讓我在未來一週當中能造福更多的人。我很感謝每週在聖餐聚會中能有時間這麼做，讓自己達到最好的境界。」

這位朋友看著我，一語不發。我們離開餐廳，向車子走去，接著我問他記不記得我家書架上那些轉變人生方面的書籍，他說記得。我告訴他自從我加入教會後，就沒有再看那類書籍了。我說我只從摩爾門經中找尋答案。

幾天後他打了電話來道歉。

摩羅乃勸告我們要「歸向基督，……盡能、盡意、盡力愛神」（摩羅乃書10：32）。

我告訴這位憤怒的不活

躍朋友，我喜歡去教會的最大原因是能夠領受聖餐。

當我努力跟隨這項勸告時，我對神兒女的愛——甚至是那些想與我為敵者的愛——都加增了。■

一星期後才發薪水

茱麗·唐納森

外子和我帶著兩個年幼子女，好不容易在大學偌大的餐廳裡找到一張空桌子，拿出我們在家裡準備好的三明治，討論我們拮据的財務情況。

我們已經沒錢了，但是要一星期後才會發薪水。我們都不想向父母求助；我們有信用卡，但一旦使用，是否會欲罷不能？我們一直忠信地繳付什一奉獻，因此希望天父會祝福我們。

在我們考量各種可能性時，我注意到距離幾張桌子外有位先生一直對我們微笑。由於我們的孩子愛吵鬧又好動，我已習慣別人注目的眼光了。起初我對他的注視不以為意，直到他朝著我們走來，我才真正注意到他。他把一張摺起來的紙放在桌上，拍拍外子的背，笑著說：「看來你們有得忙了。」

接著他便離去，很快地消

失在人群中。我們打開那張紙，上面寫著：「祝你們好運！你們表現得很不錯喔。」紙裡面還夾了一些錢，夠我們過到下星期還有餘。


我熱淚盈眶，感受到聖靈平安的保證，知道這是我們祈禱的答覆，也是我們繳付什一奉獻的祝福。我當下知道天父非常了解我們這個小家庭的情況，祂絕不會撇下我們不管的。

這些年來我一直留著那張

這位陌生人朝著我們走來，把一張摺起來的紙放在桌上，拍拍外子的背。

字條，不時拿出來看。我相信那位慷慨的陌生人並不完全明白他的舉動所產生的影響，但是對我們家庭而言，這次的經驗是個轉捩點——讓我們變得更服從、更有信心、更感恩。

一項聖靈的提示，一位慷慨的陌生人願意付諸行動和一張施助的字條，為我的家庭帶來了恆久的祝福。■



法 衛歐朝走道地
板上那本書走
過去，認出了
書上的燙金字體，那
正是天父的回答。

我去哪裡再找 一本摩爾門經？

柯提斯·克雷曼

我和同伴在阿根廷的布宜諾斯艾利斯敲了一整天門，都毫無所獲。我們坐著等公車時，我開始陷入自艾自憐的情境中。我在這地區已服務三個月了，卻一無成果。我覺得自己讓主失望。

就在那時，我注意到遠處有個男士騎著自行車朝我們直奔而來，他邊喊邊揮手。我們希望能避開這位看似怒氣沖沖的人，所以快步走向快到站的公車。當時天色已晚，我們又在傳道地區中的危險地帶，所以希望能在那位可怕的男士接近之前搭上公車。

「我有問題要問你們，」那人喊道。公車比他早一步抵達，我們趕忙上了車。這時我聽到那

個人的問題：

「約瑟·斯密翻譯完後，那些金頁片怎麼了？」我目瞪口呆，原本想跳下車，但公車已經開動了，於是我大喊：「你住在哪裡？」並連忙抄下他的地址。

隔天我們到那人的家拜訪，他名叫法衛歐。他告訴我們，一個月前有位朋友借他一本摩爾門經。

「我一直有興趣想多認識耶穌基督，但是我從未聽過關於祂生平的另一部約書，」法衛歐說。「我只知道聖經和基督在東方的傳道事工。從來沒有人告訴我

基督來過美洲啊！

我很想了解更多一點。」

幾個星期後，法衛歐必須把書還給朋友。「我不知道可以去哪裡再找一本，」他說道。「我非常想知道這本書是否是真實的。我跪下來向天父求助。我說：『天父，如果摩爾門經是真實的，請給我一本，讓我能繼續研讀。』」

有一天法維衛歐在火車站，眼角瞄到走道上有一本像是藍色封面的書。他走過去，認出書上的燙金字體，那正是天父的回答。

法衛歐找到摩爾門經的幾個星期後，他在公車站看到我們。那時他已經知道這本書是真實的。我們在接下來幾個星期，教導他福音的基本原則，

並鼓勵他繼續閱讀。每次我們問他是否願意承諾遵守某項新的福音原則時，他都回答：「我會努力遵守。」不久之後，他就接受了洗禮。

如今每次遇到困難的日子，我不再自艾自憐，反而會想起法衛歐——想起他對兩個氣餒傳教士所問的問題，以及他在得到回答後對主的忠誠。■

裡所學到的事。他們才六歲和七歲，但他們對祈禱的力量有信心。他們知道天父有能力幫助他們的妹妹。

那天下午我一直想到他們的信心，後來突然想到一個問題：我是從什麼時候開始感到平安的？在計算前往醫院所花的時間後，我發現自己感受到平安的那一刻，就是在凡妮莎和華斯克祈禱的時候。

我知道天父垂聽那些甜美的聲音，不僅祝福我的女兒健康無恙，也讓我有平安。我永遠不會忘記那天從我孩子身上所學到的事：我們有一位慈愛的天父，祂垂聽我們的祈禱，並且願意祝福我們，「賜給我們平安，祝福我們獲得平靜」（「你要謙遜」，聖詩

選輯，第70
首）。■

孩子的祈禱

維吉妮雅·裴瑞拉

我在葡萄牙維休的教堂裡接到電話時，心想會是誰打來的。我那時很驚訝聽到電話裡傳來的是我八歲兒子顫抖的聲音。

「媽，薇薇安被車撞了，」他說。「她還活著，可是她的頭在流血！她被送去醫院了。」

我幾乎昏過去。我該怎麼辦？幸好我的家人在附近——我的兩個姊妹當時正和我在一起。她們一個陪我到醫院，另一個去我家照顧和安撫三個擔心害怕的孩子。

在極度痛苦之際，我想祈禱，但卻一直哭個不停。然而，在前往醫院的途中，我心裡突然有一種平安篤定的感覺，我感覺到不必擔心，一切都會安然無恙。

我妹妹注意到這樣的轉變，問道：「妳還好吧？」我點點頭。她半信半疑，再次問道：「真的？妳還好嗎？」

「我很好，」我答道，接下來一路上我都沉默不語。

抵達醫院後，我發現四歲的女兒意識清醒，只是輕微的皮肉傷。安撫她之後，我不斷想起先前所感受到的平安。

薇薇安住院一天就回家了。談起這次意外，那時在家陪我孩子的妹妹說：「昨天救護車離開後，凡妮莎和華斯克就到屋子裡，一起祈禱。」

我非常感動，我的孩子在擔心害怕時，仍記得他們在家庭和兒童會

我的孩子
在擔心
害怕之
際，記起了他們
曾學過的事。



你知道嗎？



我最喜愛的經文

「主實在這樣說：事情將是這樣，每個離棄他的罪，歸向我、呼求我的名、服從我的聲音、遵守我的誠命的靈魂，將見到我的面，並知道我存在」（教約93：1）。



這節經文談到為了能見到救主，我們所必須做的每件事；我希望在一生中努力做到這些事來達成這項目標。

歐雷，16歲，挪威，布斯克魯

請告訴我們你最喜愛的經文及喜愛的理由。來稿以電子郵件寄至：liahona@ldschurch.org，請在主旨列註明「Favorite Scripture」。



演講祕訣

如果你受邀在教會裡演講，別擔心——只要作好準備。記住，主已應許：「你們若準備好，你們就不會害怕」（教約38：30）。在準備和籌劃演講稿時，可以舉出一個積極正面的親身經驗，闡述該福音主題如何影響你的生活、使你更接近耶穌基督。



正義的領袖

「戈登·興格萊會長（1910-2008）在談到你們時，說道：『你們是教會歷史上最優秀

〔也是最堅強〕的一代年輕人。』我相信你們被準備及保留至今來到世上，面對這個挑戰最大、機會無限的時代。我相信主信賴你們會成爲一個正義的領袖，而且會『隨時隨地，在所有的事上』（摩賽亞書18：9）都作見證。的確，你們真可說是未來『光明的希望』。」

參閱總會女青年會長團第一副會長依蓮·戴騰，「在你們臉上表露無遺」，2006年5月，利阿賀拿，第109頁。



數字會說話

3,500,000：2006年摩爾門經的印刷數量

教會在……玻利維亞

被召喚到安地斯傳道部的傳教士於1964年11月抵達玻利維亞，他們在該年12月爲第一位歸信者施洗及證實。

1967年，迪希德里歐·卡諾成爲第一位爲本教會傳教的玻利維亞人。他放棄在阿根廷的歌唱事業，在自己的祖國傳教，後來成爲支聯會會長及傳道部會長。

玻利維亞教友人數在過去十年增加了一倍以上。



教友人數	153,674
支聯會及區會	34
傳道部	3
聖殿	1
家譜中心（家庭歷史中心）	31

朋友



第一次異象

迪特·鄔希鐸會長

總會會長團第二副會長

我在德國成長的那幾年，到過很多不同地方的教堂聚會，那些教堂的狀況各不相同——有的在大樓裡簡陋的一隅，有的在華麗的別墅裡，有的在功能齊全的現代化教堂內。這些建築都有一個重要的共通之處，那就是神的靈在那裡；只要分會或支會大家庭聚在一起，我們就能感受到救主的愛。

茲威考教堂裡有一台老舊的風琴，每個星期天都會有一名男青年受到指派，上上下下推動風箱沈重的把手，使風琴得以運作。有時候我會有這份莫大的榮幸，協助這項重要的工作。

會眾高唱深受眾人喜愛的復興聖詩時，我會使勁地推，免得風琴的氣用完了。風箱手的座位視野良好，可以看到裝飾會堂前方的彩色玻璃窗。彩色玻璃上描繪的是第一次異象，畫中的約瑟·斯密跪在聖林裡，舉目望天，看向一道光柱。

在會眾唱聖詩、或教友演講及作見證時，我時常看著這幅描繪著世界史上最神聖一刻的作品。我在腦海中看見約瑟獲得了知識、見證和來自神的指示，成為天父手中蒙福的工具。

我看著畫窗上的美麗景象時，會有一種特別的感受；我看到的景象是在神聖的樹林裡，有



鄔希鐸會長
分享自己對約瑟·
斯密第一次異象
的見證。

一位深信不疑的男孩勇敢地決定要向天父獻上誠摯的祈禱，而祂聆聽並慈祥地答覆了他。

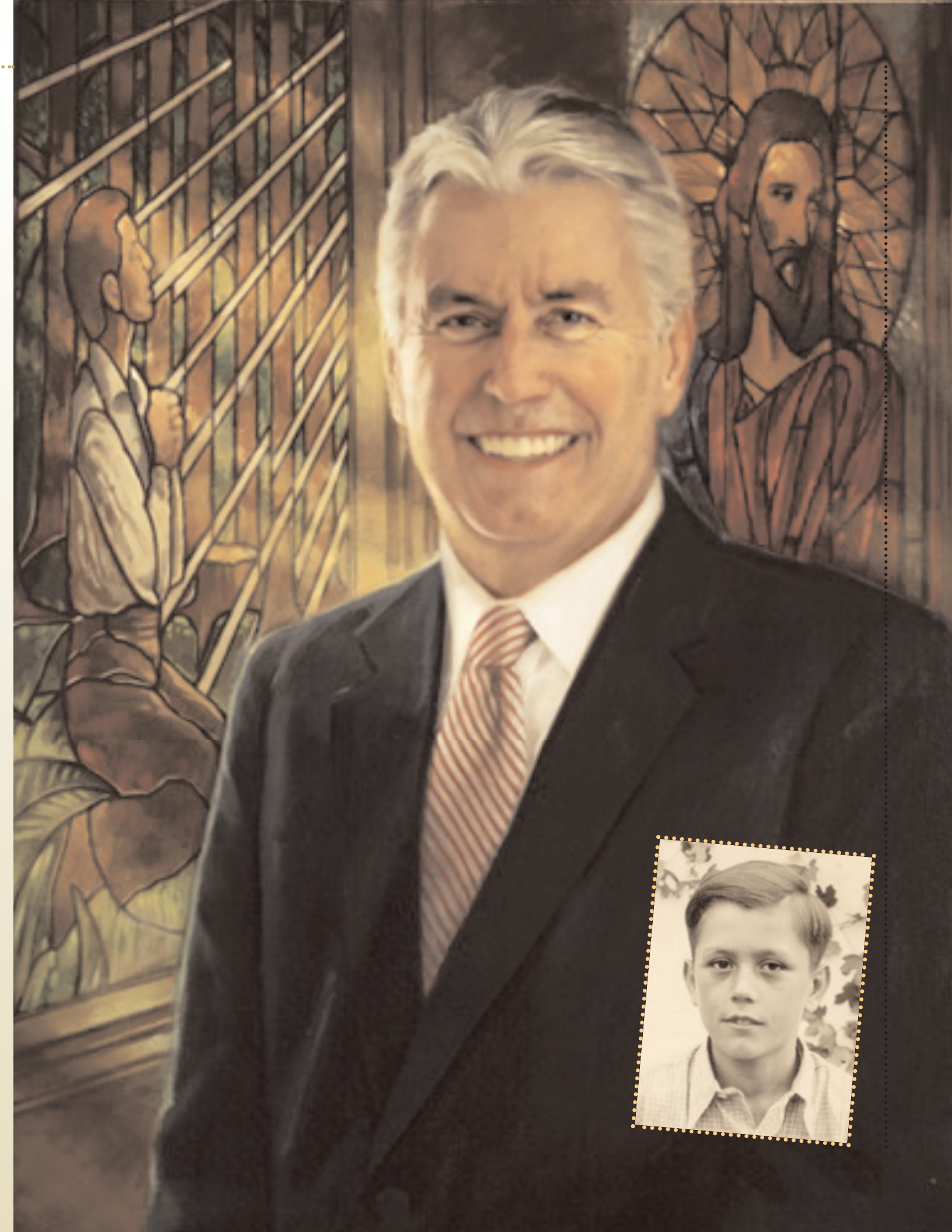
當時我是第二次世界大戰後的一名德國男孩，住在一座到處都是廢墟的城市裡，離北美拋邁拉有數千里之遙，距離事件發生有一百多年之久，但卻透過聖靈無遠弗屆的力量，在心思意念裡感覺到那是真實的，知道約瑟·斯密真的看到神和耶穌基督，並且聽到祂們的聲音。

神的靈安慰我幼小的心靈，向我證實這神聖的一刻是真實的，而這神聖的一刻也促成了一項遍布全球的事工，其使命是要「滾動出去，直到充滿整個大地」（教約 65：2）。約瑟·斯密針對他在聖林裡的榮耀經驗所作的見證，我當時就已深信不疑，如今我仍知道確是如此。神已經再次向人類說話了！●

摘錄自2005年4月總會教友大會講辭。

想一想

1. 你參加聚會的教堂樣式是否很重要？什麼才是重要的？
2. 你認為「聖靈無遠弗屆的力量」是什麼意思？這與全球各地有許許多多的人們加入本教會有何關連？
3. 你對約瑟·斯密的第一次異象有見證嗎？你如何能得到這見證？



我要跟從天父為我準備的計畫。	我會記住洗禮聖約並聽從聖靈。
----------------	----------------

我要選擇正義。我知道犯錯時可以悔改。	我會誠實對待天父、別人，和我自己。
--------------------	-------------------

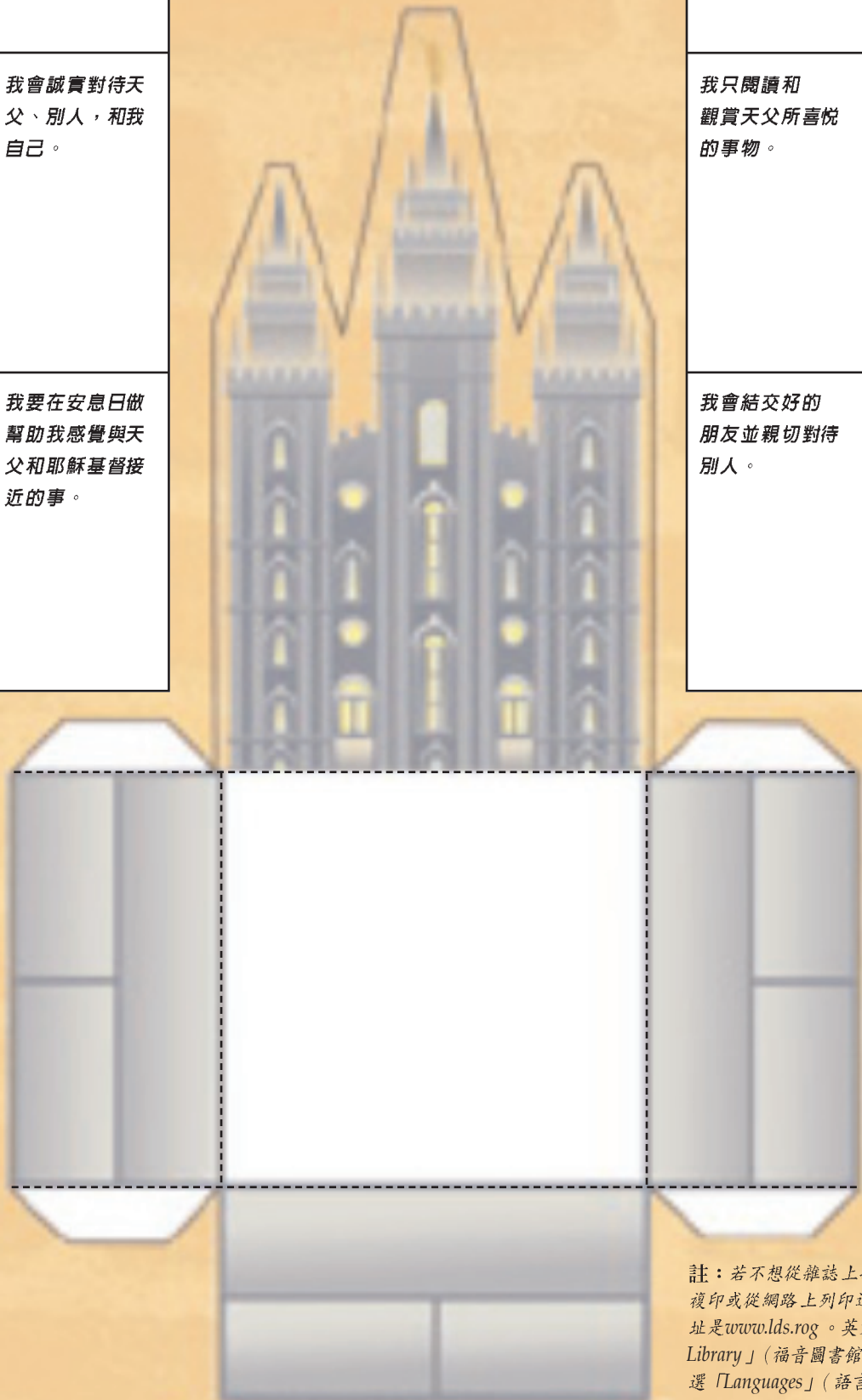
我會虔敬使用天父和耶穌基督的名字，我不會賭咒或使用粗魯的言語。	我要在安息日做幫助我感覺與天父和耶穌基督接近的事。
---------------------------------	---------------------------

我要孝敬父母，盡我的責任來鞏固我的家庭。

我要使我的心靈與身體保持神聖純潔，不會領受會傷害我的東西。	我會穿著端莊，以表達對天父及對自己的尊重。
-------------------------------	-----------------------

我只閱讀和觀賞天父所喜悅的事物。	我只聆賞天父所喜悅的音樂。
------------------	---------------

我會結交好的朋友並親切對待別人。	我現在要過配稱的生活，以便能去聖殿，並盡我的責任，以便能擁有永恆的家庭。
------------------	--------------------------------------



註：若不想從雜誌上拆下這幾頁，可以複印或從網路上列印這個活動內容，網址是 www.lds.org。英文請點選「Gospel Library」（福音圖書館）。其他語言請點選「Languages」（語言）。

趁年輕時準備好自己

「要為我的名建造這家宅，好讓我在其中向我的人民顯示我的教儀」（教約124：40）。

琳達·柯丁森



聖殿對你和你家人是一大祝福。目前全球有120多座聖殿，你知道離你最近的聖殿的名稱嗎？你家裡掛有聖殿的圖片嗎？你的家人親戚中，有人去過聖殿訂立神聖聖約了嗎？

兒童會歌曲「我喜歡看到聖殿」（兒童歌本，第99頁）教導我們，聖殿是「神聖屋宇，充滿愛心與優美」，以及聖殿是「神聖地方，我們印證在一起」。下回你唱這首歌時，注意聽「有一天我要去」這句歌詞，這是你對自己和對天父所許下的承諾，承諾你會保持配稱，以便能進入祂的神聖屋宇。

活動

將第F4頁取下黏在厚紙板上，沿黑線將聖殿剪下來，並沿虛線摺疊後，將黏貼處朝牆內黏好，做成一個盒子。將我的福音標準卡剪下來（第F4頁），放進聖殿盒裡。從盒子裡取出一項福音標準，讀出來並決定你會怎樣遵行該項標準。在家人家庭晚會上告訴大家，遵行這項標準如何幫助你準備好將來進入聖殿。

將聖殿盒及我的福音標準卡放在一處特別的地方，用來提醒你要作好的選擇。當你閱讀某項福音標準、思考如何實踐時，記住「我喜歡看到聖殿」歌中的這些話：「趁年輕時準備好自己，是我的神聖責任」。

分享時間建議

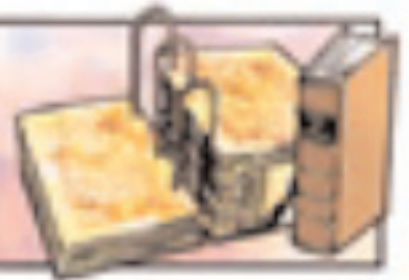
1. 畫一幅簡單的聖殿圖樣，將它剪成12個長方形，代表建築用的磚塊，上面寫上1到12的編號。取一張紙裁成12等份，將12條我的福音標準中每一條用到的動詞一一寫在紙上。（動詞：跟從、記住、選擇、對待、使用、做、孝敬、保持、穿著、閱讀和觀賞、聆賞、結交、過。）將紙條摺起，蓋住這些動詞。發下對神忠信指南，玩建造聖殿遊戲。一開始先讀出教約124：40，將「建造這家宅」寫在黑板上，請一位兒童抽一張紙讀出上面的動詞，請大家從我的福音標準中找出這個動詞。找到後一起讀出這項標準，請該名兒童或全班想出一個遵行該項標準的方法，再請那位兒童或全班找出磚塊1放在黑板上。繼續遊戲直到聖殿蓋好。要強調：兒童若按照所有的福音標準去做，便能擁有永恆的家庭。

2. 拿起一個裡面放有經文的袋子，給兒童幾個提示來猜袋子裡有什麼東西，猜出來之後將經文翻到瑪拉基書3：10，並讀出「你們要將當納的十分之一全然送入」，請兒童猜這節經文所描述的是哪一項誠命。一起讀出這節經文，仔細聽其中的應許：「傾福與你們」，請兒童說出天父已賜給他們哪些祝福，將這些祝福寫在黑板上。發給每個人一張紙，請兒童畫出或寫下一則祝福，完成後請他們輕輕地將紙揉成球狀，放進袋子裡。請一位聖職領袖伸出雙手承接紙球，在你將所有的紙球往他的手心裡倒時，讓大家看到球傾洩而下的樣子，讀出應許：「傾福與你們，甚至無處可容」。幫助兒童了解，當我們遵守什一奉獻律法，天父會賜給我們許多祝福，多到沒有地方可以容納。說明什一奉獻的錢會用來建造聖殿。●



先知約瑟·斯密的小故事

獲得金頁片



有一天晚上，約瑟祈禱想知道天父要他做什麼。他祈禱時，房間突然亮了起來，一位名叫摩羅乃的人物出現。他是天父派來的使者，他告訴約瑟有一部刻在金頁片上的古代紀錄。這個異象持續了一整晚。



第二天，約瑟疲憊得無法工作。

兒子，你最好回家休息去。



約瑟在回家的路上，摩羅乃又向他顯現，並將前一晚所說的事重述了一遍，然後要約瑟將這些異象告訴他父親。



約瑟，這異象是屬神的。你要照著使者的命令去做。

約瑟去了克謨拉山，



他撬起一塊大石頭，看到了金頁片、烏陵和土明以及一付胸牌，埋在地下的一個石箱裡。

摩羅乃要他在隨後的四年，每年都回到那裡。約瑟在那段時間，得到了許多啓示。



約瑟將這些事告訴家人。

約瑟，你向我們談到曾經住在這塊大陸上的人民的事，就好像你和他們生活了一輩子似的。



那是因爲主已將他們顯示給我看了。

第二年，約瑟回到克謨拉山，將頁片從箱子裡拿出來，暫時放在地上一會兒。當他要再去拿頁片時，頁片竟然不見了！



爲什麼要將頁片取走呢？

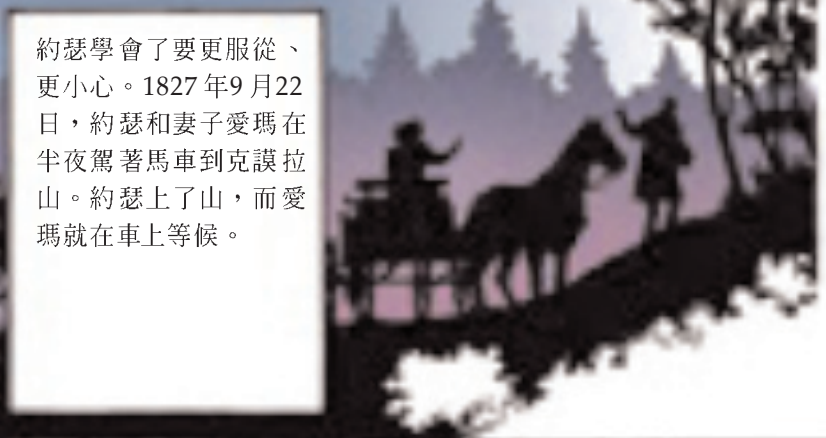
摩羅乃顯現並告訴約瑟，他還不能取得頁片，因爲他還需要學習更加服從。

神命令過你，在回到家之前，決不能讓這頁片離開你的手。



你卻忘了，而沒有遵守。

約瑟學會了要更服從、更小心。1827年9月22日，約瑟和妻子愛瑪在半夜駕著馬車到克謨拉山。約瑟上了山，而愛瑪就在車上等候。



第二天清晨當他們回到家時，約瑟的母親極爲快樂。

我終於拿到頁片了！



感謝神！我祈禱了一整夜。



對神忠信



上（左起）：第一副會長瑪格莉特·李芙；會長雪柔·藍特及第二副會長維琪·松森

總會兒童會會長團

九歲的雪比曾在家人家庭晚會作開會祈禱。「雪比，」媽媽說：「我想妳快完成對神忠信裡的一項活動了。幾個禮拜前，妳在家人家庭晚會中作過閉會祈禱，現在要請妳談談祈禱如何保護我們、幫助我們接近天父和救主。」

雪比離開房間去拿了日記來，念出幾天前所寫的日記。那時她家的車子不能發動，雪比在後座作了祈禱，祈求幫助。

幾乎就在那時，有位鄰居前來幫忙解決了問題。雪比之所以會記得要作祈禱，是因為她一直想著對神忠信活動。

雪比和世界各地的兒童一樣，她發現對神忠信不只是一項計畫而已，而是一種在生活中遵行耶穌基督福音來建立信心的方法。

在2003年公布對神忠信計畫時，戈登·興格萊會長、多馬·孟蓀會長和雅各·傅士德會長在信函中表示：「我們希望無論男孩或女孩都能藉著學

習並遵行福音、為人服務並發展才能，來培養出更大的信心及勇氣」（2003年4月2日，總會會長團信函）。

在今日的世界，你需要有極大的信心和勇氣。你可以藉著每日祈禱、經常研讀經文及遵守誠命來培養這些特質。這



「對神忠信——每一刻祈禱，是建立信心的那一個承諾。」
約翰福音17：3

些和其他遵行福音的方法，都列在對神忠信指南的基本要求中。你滿八歲時，就會得到這本指南。

全球某些地區的兒童每個月會一起聚會兩次，在成就日領袖的帶領下建立友誼、練習

遵行福音、做些好玩的活動。在其他教友人數很少或是教友相距很遠的地區，兒童可以與家人一起或自行進行對神忠信計畫。不論你的情況為何，最重要的就是要找出方法來遵行耶穌基督的福音。

兒童會領袖會幫助你。兒童會會長團會鼓勵你，讓你有機會報告你所完成的活動；教師會協助你背誦信條；美加地區的男孩可以經由童軍小組領袖的安排，將對神忠信目標與童軍活動結合。

對神忠信計畫也是鞏固家庭的一個方法。琳西剛滿八歲，也得到了一本對神忠信指南。爸媽和她一起把這份指南看過一遍，琳西自願要在家人家庭晚會中教導課程。她從對神忠信指南中選出一項主題。在家人的協助下，琳西教導了家人家庭晚會課程，也完成了一項活動。

其他家庭也運用對神忠信計畫來幫助他們開家人家庭晚會。有一個家庭每周都選一條不同的信條來學習和背誦。另外有個家庭，每回輪到由孩子教導課程時，就讓他們從指南中選出一項活動來做。

計畫親子服務計畫時（見指南，第9頁），米迦勒家庭決定要作蘋果派讓家庭的每位成員拿去分送。米迦勒問他可不可以將他的蘋果派送給一個不太友善的家庭，媽媽雖然有點擔心，但米迦勒仍堅持要做。

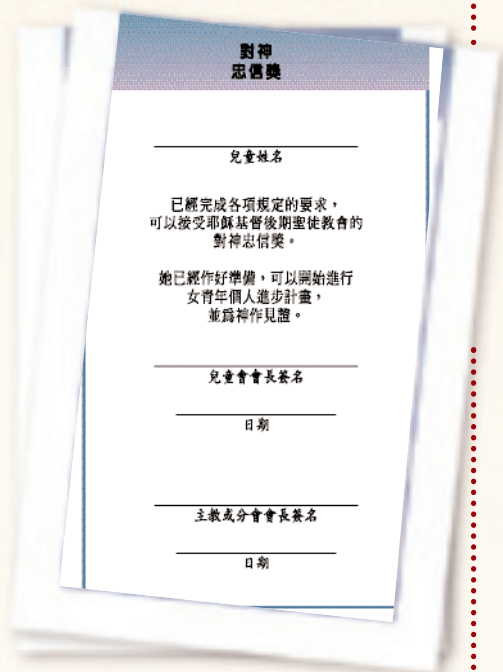


他們一家人將派送過去了，結果發覺那家人正遭遇困難，他們的不友善並不是針對米迦勒家庭。由於米迦勒想要遵行耶穌基督的福音，使得這兩家人成了好朋友。

完成這些要求時，你會得到指南最後的那張獎狀，兒童會會長和主教或分會會長都會在上面簽名。但完成這些要求的最大祝福是，你已經做了許多能幫助你遵行福音、使你變得勇敢堅強的活動。

完成對神忠信的要求，也

讓你作好更完善的準備去接受亞倫聖職或成為正義的女青年。屆時，你將已經培養出過正義生活的模式，並且也有機會遵行福音、為人服務、發展你的才能。最棒的是，你對耶穌基督的見證也已得到鞏固。●



我的福音標準 配對遊戲

劃一條線，把拆成兩半的句子連起來。可參考對神忠信指南的封底。

我要跟從

不會賭咒或使用粗魯的言語。

我會記住洗禮聖約並

盡我的責任來鞏固我的家庭。

我要選擇正義。我知道

不會領受會傷害我的東西。

我會誠實對待

天父所喜悅的事物。

我會虔敬使用天父和
耶穌基督的名字，我

親切對待別人。

我要在安息日做

天父為我準備的計畫。

我要孝敬父母

幫助我感覺與天父和
耶穌基督接近的事。

我要使我的心靈與身體
保持神聖純潔，

天父所喜悅的音樂。

我會穿著端莊，以

盡我的責任，以便能
擁有永恆的家庭。

我只閱讀和觀賞

聽從聖靈。

我只聆賞

表達對天父及對自己的尊重

我會結交好的朋友並

天父、別人，和我自己。

我現在要過配稱的生活，
以便能去聖殿，並

犯錯時可以悔改。

隱藏的圖案

潔

兒想贏得對神忠信獎，她需要經文、筆、硬幣、湯匙、叉子、刮鏟、登山鞋、野餐籃、耙子、鋼琴、水彩筆、鳥屋、棒球、球棒、跳繩、教堂、梳子、牙刷和蘋果，請把這些東西都找出來。潔兒要如何運用這些東西來贏得獎章呢？



巴西的安息日服裝

「守安息日為聖日」(申命記5:12)。

拿單·惠特

在巴西的米納斯吉拉斯，氣候終年無冬日，只有乾季和雨季之分，是個炎熱又潮濕的地方！康瑟耶路拉法分會的兒童已經學到，穿安息日服裝所帶來的祝福，即使在非常炎熱的天氣裡也要穿著。

派翠西亞·柯斯塔姊妹在擔任兒童會會長時，她開始為兒童會中的服裝標準憂心。「天氣這麼熱，對兒童來說，要穿著星期日服裝是件困難的事，」她說：「更何況，從來沒有人強調過這一點。」雖然穿著整齊來教會似乎是一件小

事，但柯斯塔姊妹知道這能幫助兒童表現出對天父的尊敬，也能為將來養成良好的習慣。

兒童會設立了目標，教會裡的家庭為沒有星期日服裝的孩子準備了適合的衣服，甚至在兒童會舉辦一場「服裝秀」，來展示適當的星期日服裝。

這並不容易，但他們達成了目標，「在兒童會聖餐聚會演出那天，每一個人穿著適當的服裝，」柯斯塔姊妹說：「這真是太好了！」

分會中許多教友都注意到這項改變，兒童變得更加虔敬，現在他們不需要爸媽的督促，都會在星期日穿戴整齊。還有一項意想不到的祝福，就是較不活躍的家長也開始參加教會聚會了，這都要感謝他們孩子的榜樣。●



永遠在

溫蒂·愛麗森

根據真實故事改寫

「好使他們集合起來，上去聖殿」（摩賽亞書1：18）。

星期六就像其他日子一般展開，太陽自柯林家旁的山巔升起，陽光從他的臥室窗口流洩進來。要是在其他日子，柯林大概會躲在被窩裡賴床，但是柯林打了個哈欠、伸伸懶腰，就從床上爬了起來。因為今天會有件特別的事，他需要好好作準備。

通常星期六是和朋友玩、幫忙整理庭院，或是忙完雜務後去看爺爺奶奶的日子，柯林經常穿著不怕弄髒的輕鬆衣褲。但是今天，他穿上了媽媽幫他洗淨燙好的星期日服裝，扣好白襯衫上的釦子，再將下襠仔細地塞進褲子裡。他穿上鞋襪，把領帶套在脖子上——爸爸會幫他打好。當媽媽喊道「要出發囉！」時，柯林已經準備好了。

在車上的每一個人都繫好安全帶以後，爸爸沿著街道把車開出去，轉彎接上公路。到聖殿時，柯林高興地笑了，他看到聖殿光滑的外牆在陽光中閃閃發光，鑲著彩繪玻璃的窗戶向外延伸，指向尖塔和天使摩羅乃。

柯林看過聖殿很多次了，他以前也進去過聖殿：一次是在他六個月大時，印證給爸媽；第二次是在爸媽收養弟弟卡登時。柯林當時太小了，對這兩次經驗沒什麼印象。但是隨著他年紀漸長，他明白聖殿裡所執行的教儀非常重要，他

也了解在星期六這次特別的聖殿之旅後，爸媽收養的小妹莎拉將永遠成為家中的一份子，就像她的哥哥們一樣。

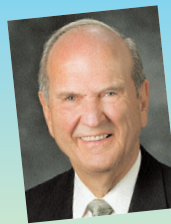
柯林平日愛笑又喜歡講話，但是當他和家人踏進聖殿大門後，他便規規矩矩，不再嬉笑，他知道聖殿是個神聖的地方。

親切的聖殿工作人員帶著柯林、卡登和莎拉去專為兒童準備的房間，換上白衣服，在那裡等候，直到應該去印證室和爸媽會面的時候。在印證室裡，柯林見到了爺爺奶奶、叔叔阿姨、家族朋友，和支會裡的一些教友。雖然有些人在擦眼淚，但這是快樂的一天。

聖殿印證人面帶微笑，與他們兄弟有力地握手表示歡迎，還說他們穿白衣服看起來很好看。他也鼓勵他們要時時作好的選擇，好為傳教作準備，並且日後能再回聖殿來。他提醒大家注意接下來所要進行的教儀的重要性，隨後就開始進行印證的教儀。

印證結束後，柯林和家人站在一起，看著印證室對牆鏡子裡的景像。他看見自己和爸爸、媽媽、弟弟以及小妹在一起，鏡中反射的影像無盡無終，就像他的永恆家庭一樣。柯林知道因為有聖殿，他的家庭不僅在那一天，而且是永永遠遠都能在一起。●

起



「我們來此是要組織家庭，
在神聖的聖殿裡印證在一
起，享有那持續至永恆的喜
悅及充滿愛心的關係。」

十二使徒定額組羅素·納爾
遜長老，「根源與枝條」，

2004年5月，利阿賀拿，第29頁。



畫一張自己在聖殿前的圖畫。



聖殿對我和我家人是一大祝福。

「我實在告訴你們，要為我的名建造這家宅，好讓我在其中
向我的人民顯示我的教儀」（教約124：40）。



橄欖樹的比喻，布萊德·提爾刻製

這件木雕作品刻畫出摩爾門經雅各書第5章中的一幅景象。在經文中，雅各引述先知徐納斯所說的關於園生和野生橄欖樹的比喻，這比喻代表以色列家族的歷史和命運。雅各說：「這就是我的預言：徐納斯這位先知所說的關於

以色列家族的事一定會發生」（摩爾門經雅各書6：1）。

ENGLISH



4 02022 86000 4

