

利阿賀拿

憑聖靈，
學習，
第16頁

善用見證
作決定，
第10頁

給大人的
兒童會教導，
第39，42頁

如果先知
對著你演講，
第F2頁

2008年9月

利阿賀拿02289 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·孟孫，亨利·艾寧，迪特·鄒希輝

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，陶德·克里斯多

總編輯：傑伊·簡森

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·洛怡

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，卡斯頓·梅麗莎，梅羅·米迦勒·莫里斯·芬莉，奧雷克·萊希，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·萊德·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·彭蘇

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。圖片說明處若載有有限制字樣，則不得複印。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9月



特稿

- 2 總會會長團信息：合一 亨利·艾寧會長
- 16 勤奮學習的力量 傑伊·簡森長老
- 21 黑板：教導的工具 羅賓·瓊斯
- 25 探訪教導信息：耶穌基督的福音教導神的兒女所具有的永恆潛能
- 26 後期聖徒的心聲
 - 我沒有放棄 嘉祿·朗格
 - 家譜有感 司提反·楊
 - 芬蘭尋根記 萊蒂絲·羅倫南·麥可尼爾
 - 母親的日記 艾德娜·陳德樂
- 36 摩爾門經的教訓：仰望主 瑪麗·柯克
- 39 兒童會歌曲祝福了我 珍妮佛·琳恩
- 42 我盡我的本分，剩下的神會負責 珍妮·馬薩
- 48 讀者來函

家人家庭晚會建議

這些教學建議可供您 道點心不可或缺的成份。製
於課堂及家中運用，不 作點心的時候，討論本文
妨依照家人及班員的需 列舉的五項原則為何都
要加以修改。 很重要，這些原則如何
能改善我們的生活。

「追求知識的同 時，要鞏固信心」， 「勤奮學習的力

量」，第10頁：在學習本文內容的同時，為家人家庭晚會製作一道點心。將食譜上的各種食材分派給每個家人，一人一種。討論每項食材的重要，以及為何各項食材不僅能使點心更加美味，也是這

量」，第16頁：讀出傑伊·簡森長老從培道·潘長老的演講中學到的四項要點。討論每個概念如何幫助你成為更好的學習者。邀請家人運用這些概念設立目標，使自己成為更好的學習者。



尋找本期中荷蘭文的選正義戒指時，
想一想祈禱如何幫助你選正義。



F11 著色頁



青年園地

- 8 這工作非她莫屬 喬·賓漢
- 10 追求知識的同時，要鞏固信心 昆丁·柯克長老
- 15 海報：你的下一步
- 24 約瑟教導的事：啓示以及活著的先知
- 31 律上加律：馬太福音5：14-16
- 32 向這些羅馬人看齊 珍妮佛·馬諦
- 44 代代相傳 亞當·奧申

朋友：兒童園地

- F2 來傾聽先知的聲音：給米絲緹的信息
多馬·孟蓀會長
- F4 分享時間：「親愛的天父，您住在哪裡？」
琳達·柯丁森
- F6 先知約瑟·斯密的小故事：約瑟和愛瑪的考驗
- F8 郭會長的榜樣 海蒂·蘿絲
- F10 幼兒園地：家庭祈禱的時間到嘍！
- F11 著色頁
- F12 與朋友談：我的哥哥與小狗
奇斯·愛德華茲長老
- F14 新朋友：奧馬「與人和睦相處」的祕訣

10 追求知識時，
勿忘鞏固信心



封面

前：攝影插圖：傑利·卡恩斯。後：攝影插圖：史蒂文·班得生；書本，威登·安德生攝。

朋友封面

吉姆·麥德遜繪。

F14 奧馬「與人和睦相處」的祕訣

本期主題

數字代表文章起始頁。

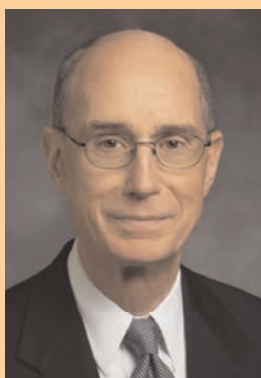
F= 朋友	祝福，F4
山上寶訓，31	婦女會，25
日記，29	教導，1，8，21
先知，10，24，F8	啓示，24
合一，2	黑板，21
考驗，36，F6	傳道事工，32，42
見證，39，44	愛，2，F12
兒童會，39，42	聖殿，32
知識，10，16	聖靈，2，16
勇氣，36	榜樣，31
約瑟·斯密，24，F6	摩爾門經，10，36，44
耶穌基督，2，31	潛能，25
音樂，39	學習，16，21，F8
個人進步，8	選擇，10，15
家庭，2，25，44，F10，F12，F14	選擇權，15
家庭教導，2	禱告，16，F4，F10，F11
家譜，26，27，28，29	贖罪，2，10
悔改，10	靈感，16，F2

「代代相傳」，第44頁：
將下列經文分別寫在幾張紙片上，然後放入一個碗裡面：尼腓一書8：12-18；尼腓一書10：17；尼腓一書15：6-11；摩賽亞書17：1-4、摩賽亞書18：1-3。將碗傳遞給一位家人，請他（她）拿出一張紙片，大聲讀出經文。繼續傳遞，直到所有的經文都唸出來為止。問：這些經文的共同點是什麼。討論將福音代代相傳下去為何

很重要。

「我的哥哥與小狗」，第F12頁：分發給每位家人一張小狗的圖片，讀出這則小狗的故事，請家人仔細聽，是誰讓小狗忠心耿耿？原因何在？討論有哪些方法可以讓家人保持忠誠。在下一週，每當有家人表現出親切仁慈的舉動，就將他的小狗圖片放在他表現出好行為的地方。在下一次的家人家庭晚會裡，請家人注意這些好事情。

合一



亨利·艾寧會長
總會會長團第一副會長

我們必須懷抱希望，期盼自己能在今生體驗到這種合一，並有資格在來生也永遠擁有之。我們也需要知道這偉大的祝福從何而來，才能知道我們必須做哪些事。

世界的救主耶穌基督對想加入祂教會的人說：「要合一；你們若不合一就不是我的」（教約38：27）。救主在創造男人和女人時，要他們在婚姻中合而為一，這不只是期許，而是誡命！「因此，人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體」（創世記2：24）。天父要我們的心交織在一起，這種愛的結合不僅是一種理想境界，更是不可或缺的。

神不只要求我們在今生合一，還需要永永遠遠合一。世上第一樁婚姻是由神在伊甸園裡為亞當和夏娃締結的，當時他們都還不會死亡。神從太初起就在男女心裡種下一種渴望，讓他們想永遠結為夫妻，在家中過著完全正義而合一的生活；祂也在其兒女的心裡面種下一種渴望，讓他們想和周遭的人和平共處。

但自從人類墜落以後，要過著合

一的生活顯然並不容易。悲劇上演得很早，該隱殺了他的親弟弟亞伯，亞當和夏娃的兒女開始屈服於撒但的誘惑。撒但為達目的，不惜利用詭計、仇恨和狡詐的手段，違逆天父和救主的旨意。天父和救主願意賜給我們完美的合一與永恆的幸福，而撒但則是祂們和我們的敵人，他在世界創造以前就已經知道救恩計畫，也知道神聖、喜樂的家人關係唯有在永生中才能持續下去。於是，他企圖拆散我們和我們所愛的人，讓我們悲慘痛苦；他正是把紛爭的種子種入人心的罪魁禍首，目的是拆散我們、使人分離。

每個人對合一與分離這兩件事多少都有所體會。有時在家庭或其他情況中我們會窺見生命的風貌，看見有人因愛而付出犧牲，置他人的利益於自身的利益之上。每個人對分離、孤立時的悲傷寂寞也多少略知一二，我們並不需要他人告訴我們該作何種選擇，因為對此都了然於心。只是，我



聖

餐祈禱文
每週都提
醒我們，

透過服從耶穌基督福
音的律法和教儀何以
能得到合一的恩賜。

們必須懷
抱希望，期
盼自己能在今
生體驗到這種合一，
並有資格在來生也永遠擁有
之。我們也需要知道這偉大的祝福從何
而來，才能知道我們必須做哪些事。

本性「可」移

世界的救主曾談到這種合一的關係，以及我們該如何改變本性才能促成這種合一。祂在去世前與使徒最後一次聚會的祈禱中，把這個道理教導得很清楚。這篇超凡動人的祈禱文記載在約翰福音裡，當時祂即將為我們所有的人面臨那駭人的犧牲，因為這樣才可能有永生。祂也即將離開祂所按立的使徒，祂愛他們，也即將把領導教會的權鑰交給他們。因此，祂向祂的父祈禱——完美的子向完美的父祈禱。從祂的話語中，我們看到家庭合一的方式；天父所有的兒女只要跟從救主和其僕人，也都能享有合一：

「您怎樣差我到世上，我也照樣差他們到世上。

「我為他們的緣故，自己分別為聖，叫他們也因真理成聖。

「我不但為這些人祈求，也為那些因他們的話信我的人祈求，

「使他們都合而為一。正如您父在我裡面，我在您裡面，使他們也在我們裡面，叫世人可以信您差了我來」（約翰福音17：18-21）。

寥寥數語，卻能道盡耶穌基督的福音如何使眾人的心意合一。人若相信祂所教導的真理，便可經由祂握有權柄的僕人接受教儀和聖約，然後，



藉由服從那些教儀和聖約，人們的本性會有所改變。救主的贖罪即是以這種方式使我們有機會獲得聖化，聖化以後我們才能過合一的生活，而合一的生活正是那些想在今生享有平安、並在永恆中與父、子同住的人必須做到的事。

古時候眾使徒和先知的聖工正如今日一樣，是要帶領亞當、夏娃的兒女在耶穌基督的信心裡同歸於一。不論他們當時教導的內容或今日我們教導的內容為何，其終極目的都是使家人合一：夫妻、子女、孫子女、祖先，以至於亞當和夏娃整個家族裡所有願意選擇過合一生活的人。

大家都記得救主曾在祈禱時說：「我為他們的緣故，」——這裡指的是使徒——「自己分別為聖，叫他們也因真理成聖」（約翰福音17：19）。聖靈就是那位使人成聖的人。現在我們能有聖靈為

伴，乃是因為主經由先知約瑟·斯密復興了麥基洗德聖職。此聖職的權鑰今日存在於世上，藉著它的力量，我們得以訂立聖約，使聖靈常與我們同在。

凡有聖靈同在之處，就不難期待和睦的氣氛。聖靈會在我們心裡種下真理的見證，讓同樣擁有這份見證的人團結合一。神的靈從不製造紛爭（見尼腓三書11：29），也從不在人與人之間製造導致衝突的分化感。¹留意聖靈的聲音能使人享有平安，與他人產生融洽合一的感受。聖靈使人團結合一，而合一的家庭、合一的教會以及和平世界的關鍵全維繫在團結合一的人群身上。

有聖靈為伴

即使是小孩也能明白該怎麼做才能有聖靈為伴，而聖餐祈禱文也都把這些事告訴我們了。我們每個星期參加聖餐聚會時，都會聽到這段祈禱文。在那神聖的時刻，我們更新自己受洗時訂立的聖約；而主提醒我們要記得被證實為教友時所得到的應許，這應許就是我們可以獲得聖靈。以下這些話節錄自聖餐祈禱文：「他們願意承受您子的名，一直記得祂，並遵守祂賜給他們的誡命，使他們能一直有祂的靈與他們同在」（教約20：77）。

透過遵守這項聖約，我們可以擁有祂的靈。首先，我們承諾承受祂的名，這是指我們必須把自己當作祂的子民，同時在生活裡將祂置於首位。我們要追求祂所要的，而不是追求自己要的、或是世人教我們應該要的。如果我們先愛屬世的事物，內心必定不會有平安。人若認為寬裕的物質生活即為家庭或國家的理想境界，終將使家庭、國家分裂。²若能根據主的旨意為彼此服務，並以此作為理想境

界（承受基督的名之後自然就會做到這點），就能帶領我們來到人間天堂般的靈性境地。

其次，我們承諾要一直記得祂。我們每次奉祂的名祈禱，就是記得祂。祈求祂寬恕的時候（我們必須經常這樣做），更是在記得祂。祈求時要記得祂的犧牲，因為有祂的犧牲，才有悔改和寬恕的可能。懇求的時候要記得祂是我們在父面前的中保；獲得寬恕和平安的感覺時，要記得祂的耐心和無盡的愛；這樣時時以救主為念，會讓我們的心中充滿愛。

全家一起祈禱和閱讀經文的時候，也是在信守「記得祂」的承諾。早餐時圍在桌旁作家庭祈禱，有個孩子會求神祝福另一個孩子，讓他那天的考試或某項演出很順利；而祝福來到時，蒙受祝福的孩子就會記得那天早上家人的愛、這位中保的仁慈，因為禱告是奉這位中保的名獻上的，家人的心也會因為愛而緊緊相繫。

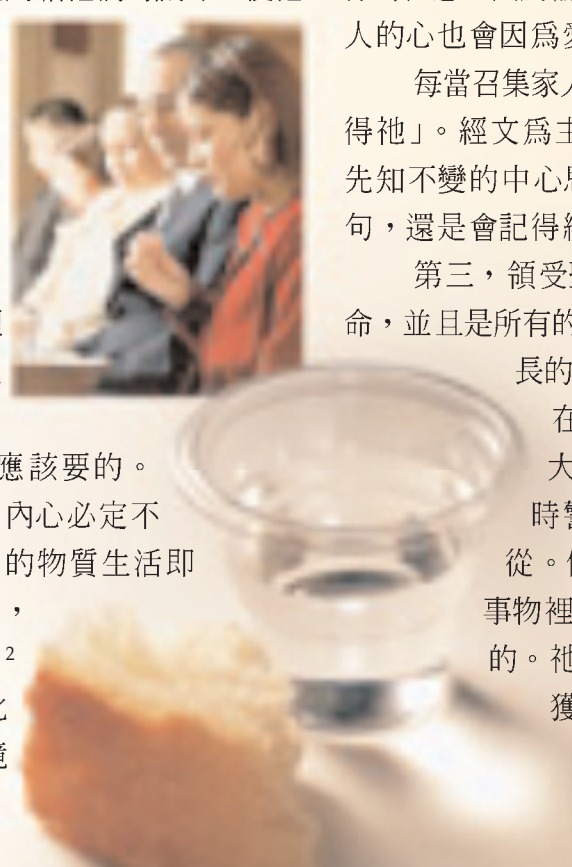


每當召集家人閱讀經文，就是信守聖約要「記得祂」。經文為主耶穌基督作見證，這一向是眾先知不變的中心思想。孩子即使記不住經文的字句，還是會記得經文真正的作者——耶穌基督。

第三，領受聖餐時，我們承諾要遵守祂的誡命，並且是所有的誡命。曾任總會會長團第一副會長的小路賓·克拉克會長（1871-1961）

在一次總會教友大會的演講中呼籲大家要合一（他曾多次呼籲），同時警告我們不要只挑某些誡命來服從。他是這麼說的：「在主所賜予的事物裡，沒有一件是毫無用處或不必要的。祂在經文裡提到的事，都是我們想獲得超升時所應該做的事。」

克拉克會長又說：「我



們領受聖餐時，也立約要服從、遵守祂的誠命；沒有例外，沒有特例，也沒有差別。」³ 他教導我們：就像我們必須悔改所有的罪、而不只是某一種罪一樣，我們也必須立誓遵守所有的誠命。這聽起來很困難，但其實並不複雜。只要順從救主的權柄，承諾去服從祂命令的一切就可以達到（見摩賽亞書 3：19）。唯有我們順服於耶穌基督的權柄，才能使我們以家庭、教會以及天父兒女的方式團結合一。

主透過祂的先知把這權柄傳給祂謙卑的僕人，而信心會讓我們將家庭教導教師或探訪教師這樣的召喚視為主所差遣的事；我們會按照祂所命令的，起身為祂工作。一個普普通通的男人帶著一個十幾歲的小同伴到教友家中拜訪，祈求上天的力量幫助他們確使這個家庭能團結合一，沒有冷酷相待、說謊、背後中傷或邪惡的言談（見教約 20：54）。當我們相信主會召喚僕人前來時，就會在這些人責備我們的時候不計較他們的缺失，反而能多體察他們的好意，少看他們的人性弱點；我們比較不容易被冒犯，反而會對召喚他們的夫子更心懷感激。

有礙合一的障礙

違反某些誠命會破壞合一性，這其中有些與我們言談的內容有關，有些與我們回應他人言談的方式有關。我們切勿論人是非，反而應當儘量欣賞彼此的優點，讚美他人。⁴

同時，如果有人以輕蔑的口吻談論神聖事物，我們必須挺身駁斥，因為這種行為的後果一定會冒犯聖靈，從而引發紛爭和混亂。賓塞·甘會長（1895-1985）示範了挺身而出卻又不引起紛爭的方法。當時他正躺在醫院的推床上，旁邊有位看護一時心情不好，妄稱了主的名，甘會長請求他：

「『求你，求你不要說這樣的話，你所咒罵的正是我主的名。』

「接著是一陣死寂，然後那人壓低嗓門輕聲說道：『對不起。』」⁵ 聖靈啟發之下的好心斥責，可以引導人趨向合一；若未按照聖靈的提示加以

斥責，則會導致不和睦。

如果我們要合一，就必須遵守一些與我們的心情感受有關的誠命。對於冒犯我們的人，我們要予以寬恕，而且不記恨。救主在十字架上樹立了榜樣：「父啊！赦免他們；因為他們所做的，他們不曉得」（路加福音 23：34）。我們不了解冒犯我們的人的心思，也不全然了解自己的憤怒和傷害從何而來。使徒保羅曾說：「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡」（哥林多前書 13：4-5），這就是告訴我們如何在這個由不完美的人——包括我們自己——所組成的世界裡運用愛心。接著他鄭重地警告我們不要只顧著回應別人的錯處，而忘了自己的過錯；他寫道：

給家庭教導教師的建議

虔敬地研讀過本篇信息後，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. 將我們每週在聖餐聚會上領受聖餐時承諾的三件事，分別寫在不同的紙上。依序拿起紙條，分別討論那些承諾的意義，以及該如何遵守那些承諾。

2. 拜訪教導對象之前，先將一張心型的紙剪成三片，然後分別在上面寫著：改變、同伴及信心三個詞。一開始先說明我們必須合一、一心一德。然後將「改變」的紙片放下。讀出或說明艾寧會長所謂的改變本性，然後請探訪的家庭舉出一些改變的例子。再用另外兩張紙片重複相同的程序，把心型的拼圖拼好之後，請探訪的家庭說說有哪些方法可以幫助他們變得一心一德。

3. 自行（也可以請探訪對象的家庭成員）讀出本文前兩大段落的一些部分。討論雖然每個家庭是由不同的個人組成，但都可以做到合一。示範：我們可以很輕易地扯斷一條細線，但是如果將很多條細線捻成一股，它就會變得很堅韌。強調家庭若能團結合一會較穩固堅強。



耶穌基督釘十字架，教會歷史暨美術博物館墨子提供；攝影插圖：馬太·賴爾

另一警告是慎防驕傲。當家庭或民族因聖靈而軟化態度後會促成合一，合一會帶來莫大的力量，隨這力量而來的是世人矚目的眼光。無論這矚目的眼光帶來的是讚譽或嫉妒，都可能導致驕傲；驕傲會干犯聖靈，這正是造成不合一的源頭所在。但有個方法可以防範驕傲，那就是在獲得神豐盛的祝福時，不只將之視為是神對我們恩寵有加的象徵，更將之視為能與周遭之人合作從事更多服務的機會。夫妻學習如何成爲一體時，要利用彼此的相同之處互相了解，還要利用彼此不同之處截長補短，爲彼此服務，也爲周遭的人服務。同樣的道理，有些人雖然不接受我們的教義，卻同樣願意造福天父的兒女，我們也能與這樣的人和睦共處。

對於冒犯我們的人，我們要予以寬恕，而且不記恨。救主在十字架上樹立了榜樣：「父啊！赦免他們；因為他們所做的，他們不曉得。」

「我們如今彷彿對著鏡子觀看，模糊不清，到那時就要面對面了。我如今所知道的有限，到那時就全知道，如同主知道我一樣」（哥林多前書13：12）。

聖餐祈禱文每週都提醒我們，透過服從耶穌基督福音的律法和教儀何以能得到合一的恩賜。只要遵守聖約——包括承受祂的名、一直記得祂、遵守祂所有的誠命，就能有祂的靈與我們同在。這會軟化我們的心，使我們合而爲一。然而，這項應許也附帶了兩項警告。

我們可以成爲使人和睦的人，因而有資格被稱爲有福之人、神的兒女（見馬太福音5：9）。

第一，唯有保持潔淨，不戀慕世俗的事物，聖靈才會繼續與我們同在；選擇不潔會把聖靈趕走。聖靈只與那些選擇主而不選擇世俗的人同在。「你們要潔淨」（尼腓三書20：41；教約38：42），並且「盡心、盡能、盡意、盡力」愛神（教約59：5），這不是建議，而是誠命，而且是享有聖靈爲伴的必要條件；若無聖靈爲伴，我們就不能合而爲一。

我們的父神活著，祂的愛子耶穌基督是這教會的元首，會將那和平的旗幟賜給所有願意接受的人。但願我們都生活配稱，能獲得那面旗幟。■

註：

1. See Joseph F. Smith, *Gospel Doctrine*, 5th ed. (1939), 131.
2. See Harold B. Lee, *Stand Ye in Holy Places* (1974), 97.
3. In Conference Report, Apr. 1955, 10--11.
4. See David O. McKay, in Conference Report, Oct. 1967, 7--8.
5. 參閱總會會長的教訓：賓塞·甘（麥基洗德聖職與婦女會研讀課程，2006），第157頁。



這工作非她莫屬

喬·賓漢

薩望是迦納鄉間的熱鬧小鎮，又稱為麵包鎮，因為路邊到處都是販賣麵包的小販，也有人頭上搖搖晃晃地頂著平底鍋在兜售。迦納阿薩曼卡司區會詹克隆分會的女青年品絲拉·湛古就住在這裡；她九歲受洗，跟雙胞胎哥哥品斯、其他家人都是耶穌基督後期聖徒教會裡活躍的教友。

品絲拉需要尋找個人進步計畫的活動時，並不需要捨近求遠。在她分會裡負責人道援助計畫的傳教士湯普森姊妹需要教授成年鎮民英語，卻遇到了困難，因為在薩望一帶，大部分的人不會講英語，而湯普森姊妹也不會講當地的方言特維語，因此跟學生溝通起來很吃力。

這時品絲拉的機會來了；她在學校裡學過英語，也會說當地的四種方言，其中包括特維語。這工作非她莫屬，因為她可以跟每個人暢談無阻。

品絲拉說：「著手進行知識準則的計畫時，我想到可以助識字班一臂之力。剛開始，我覺得要站在街坊鄰居這些婆婆媽媽、大叔老爹面前教

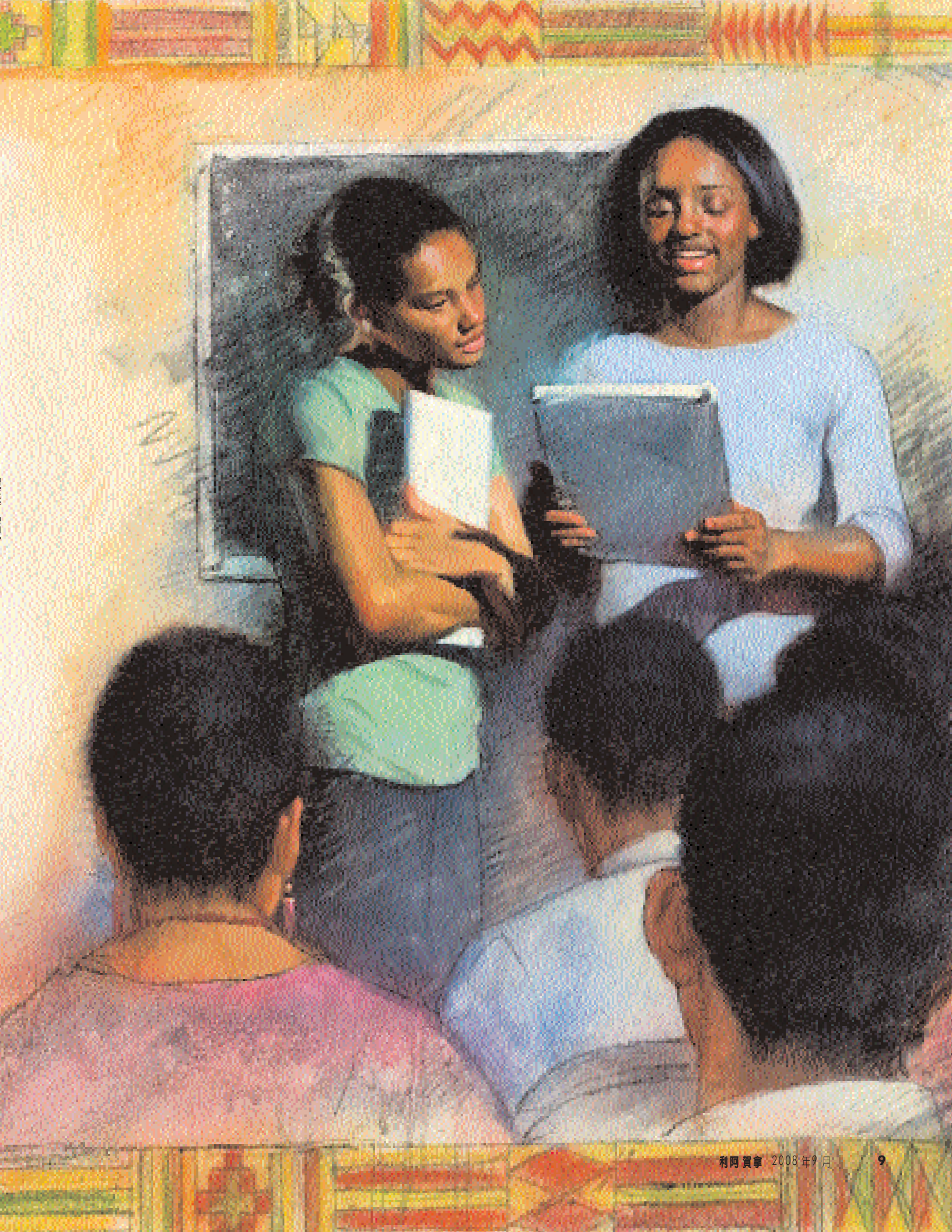
他們英文，實在是太難了。前兩週不太容易，因為他們覺得我在那裡會讓他們出醜，但後來我找到機會為自己做了一番解釋。」之後一切就非常順利，小老師和老學生之間的溝通順暢許多。

計畫完成之後，品絲拉原本考慮不教了，但最後還是決定留下來。她說：「識字班很有趣，我再也不想離開了。」品絲拉懷著愛心繼續為人服務，並且謹記：為人服務就是為神服務。

品絲拉如今已經獲得女青年獎，她說：「女青年計畫使我對教會產生更多見證。我知道約瑟·斯密是蒙神召喚的人，教會是真實的。我知道多馬·孟蓀會長是活著的先知，他為全體教友接受啟示，我也知道教會的教義和原則都是真實的。」

雖然品絲拉現在不再以女青年的身份待在女青年組織裡，卻還是會到女青年組織去，因為她已經蒙召喚擔任分會女青年會長團的祕書了。

品絲拉還有個目標，就是希望21歲的時候能為教會傳教，這樣就可以分享見證，保持她一直以來喜愛為人服務的好習慣。■



追求知識 的同時， 要鞏固信心

昆丁·柯克長老

十二使徒定額組



請容我與各位分享五項原則；我相信這些原則在各位積極地追求知識，同時又要把對主耶穌基督的信心當作生活的重心時，是不可或缺的。

在教會的教義裡，信心與追求知識並不互相矛盾，兩者其實可以兼容並存、相輔相成。當我提到信心，我指的是對主耶穌基督的信心。

信心和知識需要我們付出同等的努力和承諾，但如果我們把全副心力都投注在追求知識、從事運動、嗜好、賺錢或其他目標上，就不能奢望信心成為生活的重心。

請容我與各位分享五項原則；我相信這些原則在各位積極地追求知識，同時又要把對主耶穌基督的信心當作生活的重心時，是不可或缺的。

1. 了解萬事的確有對立，你作的選擇關係重大。

你們現在所處的人生階段充滿了無數的選擇，其中有些是今生最重要的選擇，而且關係著你們的未來與幸福。

先知李海在生命接近尾聲之際教導：「因為萬事必須有對立」（尼腓二書 2：11）。

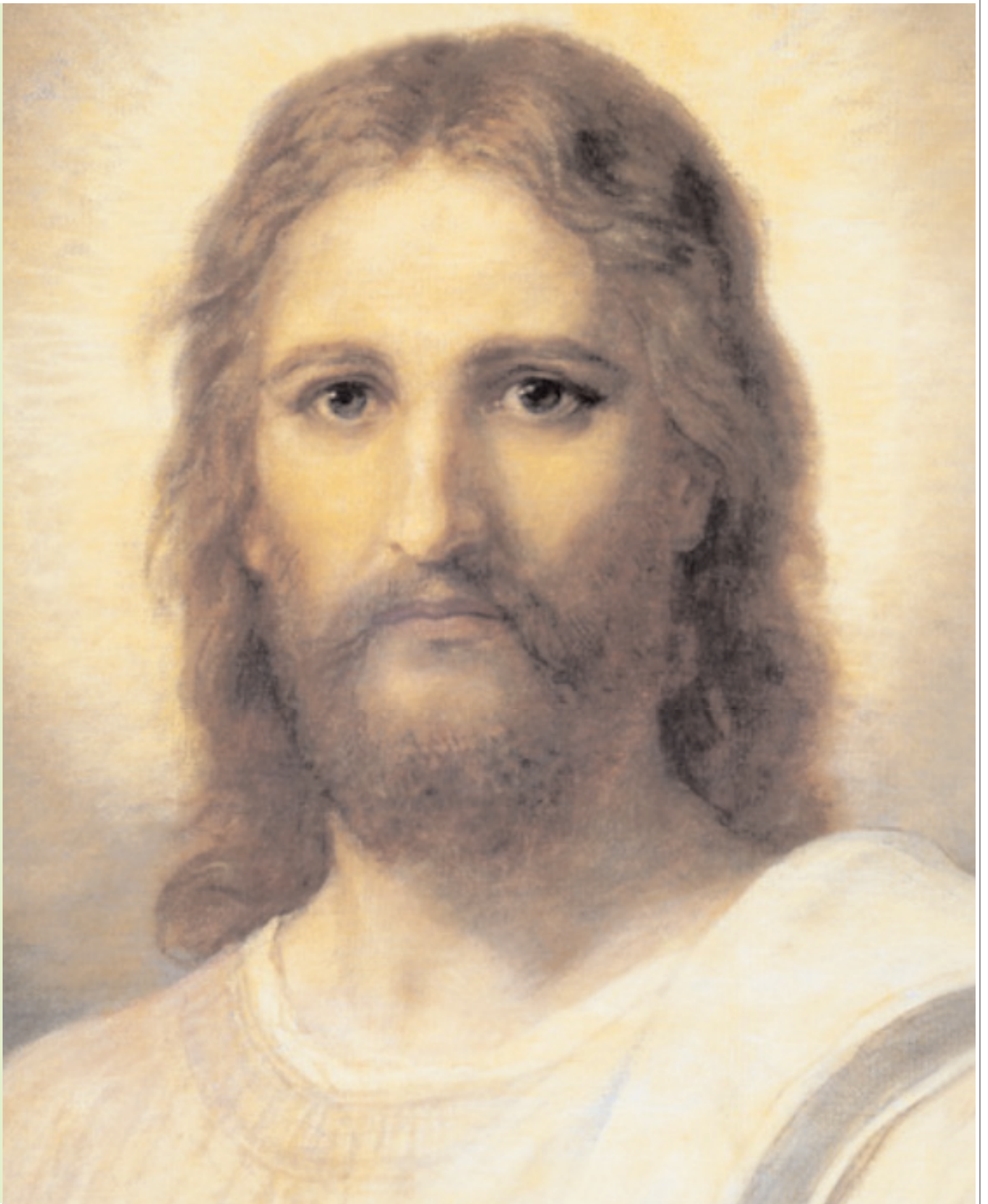
他後來又說：「因此，世人在肉身中是自由的；凡對人類有益的事物都賜給他們。他們可以藉著全人類的偉大中保，自行選擇自由和永生，或順著魔鬼的束縛和力量，選擇束縛和死亡；因為魔鬼力圖使所有的人都像他一樣悲慘」（尼腓二書 2：27）。

我們都知道，為了救恩計畫，天上曾經發生大戰，因此，在這最後福音期所教導的宗教原則會遭到強烈的惡意攻擊，自然也不足為奇了。

戈登·興格萊會長（1910-2008）曾應許各位：「各位正要跨越成年的門檻。你們會擔憂學校的課業，擔憂婚姻以及許多事。我向各位保證，只要遵照神的誠命的指引、行走在祂的道路上，神絕對不會離棄你們。」¹

2. 鞏固自己的見證，將見證當作一切選擇的根基。

你對耶穌基督的見證、對經由先知約瑟·斯密復興的福音的見證，都是你未來每個重要決定及選擇的根



你

對耶穌基督
的見證、對
經由先知約
瑟·斯密復興的福音
的見證，都是你未來
每個重要決定及選擇
的根基，而摩爾門經
正是那見證所不可
或缺的部分。



基，而摩爾門經正是那見證所不可或缺的部分。

我15歲的時候了解到，對摩爾門經、先知約瑟·斯密以及救主有見證是多麼重要，而這見證對於作選擇的影響又是多麼深遠。

韓戰期間，我的哥哥喬20歲，當時每個支會只能有一名男青年去傳教，其他人必須留守，隨時等待徵兵通知。那一年稍早，我們支會裡已有一位男青年出去傳教，哥哥的生日在九月，所以他認為自己不會有機會去傳教。

後來支聯會會長要哥哥去見他，說有個支會並未用到他們的傳教士配

額，所以哥哥也許可以去傳教。當時的人都是在20歲的時候被召喚去傳教的，而且哥哥剛填妥醫學院的入學申請書，他的功課很好。父親在教會並不活躍，那時他已經幫哥哥存了一筆讀醫學院的學費。當他獲悉哥哥與支聯會會長的談話後大失所望，因此勸喬不要去傳教，還暗示他，讀醫學院的話，將來行善的機會更多。

這在我們家是一樁大事。那天晚上，哥哥與我討論該如何作選擇。他比我年長五歲，所以我們那次的交談內容大部分是他的想法。經過一番分析之後，我們得到的結論是：如果

耶穌基督只是偉人，而不是神；如果約瑟·斯密是一位卓越的教師，而不是先知；或者如果摩爾門經裡蘊含的是寶貴的忠告，而不是神的話語，那麼父親是對的——哥哥去讀醫學院比較好。但，如果耶穌基督是神，約瑟·斯密是先知，而且摩爾門經是神的話語，那麼，接受召喚去宣講福音就重要得多了。

那天晚上，我有一種前所未有的渴望，想知道這些問題的答案。我一直相信耶穌基督是神，也相信約瑟·斯密與摩爾門經，但我還是希望獲得來自主的證實。那天晚上，在我禱告時，聖靈向我的靈魂為救主作證，也見證摩爾門經的真實性以及約瑟·斯密的確是先知。哥哥也獲得了相同的見證，於是他選擇去傳教。附帶一提，哥哥返鄉之後還是去讀了醫學院。等到我過20歲生日的時候，父親便高高興興地看著我去傳教了。

3. 追求知識時要勤奮、明智而謙卑。

在尋求獲得信心與知識時，需要保持謙卑。雅各教導：

「啊，那邪惡者的陰險計畫！啊，世人的虛榮、脆弱和愚蠢！他們有了學問，就自以為聰明，不聽從神的忠告，因為他們把神的忠告棄置一旁，以為是自己知道的，……」

「然而，如果他們聽從神的忠告，那有學問則是好事」（尼腓二書9：28-29）。

對知識要保持謙卑的一個理由是：知識是會改變的。我剛剛說過，我的哥哥是醫生，他現在已經70多歲，先後考過六次專業的展期認證考試。他笑著對我說，那些題目跟35年前的一模一樣，但是答案卻一直在變。35年前的考卷上，一個典型的複選題也許是：造成胃潰瘍的主因是什麼？答案是跟壓力有關。今天，同一個問題的答案會是：因為胃部組織裡寄居並滋生了細

菌。你可以看得出來，這些問題並沒有改變，但是答案多半都變了；許多領域的知識都是如此。

我舉這個例子的用意並不是要求各位減少對知識的追求；知識不可或缺，每個領域的知識都很重要。我們何其有幸，能夠生活在這個科技日新月異的時代。

知識一直都很重要，偉大的科技既新奇又振奮人心，如今我們正迎向科技起飛的時代，科技革命必然會為教會及人類同胞帶來莫大好處。知識，無論新舊都很重要。

4. 作選擇的時候要跟從先知的忠告。

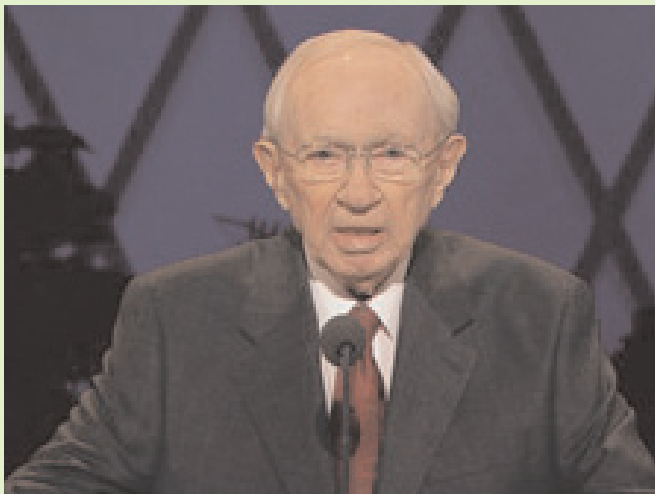
興格萊會長在一次全球領導人訓練會議中談到：

「我們不需要別人告訴我們，就知道我們正生活在有史以來最艱困的時期。所到之處，道德標準日漸低落，已經沒有什麼神聖的事情可言。

「……我想所多瑪和蛾摩拉不會比我們更糟糕。……我想，我們的天父看到祂悖逆的兒女時，一定也難過得落淚。」

興格萊會長以他一貫樂觀積極的領導作風繼續說：

「我們絕不能放棄，絕不要氣餒，絕不屈服於邪惡的勢力。……就算我們要孤軍奮戰，也絕



爲 不當的選擇
找藉口是於
事無補的，
爲不當的選擇作悔改
卻可以使人獲得益
處；悔改的人特別能
從贖罪得到祝福。

不放棄。

「我們是不會孤軍奮戰的」。²

眾先知的忠告不只是說給我們這個時代的人聽，他們的忠告還會爲我們、爲我們未來的子女以及永恆的世世代代帶來祝福。

只要聽從先知的忠告，就可以無比樂觀地展望未來。

5. 讓贖罪在生活中充分發揮效力。

爲不當的選擇找藉口是於事無



補的，爲不當的選擇作悔改卻可以使人獲得益處；悔改的人特別能從贖罪得到祝福。若沒有贖罪，公道這條永恆原則就會要求懲罰（見阿爾瑪書42：14）。由於有贖罪，慈悲可以庇護那些悔改的人，讓他們回到神的面前（見阿爾瑪書42：15）。

我第一次開始了解到贖罪的重大意義，是在外祖父臨終的時刻。我從法學院畢業後便準備參加加州的律師認證考試，那時卻接到母親打來的

電話，說我若想在在外祖父去世前再見他一面，最好即刻就到猶他州一趟。外祖父當時已經86歲，病得很嚴重。他看到我來，很是欣慰，還跟我分享見證。

當時他心裡掛記著三件事：

1. 他深愛他的10個子女，他們都是善良的人，他希望他們都能配稱到聖殿去。

2. 當年馬丁手推車隊橫越甜水河時，有幾位男青年背負那群教友過河，他的父親就是其中之一。外曾祖父去世的時候，外祖父才三歲，所以他一直期盼能見到他的父親，並且希望他父親和其他家人會悅納他的生活。

3. 最後，也是最重要的，他告訴我他非常盼望能與救主相見。他稱救主爲「守門者」，那是在尼腓二書9：41裡的說法。他告訴我，他希望自己已經充分悔改了，能有資格領受救主的恩典。

所有的人都犯過罪，唯有透過贖罪我們才能領受慈悲，與神同住。我至今仍記得外祖父對救主那份熱切的愛，以及對贖罪的感激之情。

我要作我個人的見證：救主是神，贖罪是真實的；我希望各位都能虔敬地思考眼前的種種重大抉擇。■

摘自2006年3月14日，百翰·楊大學愛達荷分校祈禱會講辭。

註：

1. 參閱「先知給青年忠告，並爲他們祈禱」，2001年4月，利阿賀拿，第30頁。
2. 「堅定不移」，2004年1月10日，全球領導人訓練會議，第20頁。

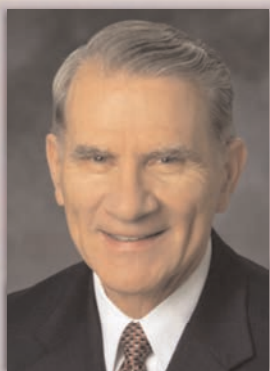
你的 下一步

最聰明的一步，就是選擇正確的那一邊。
(見摩賽亞書 5 : 10)



勤奮學習 的力量

傑伊·簡森長老
七十員會長團



充分把握你擁有的
種種學習機會。

在教義和聖約中，主勸勉我們：「因此，現在每個人都要學」，而且要「十分勤奮地」學，因為不學的人「必不被認為配稱站立得住」（教約107：99-100）。

經文中提及學習的章節有144處之多。請思考下列幾則：

「因所受的苦難學了順從」（希伯來書5：8）。

「在你年輕的時候要學習智慧；是的，在你年輕的時候就學習遵守神的誡命」（阿爾瑪書37：35）。

「學得比我們聰明」（摩爾門書9：31）。

「向我學習，聽我的話」（教約19：23）。

「藉著研讀也藉著信心尋求學識」（教約88：118）。

「研讀、學習、熟悉一切好書，熟悉各種語文、方言和民族」（教約90：15）。

「勤奮地尋求學習智慧和尋找真理」（教約97：1）。

當我們思考神在這些忠告裡對我

們的要求時，很重要的一點是要先思考一下我們是如何學習福音的。學習福音需要詳加理解、研讀以及祈禱。但是，必須謹記的一點是，我們每個人都有兩個部分：那就是身體和靈體；正因為我們也是屬靈的生物，所以藉由聖靈的力量來學習是不可或缺的元素。

藉由聖靈學習

先知約瑟·斯密教導：「神在祂的無限智慧中，認為適合……對我們啓示的……，〔都〕精確地對我們的靈啓示，好像我們根本沒有身體一樣；那些拯救我們的靈的啓示，也將拯救我們的身體」。¹

在教義和聖約中，主進一步強調祂在教導與學習方面的模式：

「為什麼你們不了解也不知道，凡藉真理之靈接受話語的，他所接受的就和藉真理之靈宣講的一樣？」

「因此，那宣講的和接受的，彼此了解，雙方都被啓發，並一起快樂」（教約50：21-22）。

為了強調依循這種模式會帶來祝福，十二使徒定額組的李察·司考德長老特別針對了解和啓發的意義提出說明：「動詞了解指的是聽到的內容；對所有的人來說，內容都是一樣的。啓發則跟透過聖靈傳達之後產生的結果有關。聖靈可能會隨人的需求做調整，因此每個人聽到的訊息或有不同」。²

在尼腓二書33：1中，尼腓提醒



學 習福音
需要護
慎地
理解、研讀以及
祈禱。

我們藉由聖靈學習的另一面：「人藉著聖靈的力量講話時，聖靈的力量就將他的話帶到人類兒女心上。」這是一個強而有力的應許，然而唯有邀請救主進入我們的生活中，這個應許才會實現。

救主站在門外叩門（見啓示錄3：20），聖靈站在門外叩門（見尼腓二書33：1-2）。我們必須做的

就是運用選擇權、邀請祂們進入我們的生命中。

邀請人勤奮地學習

2007年2月的全球領導人訓練會議的主題就是教導與學習。十二使徒定額組培道·潘會長在大會中針對邀請人勤奮地學習提出具體的忠



不要只聆聽
那些說出
來的話，

還要聆聽沒有說出來
的部分：也就是聖靈
並未說出的提示。

告。我想就學習這方面摘述我從潘會長的信息中學到的一些事。

第一，潘會長教導，做個勤奮的學習者的意思是要有學習的渴望。一個人如果易於受教、又不厭惡接受他人的指導，就表示有學習的渴望。如果我們厭惡接受指導及糾正，就會冒犯聖靈，也限制了自己成長與進步的機會。

第二，我們必須禱告——特別是為特定的事情禱告。要為自己、為教師作正式及非正式的禱告。教師說的話可能不那麼精確，或可能用字欠佳、詞不達意。然而聖靈卻沒有這樣的問題，我們每個人也都可以為自己、為教師禱告：「喔，天父，教師不了解我現在身負的重擔與壓力，請幫助他

（她）直接地教導我。」如果學習者能開始這樣做的話，就會得到答案。

第三，要聆聽。這點太重要了，潘會長特別鼓勵我們要多聽過來人的經驗：「我很早就學習到，聆聽老人家的經驗是非常寶貴的。……我記得在十二使徒定額組裡，黎格蘭·理查走路的速度沒有像其他弟兄那麼快，我總是會等在一旁為他開門，然後和他一起走回辦公大樓。有一天，有位弟兄說：『哇！你人真好，會照顧理查弟兄。』我心裡想：『你可不知道我的私心呢！』當我們一起走回去的時候，我會聽他說話。我知道我還記得惠福·伍，他會說給我聽。」³

此外，不要只聆聽那些說出來的

話，還要聆聽沒有說出來的部分：也就是聖靈並未說出的提示。這兩者都很重要。希望各位能時時敏於注意教師沒有說出來的部分。如果你能做到這點，聖靈就會針對你的需求傳達適合你的信息。

第四，聽的時候要把學習到的內容組織整理起來，這也很重要。要吸收你所聽到的，把內容寫下來、觸類旁通，然後內化為自己的學識。如果你真的想確定自己已經消化吸收了，就找個人當作教導的對象。通常來說，能流暢清楚地說出學習的內容，才表示你真的已經學會了。務必花心思把學習的內容加以組織整理，這是很值得的。

準備學習

除了在上課前就可以多方準備，幫助他人勤奮地學習。

潘會長的忠告是：「要早起……然後趁早晨頭腦清醒的時候深思。那是得到靈感的好時機。」⁴我知道的確如此，如果我們能早起研讀、禱告、沈思、傾聽，就會獲得啓示。

此外，要準時參加聚會，特別是聖餐聚會，那是教會裡最重要的靈性聚會之一。進入會堂時，務必保持虔敬，讓自己敞開心胸接受啓示。好好聆聽會前音樂，不要到處找人聊天。要抱持勤奮學習的態度來參加聚會，準備好自己接受啓示。

再者，不論教師或演講者教導的品質如何，我們都可以立下承諾、負起學習的責任。多年前賓塞·甘會長（1895-1985）曾說：「對有靈性的人而言，見證聚會是〔教會〕整個月的聚會裡最好的一個

聚會。如果你覺得見證聚會無聊，有問題的是你，不是其他的人。你可以上台去、分享你的見證，那麼你就會覺得那是整個月中最好的聚會了；但是如果坐在那裡，盡挑別人的語病或嘲笑別人口才不好，那麼你一定會覺得無聊。……別忘了！見證是爭取來的，而且要持續不斷地去爭取！」⁵

這不啻是一番十分精闢的見解。

充分把握機會

最重要的是，要繼續努力。潘會長在面談中，非常強調這一點。千萬不要放棄，務必努力不懈地學習，充分把握你擁有的種種學習機會。

多年前馬里安·韓長老擔任十二使徒定額組助理時，曾經談到充分把握學習機會的莫大益處。他講述一位知名自然科學家路易·阿格西的故事。有位不起眼的未婚老女士去找阿格西博士，堅稱自己從來沒有學習的機會，阿格西博士的回答是請她想想自己其實已經擁有的學習機會：

「『您從事什麼行業？』他問。

「『削馬鈴薯皮和切洋蔥。』

「他說：『小姐，做這些有趣、但

如

果我們能早起研讀、禱告、沈思、傾聽，就會獲得啓示。





我 願效法救主的榜樣，祂是萬世師表。然而，祂是如何成為萬世師表的呢？就是從當個學習者開始。

很家常的工作的時候，您都坐在哪兒？」

「『坐在廚房台階的最下面一層。』

「『您的腳放在哪裡？』

「『在釉面磚上。』

「『什麼是釉面磚？』

「『我不知道。』

「他說：『您這樣坐在那裡有多久了？』

「她說：『十五年。』

「阿格西博士說：『小姐，這是我的名片，可否請您寫一封信給我，告訴我釉面磚到底是什麼東西？』」

那位女士很認真地接下這份挑戰，遍尋所有可得的資料，鑽研磚塊與磁磚的知識，然後以此為主題，給阿格西博士寫了一封長達36頁的報告。

韓長老繼續說道：

「阿格西博士回信了，信上說：『敬愛的女士，就這個主題來說，這是我讀過立論最精闢的一篇文章。如果您願意更改文中三個加了星號的字的話，那麼我會發表這篇文章，並奉上稿酬。』

「過了不久，這位女士就收到了一封支付她250元的信，信的下端有一行用鉛筆寫的字，問道：『磚塊下面有些什麼東西？』這時，這位女士已經體會到時間的寶貴了，因此只回答他兩個字：『螞蟻。』阿格西博士回信時寫道：『把螞

蟻的事說給我聽聽。』……

「在遍覽群籍、精密探討、深入研究之後，這位老女士坐了下來，針對這個主題寫了一篇長達360頁的文章給阿格西博士。阿格西博士隨後出版此書，將稿酬奉上，這位老女士就用這些工作的報酬周遊各地，實現了夢想。」⁶

這個故事蘊含了一個很基本的道理：要邀請他人勤奮地學習、切勿甘於平庸。

我們都可以成為更好的學習者；而做個更好的學習者之後，就會是一個更好的教師。我願效法救主的榜樣，祂是萬世師表。然而，祂是如何成為萬世師表的呢？就是從當個學習者開始。願主祝福我們每一個人都能跟從祂並成為更好的學習者。■

註：

1. 總會會長的教訓：約瑟·斯密（麥基洗德聖職與婦女會研讀課程，2007），第475頁。
2. "To Understand and Live Truth" (an evening with Elder Richard G. Scott, Feb. 4, 2005), <http://lds.org/library/display/0,4945,5344-1-2783-8,00.htm>.
3. 「教導與學習的原則」，2007年6月，利阿賀拿，第52頁。
4. 2007年6月，利阿賀拿，第52頁。
5. 參閱總會會長的教訓：賓塞·甘（麥基洗德聖職與婦女會研讀課程，2006），第75頁。
6. "Good Teachers Matter," *Ensign*, July 1971, 61--62.

黑板： 教導的工具

黑板可以強化教學成效——
只要你運用得當。

身 為教師，我總是想找出有效的方法讓學生參與課程。我一向認為自己很能善用黑板或白板，但看到隔壁班的黑板以後才發覺其實不然。在他們的黑板中央，工整地寫著一句與教義相關的簡短字句，放了一張圖片，同時還寫了兩道問題以及幫助學生回答問題的相關指示。學生走進教室的時候，我看到學生會翻閱自己的經文，設法找出那兩個問題的答案，甚至互相討論教義；凡此種種在還沒有上課之前就已經開始進行了！

這一幕實在讓我耳目一新。這位教師在一段通常被浪費掉的時間裡，運用簡單的工具讓學生參與學習。他還是會照常問候學生，然後召集他們一起作開會祈禱，但是等到真正開始上課的時候，主的靈早已先觸動許多學生的心了，他們已經準備好要經歷一趟美好的經文之旅了。

基本要點

除了教導，沒有更偉大的召喚（見第162及182頁）中列舉的要點之外，就使用黑板或白板教導福音方面，我還發現其他有用的方法，現詳列如下：

- 務必簡單。在2007年2月全球領導人訓練會議中，十二使徒定額組的傑佛瑞·賀倫長老提醒教師，視覺輔助教材只能用來作為輔助之用。他說：「它們……不能取代課程。要像在烹飪時使用香料般地使用它們——用來加味、提味、讓香氣更濃郁或豐富。一幅地圖或圖畫或短片或寫在白板上要點，往往可能就是一個不錯的課程與一個精彩課程之間的差別所在。」¹

- 預作準備。教導課程前，先在紙上擬妥要寫在黑板上的字句。

- 字跡清晰易懂。在教導，沒有更偉大的召喚（36123 265）一書中，教會鼓勵教師「字要寫得清楚夠大，

羅賓·瓊斯
教會課程研發部門

如果你想找新方法
來幫助他人學習福音，
不妨先以新眼光
來重新看待舊方法，
像是——
黑板！



馬太福音 5:14-16

可以考慮在
黑板上畫
些簡圖，

然後請學生在閱讀
一段經文後判斷
各個簡圖之間的
關連。

讓所有的人都看得到；確定字間、行
間距離夠寬、排列整齊，一目了然。²
不妨請一位班員協助你。

寫些什麼

以下是運用黑板或白板的幾個方
法，可讓班員體驗到更具意義的課程：

寫出要對班員講的話——

- 寫些歡迎學生的話：「歡迎來上課」或「祝大家今天愉快」。
- 誇獎某個學生在學校或教會的表現。例如：「恭喜你得到對神盡職獎」。
- 請定額組或班長寫出宣布事項

或活動預告。

可寫出下列項目來營造趣味及強化教學成效——

- 課程標題：寫出課程標題或可代表課程的一句話，這樣可以幫助學生在課前就開始思考課程內容。
- 問題：在黑板上寫下你將在稍後的課程中提出的一個問題。你甚至可以請幾位學生在上課前先寫下答案，這樣會帶動更有意義的討論。
- 畫圖：許多學生較易於透過視覺圖像來學習。可以考慮在黑板上畫出（或請學生畫出）人物、主題或事件的簡圖。例如：畫出一盞燈、一個



斗以及一座山丘，然後邀請學生閱讀馬太福音 5：14-16，判斷這三樣東西之間的關連。

● 大綱：可以運用黑板將課程內容歸納成幾個小重點，讓學生容易理解。例如：假如你在教導摩賽亞書 11：1-15，談到邪惡的諾亞王、祭司以及他們加諸於尼腓人民身上的負擔時，不妨在黑板上寫下「諾亞」、「祭司」以及「人民」來代表三個群組。當學生找到各個群組的特徵時，你或學生就可以把特徵寫在相關的標題下。

不妨寫出下列項目讓學生更願意參與——

● 學生的想法：請學生到黑板前，針對例如「聖殿對你為何很重要」這樣的主題，簡短



運用黑板 來集中注意力

「我認為在各種教學輔助工具裡面，鮮少有和黑板一樣好用的，要說能勝過黑板的那更是沒有，原因是：第一，黑板容易使用；第二，到處都有，不管走到世界哪個角落都找得到黑板。如果大部分的時間是以口頭闡述的方式來教授課程，即可利用黑板來吸引學生的目光。講話的時候，可以酌量在黑板上寫字，使他們專心，並傳達概念。但絕對不要寫得太多，以免這些視覺輔助工具反而讓他們分心。」

十二使徒定額組培道·潘會長，*Teach Ye Diligently* (1975), 266。

寫下他們的想法。

● 調查學生意見：如果你在教導有關教會標準的課程，不妨畫出三欄，分別寫著「智慧語」、「誠實」以及「道德」。問學生：他們認為一般人最難遵守的標準是哪項，然後在該項標準下面打勾，接著請他們說出感想。

● 學生的答案：請學生針對問題在黑板上寫出答案。假設你正在教導與聖靈相關的課程，不妨請學生針對以下的問題寫出答案：「神會透過聖靈向我們啓示哪些真理？」

運用簡單工具提高教學成效

當然，運用黑板或白板來輔助學習的方法很多，以上只是其中一些而已。你還可以想出其他方法、加以調整以便適合你的班級及課程主題。■

註：

1. 參閱「教會中的教導與學習」，2007年6月，利阿賀拿，第71頁。
2. 參閱教導，沒有更偉大的召喚（1999），第162頁。



啓示

以及活著的先知

約瑟·斯密知道啓示在教會裡是多麼重要。

從第一次異象開始，約瑟·斯密即是神揀選來向世人透露祂的話語及旨意的先知。在約瑟漸漸長大到能夠承擔此一角色的過程中，他也更清楚了解到教會裡有關啓示的體制。以下是約瑟·斯密針對啓示以及活著先知的角色所教導的事。

啓示不可或缺

「經啓示的教義遠勝過未經啓示的教義；因為一項由天上啓示的真理要比所有屬世的概念還更有價值。」

「沒有啓示，救恩就不會來到；若缺少啓示，則任何人所作的傳道都是徒然的。……除非具有對耶穌的見證，否則沒有人能做耶穌基督的傳道人；這就是預言之靈（見啓示錄 19：10）。」

有關啓示的體制

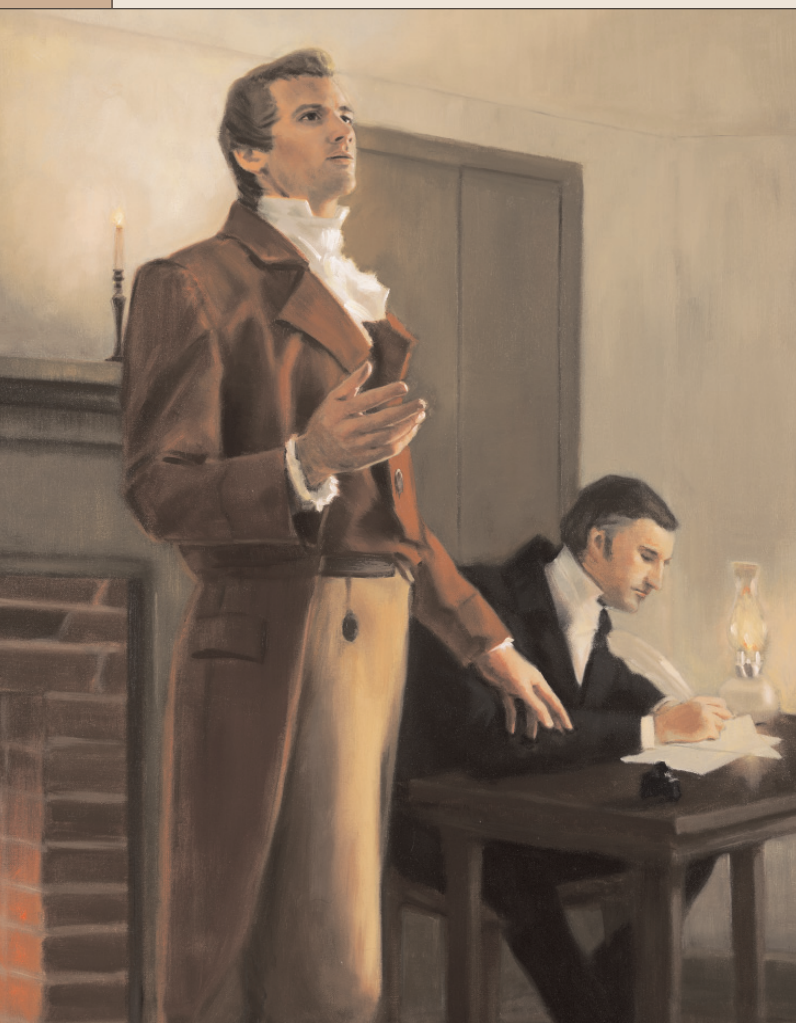
「你不可命令他，他是你的領袖和教會的領袖；因為我已給他奧祕之權鑰和封住的啓示，直到我委派另一人來接替他」（教約 28：6-7）。

「由總會會長或〔總會〕會長團來主管教會；神對教會的心意和旨意的啓示，是要經由會長團而來的。這是天上的秩序，也是〔麥基洗德〕聖職的權力和特權。本教會中任何職員也都有特權來獲取與他教會中的個別召喚和職責有關的啓示。」

跟隨神的先知

「我們當中也有許多聰明的男女，他們太過聰明以致不受教；所以，他們必在無知中死去，要到復活時才會發現自己的錯誤。」■

摘自總會會長的教訓：約瑟·斯密（麥基洗德聖職及婦女會研讀課程，2007），第195，197，202頁。



耶穌基督的福音教導神的兒女所具有的永恆潛能

教導能符合探訪對象需要的經文與引言，為教義作見證，並邀請教導對象分

享她們所感受及學習到的事。

我的永恆潛能是什麼？

十二使徒定額組羅素·納爾遜長老：

「婦女挺身履行她身為神忠信女兒的天職時，會得到最豐盛的酬賞。對於所有忠信的聖徒，神已應許他們寶座、國度、公國、榮耀、不朽和永生（見羅馬書2：7；教約75：5；128：12，23；132：19），這也是耶穌基督後期聖徒教會婦女的潛力，是崇高、永恆且神聖的」（參閱「婦女的永恆價值」，1990年1月，聖徒之聲，第21頁）。

總會婦女會會長茱麗·貝克：

「但願每個女孩、婦女……都對自己具備的永恆母職潛能有見證。……女性的角色絕非始於塵世，也不終止於此。在今生珍惜母職的婦女，在來生也會珍惜母職，『因為〔她的〕財寶在哪裡，〔她的〕心也在那裡』（馬太福音6：21）。每個女孩、婦女藉由培養慈母心，

就能為她神聖永恆的母性使命作準備」（參閱「慈母心」，2004年5月，利阿賀拿，第76頁）。

哪些事情能幫助我發揮永恆的潛能？

十二使徒定額組羅素·培勒長老：

「神表達愛我們的方式，是根據我們的需求來提供指引，使我們得以進步、發揮潛能。……祂最了解我們，了解我們的潛能、我們永恆的可能性，因此在祂的說明書裡——神聖經文裡，賜給我們神聖的忠告與誡命」（參閱「神愛祂的子女」，1988年7月，聖徒之聲，第62頁）。


總會會長團第一副會長亨利·艾寧會長：「神之所以創造萬物、賜予我們生命，其目的是讓我們取得必要的學習經驗，好讓我們回到祂的身邊，在永生中與祂同住。而唯有透過對主耶穌基督的信心、真誠悔改、訂立聖約、遵守聖約（祂會透過教會賜給天父所有兒女這些聖約）來改變我們的本性，才能使這一切成真」（"Education for Real Life," *Ensign*, Oct. 2002, 16）。

約翰·泰來會長（1808-1887）：「我們的……主要目標是永生及超升，我們的主要目標是幫助自己、子孫以及祖先準備好在永恆世界中獲得寶座、公國以及權力。……讓……他們和我們準備好，在完成被創造為世人的目的以後，能與存在於永恆世界裡的眾靈質往來，並獲准再次回到父的面前（也就是我們當初來的地方），參與那些永恆的事務；那些事若不透過啓示，人們將一無所知。我們就是為了那個目的來到這裡的，……我們為了那個



目的興建聖殿，也為了那個目的接受恩道門」（參閱總會會長的教訓：約翰·泰來〔麥基洗德聖職和婦女會課程，2001年〕，第8-9頁）。

教約78：18：「放心吧，因為我必一路帶領你們。國度是你們的，其中的祝福是你們的，永恆的財富也是你們的。」■



我沒有放棄

嘉祿·朗格

我於1963年我在阿根廷受洗，一年後被召喚擔任分會書記。有一天我找到一些空白的家庭資料表以及世系表。在沒受過訓練的情況下，我靠著母親的協助，開始填寫這些資料。她記得她自己和父親四代祖先的名諱和他們生平的重要日期，甚至還上溯到第五代的部分成員，以及第六代的一個人。

我渴望能進一步搜尋資料，也努力確認母親給我的資料是正確的。當我知道家譜事工的目的之後，便立即將已逝親人的姓名提交到聖殿。

儘管我在處理母親的家譜方面進展順利，但父親這部分卻困難重重。努力了將近25年，我仍無法確認祖父的出生日期。他的結婚證書上註明他出生在義大利的烏第內，於是我寫了將近30封信到那個小鎮以及鄰近的城鎮，但是他們

的回覆都無法確認我要找的資料。

1988年，羅沙略成立了家譜圖書館分館，我被召喚擔任圖書館館員。這真是喜從天降，我需要的資料就近在咫尺。我費時查閱，也從許多城市訂購微卷紀錄，結果在國際家譜索引(IGI)中找到與祖父以及曾祖父完全相同的名字。我寫信到這兩人出生的義大利城鎮索取出生證明，但當地教區神父寄來的紀錄卻顯示這兩個人與我毫無關係。

我寫了將近30封信到義大利的烏第內以及鄰近的城鎮，但是他們的回覆都無法確認我要找的資料。

我再度致函對方，這次則詢問神父是否有我祖父的任何資料。他請我與市政府聯繫，於是我又寫信到市政府，結果收到一張令我欣喜若狂的文件，上面記載著祖父母、曾祖父母、高祖父母、以及其他許多家族成員的姓名和重要日期。這份文件上也指出祖父到了阿根廷以後曾被改名，這點說明了尋找資料過程中造成混淆的原因。

我再度致函到市政府，請他們將那一張文件的前一頁寄給我。他們果真寄來了，結果這一頁上多了27個人的名字。我很有把握他們確實是我的祖先，於是一一為這些家族成員完成聖殿教儀。

拜這類美好的經驗所賜，我體會到從事家譜研究的成就感。雖然有時感到挫折，但從來沒有放棄。我可以體會到在我搜尋資料時，天父一直指引著我。

不管是現在或是千禧年期間，我知道天父都會為祂所有的兒女提供機會接受聖殿教儀。但是我也知道那些在靈的世界中接受福音的祖先，莫不殷切盼望我們從事家譜事工。只要我們為主盡心盡力，祂就會預備道路。■

家譜有感

司提反·楊

我的家鄉在加拿大安大略省的倫敦市。1979年夏天，我意外得知母親有部分的書籍和文件存放在家鄉支會教友後院的庫房中。我從那幾個發霉的紙箱裡把東西整理出來時，發現了一些尚未寫完的世系表、家庭資料表、以及研究過程中寫的筆記。其中最珍貴的是母親親筆所寫的四頁個人歷史；她在我11歲那年去世。這份重要的手寫歷史敘述1930年代她在英國的童年歲月，以及她在第二次世界大戰期間的生活點滴。發現這

些紀錄，引發了我對家譜的興趣，我的心於是轉向祖先。

過了快兩年，也就是1981年4月，父親猝逝。我在他的遺物中發現一枚刻著他姓名縮寫CMY的戒指，但是我從來都不記得看他戴過。這一定是他年輕時於第二次世界大戰期

間在加拿大海軍掃雷艦上服役時戴的戒指。

他過世後，我成了那單頁世系表上唯一在世的人，所以如果我想蒐集更多資料，就必須仰賴家族親人的協助。在這些人當中，其中一位是外公的弟媳貝蒂，她仍住在英國肯特



我會永遠
記得走
到奧克
蘭路32號的大門
口——我外高祖
父建造的家。

郡貝克斯利希斯的祖宅中。我一直希望能去拜訪她，以便更了解母親的家庭，但我不過是個未婚的大學生，經濟上難有餘力，所以始終無法如願。如今，靠著父親身後留給我的些微遺產，我終於能跨海成行。

第一次拜訪貝蒂嬸婆的當天，心情非常緊張。她會了解我想進一步認識過去祖先的渴望嗎？坐在雙層巴士裡，我看著父親那枚戒指倒映在車窗上的模樣，它如今正戴在我的右手上，心情因而得到了撫慰，彷彿父親的手放在我的膝上，支持我這趟遠行。

很高興的是，貝蒂嬸婆熱情地接待我，並將我未曾耳聞的家族點滴事蹟都告訴了我，對我的幫助很大。其中還包括她的住處乃是當年外高祖父建的，當晚她更讓我睡在外公兒時的房間裡。我從未見過外公，但從她拿出的照片看來，我發現自己竟然與他極為神似。她還很大方地把一些從前的家庭照片、書信以及一本家用聖經送給了我。這本家用聖經上面列有自1830年代起兩代祖先的全名、出生日期以及出生地點。

25年前，在英國一個雨意綿綿的9月午後，我踩著躊躇的腳步從巴士站前往祖宅，不

意得到盛情款待。在那之後，我透過遠房親戚陸續發現大量珍貴的資料，記載著大西洋兩岸祖先的點滴事蹟，使我得以完成他們的聖殿教儀。

我會永遠記得走到奧克蘭路32號的大門口時，看到自己的身影映在玻璃門上的模樣。如今我明白，那張倒映的熟悉臉龐望著我，彷彿是年輕時的外公在歡迎我回家。■

芬蘭尋根記

茱蒂絲·羅倫南·麥可尼爾

我跟姊姊都爲了不知道我們羅倫南氏祖先的由來而悵然若失，我們只知道他們在1901年從芬蘭來到美國。於是2004年8月，姊姊珍妮絲、表姊珊蒂隨著外子查理跟我，展開了一場尋根之旅。

在準備這趟旅行的過程中，珊蒂發現了一份介紹羅倫南莊園的兩頁報告，指出它建於1605年，而有關我們家族最早的紀錄則出現在1569年的考哈約基城。

一到芬蘭，我們便租了一部車，隔天清早驅車上路，長路迢迢直奔考哈約基。我們找得很辛苦，卻還遍尋不著。正想放棄時，查理看到了一個小

機場，我們於是開車到那裡尋求協助。珊蒂把我們的報告出示給一個年輕人看，他很好心地帶我們到鎮上的圖書館。我很肯定單憑我們自己的力量是絕對找不到考哈約基的，因為它隱匿在一條森林密佈的公路附近，我們感覺好像是主在一路上爲我們指點方向。

圖書館中一位年輕女士給了我們一份地圖，圈出路德教會和墓園的位置，讓我們能順利找到教會。在牧師及數位職員的協助下，我們花了兩個小時的時間研究，他們其中一位打電話找到了我們羅倫南氏的親人，告訴他們有美國來的訪客。他們立刻趕到，並且帶來了族譜，年代上溯至1550年。

在教會記事員的翻譯下，我們走過精心照料的墓園，這是珊蒂第一次站在她祖父的墳前。後來珊蒂又看到祖父的一張照片，還親手拿起他的小提琴。我們心裡都深受感動，之前的失落感一掃而空。

芬蘭表親開車載我們到家族莊園，那裡就跟那份兩頁報告中的圖片一樣，他們說放眼所及的土地都曾屬於我們家族。莊園宅邸佔地廣大，遠從1550年開始羅倫南家族就世居於此。俄羅斯軍隊來到考哈約基

時，曾以此莊園為軍事總部，但燒毀當地的教堂及其他住宅，我們家族的每一個人也都逃到了樹林裡避難。俄羅斯人離開以後，祖父帶領大家重新建造我們先前看到的那座教堂。後來，莊園四周的土地都被劃分出售了。

2005年，珍妮絲、珊蒂和我再度回到考哈約

基，拜訪我們最近相認的表親，並且再進行一些調查。2006年，我們在美國首度舉行羅倫南家族聚會，有15位芬蘭表親與我們共聚一堂，89位家族成員一起緬懷祖父母的一生。

能發現如此豐富又引人入勝的家譜，並且知道自己是誰、從何而來，實在讓人非常開心。家譜的確是主的事工。■

母親的日記

艾德娜·陳德樂

母親曾與我同住將近五年的時光。懷著愛和感謝的心，我很高興可以照顧她，就像她多年來照顧我一樣。但是我好懷念她的微笑和幽默的言談，多希望她還能重溫我們以前一起開車出遊時的喜悅和興奮之情。我們不管上哪兒都能玩得很開心；母親從不忘一一指出沿途的花朵、電線桿上的小鳥，或是嬉戲的孩童。

我懷念我倆相依為伴、一同削馬鈴薯、折四季豆或是看書的時光。我好想跟她回味童年往事，告訴她她的其他兒女及孫子女的新鮮事。以往她一向樂見家人造訪，特別是她的孫子女。然而如今她罹患老年失智症，使得這一切都改變了，她不再清楚我是誰，對她來說我不過是個特別關心她的人而已。

有一天母親特別警扭。我跟她說話的時候，她照常兩眼無神地望著我；當我要服侍她時，她則向我投以不信任的眼

我們走過精心照料的墓園，這是珊蒂第一次站在她祖父的墳前。

們走過精心照料的墓園，這是珊蒂第一次站在她祖父的墳前。

光。我心力交瘁，坐在沙發上苦思對策。我開始大聲朗讀母親的日記，期盼引起她的興致，或者能勾起她的一些回憶。雖然效果不彰，但我還是繼續往下讀給自己聽。讀著讀著，塵封的記憶開始湧上心頭。

母親在字裡行間不斷提及家人來訪時的喜悅，以及他們離去時她內心的空虛。還有父親一病不起、與病魔長期對抗之後撒手人間、使她在59歲那年開始守寡的種種傷痛。她的筆下流露出對父親的思念以及對哥哥的擔憂，因為哥哥也得到同樣的病症。

母親寫到，教導教會課程以及參加單身成人活動這類的經驗，讓她感到快樂充實；她也記載著每星期一次到亞利桑那州帝壘的納瓦荷印第安保留區教導福音，使她很有成就感。我不由地想起她總是強調當有人仰賴你的時候，讓人值得信賴是多麼重要。有時候她忙著幫助別人，所以日記上只有寥寥數語；這也讓我回想起她時常帶著食物或禮物，送給那些她認為需要幫助或打氣的人。她對福

音的見證也在日記中處處可見。

我的女兒是個唐氏症寶寶，又罹患了一些相關的病症，女兒出生時母親在日記中吐露她的難過與擔憂，讓我看了更是大受感動。女兒黛博拉蘇接受開心手術、出現併發症時，外子跟我在醫院跟家庭之間往

看 著勇敢的母親，我心中泛起滿腔的愛；也深深感謝日記中的一字一句，把從前的她帶回我的心裡。

返奔波，在那段期間母親一手打點我們其他孩子的飲食起居，真的有將近一個月那麼久？可不是嗎！而且那時她已經70歲了！

我記得當我需要她的時候，她永遠都在我身邊。這麼多年來我發現即使她不能親自陪伴我，也總會透過書信與禱告來支持我。

那天晚上，我唱著聖詩安撫母親入睡。看著勇敢、總在奉獻犧牲的母親，我心中泛起滿腔的愛；也深深感謝日記中的一字一句，把從前的她帶回我的心裡。■



馬太福音

5:14-16

在山上寶訓中，救主教導我們讓福音的光在生活中照耀的重要。



世上的光

「耶穌希望我們每一個人都認識祂，因為認識祂會讓我們的人生完全改觀，並且會帶給我們無比的幸福。不過，福音的影響力絕非侷限於個人，它還能使周遭的人走出黑暗。沒有人能單求自己一人的救恩就得救的，也沒有任何一盞燈只為了自身的利益而發光。」

參閱十二使徒定額組約瑟·胡適令長老，「光大人生」，1990年11月，聖徒之聲，第71頁。

14 你們是世上的光。城造在山上是不能隱藏的。

15 人點燈，不放在斗底下，是放在燈臺上，就照亮一家的人。

16 你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。

你們的光也當這樣照



「主在這福音期所點燃的蠟燭必成為全世界的光，其他的人在看到我們的好行為之後，必將榮耀歸給在天上的父，並且效法他們所見到的榜樣生活。」

「由你我做起，在家中、在工作崗位上或甚至在從事休閒活動時都樹立美好的榜樣，我們全體教友必成為一座造在山上的城市，人人能見、人人嚮往。我們也將成為世人依賴、足為萬國仰望的旌旗。」

戈登·興格萊會長（1910-2008），「造在山上的城市」，1990年11月，聖徒之聲，第8頁。

造在山上的城市

古城經常建在山上，以利防禦及安全。人們遠遠就可以看見，以便在遭逢危險時前往避難。作為基督的使徒，我們與造在山上的城有何相似之處？

斗

這個字源於古希臘文，是乾貨的度量單位（約8.7公升），並且也指計算此單位的容器。想像一下用類似桶子的大型容器蓋住蠟燭的樣子。

好行為

讀出「我可曾行善？」（聖詩選輯，第135首）這首聖詩的歌詞。寫下你可以做哪些事情來幫助或提升他人，然後安排時間去做。將這份清單放在常可看見的地方。

編輯註：本頁內容僅供您作為個人研讀時的起點，並非上述精選經文的完整解說。

向這些

羅馬人...

看齊

這些青年在正義的生活中找力量。從左到右：安德烈·畢夏、阿麗安娜·喜波、瑞卡多·斐列提尼、蒂妮絲·費歐、大衛德·伯斯寇、坦莉拉·華都，以及山米·裴斯。

珍妮佛·馬諦
教會雜誌

義大利羅馬的青年屹立不搖，
力抗入侵的世俗勢力。



在熙來攘往的市中心，人們穿梭於店鋪之間，忙著向朋友招手致意。有人在工作途中洽談生意，有人則對政治時局高談闊論。孩童嬉戲，享受早晨的陽光。

這有可能是古羅馬典型的日常生活寫照。

羅馬帝國曾經是軍事、經濟強盛的偉大文明，誰會料到它竟有瓦解的一天？

但是它終究是瓦解了。從內看，人們貪戀權力財富，揚棄正義的生活，造成帝國的腐敗；從外看，日趨沒落的帝國遭到鄰近強國入侵，終至淪亡。

今天，義大利羅馬支聯會的男女青年屹立不搖，一如昔日帝國輝煌的時刻一樣。但是這些青年過著正義的生活，藉此堅定不移地抵抗敵對

勢力的侵入，鞏固他們的靈性。

羅馬傳教士

使徒保羅在寫給羅馬人的書信中說道：「我不以福音為恥」（羅馬書1：16）。今日羅馬的後期聖徒青年也不以福音為恥，更不需旁人鼓吹就能挺身捍衛自己的信仰，儘管有時或許並不容易。



15歲的阿麗安娜·喜波說：「有些朋友跟我的想法不同，但是他們總是很尊重我。」



在

古城的廢墟中，這些年輕的後期聖徒在福音、美好的友誼和崇高標準的基礎上建構他們的人生。



15歲的姐莉拉·華都附和道：「我的朋友會聽我說，儘量了解我的為人。」

她的為人究竟如何？在繁忙的義大利首都，那些少數存留下來的後期聖徒青年又有哪些特質？他們的特質就是坦誠、認真、友善、正直、真心地渴望奉行福音生活並分享福音。



現年16歲的山米·裴斯，在擔任執事定額組會長時，是該定額組裡唯一的成員。他說：「雖然到目前為止我的努力還沒有什麼成果，但是我學到了傳教事工的重要。我是教會在這個地區唯一的男青年，每天對傳教事工都會更了解一點。」



15歲的蒂妮絲·費歐以她的哥哥為榜樣：「他現在在傳教，有許多的體驗。雖然不見得都很順利，但是他每次都可以教導

別人一些信息，這讓我覺得很安心。」



這些青年知道，即使是看來微不足道的服務或是傳教事工，都可以對他人產生正面的影響。17歲的大衛德·伯斯寇說：「在經文中，主要我們把光照在人前（見馬太福音5：16），這並不是要我們去做轟轟烈烈的大事，而是要表現在微小的事情上。」

鞏固義大利青年

羅馬的青年教友的確是在發光發亮，跟那些多行不義、致使道德淪喪的古羅馬人形成強烈的對比。今日的青年以堅持崇高的標準、參與聖殿教儀來鞏固自己的靈性、反映出基督的光。

蒂妮絲發現奉行福音可以減輕許多來自現今世界的壓力，福音也幫助她明白如何作出正確的選擇。她很直率地說：「朋友所做的事情不見得

「有些朋友跟我的想法不同，但是他們一向很尊重我。」

都是好事，我不應該跟著做。」



不過14歲的瑞卡多·瑟列提尼

強調，在做出正確的選擇時，得到支持也很重要：「有時候我還是需要家人或其他方面的協助，因為我不能單靠自己的力量。」



所謂其他方面的協助來源，其中之一就是鞏固青年，這本小手冊能在各方面幫助這些青年。13歲的安德烈·畢夏不參加棒球隊在星期天的練習和比賽。

阿麗安娜遵從守安息日為聖的忠告。她是個田徑選手，許多時候必須在星期日出賽。最後，她知道自己必須作個決定，她說：「我作了禱告，儘管對我來說作這個決定很困難，我還是決定放棄比賽，去教會。」

對於大衛德和瑞卡多來說，誠實的忠告很有用。大衛德說：「我們在學校是有機會作弊或抄襲別人的作業的，不過我們不會那麼做，這使我們與眾不同。」他又說，誠實「這項原則你可能不覺得那麼重要，但其實這就是差別所在。」

瑞卡多很清楚在運動場上誠實也很重要：「如果你公平競爭，知道你在全力以赴、沒有作假，那麼你就可以對自己的表現感到滿意了。」

遠近一線間

這些青年對一件事情還不滿意，那就是他們參與聖殿教儀的次數。義大利沒有聖殿，羅馬的教友必須開九小時的車（單程）到瑞士伯恩聖殿，因此較少安排為死者執行洗禮的行程。不過儘管聖殿非常遙遠，這些青年都會努力記得去聖殿時的那份特別的感覺，藉此讓心靈親近聖殿。

「我學到了傳教事工的重要。」

山米說：「去聖殿的時候，感覺就像回到了家，每次去我都會進步一些。」

安德烈說：「我最喜歡聖殿的一點就是可以強烈地感覺到聖靈的存在。我知道我們的祖先在感謝我們幫助他們，我們送給他們一份禮物。」

姐莉拉也有同感，「能感受到他們接受我們為他們所做的一切，是一件很美好的事情。這是一種很奇妙的經驗。」

阿麗安娜總結朋友的意見說：「他們說的都是實話。聖殿是世上的聖地，不論是在瑞士或西班牙都一樣。聖靈永遠不變，而我們每一次也都會有所成長。」

昔日富麗堂皇的建築物在大軍肆虐下飽受摧殘，現代的羅馬到處可見古代建築、台階、拱門等點點滴滴珍貴的遺跡。羅馬的教會青年的生命中也有點點滴滴珍貴的寶藏——福音、經文、家庭、標準、聖殿——不同於古代的是，他們用這些寶藏來培養穩固的見證，抵抗世俗的負面勢力。

對於得到這股力量，山米的建議是：「不要放棄，我們一起向前邁進。」■

「主要我們把光照在人前。」





在我仰望主的同時，祂將我那世俗的狹隘眼界開拓成永恆的視野。

仰望主

瑪麗·柯克

總會女青年會長團第一副會長

外子與我在亞洲區域服務的時候，常常在香港住家附近的灣仔峽道健行。那片上坡路陡峭難行，在盛夏溽暑的時節更是如此。

有個星期六，我發現自己感受不到健行的樂趣。我不像是在運動，反倒像是在接受懲罰。由於一路走上來時，我都低頭看著步道，覺得好像永遠走不到頂端似的。

那天我領悟到一個有趣的現象。

當我低著頭走路的時候，視野只侷限在窄窄的一段步道上。我一路拖著蹣跚的步伐，眼中看到的盡是一段接著一段、狹窄又一成不變的步道。但是如果我抬頭往上看，映入眼簾的則是一幅美景。我看見滿樹黃花競艷，飛鳥啁啾婉轉，太極學員合著拍子揮舞著五顏六色的扇子練習動作。一眨眼間，我們就到達終點司徒拔道了，在那裡我望見了蔚藍的晴空和朵朵白雲。

仰望主

當我們目光低垂、拘泥在自身偏



狹的情況中，很可能會錯失主在前方為我們預備的許多機會。所以，我們要讓環境來限制我們的眼界呢？還是要仰望主、讓祂開拓我們的視野？

病痛纏身、痛失親人、意外不測、離婚家變、財務困難等種種挑戰乃是人生必經的過程。我們都會遭遇無法預見的難關，而能夠以正面積極的態度去面對那些難關，更是一大挑戰。

在鞏固青年裡，總會會長團應許我們：「主會使你的生命更為豐盛，遠超過你自己所能達到的。祂會提供你更多的機會，開拓你的視野，並鞏固你。祂會賜你所需的協助，以克服考驗及挑戰。」¹

摩賽亞的兒子們明白這項原則，所以他們會在遇到難關時仰望主。我們在阿爾瑪書中讀到：

「他們吃了許多苦，身心兩方面都備受折磨，

……並且也費盡心思。……

「事情是這樣的，他們在曠野中走了很多天，他們多次禁食和祈禱，求主賜一部分祂的靈與他們同行，跟他們同住，好使他們成為神手中的工具，倘若可能，就帶領他們的弟兄拉曼人認識真理，明白來自他們祖先的傳統是邪惡不實的」（阿爾瑪書 17：5，9）。

他們不在意自己所受的苦，反而尋求途徑成為神手中的工具，幫助他人、祝福他人。因此在他們遇到困難時，主給予必要的協助，回應他們的禁食和祈禱、信心和事工。

鼓起勇氣往前行

我跟外子在鹽湖聖殿印證的時候，已經37



我並不等著他人來邀請我，而是尋求機會加入。

歲了。單身歲月裡曾出現過不少特別的挑戰。過去，我總以為會在25歲以前結婚生子，後來卻發現事與願違。

有許多次我發現自己低頭看著步道，專注在我跟我的現況上。我的觀點變得狹小，人生似乎充滿煎熬與不公，我因而意志消沉、失去自信。

我記得人生中的一個關鍵時刻，我開始像摩賽亞的兒子們一樣仰望主。過去在教會中，我一直保持活躍，並且「明白真道」（提摩太前書2：4；提摩太後書3：7），但是這時我渴望擁有更多，於是下定決心要更加勤勉研讀經文、更加虔敬，並且生活得更配稱以便能得到聖靈的指引。我希望能像摩賽亞的兒子們一樣，成為「神手中的工具」。

這需要「鼓起勇氣〔向前〕」（阿爾瑪書17：12）尋求新的機會。我設下事業目標，並且進入研究所深造來改善我的工作狀況。我選擇從單身支會轉到家庭支會，我變得非常積極，參加家庭野餐會、晚宴、以及成人的活動，還加入支會唱詩班。我跟主教變得很熟，他很有智慧，並且很關心他人，他給了我召喚，而這些召喚祝福了我的人生。

在探訪教導和婦女會的活動中，我與許多姊妹成了朋友，她們時常邀請我參加她們的家庭活動；然而我並不等著他人來邀請我，而是尋求機會加入。我主動幫忙照顧她們的孩子，並邀請她們的家人來吃晚飯；她們的孩子成了我的孩子。

我也發現，享受愛與被愛最好的地點就是在自己的家庭裡。我哥哥有三個孩子，我開始關心他們的生活、課業和活動。

因為我不斷付出，我變得更有自信，也發現只要我仰望主，人生就會變得精采充實。就像我抬頭看見灣仔峽道一路上的樹、花、鳥、人一樣，仰望主使我看到人生中的新契機。

在我不斷仰望主的同時，我發現祂將我那世俗的狹隘眼界開拓成永恆的視野。從禱告得到的回答裡，我體會到主認識我、愛我、了解我和我的處境。這份體會讓我充滿信心，相信只要我仰望祂、尋求機會，並且「無論所處環境如何，都……選擇正義和快樂」²時，祂必定會持續幫助我面對未來的考驗和挑戰。■

註：

1. 鞏固青年（2001），第42頁。

2. 鞏固青年，第5頁。



兒童會歌曲 祝福了我

珍妮佛·琳恩

以前我並不期待音樂領袖這個召喚會帶給我什麼益處；沒想到現在我的生命無處不因這個召喚而受益。

她 只能再活24小時，而且就算保住性命，眼睛以

下的部位都會癱瘓，沒有復原的機會。」這是2004年3月醫生向我的家人所作的無情宣判。

我年僅30歲就中風，失去了言語和行動的能力。然而在那段黑暗、寂寞的日子裡，先前擔任兒童會音樂領袖的經歷給我帶來了希望。

我一直熱愛音樂，也能從聖詩的歌詞中感受到力量。但是我在中風之前被召喚擔任支會兒童會的音樂領袖時，心中十分惶恐。我有什麼能耐去影響這些兒童的生命呢？我的音樂教育背景



我發現，由於先前唱過許多兒童會歌曲，現在這些歌成了支持我度過試煉的力量。

教我要在教導時設定目標，所以我決定幫助兒童在歌唱時感受到聖靈。當我們唱起像「我曾住在天上」¹這樣的歌曲時，我很驚訝能強烈地感覺到聖靈就在我們的教室裡，而兒童針對歌詞提出的問題，竟是如此有深度、有想法。

使用美國手語（ASL）是我最喜歡的教學方法之一。我發現當我們討論到手語如何將歌詞用手勢表現出來時，兒童更能了解歌曲的意義。聽到兒童唱著「我願效法耶穌基督」，²再

看他們比劃的手語，真是一大樂事。我的內心能感受到歌曲傳達的信息是真實的，也時常覺得兒童邀請聖靈到來，使我受惠良多。我可以察覺自己的見證不斷成長，也確實感覺我是蒙主祝福的。

不過擔任兒童會音樂領袖所得到的祝福並不侷限在兒童會的教室裡。因為這項召喚，我必須在家裡練習、彈奏音樂，以便為每個星期天作周全的準備。結果，我自己的孩子也漸漸喜愛兒童會的音樂了。這些歌曲的歌詞能營造出平安、祥和的氣氛，在孩子們感傷時





撫慰他們，在每天夜裡陪伴他們入睡。他們堅持要在車子裡聽兒童歌本的CD，³即使路程短暫也要聽，久而久之他們開始記得許多歌曲。

不過，直到中風之後，我才體會到兒童會音樂對我人生的影響有多麼深遠。我發現，由於先前唱過許多兒童會歌曲，現在這些歌成了支持我度過試煉的力量。在人生最黑暗的時刻，我會在腦海裡祈禱並唱著「孩子的祈禱」。⁴當我像個孩子般高喊著第一段歌詞「親愛的天父，您住在哪裡？」，祂慈悲的回答向我保證我並不孤單，因為祂就在那裡，就像第二段歌詞所說的一樣。這是多麼大的力量和安慰！

在復健過程中，外子跟孩子們會到醫院病房舉行家人家庭晚會，並且時常合唱「家中有愛心」。⁵這是在兒童會教導的最後一首歌，能親耳聽到孩子們唱這首歌真是幸福，我知道我已在他們心中播下了這首歌的種子。他們開口唱時，我彷彿就像歌曲中的母親，跪著祈禱（多麼希望我也能跪下來！）。她對天父的懇求也正是我的懇求，而我也同樣感激在家中能有聖職權柄。雖然我無法把這些想法說給家人聽，但是兒童會的歌曲唱出了我的心聲。

自從四年前罹患中風以來，我所恢復的能

力遠超出醫生當初的預期。我的右手可以稍微活動，足以使用電腦鍵盤和操作電動輪椅。我使用修正版的美國手語與人溝通，這正是我當初在兒童會

童會召喚中學會的。也因為我會手語，我還是可以跟我的孩子一起「唱」兒童會的歌曲，向家人朋友表達我的感受。

中風之前，我一直打算在孩子的洗禮會上獻唱。2005年8月長子撒迦受洗，我在外子攙扶下，坐在琴凳上，用右手敲出「當我受洗」⁶的旋律。能透過音樂、用撒迦明白的方式來表達我對洗禮最深的情感，多麼美好！

當我開始擔任兒童會音樂領袖時，並不知道會因為這項召喚而獲益。然而事實就是如此！兒童會的歌曲祝福了我，讓我加深對福音原則的了解、鞏

固見證、得到跟家人溝通的能力，並且獲得堅持下去的力量。兒童會歌曲的歌詞與旋律也許很簡單，但是每一首歌的信息和力量卻是那麼清楚明確。

我們也許不會完全了解主給我們某項指派的原因，即便如此，我們還是必須信任主，對祂和祂的提醒有信心。我非常感激在中風之前擔任兒童會的音樂領袖！我雖然無法再唱出這些歌曲，但是仍然可以透過這些歌跟別人溝通我對福音的感受。每一次聽到我的孩子唱兒童會的歌曲時，我知道他們的見證都得到了鞏固，也知道他們感受到我對主和祂福音的愛。■

兒童會歌曲
的歌詞與
旋律也許
很簡單，但是每一
首的信息和力量卻
是那麼清楚明確。



註：

1. 1999年4月，利阿賀拿，第C-5頁。
2. 兒童歌本，第40頁。
3. 中文版編號50177 268。
4. 兒童歌本，第6頁。
5. 兒童歌本，第102頁。
6. 兒童歌本，第53頁。

我盡我的本分， 剩下的神會負責

珍妮·馬薩

我 現在是年輕成人，而兒時的一個經歷卻使我一生受用無窮。我來自智利的小鎮瑞乃科。我還深深記得母親如碧擔任兒童會會長的情景。當時我們是個小小的分會，我是唯一的兒童，母親則是教師。我們星期天一早到了教會，她都會說：「早安，珍妮，我是你的兒童會教師。」每星期她都會重複這句話。我們會作開會祈禱，唱一首歌，接著開始上課。

她會定期拜訪較不活躍的兒童，並且親切地稱他們為「乖寶寶」。我們經常看到這些兒童在街上玩耍，媽媽總是停下車來，用愉快的口氣說：「嘿，星期天教會見。」他們大部分都會說好，不過到了星期天又是只有媽媽跟我兩個人。

有時候我會因為那些兒童不到教會，失望地說：「算了，媽媽，他們不會來的。」可是她總是用一貫慈愛的口吻回答：「我要為我的召喚盡責任、堅持下去。」

有一天，不

可思議的事發生了。一個名叫嘉祿的男孩來到教會，他說：「你看，如碧姊妹，我說過我會來吧！」好，現在至少有我們兩個兒童了，媽媽的臉上因此散發出喜悅的神采。每一次嘉祿來上課，她就會對我說：「你看，妞妞，我們必須堅持下去，剩下的可以交給神去負責。」

有一天，嘉祿開始帶著另外一個名叫阿列希斯的男孩來兒童會。我們三個喜歡一起玩，一直到今天都還是朋友。從那天起，到教會來的兒童開始增加。

兩年後，教會卸免母親的召喚。

當她離開兒童會時，每個星期有35個兒童來上課。看到母親對這些孩子的愛得到了回報，是多麼令人歡喜。她被卸免後這十多年來，教會成長了許多，但是她使35個兒童來參加兒童會的成果至今無人能超越！

我現在擔任兒童會會長了。我喜歡這些小孩子，他們教導我許多事情。我很感激有這項美好的召喚，也感激母親堅持不懈的榜樣。我知道天父活著，知道母親所言不假：「我盡我的本分，剩下的神會負責。」■

媽 媽看到這些兒童在街上玩耍，就會停下車來，用愉快的口氣邀請他們到教會。

代代相傳



你要如何運用那些傳授給你的屬靈知識？

亞當·奧申

教會雜誌

如果你讀過摩爾門經第一節，你對瓜地馬拉帕茲夏支聯會裡17歲的璜安·奧丹茲和他15歲的妹妹梅拉就已經有些初步的了解了。

璜安、梅拉以及其他7個兄姊「出生自良好的父母」，他們靠著農耕和製作玉米薄餅等祖傳技藝為生，並且使用祖先傳下來的卡契科語。

他們家庭與尼腓一家相似之處還不止於此。璜安和梅拉的父母也明白，傳授「神的仁慈和奧祕的重大知識」和具備謀生技巧同樣重要。

縱然許多青少年的父母並不像李海、撒拉亞那樣會把福音傳授給他們（見第47頁），但對

璜安、梅拉及其他擁有類似李海、撒拉亞這樣父母的人來說，他們所面臨的課題則是：我們會像尼腓一樣是個學習者嗎？我們會像他一樣傾聽、應用福音真理，並且將真理傳授下去嗎？還是會落得像拉曼和雷米爾一樣，雖然聽到同樣的信息，卻不願意親自去發現真理，所以也無從傳授給他人呢？

如何傳授下去？

璜安已經不記得從幾歲開始跟著爸爸在田裡工作了。璜安的父親約珥說：「孩子從小就開始跟著我邊看邊學，他們有幾分能力，做幾分活。」

梅拉也是這麼學會製作玉米薄餅的，她從小看著媽媽姊姊們做，等到年紀夠大了就加入幫忙的行列。

不過，代代相傳的不止是耕地、栽種以及做餅這些本事。梅拉的母親卡蜜拉在切割、揉捏玉米薄餅的同時，也在捏塑女兒的人格；奧丹茲弟兄在整地、栽種、耕耘的同時，也對璜安的心下同樣的工夫。

全家人聚在一起時，孩子們看到的不仅是父母如何工作，更看到他們如何生活。父母一有機會，就會一邊工作，一邊繞著福音這個主題閒聊。

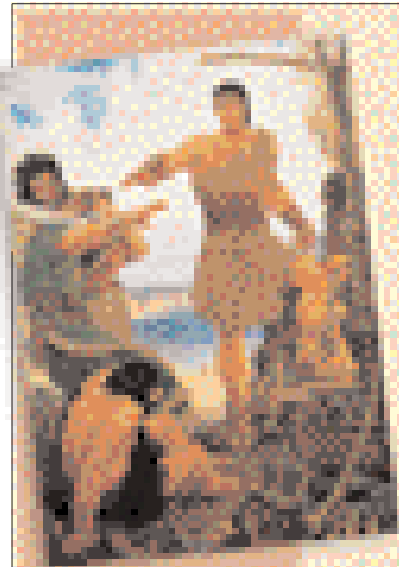
然而會觀察、甚至有所行動還不一定足夠。在摩爾門經中的第一個家庭裡，拉曼和雷米爾同樣聽到父親告訴尼腓的信息，也照著父親的話去做了，但是他們少了一樣重要的東西、一項璜安和梅拉具備的特質，那就是渴望學習的意願。



璜安(左下)
和梅拉(左)
從父母(隔
頁)身上學到的事不
僅對屬世的生存很重
要，對靈性的生存也
很重要。



亞德·歐申攝。圖石：摘自利阿賀拿的圖片，安諾德·佛利接續



如果璜安和梅拉不親自學會這些重要的事，他們如何能傳授給他們的子女？

你的意願有多大？

璜安和梅拉住在帕茲夏，是一個離瓜地馬拉市數小時的卡契科社區。由於向他們家購買玉米薄餅

以及雇用他們耕地的人並不會說西班牙語，所以對璜安和梅拉來說，會說卡契科語是很重要的事。

但是並非人人都這麼想；學校也不教授卡契科語。這個語言雖已代代相傳了數百年之久，但是每一代都有許多人不想學或覺得沒有必要學。

有心去了解不單是學習語言的祕訣，在許多事情上都是如此。李海希望家人親自去了解福音是真實的，但並非每個家人都想明白（見尼腓一書8：12，17-18）。尼腓聽了父親的話，並照他的吩



咐行事，但是他還想親自去了解（見尼腓一書10：17）。拉曼和雷米爾雖然服從父親，卻抱怨連連（見尼腓一書2：11-12）。他們不想下功夫去親自發現真理，



得到見證

「見證不能遺傳。也就是說，我們並非天生就擁有見證。同樣的，若沒有好教師的榜樣來培養對耶穌基督福音的見證，以及對福音真理的見證，見證是不會自動地一代傳一代的。」

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老，「憑信心教導」，2003年9月，利阿賀拿，第16頁。

還說：「主沒有讓我們知道這種事」（見尼腓一書15：8-9）。

莫讓承傳之鏈中斷

奧丹茲弟兄夫妻倆在孩子成長的過程中，經常思忖著孩子們是否把話聽進去。他們會不會服從？會不會像

尼腓一樣渴望知道？會不會把福音傳給他們的子女？

雖然現在一切還言之過早，但是奧丹茲弟兄夫婦倆有理由懷抱希望。

他們年紀較大的孩子們已經開始傳承福音，而年紀較小的孩子也了解到傳承福音的重要。璜安說：「有時候要接受父母的忠告很不容易，但是我很感激他們的幫助。」

梅拉說：「他們教我的不只是如何



煮豆子、烤玉米薄餅而已，他們也教導我行正路，那就是跟隨神。」■

靠自己奉行福音生活

如果你的父母不傳授福音，那該怎麼辦？也許他們還沒有接受福音，或是不奉行福音。作為家中第一位接受福音或是唯一積極奉行福音的人會有些孤單，但這並不表示你得獨自去面對這一切。

像你這樣的例子，在教會或是經文中不勝枚舉。老阿爾瑪年輕時，是唯一接受阿賓納代福音教導的人，還為了捍衛真理被驅逐出城。然而因為他



勇於奉行並教導福音，其他人很快就相信了。由於他的信心，他的孩子得到祝福，接著更造就了一代又一代的信仰者，形成一條連綿不斷的鎖鏈；這些人的榜樣和領導風範成為教會的一大力量。

如果你因為奉行福音而感到孤獨，要振作起來。過去有人像你一樣，現今也有許多人像你一樣。

在2006年10月的總會教友大會上，七十員保羅·派普長老說：「從

教會早期之後，第一代教友佔教會整體人數的比例可能從沒有像現在這麼高過。你們的忠信和見證為其他教友帶來一股強大的力量與祝福。……

「……身為第一代的教友，你們在家中有著十分重要的地位。對家人而言，你們是耶穌基督真正門徒的榜樣。如果各位在家中實踐福音，不管你們的家人是不是教友，周遭的人都會從你身上感受到救主的愛。即使他們不瞭解，或是沒有足夠的信心



來接受福音，也會知道你們所從事的是美好的事。要有耐心，要和善，每天藉著祈禱得知要怎樣為他們服務，然後主就會幫助你們帶給家人良好的影響。藉著不斷保持良善與正直，你們將建立忠信和正義的模式。這些模式將塑造你們的生活，且更重要的是，這些模式會成為你的家庭和後代的模範」（「第一代」，2006年11月，利阿賀拿，第12頁）。

所以不管你是第一代還是第五代，你所過的生活方式有助於創造或延續世代的鎖鏈，讓他們享受耶穌基督福音的祝福，綿延不絕。



得到見證

我很感激在我們家中能有利阿賀拿，因為我有許多疑問都獲得了解答。大衛·貝納長老所寫的「藉著信心尋求學識」（2007年9月）幫助了我；我在閱讀時感覺到聖靈，並且得到了答案：要對摩爾門經產生見證，我們必須先為它作見證，然後聖靈就會幫助我們明白摩爾門經是真實的。

金斯·納婁拿，菲律賓

給大家的三項信息

我對本教會雜誌利阿賀拿的感受及感激日益加深，它在我人生中佔有重要的一席之地。利阿賀拿曾經多次幫助我做出正確的選擇。俄爾·丁格長老在2007年4月份「給年輕成人的三項信息」一文中，鼓勵青年在教會中作個活躍的教友，勸勉他們在今日就要作出明智的決定，為明天的生活作好準備。如此一來，即使他們身陷困境，也不至驚惶失措，卻能做好萬全的準備來從容面對。這篇文章的對象原本是教會的年輕成人，不過現年55歲的我讀到時，知道這也是為我而

寫的。

歐嘉·柯瑞寇，烏克蘭

你認為這本雜誌怎麼樣？

外子曾經負責在每個月將利阿賀拿配送到祕魯各地。配送時，他會遇到在大樓警衛室工作的一些保全人員，他們不是教友。他們若問：「你貨車上載的是什麼東西？」他就會親切地回答：「是耶穌基督後期聖徒教會的雜誌，叫作利阿賀拿。」

他們經常會很好奇，想了解更多一點，所以外子總是多帶幾本分送出去。他去的都是固定地點，所以他再度前往時，就會問他們：「你認為這本雜誌怎麼樣？」如果他們說看過了，他就會記下他們的名字，讓傳教士到他們家裡教導有關教會的事。

數年後的某一天，我們正要離開聖殿，外子意外發現他認識在警衛室裡的那個人。原來他已經接受洗禮，現在跟他的家人正準備成為永恆的家庭。

親愛的弟兄姊妹，謝謝你們寫了這麼精采的文章、幫助

我們進步，我們在雜誌中讀到的字字句句都叫人感動不已。

安娜·尤洛玖，祕魯

悔改的重要

我被召喚擔任第四個星期天的婦女會教師。有一次我教導的文章是羅素·納爾遜長老在2007年5月份利阿賀拿中的講辭「悔改與歸信」。準備課程的時候，我學到也感到悔改是多麼重要。

我總是滿心期待能閱讀利阿賀拿，我可以從中學到、感受到很多事情。

姓名保留，日本

利阿賀拿是我們的指南

我閱讀利阿賀拿已超過34年了。每當讀到弟兄姊妹如何忠信不渝地奉行福音，總會讓我熱淚盈眶。我喜歡利阿賀拿中的每一篇文章，不過我要特別感謝你們刊載傑佛瑞·賀倫長老的「幫助受同性戀傾向困擾的人」一文（2007年10月）。利阿賀拿配合經文一起使用，就是我們的家庭指南。

姓名保留



來函請以電子郵件寄至 liahona@ldschurch.org，或以郵件寄至

Liahona, Comment

50 E. North Temple St., Rm. 2420

Salt Lake City, UT 84150-3220, USA

為使篇幅精簡，文意明確，來函可能酌予修改。

朋友



給米絲緹的信息

多馬·孟蓀會長

我 在1975年10月總會教友大會中演講時，受到靈的提示，要向一位坐在會堂看台區的金色長髮小女孩演講。我請觀眾注意她，覺得這位小女孩需要我心裡準備要講的那份信息。

大會結束後，我回到辦公室，發現有位叫米絲緹·懷特的小孩跟她的外祖父母、阿姨在等我。打過招呼後，我認出米絲緹就是先前坐在看台上、我特地對她演講的那位小女孩。

原來米絲緹快過八歲生日了，正苦惱著要不要受洗。她覺得應該受洗，扶養她的外祖父母也希望她受洗，但是她較不活躍的母親卻建議她等到18歲時再決定。米絲緹告訴外祖父母說：「如果我們去參加教友大會，說不定天父會讓我該知道該怎麼做。」

我們在會後繼續談話時，米絲緹的外祖母對我說：「我想米絲緹有些話想對你說。」這個



孟蓀會長教導我們的是受到聖靈啓發的信息。

可愛的小女孩說：「孟蓀弟兄，你在大會上演講的時候，回答了我的問題。我想受洗！」

這家人回到了加州，米絲緹也受洗了，被證實為耶穌基督後期聖徒教會的教友。●

摘錄自2007年4月總會教友大會講辭。

想一想

1. 孟蓀會長之前從未見過米絲緹，他怎麼知道應該對米絲緹說話、要特地為她演講呢？聆聽聖靈的話如何幫助你讓別人知道

天父愛他們？

2. 米絲緹為什麼相信只要她聆聽總會教友大會的演講，天父就會讓她知道該怎麼做？聆聽教會領袖的話如何幫助你選正義？即使他們沒有提到你的名字，他們還是在對你說話嗎？

3. 你認為米絲緹決定立刻受洗，對她的人生有什麼幫助？跟從先知對你的人生會有什麼幫助？



「祈求你們屬靈與屬世所需的一切，
為你們獲得的一切常常答謝神」
(阿爾瑪書 7：23)。



我要感謝的祝福

注意：可以複印或從網站上列印
這個活動，網址是 www.lds.org。
英文請點選「福音圖書館」
(Gospel Library)。其他語言請點
選「Languages」(語言)。

「親愛的天父，您住在哪裡？」

琳達·柯丁森

「所以我告訴你們，凡你們禱告祈求的，無論是甚麼，只要信是得著的，就必得著」（馬可福音 11：24）。



耶穌在世的時候，有許多人去聽祂講道。他們帶著小孩一同前往，讓耶穌祝福他們，但是門徒卻叫他們離開。

耶穌這時說：「讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們；因為在神國的，正是這樣的人」（馬可福音 10：14）。耶穌很愛孩子，於是祝福他們。

兒童會歌曲「孩子的祈禱」會讓我們想起這則經文故事，也教導我們跟祈禱相關的事。

親愛的天父，您住在哪裡？
您是否回答每個小孩的祈禱？
有人說天堂很遠很遠，
但當我祈禱，天堂就在身邊。

親愛的天父，現在我想起，
在以前耶穌告訴祂的門徒說：
「讓小孩都到我這裡來。」
天父啊，現在求您垂聽我。

天父愛你，你是祂的孩子；祂希望你不論何時何地都經常向祂祈禱。這首歌的下一段歌詞提醒你要祈禱。

求，祂必聽，
問，祂必回答，
祂深愛你
因你是祂孩子。

祂聽祈禱，
祂深愛孩子。
進天國住的人，
都要像小孩。
(兒童歌本，第6-7頁)

活動

你可以用第F4頁的祈禱日誌來提醒自己要祈禱。把F4頁拆下，放在床邊或經文裡。把圖片著色，然後寫下你想在祈禱時感謝天父的事情。祂愛你，會聆聽你的每個祈禱，會把你需要的祝福賜給你。

分享時間建議

1. 進行分享時間前，先製作三張簡單的牌子，分別為：祈求、尋找、叩門，讓兒童拿在手裡。分享時間開始時，先幫兒童找出馬太福音 7：7，大家一起唸出來。舉起牌子，與兒童複習這幾個詞，然後一起把這節經文背起來。作見證，說明我們可以從經文中學到祈禱的事。展示福音圖片集 305（以挪士的禱告）和 403（第一次異象）。分享有關祈禱的經文記載（見以挪士書 1：1-18；約瑟·斯密——歷史 1：14-20）。給兒童一些時間分享他們祈禱的經驗。結束活動時，唱一首有關祈禱的歌曲或聖詩，並為祈禱的力量作見證。

2. 展示兒童會 3 圖片集編號 3-53 圖片，分享小琳祈禱的故事（兒童會 3，第 26 課，第 107-108 頁）。複述每週的福音原則：「天父希望我不論何時何地都經常向祂祈禱。」把「呼求祂的聖名」和「向祂呼求」這兩個短句的字詞拆散，在黑板上寫出拆開的字詞，然後請全班一起把這些字重組起來（見「重組」，教導，沒有更偉大的召喚 [1999]，第 184 頁）。請他們查閱阿爾瑪書 34：17-18，幫助他們找出答案，說明這兩句話都是在描述祈禱。從阿爾瑪書 34：17-27 選出一些關鍵字（「作物」、「田」、「家」、「家人」等等），列舉一些可以祈禱的事物或對象。將這些關鍵字寫在黑板上，請兒童從經文中找出這些字，然後討論如何在生活中運用這段經文。作見證，說明祈禱在你的人生中具有什麼力量。●



先知約瑟·斯密的小故事

約瑟和愛瑪的考驗



愛瑪·斯密在俄亥俄州產下一男一女的雙胞胎，他們只活了三個小時。另一位後期聖徒婦女也在同一天生了雙胞胎；她產後身體非常虛弱，後來去世了。她的丈夫約翰·莫達需要有人幫忙撫養這對雙胞胎。



我自己無法照顧這兩個嬰孩，不過我希望他們在教會中學習成長。

你們可以撫養他們嗎？

可以。

有天晚上，爲了照顧這兩個生病的嬰孩，約瑟和愛瑪整夜沒睡。一群怒氣沖沖的暴徒闖進他們屋裡，抓住約瑟，把他帶到屋外。



這些壞人傷害約瑟，把熱焦油倒在他身上。



暴徒離開後，約瑟非常虛弱，他爬回屋裡。愛瑪看到約瑟受傷，就昏倒了。





約瑟的朋友很小心地替他清洗。



隔天是星期天，一大早，約瑟依舊和平常一樣向會眾講道，有些暴徒也來聽。



暴徒攻擊約瑟的那天晚上，他襁褓中的兒子得了重感冒，幾天之後這個嬰孩就夭折了。但是約瑟和愛瑪仍然對天父的救恩計畫深具信心。

「學習行善」(以賽亞書1：17)



郭會長的榜樣

海蒂·羅絲
根據真實故事撰寫



同學們，把作業傳到前面來。」海蒂把手伸到後面去拿茉莉的作業。她總愛在把作業往前傳之前，先看看茉莉寫的字。茉莉的字整齊好看。海蒂看著自己的作業，很不好意思讓別人看到她寫得歪歪斜斜的字。她把自己的作業塞在茉莉的作業下面，然後往前傳。

海蒂一進家門就問：「媽媽，妳可不可以替我寫功課？」媽媽的字也寫得很好看。如果媽媽願意替她寫功課，她就不會那麼難為情了。

媽媽開玩笑地問：「妳為什麼要我替妳寫功課呢？妳的手跌斷了嗎？」

海蒂告訴媽媽茉莉寫的字很漂亮。海蒂在桌旁坐下，雙手托著臉，說：「要是我去年多花點時間練字就好了。」

媽媽說：「海蒂，妳知道嗎，如果妳夠努力的話，妳的字也可以寫得和別人一樣好。妳就是要多用心。」

海蒂卻不這麼有把握。她心裡想著茉莉的字，覺得自己的字絕對不會像茉莉的那麼好看。

媽媽問：「妳記得先知禧伯·郭嗎？」

海蒂抬起頭說：「記得，我們在兒童會聽過他的故事。」

「他小時候字寫得很難看。他很想改進，所以不停地練習，後來他的字變得很好看，甚至還因此而得獎呢。」

海蒂很驚訝！她很敬仰先知，但是從來不知道他們小時候也遇過和她一樣的問題。她下定決心，如果禧伯·郭可以下功夫把字練好，那麼她也一定做得到。

隔天在學校裡，海蒂很用心地寫字。剛開始很困難，所以她必須在學校留晚一點才能把作業寫完，但是禧伯·郭會長的故事激勵她堅持下去。

幾個星期後，海蒂注意到她寫字進步了。她還是要花很多時間寫功課，不過她寫的字越來越好看了。

有一天茉莉注意到了，她說：「海蒂，妳寫的字真好看。」

海蒂羞紅了臉，說：「謝謝。」她臉上不禁露出了一抹微笑。

那天晚上海蒂在冰箱上留了一張字條給媽媽，字條上的字非常漂亮。●

親愛的媽媽，
謝謝妳告訴我禧伯·郭的故事。我可能不會得獎，但是我終於覺得自己寫的字很好看了。跟隨先知並沒有我想象的那麼困難！
海蒂敬上



「神聖的經文、父母的指引，以及教師在兒童會……給妳們的諄諄教導，都會使妳們更有決心去追求最佳的表現。不論在教會或學校裡，任何學習都要有目標。」

參閱多馬·孟孫會長，「妳的高榮之旅」，1999年7月，利阿賀拿，第107頁。

家庭祈禱 的時間到嘍！

為每個孩子指出正確的路線，帶他們來和家人
一起作家庭祈禱，然後為圖片著色。



注意：如果不想從雜誌上拆下這幾頁，可以複印或從網站上列印這個活動，
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）。



艾拔·史提特繪

我可以向天父祈禱，祂會聆聽、也會回答我的禱告

「所以我告訴你們，凡你們禱告祈求的，無論是甚麼，只要信是得著的，就必得著」（馬可福音11：24）。

我的哥哥 與小狗



摘錄現任菲律賓
區域會長暨七十
員奇斯·愛德華
茲長老訪談錄：
卡莉·拜斯

「各人以慈愛憐憫弟兄」（撒加利亞書 7：9）。

我很有福氣，從小到大身邊都有一群愛我、幫助我向善的人。在我的人生中，對我影響最大的要算是我的家人了。我的父母會選擇正義，也信任我會做同樣的選擇，我的幾個哥哥也樹立了好榜樣讓我效法。

我五歲的時候，有個哥哥教了我一件很重要的事。那時有人送我和我的雙胞胎兄弟卡爾一隻小狗。我們不知道飼養寵物該負哪些責任——我們以為小狗只不過是一件玩具而已，不需要特別照顧。我們不關心牠是否要吃東西、喝水、或有什麼需要照顧的地方。但是這個哥哥和我們完全不一樣，他很愛護動物，知道小狗的需要，會照顧牠。

小狗從小到大，一直把哥哥當作是牠的主人，我們也曾爭論小狗是誰的。卡爾和我都堅稱小狗是我們的，於是我們

和哥哥比賽，看我們呼喚牠的時候，牠會跑到誰身邊。結果是，小狗總是跑到哥哥身邊。

小狗懂得忠誠，也了解哥哥對牠的愛。這個經驗讓我深刻體會到要耕耘才會有收穫的道理。這個道理告訴我們，種瓜得瓜，種豆得豆。哥哥用愛心照顧小狗，所以小狗用忠誠和信任來回報他。

我媽媽也明白這個道理，她是個信心堅強的人。她小的時候，父母很少去教會，所以常常獨自一人去教會。她充滿愛心的榜樣幫助父母恢復活躍，參與教會活動。

在我成長的過程中，媽媽經常在禁食見證聚會上站起來作見證。她會說她很感謝有我們這幾個兒子，她說我們都是好孩子。她對我們的信心讓我們獲益良多，就算我們有時候沒有達到她的期望，她總是讓我們知道我們還有哪些潛力。

就像媽媽對我和哥哥們有信心一樣，我對今日新生代的兒童也很有信心。你們是特別被保留到這個時代

的。看到這麼多美好、優秀的兒童有這麼堅強的信心，令我讚嘆不已。你們是教會的未來，神正在準備你們擔當偉大的事工。你們懷著信心去服務的時候，就等於播下了正義的種子，以後必會收獲到主為你們準備好的祝福。●



世界各地的兒童都會祈禱、
唱兒童會歌曲和學習福音——
就和你一樣！這個月，讓我們
來認識宏都拉斯瓦耶安奇勒斯的
奧馬·薩嘉多。

鳥

、貓和狗往往無法好好相處，常常是你追我跑的。

但是住在宏都拉斯的奧馬·薩嘉多卻沒有這個問題，他今年九歲；在他家裡，貓兒從屋頂俯瞰他手上亮麗鮮豔的綠鸚鵡，或者小狗倚門休息的時候，小貓安靜地在露天廚房附近閒晃，都是很稀鬆平常的事，這些小動物好像都能和睦相處似的。

奧馬笑著把鸚鵡放回籠子裡，這樣才能去餵雞。他很高興能幫忙照顧家裡養的動物。愛幫忙不只讓奧馬的父母高興——更是他與別人和睦相處的祕訣。

奧馬「與人和

宏都拉斯瓦耶安奇勒斯 位於世界的哪個地方？

宏都拉斯的
瓦耶安奇勒斯

互相照顧

薩嘉多家庭裡的每個人都有機會幫忙。但是身為長子，奧馬知道父母更希望當弟妹需要人幫忙的時候，他能幫助他們。

奧馬認為孝敬父母和鞏固家人很重要。薩嘉多家庭必須互相扶持，因為他們的鄰居不多，距離最近的一戶人家至少要走10分鐘的路程才會到。

所以，雖然奧馬平常可以在學校跟同學相處、星期天在教會與朋友見面，他大部分時間還是和六歲的弟弟亞諾、四歲的妹妹娜塔莉在一起。他們就像家裡養的小動物一樣，相處得很好。

奧馬說：「我們盡量不吵架，」因為當朋友比吵架好玩。

共度時光

奧馬、亞諾和娜塔莉在一起時，有很多事可做。他們全家人喜歡一起唱聖詩。奧馬最喜歡的聖詩是「教我走在光明裡」（兒童歌本，第70頁）。

他們三個人也常常一起玩遊戲。他們最喜歡的一個遊戲是捉迷藏，他們會在屋裡屋外和附近的樹林裡躲起來，不讓彼此發現。他們還喜歡玩抓人遊戲，可以在房子四周的空地上追來追去。

說到哥哥，亞諾說：「我喜歡和他一起玩。」

睦相處」的祕訣



住在天使的山谷

亞諾喜歡和奧馬玩耍，娜塔莉卻喜歡和他一起畫畫。

奧馬很喜歡用色鉛筆畫圖、著色。他常常畫風景、山和房子。這倒也不足為奇，因為他住在瓦耶安奇勒斯附近的山區，有很多美麗的景物可以畫。瓦耶安奇勒斯這個小鎮以技藝精湛的畫家而聞名。這個鎮連鎮名都很美，意思是「天使的山谷」。

奧馬家四周的谷地和山脈有許多美麗的樹木和植物。其實，奧馬一家人住在一個花卉

農場裡，他的爸爸照顧花卉，然後拿去賣，因為這些花卉都很漂亮。

奧馬的筆記簿裡都是五顏六色的圖畫，娜塔莉也常常在他旁邊一起著色。

學做好孩子

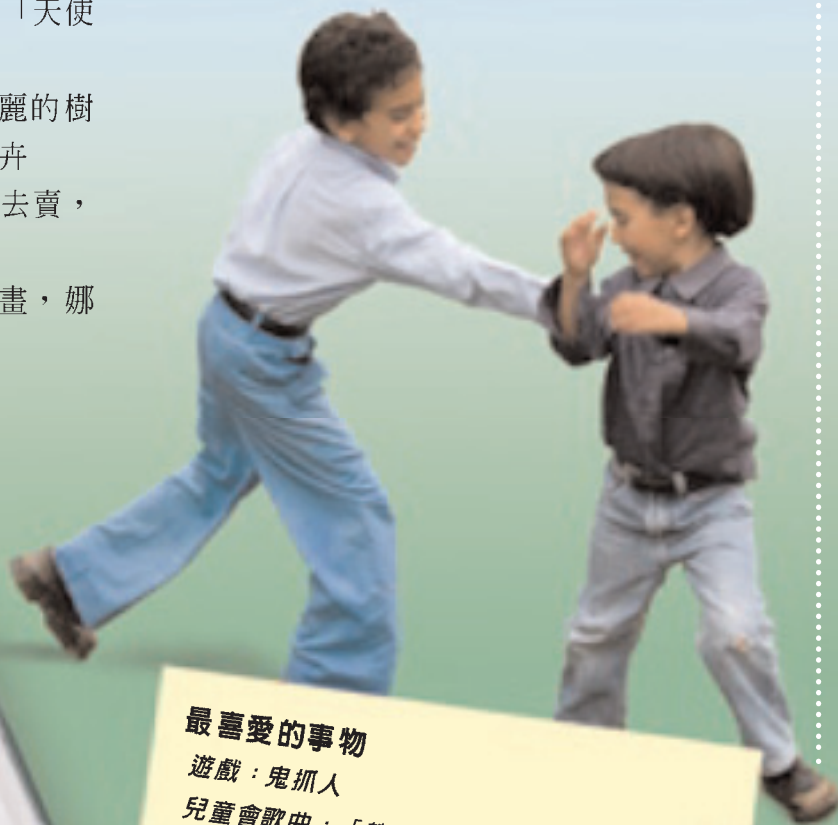
和睦相處而且一起做事，讓奧馬一家人更團結；去教會和讀經文也讓他們更堅強。

奧馬說：「我在兒童會學到很多事情，我的老師都很好。」

奧馬在兒童會學到耶穌的生平事蹟，他說學習這些事情讓他知道該如何幫助父母、如何做個好兒子。

奧馬特別喜歡閱讀摩爾門經的故事。他說：「我喜歡尼腓。」他最喜歡的是鐵桿和尼腓造船的故事。尼腓是個好兒子，總是努力鞏固他的家庭。

奧馬餵完了雞，說：「尼腓很服從。」他把飼料放好，又等了一會兒看看還有什麼事可做，之後才跑去玩抓人遊戲。「我也努力服從。」●



最喜愛的事物

遊戲：鬼抓人

兒童會歌曲：「教我走在光明裡」

學校科目：美術

經文人物：尼腓





不得複製：頁藝ARTBEATS

小孩，傑伊·瓦德繪

耶穌基督於主後34年親訪滿地富，人們聚集後，祂「一一抱起他們的小孩，祝福他們，並為他們向父禱告。

「祂這麼做以後，又哭了；

「祂向群眾說話，對他們說：看你們的小孩」（尼腓三書17：21-23）。



主

吩咐我
們「藉
著研

讀也藉著信心
尋求學識」(教

約88：118)。與學習相關

的經文多達140餘則，這僅是其中
之一。我們該如何好好掌握每一個
學習的機會呢？見「勤奮學習的
力量」，第16頁。

