摩爾門經

福音進修班教師用本

摩爾門經

福音進修班教師用本

耶穌基督後期聖徒教會
出版
猶他州鹽湖城

歡迎各位來函給予建議及指正。來函請說明需更正之處，並寄至：

Seminaries and Institutes of Religion Curriculum Services
50 E. North Temple St., Floor 8
Salt Lake City, Utah 84150-0008
USA
電子郵件：ces-manuals@ldschurch.org

請寫上您的姓名、地址、所屬支會和支聯會。
務請寫出書名，然後提供您的建議。

Intellectual Reserve, Inc. © 2013
版權所有
美國印行

英文核准日期：10/09
翻譯核准日期：10/09
Book of Mormon Seminary Teacher Manual 譯本
Chinese
09411 265

目錄

摩爾門經福音進修班教師用本緒言 vi
我們的目標 vi
課程準備 vi
使用平日教師用本 vii
平日福音進修班計畫（自修及早晨班） ix
使用自修班課程 xi
福音進修班自修計畫 xii
其他資源 xiii

平日及自修班課程

第1課　學習者的責任 1
第2課　研讀經文 4
第3課　救恩計畫 7
第4課　標題頁、緒言及證人的證詞 10
第5課　摩爾門經概覽 13
自修班課程　研讀經文——摩爾門經概覽（第1單元） 16

尼腓一書導言 18
第6課　尼腓一書第1章 19
第7課　尼腓一書第2章 22
第8課　尼腓一書第3～4章 25
第9課　尼腓一書第5章 28
第10課　尼腓一書第6章和第9章 31
自修班課程　尼腓一書第1～6章；第9章（第2單元） 34

第11課　尼腓一書第7章 36
第12課　尼腓一書第8章 39
第13課　尼腓一書第10～11章 42
第14課　尼腓一書第12～13章 45
第15課　尼腓一書第14章 48
自修班課程　尼腓一書第7～14章（第3單元） 51

第16課　尼腓一書第15章 53
第17課　尼腓一書第16章 56
第18課　尼腓一書第17章 59
第19課　尼腓一書第18章 62
第20課　尼腓一書第19章 65
自修班課程　尼腓一書第15～19章（第4單元） 68

第21課　尼腓一書第20～22章 70
尼腓二書導言 73
第22課　尼腓二書第1章 74
第23課　尼腓二書第2章（第1部分） 77
第24課　尼腓二書第2章（第2部分） 80
第25課　尼腓二書第3章 83
自修班課程　尼腓一書第20章～尼腓二書第3章（第5單元） 86

第26課　尼腓二書第4章 88
第27課　尼腓二書第5章 91
第28課　尼腓二書第6～8章 94
第29課　尼腓二書9：1-26 97
第30課　尼腓二書9：27-54和尼腓二書第10章 100
自修班課程　尼腓二書第4～10章（第6單元） 103

第31課　尼腓二書第11章和第16章 105
第32課　尼腓二書第12～15章 108
第33課　尼腓二書第17～20章 111
第34課　尼腓二書第21～24章 114
第35課　尼腓二書第25章 117
自修班課程　尼腓二書第11～25章（第7單元） 120

第36課　尼腓二書第26章 122
第37課　尼腓二書第27章 125
第38課　尼腓二書第28章 128
第39課　尼腓二書第29～30章 131
第40課　尼腓二書第31章 134
自修班課程　尼腓二書第26～31章（第8單元） 137

第41課　尼腓二書第32章 139
第42課　尼腓二書第33章 142
雅各書導言 145
第43課　雅各書第1章～2：11 146
第44課　雅各書2：12-35 149
第45課　雅各書第3～4章 152
自修班課程　尼腓二書第32章～雅各書第4章（第9單元） 155

第46課　雅各書5：1-51 157
第47課　雅各書5：52-77；雅各書第6章 160
第48課　雅各書第7章 163
以挪士書導言 166
第49課　以挪士書 167
雅龍書導言 170

奧姆乃書導言 171
第50課　雅龍書和奧姆乃書 172
自修班課程　雅各書第5章～奧姆乃書
（第10單元） 175

摩爾門語導言 177
摩賽亞書導言 178
第51課　摩爾門語～摩賽亞書第1章 179
第52課　摩賽亞書第2章 182
第53課　摩賽亞書第3章 185
第54課　摩賽亞書第4章 188
第55課　摩賽亞書第5～6章 191
自修班課程　摩爾門語～摩賽亞書第6章
（第11單元） 194

第56課　摩賽亞書第7～8章 196
第57課　摩賽亞書第9～10章 199
第58課　摩賽亞書第11章～12：17 202
第59課　摩賽亞書12：18～14：12 205
第60課　摩賽亞書第15～17章 208
自修班課程　摩賽亞書第7～17章（第12單元） 211

第61課　摩賽亞書第18章 213
第62課　摩賽亞書第19～20章 216
第63課　摩賽亞書第21～22章 219
第64課　摩賽亞書第23～24章 222
第65課　摩賽亞書第25章 225
自修班課程　摩賽亞書第18～25章（第13單元） 228

第66課　摩賽亞書第26章 230
第67課　摩賽亞書第27章 233
第68課　摩賽亞書第28～29章 236
阿爾瑪書導言 239
第69課　阿爾瑪書第1～2章 240
第70課　阿爾瑪書第3～4章 243
自修班課程　摩賽亞書第26章～阿爾瑪書第4章
（第14單元） 246

第71課　阿爾瑪書5：1-36 248
第72課　阿爾瑪書5：37-62 251
第73課　阿爾瑪書第6～7章 254
第74課　阿爾瑪書第8章 257
第75課　阿爾瑪書第9～10章 260
自修班課程　阿爾瑪書第5～10章（第15單元） 263

第76課　阿爾瑪書第11章 265
第77課　阿爾瑪書第12章 268
第78課　阿爾瑪書第13章 271
第79課　阿爾瑪第14章 274
第80課　阿爾瑪書第15～16章 277
自修班課程　阿爾瑪書第11～16章（第16單元） 280

第81課　阿爾瑪書第17章 282
第82課　阿爾瑪書第18章 285
第83課　阿爾瑪書第19～20章 288
第84課　阿爾瑪書第21～22章 291
第85課　阿爾瑪書第23～24章 294
自修班課程　阿爾瑪書第17～24章（第17單元） 297

第86課　阿爾瑪書第25～26章 299
第87課　阿爾瑪書第27～29章 302
第88課　阿爾瑪書第30章 305
第89課　阿爾瑪書第31章 308
第90課　阿爾瑪書第32章 311
自修班課程　阿爾瑪書第25～32章（第18單元） 314

第91課　阿爾瑪書第33章 316
第92課　阿爾瑪書第34～35章 319
第93課　阿爾瑪書第36章 322
第94課　阿爾瑪書第37章 325
第95課　阿爾瑪書第38章 328
自修班課程　阿爾瑪書第33～38章（第19單元） 331

第96課　阿爾瑪書第39章 333
第97課　阿爾瑪書第40章 336
第98課　阿爾瑪書第41章 339
第99課　阿爾瑪書第42章 342
第100課　阿爾瑪書第43～44章 345
自修班課程　阿爾瑪書第39～44章（第20單元） 348

第101課　阿爾瑪書第45～48章 350
第102課　阿爾瑪書第49～51章 353
第103課　阿爾瑪書第52～55章 356
第104課　阿爾瑪書第56～58章 359
第105課　阿爾瑪書第59～63章 362
自修班課程　阿爾瑪書第45～63章（第21單元） 365

希拉曼書導言 367
第106課　希拉曼書第1～2章 368
第107課　希拉曼書第3～4章 371
第108課　希拉曼書第5章 374
第109課　希拉曼書第6～7章 377
第110課　希拉曼書第8～9章 380
自修班課程　希拉曼書第1～9章（第22單元） ..383

第111課　希拉曼書第10章 385
第112課　希拉曼書第11～12章 388

第113課　希拉曼書第13章 391
第114課　希拉曼書第14章 394
第115課　希拉曼書第15～16章 397
自修班課程　希拉曼書第10～16章（第23單元） 400

尼腓三書導言：尼腓書 402
第116課　尼腓三書第1章 403
第117課　尼腓三書第2～5章 406
第118課　尼腓三書第6～7章 409
第119課　尼腓三書第8～10章 412
第120課　尼腓三書11：1-17 415
自修班課程　尼腓三書第1章～11：17
（第24單元） 418

第121課　尼腓三書11：18-41 420
第122課　尼腓三書第12章 423
第123課　尼腓三書第13章 426
第124課　尼腓三書第14章 429
第125課　尼腓三書第15～16章 432
自修班課程　尼腓三書11：18～16：20
（第25單元） 435

第126課　尼腓三書第17章 437
第127課　尼腓三書第18章 440
第128課　尼腓三書第19章 443
第129課　尼腓三書第20章 446
第130課　尼腓三書第21～22章 449
自修班課程　尼腓三書第17～22章（第26單元） 452

第131課　尼腓三書第23章 454
第132課　尼腓三書第24～26章 457
第133課　尼腓三書第27章 460
第134課　尼腓三書第28章 463
第135課　尼腓三書第29～30章 466
自修班課程　尼腓三書第23～30章（第27單元） 469

尼腓四書導言：尼腓書 471
第136課　尼腓四書 472
摩爾門書導言 475
第137課　摩爾門書第1～2章 476
第138課　摩爾門書第3～4章 479
第139課　摩爾門書第5～6章 482
第140課　摩爾門書第7章～8：11 485
自修班課程　尼腓四書第1章～摩爾門書8：11
（第28單元） 488

第141課　摩爾門書8：12-41 490
第142課　摩爾門書第9章 493

以帖書導言 496
第143課　以帖書第1章 497
第144課　以帖書第2章 500
第145課　以帖書第3章 503
自修班課程　摩爾門書8：12～以帖書第3章
（第29單元） 506

第146課　以帖書第4～5章 508
第147課　以帖書第6章 511
第148課　以帖書第7～11章 514
第149課　以帖書12：1-22 517
第150課　以帖書12：23-41 520
自修班課程　以帖書第4～12章（第30單元） . . . 523

第151課　以帖書第13～15章 525
摩羅乃書導言 528
第152課　摩羅乃書第1～3章 529
第153課　摩羅乃書第4～5章 532
第154課　摩羅乃書第6章 535
第155課　摩羅乃書7：1-19 538
自修班課程　以帖書第13章～摩羅乃書7：19
（第31單元） 541

第156課　摩羅乃書7：20-48 543
第157課　摩羅乃書第8章 546
第158課　摩羅乃書第9章 549
第159課　摩羅乃書10：1-7，27-29 552
第160課　摩羅乃書10：8-26，30-34 555
自修班課程　摩羅乃書7：20～10：34
（第32單元） 558

附錄 560
經文研讀圖表 560
平日教師進度指南 561
彈性日建議 563
自修班教師進度指南 564
精通經文導言 565
精通經文活動 566
100條精通經文 570
基礎教義導言 571
基礎教義 572
金頁片與出版的摩爾門經之間的關係 577
摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽 578
摩爾門經可能的地點（彼此的關係） 579

摩爾門經福音進修班教師用本緒言

我們的目標

福音進修班及研究所之宗旨：

「我們的目的是幫助青少年及年輕成人了解並信靠耶穌基督的教導和贖罪，使他們有資格獲得聖殿的祝福，並幫助他們準備好自己、家人及他人，與天父共享永生。」

為達成目標，我們會教導學生經文及先知話語中所揭示的福音教義和原則。這些教義和原則，要以使他們能理解並得到啓發的方式來教導。我們會幫助學生履行他們在學習過程中的責任，並幫助他們準備好教導別人福音。

為協助達成這些目標，你和你所教導的學生可以在你們一起研讀經文時，運用下列「教導與學習福音的基本原則」：

- 藉著聖靈教導和學習。
- 營造一個有愛、尊重和目標的學習環境。
- 每天研讀經文，並閱讀該課程的課文。（本書結尾的附錄有經文研讀追蹤表）
- 了解經文和先知話語的上下文及內容。
- 找出、了解、感受福音教義和原則的真實性和重要性，並應用這些教義和原則。
- 解釋、分享並見證福音的教義和原則。
- 精通重要經文章節和基礎教義。

本教師指南的編纂是為了幫助你成功達到這些目標。

課程準備

主命令那些教導祂的福音的人，要「教導我在聖經和摩爾門經的福音原則，摩爾門經中有圓滿的福音」（教約42：12）。祂進一步指示，教導這些真理時，要「在靈的指示下」教導，「靈必藉著信心的祈禱而給……」（教約42：13-14）。你準備每一課時，要虔誠祈求聖靈的指引，以幫助你了解經文以及其中所涵蓋的教義和原則。同樣地，也要跟從靈的提示，以計畫如何幫助你的學生了解經文、受教於聖靈、並感到渴望運用他們所學的。

你準備和教導本年度課程時，摩爾門經是你的主要課本。虔誠地研讀你所要教導的章節，尋求了解經文段落的上下文及內容，包括故事、人物、地點、和事件。你熟悉了經文段落的上下文及內容之後，尋求能認明其中包含的教義和原則，以決定這些真理中哪些是對你的學生最重要的，使他們能了解和運用。一旦你確定教導的中心，就可決定採用什麼教學方法、進行方式、以及活動內容，以最有效地幫助學生學習並運用從經文中找到的神聖真理。

此用本就是設計來協助你這個準備的過程，仔細地複習與你要教的經文段落相關的課程教材。你可以選擇採用經文段落全部或一部分教學的建議，或者你可以對構想建議加以調整，以配合你所教導的學生的需要和情況。在你考慮調整課程教材時，務必按照十二使徒定額組的達林．鄔克司長老所講的：

「我常聽潘會長教導人，首先要採用，然後作調整。如果我們對所要教導的課程有透徹的了解，我們可以跟隨聖靈的啓示作調整。」（「與達林．鄔克司長老的小組討論」，〔福音進修班及研究所衛星轉播，2012年8月7日〕6，si.lds.org）。

在你準備教導時，要考慮到有特殊需要的學生，調整活動與期望，以幫助他們成功。與學生的父母和領袖溝通，能幫助你明白學生的需要，也可幫助你提供他們有意義、啓發人心的經驗。

導言

尼腓一書

為什麼要研讀這部書?

學生在研讀尼腓一書的時候，會發現到「主溫柔的慈悲遍及那些

這部書是為誰寫的?為什麼而寫?

尼腓寫的時候心裡想的是三群讀者：他父親

第144課

以帖書第2章

導言

雅列和他的哥哥以及家屬和朋友，在離開巴別塔之後，由主帶領行過曠野。主指示雅列的哥哥建造八艘平底船，以載他的人民越過大海到應許地。由於雅列的哥哥和他的人民憑信心服從主，因而主給他們所需的指引和方向，使旅途成功。

教學建議

以帖書2：1-12

雅列人開始了他們向應許地的旅程

創造興趣和專注

計畫一些活動以創造興趣，並幫助學生將注意力專注在課程裡的經文。這些活動若能簡短且引導學生專注在課程的主要原則上，就能發揮最佳效果。

舉行下列活動，以幫助學生明白跟隨神的指示，會怎樣使我們準備好接受神更多的引導和指示：

上課前，在教室內藏一些代表寶物的東西。準備三到四個連貫的線索，引導學生尋找寶物。你給學生第一個線索，用那個線索引導他們找到第二個線索，並用第二個線索引導他們找到第三個線索，直到他們找到寶物為止。在他們找到寶物之後，問：

- 如果你們忽略了第一個線索，會有什麼結果?（他們就無法找到第二個線索。）

請學生複習以帖書1：41-42，找出主引導雅列人到應許地的第一組指示為何。

請一位學生讀出以帖書2：1-3，以幫助他們看出雅列人對這些指示有什麼樣的反應。

- 雅列人對主的第一組指示有什麼樣的反應?

請一位學生讀出以帖書2：4-6。請全班跟著看經文，找出雅列人跟隨第一組指示後得到了哪些祝福。

- 雅列人跟隨了主的第一組指示後，發生了什麼事?（主透過雅列的哥哥給他們更多的指示。）
- 我們能從這記載，學到什麼有關如何接受從主而來的指示?（學生可能用不同的詞語，但他們的回答應反映出下列原則：**我們若憑著信心對主給我們的指引採取行動，就能從祂那裡接受進一步的指示**。你可以建議他們在自己的經文以帖書2：6旁邊寫下這個眞理。）

為幫助學生更了解這原則並加以應用，請他們想想最近從主那裡接受到的靈感或提示。然後讀出十二使徒定額組李察．司考德長老以下的話。他在談到我們會怎樣頻繁地接受到啓示時，說：

「祈禱的回答會一點一滴地來到，就像一袋袋的錦囊一樣，如此你的能力才會成長。當你運用信心按著每次所得到的指引去做，就會獲得指引，得到其他的部份，進而獲得完整的答案。這個模式需要你運用信心，相信天父會回答祈禱。雖然有時候非常困難，但終究會為個人帶來極大的成長」（「善用來自天上的恩賜　　祈禱」，2007年5月，利阿賀拿，第9頁）。

請學生在筆記本或經文研讀日記回答下列問題。你可以把這些問題寫在白板上，或慢慢唸出，讓學生寫下來。

500

使用平日教師用本

各書的導言

各書的導言提供摩爾門經中每一部書的概覽，導言中解釋誰寫了每一部書、敘述作者寫書的目的、也提供了每部書內容的概要。

經文段落導言

經文段落導言對於每一課的經文段落上下文和內容，給予簡短的概覽。

章節組群和上下文概要

經文段落常依照主題或行動發生改變時，分成較小的部分或章節組群。註明每一章節組群出處之後，接著有簡短的概要，敘述那一組群裡各章節的事件或教導。

教學輔助

教學輔助解釋了教導福音的原則和方法，它們可協助教師改進教學。

課程本體

課程本體包含了給予你在研讀和教學上的指引，建議你教學構想，包括問題、活動、引述、和圖表。

教義和原則

研讀經文本身自然會浮現教義和原則，因此以粗體字彰顯，好幫助你在和學生討論時指明並強調它們。

圖片

教會領袖以及經文事件的圖片代表視覺輔助教材，如果你們有的話，可以用來輔助教學。

精通經文

摩爾門經中的25條精通經文章節，在它們出現的那幾課會特別彰顯出來，這幾課也有每一章節的教學構想。為幫助你能持續教導精通經文，本書通篇都有精通經文複習活動。其他幫助教導精通經文的構想，參見本書結尾的附錄。

空白欄位

可用來作課程準備，在你感覺到聖靈提示時，寫下注記、原則、經驗、或其他構想。

注釋及背景資料

某些課程的結尾有額外的引言和解釋，可增加你對特定觀念或經文章節的了解。使用這一部分的資料，以準備在教課時回答問題或給予進一步的洞見。

補充教學建議

補充教學建議出現在某些課程的結尾，提供了教導教義和原則的建議，那是在課程本體可能沒指出或強調的。它們也可能提供建議採用視覺媒體，如放映光碟影片。

摩爾門書7～8：11

精通經文複習

將勸誡一詞寫在白板上。解釋勸誡意思是極力勸告他人以某種方式行動。解釋摩爾門在摩爾門書第7章最後的話語，就是勸誡的好例子。給學生紙張，說他們就要根據摩爾門書中他們最喜歡的精通經文章節之一，寫下給人們的勸誡。請學生在紙張頂端寫「我要向末世時代的青少年說一些話」。請每位學生選一則喜歡的精通經文章節，然後根據他們所選的章節，向末世時代的青年寫些勸誡的話。他們的勸誡可包括精通經文章節裡主要眞理的摘要、解釋爲何這些眞理對當今的青少年很重要、以及邀請他們依照這些眞理行動。在這些勸誡中可提到像摩爾門書7：7或摩爾門書7：10中的應許。你可以請幾位學生向全班分享他們所完成的勸誡。你也可以收集這些勸誡，做爲將來精通經文活動的線索，或者將它們展示在教室裡。

注意：你可以在課堂上任何時候採用這活動。例如，你可以在課程結束時、或在討論完摩爾門書第7章之後採用這活動。

注釋及背景資料

摩爾門書第7章。摩爾門最後懇求人們相信基督

十二使徒定額組的傑佛瑞．賀倫長老解釋，摩爾門最後懇求人們要相信基督，是他在看到自己的整個民族毀滅後，寫給我們這時代的人的。他說：

「摩爾門臨死前的獨白跨越了時空，遍及所有的人，尤其是『以色列家族的遺裔』當中將會讀到他偉大紀錄的人。那些生在不同時代和不同地方的人，都必須學習先人所忘記的這件事——就是所有的人都必須『相信耶穌基督，相信祂是神的兒子』，並且祂在耶路撒冷被釘死在十字架上後，就已『藉著父的大能復活了，因此祂已勝過了墳墓；死亡的毒鉤也因祂而被吞沒。

「『祂促成死人的復活，……〔以及〕世界的救贖。』那些被救贖的人也就能因為基督的緣故，享有『幸福無疆』的情境。〔摩爾門書7：2，5-7〕……

「要『相信基督』，尤其是在衡量過這原可避免的慘痛後果之後，更要相信基督；這就是摩爾門最後的懇求和他唯一希望的事。這正是這整部書之所以會在後期時代問世，且冠上他的名字的最終目的。」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 321-322）。

補充教學建議

摩爾門書7：8-9。聖經與摩爾門經

展示一本摩爾門經，並標明為「這部」。然後展示一本聖經，並標明為「那部」。請學生默讀摩爾門書7：8-9，找出摩爾門所說的「這部」（摩爾門經）和「那部」（聖經）之間的關係。

- 你研讀摩爾門經，怎樣使你加強了對聖經中真理的見證？你研讀聖經，怎樣使你加強了對摩爾門經的見證？

487

平日福音進修班計畫（自修時間及早晨班）

本書包含下列項目供平日的福音進修班教師備課：160個平日教師課程、教學輔助、以及供教導精通經文和基礎教義的資源。

平日教師課程

課程格式

本書每一課的焦點集中在某一個經文段落，而不是在某一個特別的觀念、教義、或原則。這種模式可幫助你和學生循序研讀經文，順著經文本文自然出現的教義和原則加以討論。學生從上下文中學習他們所找到的教義或原則，對於該真理的了解就能加深。此外，學生也比較能夠看出和了解那些受啓發而寫經文的作者，意圖傳達的整個信息。以此方式教導經文，也能幫助學生學習如何在他們個人的經文研讀中，發現永恆的真理，且加以運用。

在每一課中並不會強調經文段落裡所有的部分，有些部分得到較少的注意，因為它們不是受啓發的作者整個信息的核心，或因為較不適用於青年。你有責任依照學生的需要和興趣，調整這些教材。你可以調整本書的教學構想，例如，你可以選擇比課程教材所提供的，更加強調某項教義或原則；或選擇對某部分經文段落，不像本書所深入闡釋的那樣去強調。在你準備和教導時，尋求聖靈的指引，以幫助你做這些調整。

教義和原則

從每一課的本體，你會發現幾個關鍵教義和原則以粗體字彰顯。這些教義和原則在課程中彰顯是因為（1）它們反映出該經文段落的中心信息，（2）它們特別適合於學生的需要和環境，或者（3）它們是關鍵真理，能幫助學生加深他們與主的關係。要知道摩爾門經教導無數的真理，遠超過那些在課程裡所指出的。培道．潘會長教導：經文包含了「真理無止境的組合，可適用於每一個人在每一種情況下的需要」。（「The Great Plan of Happiness」[CES Symposium on the Doctrine and Covenants/Church History, Aug. 10, 1993], 2, si.lds.org）

在你教導時，要持續地給學生機會去找出經文裡的教義和原則。學生表達他們所找到的真理時，可能常會使用與本書敘述某項教義或原則不同的詞語；他們也可能發現課程概要裡所沒有指出的真理。小心不要暗示學生的回答是錯的，只因他們用來表達的詞語不同於本書所用的，或因為他們指出課程裡所沒有提到的一項真理。不過，如果一位學生的陳述在教義上是錯的，你有責任和藹地幫助這學生糾正他或她的陳述，同時保持仁愛和信賴的氣氛。這樣做可以給你班上的學生一個重要的學習經驗。

教學進度

本書包含160課平日福音進修班課程，這樣可配合學校和社區的行事曆的放假日，同時留下一些日子供複習經文內容或致力於精通經文。你可以按需要而調整課程和教學進度，以切合教導此福音班所需的時間長度。（見本書結尾附錄裡的教學進度指南樣本。）

補課

*摩爾門經自修班學生研讀指南*可用在平日福音進修班計畫，供作學生補課的資源。自修班學生研讀指南的課程，與本書所呈現的課程同步。對於缺席太多的學生，可以按照他們所缺的課，指派他們完成研讀指南中相關課程的作業。課程作業可以從福音進修班及研究所的網站印出，這樣你就不需要把整本書給那些需要補課的學生。關於*摩爾門經自修班學生研讀指南*，在「福音進修班自修計畫」一節裡有更多的資料。

教學輔助

教學輔助出現在本書的頁邊空白處，這些教學輔助向你解釋且給予例示，讓你和你所教導的學生，知道如何在你們研讀摩爾門經時，運用「教導與學習福音的基本」，同時也建議你，如何有效地運用各種教學方法、技術、和進行方式。當你了解教學輔助裡所包含的原則後，持續尋找方法來練習和運用在你的教學上。

精通經文與基礎教義

為幫助學生珍藏永恆真理、增加他們在經文學習和教導上的自信心，福音進修班及研究所挑選了一些經文，供學生每一年研讀時得以精通。此外，本書也列出了基礎教義，以強調關鍵教義，使學生能了解、相信，並在上福音進修班的這四年以及他們未來的一生，都能實行在生活中。每年的課本編寫，都在強調基礎教義，這些教義會在學生循序研讀經文時出現。許多精通經文章節在挑選時，也都會考慮基礎教義，因此你在教導精通經文章節時，也就是在教導基礎教義。

一個人如果將永恆真理珍藏在心思意念中，聖靈就會在他們有需要的時候讓他們記起這些真理，讓他們有勇氣憑信心行動。（見約翰福音14：26）豪惠．洪德會長教導：

「我要積極鼓勵各位在教導時使用經文，並盡全力幫助學生使用經文，熟悉經文。我希望我們的年輕人能信賴經文。……

「……首先，我們希望學生能信賴經文的力量和真理，相信他們的天父真的會透過經文對他們說話，並且相信他們可以轉向經文找到個人問題和祈禱的答案。……

「……我們希望沒有一個學生在離開教室時，會因為自己不熟悉經文、找不到正確的經文章節，又得不到需要的幫助，而感到畏懼、尷尬或羞愧」（「Eternal Investments」[address to CES religious educators, Feb. 10, 1989], 2, si.lds.org）。

見本書結尾的附錄，有更多關於精通經文與基礎教義的資料。

自修班課程

摩爾門語～摩賽亞書第6章（第11單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩爾門語～摩賽亞書第6章（第11單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩爾門語～摩賽亞書第2章）

學生從研讀摩爾門跟隨聖靈，將尼腓小片納入其紀錄中的這個經驗，學習到主通曉萬事。便雅憫王教導說，要不是尼腓人擁有經文，他們早就會在不信中衰落了，而查考經文則會幫助我們認識誡命、遵守誡命。他教導他的人民一些重要的原則，如：我們為人服務時，就是在為神服務。我們感覺虧欠神時，就會想要為人服務，我們的感激之心也會增加。我們若遵守誡命，就會在屬世和屬靈上蒙得祝福。

第2天（摩賽亞書第3章）

便雅憫王重述一位天使的話；這天使帶來了「大喜的好信息」，說主將來到塵世。學生學習到，在主來臨前的100多年前，就有預言提到耶穌基督將會受苦，好讓我們從自己的罪惡中得救。我們可以藉由運用對耶穌基督的信心[illegible]從自己的罪惡中得[illegible]

導言

本課在幫助學生了解便雅憫王在過世前三年，給他幾個兒子和他人民的教導。便雅憫王教導人民，要如何藉著運用對耶穌基督的信心來獲得並保有罪的赦免。

教學建議

摩爾門語

尼腓和摩爾門表達對神的信賴

請一位學生讀出尼腓一書9：2-3，藉此提醒學生：尼腓受命製作了兩套頁片。幫助學生了解：在這段經文中，「這些頁片」一詞指的是尼腓小片，其中記載的主要是神聖的事物。請一位學生讀出尼腓一書9：4。請全班找出大片的目的（記載的是列王的統治和人民間的戰事）。

提醒學生，摩爾門在節錄尼腓大片時，在其他紀錄中發現到小片。他受到聖靈啓發，要將他在小片上找到的內容放在他所作的節錄中，儘管當時他並不明白為什麼要這樣做（見摩爾門語1：7）。

請班上一半學生查考尼腓一書9：5-6，找出為什麼尼腓會受命製作小片。請班上另一半學生查考摩爾門語1：6-7，找出為什麼摩爾門決定要將小片的內容收在他的節錄中。班員報告過後，問他們，尼腓和摩爾門所寫的這幾節經文教導[illegible]的什麼事。（學生可能使用不[illegible]

便雅憫王[illegible]了摩賽亞將人民聚集在一起　請學生閱讀摩賽亞書1：10　　找出便雅憫王要對人民講話的原因　（他要宣布摩賽亞將繼任為王　並且要給人民一個名稱）

摩賽亞書第2～6章

便雅憫王教導人民有關救主的贖罪

向學生展示圖片　便雅憫王向人民演說（62298；福音畫冊〔2009〕，編號74）　向全班讀出摩賽亞書2：12-19。請學生在聽到能顯示出便雅憫王品格的詞句時，就舉手表示。當有學生舉手時，就停下來，請他們說明所聽到的詞句為何，以及這詞句如何顯露出便雅憫王的品格。

你可以問學生，他們從摩賽亞書2：17學到什麼有關服務的事。（學生的回答應能反映出他們都了解：**我們在為人服務時，就是在為神服務**。）你也可以請學生背誦出摩賽亞書2：17這節精通經文。考慮請學生分享他們最近如何藉著為人服務來為神服務。

將以下經文章節寫在白板，或寫在一張紙上，但不要寫出括弧內的答案。指派每個學生複習其中一段經文。提醒他們：便雅憫王的講道著重的主題是：唯有「奉靠和經由基督、全能之主的名」，「人類兒女」才能「得到救恩」（摩賽亞書3：17）。以下每一段經文都教導了有關這個主題的一些事。

1. 摩賽亞書2：20-25，34（當我們知道自己虧欠神時，感激之心就會增加。）
2. 摩賽亞書3：7-11，17-18（耶穌基督受苦，好使我們能從自己的罪中獲得拯救。我們若經由悔改[illegible]

[illegible]的時間後，讓他們向全班，或在小組[illegible]報告所學到的事。然後請幾位學生分別選出其中一項原則，說明他們會怎樣把它應用在自己的生活中。

請一位學生讀出摩賽亞書4：1-3。請全班跟著看經文，找出人民如何回應便雅憫王的話。然後請另一位學生讀出摩賽亞書5：1-2，5-8。請全班找出我們如何承受主的名。要確定學生都了解這項原則：**我們訂立聖約、遵守聖約時，就是在承受耶穌基督的名**。你可以提醒學生：便雅憫王將人民聚在一起的原因之一，是要教導他們有關訂立聖約的事。他也按立了他的兒子摩賽亞為人民的國王（見摩賽亞書6：3）。

結束時，問學生有沒有人願意分享，他們對在受洗、承受耶穌基督的名時，有何感受。請他們想想以下的問題：

- 你個人可以如何運用便雅憫王演說中所提到的那些原則？
- 對你而言，承受耶穌基督的名是什麼意思？

你也可以為相信耶穌基督、倚靠祂的贖罪所得到的喜悅作見證。

下一單元（摩賽亞書第7～17章）

問學生：你是否願意捍衛耶穌基督，即使這樣做意謂著要被處死，也在所不惜？告訴學生，下週他們會讀到先知阿賓納代的教訓。鼓勵他們找出阿賓納代在知道自己會被處死的情況下，仍然願意告訴尼腓人哪些信息。

使用自修班課程

學生課程概要

這概要可幫助你熟悉學生在一週當中，按照學生研讀指南所研讀的上下文，以及教義和原則。

課程導言

課程導言可幫助你知道課程中會強調經文段落裡的哪些部分。

課程本體

課程本體給予你研讀和教學上的指引，它建議教學構想，包括問題、活動、引言、和圖表。

章節組群和上下文概要

章節組群是依照經文段落中，上下文或內容有改變時分組群的。註明每一章節組群的出處之後，接著有簡短的概要，敘述那一組群裡各章節的事件或教導。

教義和原則

研讀經文本身自然會浮現教義和原則，因此以粗體字彰顯，好幫助你在和學生討論時指明並強調它們。

介紹下一單元

每課的最後一段文字，提供對下一單元的一瞥。每一課結束時，與學生分享這一段，以幫助他們期待下星期要研讀的經文。

福音進修班自修計畫

自修計畫讓學生能在家裡完成個別課程，不必參加週一到週五的班級，也能得到福音進修班的學分。這些課程可在另一本書，即*摩爾門經自修班學生研讀指南*找到。每週一次，學生與一位福音進修班的講師見面、遞交作業、並參與教室裡的課程。學生研讀指南和每週一次的教室課程，在下面進一步解釋。

自修學生的研讀指南

*摩爾門經自修班學生研讀指南*是設計來幫助自修班學生得到研讀摩爾門經的經驗，類似於那些參加週一至週五課堂的福音進修班學生。因此，學生研讀指南的進度，以及它所強調的教義和原則，與本書同步。學生研讀指南也包括精通經文的介紹。精通經文章節在經文本身的上下文出現時，會特別提到。在課程結尾所提供的額外活動，也涵蓋這些章節。

每星期，自修班學生要完成學生研讀指南裡的四個課程，參加每週一次由福音進修班教師給的課程。學生也要在經文研讀日記裡，完成研讀指南的指定作業。學生應有兩本經文研讀日記，這樣才可以把一本留給教師，用另一本繼續做作業。每星期學生與教師見面時，把一本日記交給自修班教師，另一本還給學生供下星期的課程使用。（例如，在某一個星期，學生把作業寫在日記本1號，然後把這本日記帶到班上交給教師。下一星期，學生把作業寫在日記本2號。學生交出日記本2號時，教師交還日記本1號。然後，學生用日記本1號寫下星期的作業。）

所有的福音進修班學生都受鼓勵每天研讀經文、也讀課程內容；但是自修班學生應了解他們得花額外的30至40分鐘，研讀每一單元裡四個自修課程的每一課，並參加每週一次的自修班上課。

自修班教師每週課程

*摩爾門經自修班學生研讀指南*的每一單元，與平日教師用本裡的五課相對應。在本書每五課的結尾，你會發現有一課自修班教師課程。自修班課程可幫助學生，在一星期中完成學生研讀指南裡的課程時，得以複習、加深了解、並運用他們所學到的教義和原則。這些課程也可能探討額外的真理，那是在學生研讀指南裡沒有涵蓋的。（你計畫課程表若需幫助，請見此用本結尾附錄中的自修班教師進度指南。）

身為自修班教師，你應對學生每星期在家研讀的資料有透徹的了解，這樣當你與他們見面時，才能回答問題、提出有意義的討論。請學生把他們的經文、經文研讀日記、學生研讀指南都帶到每星期一次的課堂來，這樣他們才能在上課時翻閱參考。依照你所教導的學生的需要，以及聖靈的指引調整課程。在你準備和教導時，也可參考本書中的平日教師課程。研讀平日課程裡所使用的教學輔助和方式，可以幫助充實你每週一次的教學。你所教導的學生有任何特別需要，應給予他們方便。例如，如果一位學生有困難書寫，准許他或她用錄音機錄下，或把他們的想法敘述給一個家人或朋友，幫他們寫下答案。

每週一次的課程上完時，收集學生的經文研讀日記，鼓勵他們繼續研讀。發給他們另一本經文研讀日記，供下星期的作業用。由於時間限制，你不需要在每週一次的課堂裡，加上強調精通經文。你閱讀學生在經文研讀日記所寫的作業時，可不時地寫個小註解，或下次你見到他們時談論他們的作業。你也可以找其他方式，提供支持及有意義的回饋。這樣可以幫助學生知道你關心他們的功課，也因此能幫助激發他們在回答問題時更加徹底。

其他資源

教師們可以造訪si.lds.org福音進修班及研究所的網站（Seminaries and Institutes of Religion web site），以得到準備課程所需的協助，並獲得更多的教學構想。以下的資源可以從網路、從你的主管、從當地的教會發行中心、和從教會的線上書店（store.lds.org）獲得。

福音進修班視覺資料光碟

福音畫冊

經文研讀日記

福音進修班書籤（上面有時程、精通經文參考、和關鍵字）

精通經文卡

忠於信仰：福音參考資料

鞏固青年

年代海報

第1課

學習者的責任

導言

本課的目的在協助學生履行自己在學習福音上的責任。有時學生會認為他們學習的責任全落在教師身上。總會會長團的亨利·艾寧會長談到，學習者和教師都需要尋求聖靈的指引。他說：

「我們的學生在五年前面對的困擾和誘惑，和我們今天所見到的相比，可說是小巫見大巫。未來的情況甚至會更困難。我覺得，……我們過去所做的和目前正在做的，將不足以應付。我們需要發揮更大的力量，將福音帶到學生的心裡和生活中。……

「你們必須經常有聖靈為伴，才能藉著聖靈的能力教導，而你們的學生要是沒有聖靈為伴，就無法保持靈性。」（"The Spirit Must Be Our Constant Companion" [address to CES religious educators, Feb. 7, 2003], 1, si.lds.org）

教師藉著聖靈的力量教導，並幫助學生也藉著這同樣的力量學習時，就能幫助學生真正歸信耶穌基督的復興福音。教師可能需要定期複習本課所教導的各項原則，來提醒學生他們在課堂上的責任。

教學建議

藉著研讀並藉著信心學習的個人責任

邀請一位學生到教室前面來。說明你要幫助這位學生有更健壯的體格。然後請第二位學生上來，做五下伏地挺身。

等第二位學生做完伏地挺身後，問第一位學生：

- 那些伏地挺身讓你變得更健壯了嗎？

問全班：

- 這個健身運動的例子和你們學習福音的責任有什麼關聯？誰應該為你們的福音學習負責？

請一位學生讀出教義和聖約88：118。

- 在你看來，「藉著研讀也藉著信心尋求學識」是什麼意思？（你可能需要指出，**要藉著研讀和信心學習，個人必須付出努力**。）

十二使徒定額組的大衛·貝納長老曾談到何謂藉著信心學習。鼓勵學生將以下這段話寫在某個地方（或許就是在他們的經文研讀日記或隨堂筆記中），以便在福音進修班的整個學年中可以常常查閱。

「藉著信心學習需要在靈性、智力及體力上付出努力，而不是僅僅被動地接受。……學生必須運用信心，採取行動，才能自己獲得知識」（「藉著信心尋求學識」〔對CES宗教教育者的演講，2006年2月3日〕，第3頁，si.lds.org）。

每天的個人經文研讀

向學生說明，每天的個人經文研讀是藉著研讀和信心尋求學識的一個重要部分。

請一位學生讀出希拉曼書3：29-30。

- 在你看來，偶爾讀讀經文和「接受神的話」，兩者之間有何不同？
- 根據剛才讀的經文，接受神的話會帶來什麼祝福？
- 還有哪些祝福會隨著每天研讀經文而來？

經文研讀日記或隨堂筆記

經文研讀日記或隨堂筆記可以是一本日記本、筆記本，或活頁簿。學生可以在經文研讀日記中記寫上課時、個人研讀中，或參加教會其他聚會時的筆記和心得感想。他們記錄及整理自己的看法和感受，藉此能準備好參與課程、增進對福音的理解，並得到個人啓示。

• 你曾在什麼時候因爲每天的個人經文研讀而得到祝福?

學生回答這些問題時，要確使他們了解，**每天研讀經文會增強我們的見證、邀請聖靈進入我們的生活，並幫助我們學習福音。**

請學生在自己的經文研讀日記中，回答下列其中一個問題：

• 你今年在研讀摩爾門經方面可以做哪些改進?

• 閱讀摩爾門經如何影響了你對耶穌基督的感覺?

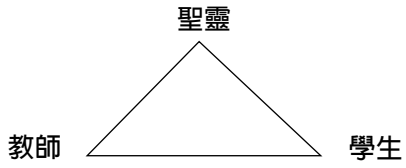
請學生立下目標，要在今年每天研讀摩爾門經。也請他們立下目標，在福音進修班的這一學年中讀完整本摩爾門經。你可以建議他們將這些目標寫在自己的經文研讀日記上。提醒他們，這些目標可以協助他們完成對神盡職及個人進步計畫的要求。

每天的經文研讀

十二使徒定額組的達林·鄔克司長老教導：「閱讀經文會讓我們與主的靈和諧一致。……由於我們相信，閱讀經文能幫助我們接受啓示，所以我們受到鼓勵要一再地閱讀經文。這樣一來，我們就能知道天父要我們在今天的個人生活中知道些什麼、做些什麼。這就是後期聖徒相信要每天研讀經文的原因之一。」（"Scripture Reading and Revelation," *Ensign*, Jan. 1995, 8）

藉著靈學習

在白板上畫出下圖，但先不要寫出上面的字。等教到這部分再寫。



請學生讀出教義和聖約50：17-18。

• 根據這幾節經文，主對於福音教師有何要求?（要藉著靈的力量教導眞理。）

如上所示，在圖上寫出聖靈及教師。談談你在教導時尋求聖靈引導的感想。讓學生知道，你在備課和教導時，都眞心尋求聖靈的指引。

請學生將一張書籤放在教義和聖約第50篇這裡（因爲等一下還會回來看這段經文）。請一位學生讀出尼腓二書33：1。

• 有人在教導福音時，聖靈會怎樣幫助學習者?

向學生說明，要用主的方式學習福音，就必須負起責任藉著聖靈的力量學習。請學生默讀教義和聖約50：19-21。

• 我們應該在這三角形的右下角寫什麼?（寫學生。）

• 在你看來，藉著聖靈接受眞理是什麼意思?

你不妨教導一些可以用來辨認聖靈影響力的原則。幫助學生了解，聖靈通常是透過我們的感覺，在我們的意念中默默地與我們溝通（見尼腓一書17：45；教約8：2-3）。聖靈也會帶來愛、喜悅、平安、耐心、溫順、溫和、信心和希望等的感覺（見加拉太書5：22-23；教約11：12）。

• 你在福音進修班中可以做哪些事來準備好藉著靈學習?

在討論這個部分時，幫助學生了解，藉著靈學習的一個重要方法，就是樂於彼此分享見證。讀出以下十二使徒定額組李察·司考德長老的話：

「學生說出眞理，〔這些眞理〕就會在他們的心靈深處得到證實，進而增強他們個人的見證。」（參閱「了解並奉行眞理」〔對CES宗教教育者的演講，2005年2月4日〕，第3頁，si.lds.org）。

提醒學生，對神盡職和個人進步計畫裡都建議要與人分享福音眞理。鼓勵他們在福音進修班課堂上、在定額組或班級聚會中，和在與家人朋友談話時，分享他們的經驗。強調在他們努力說明、分享及見證福音眞理時，神會增強他們與人討論福音的能力。

再回到白板上的圖。請一位學生讀出教義和聖約50：14，22。

- 這兩節經文怎樣概要說明了聖靈、教師及學生在福音學習上的責任?（你可能需要說明，聖靈，也就是這處經文裡所稱的靈及保惠師，會教導眞理。教師要藉著靈的力量教導，而學生也要藉著這同樣的力量學習。）
- 當學生藉著靈學習，而教師也藉著靈教導時，會有什麼結果?（你可能需要說明，啓發的意思是建立、鞏固、啓蒙或增進。）

在摩爾門經中，以挪士和阿爾瑪都是藉著靈學習的榜樣。請學生默讀以挪士書1：4-10及阿爾瑪書5：45-47。（你可以將這兩則經文章節寫在白板上。）然後問：

- 以挪士（或阿爾瑪）怎樣藉著靈學習?
- 靈爲以挪士（或阿爾瑪）做了什麼?

請一位學生讀出以下貝納長老的話：

「我們應該時時謹記，聖靈才是教師，只要透過適當的邀請，祂就能進入學習者的內心。」（「藉著信心尋求學識」，第4頁）

- 你要如何應用我們截至目前所研讀的內容，來善盡身爲本班學員的責任?（學生回答時，要確定他們了解，**當我們敞開心懷、運用信心求問神，聖靈就會幫助我們了解福音眞理**。）

爲了幫助學生思考有哪些方式可以幫助彼此藉著靈學習，問：

- 我們採取的哪些行動，有助於邀請聖靈來到課堂上?（答案可能包括唱開會聖詩、每天帶經文來上課並使用經文、樂意回答問題和分享經驗、爲彼此祈禱、請求聖靈帶領等。）

爲了幫助學生了解負面的行爲也會影響到其他的班員，問：

- 在福音進修班上課時，哪些態度或行爲會冒犯聖靈?

請學生想想，擁有聖靈擔任他們的教師是多麼可貴。

- 你曾經在什麼時候體驗過聖靈扮演教師的角色?

結束課程時，邀請學生今年在福音進修班研讀摩爾門經時要藉著研讀和信心學習。你可以在整個學年中，針對此事對學生進行後續追蹤，鼓勵他們繼續努力。

注釋及背景資料

尼腓二書33：1。敞開我們的心懷去接受聖靈

在討論尼腓二書33：1時，考慮讀出以下十二使徒定額組大衛．貝納長老的話：

「尼腓教導我們，『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』（尼腓二書33：1）。請注意，聖靈的力量可將信息帶到心上，但未必就會進入心裡。教師能用極大的靈性力量有效地講解、示範、說明並見證，然而，信息的內容及聖靈的見證最終只有在聽講者的允許下才會眞的穿透進心裡。……

「學習者若運用選擇權去按照正確的原則行事，就是在打開心靈邀請聖靈前來——邀請祂的力量來教導、作見證，邀請祂的見證來證實」（「藉著信心尋求學識」，〔對CES宗教教育者的演講，2006年2月3日〕，第1，3頁，si.lds.org）

第2課

研讀經文

導言

本課旨在協助學生更加了解經文的目的，並協助他們用更有意義的方式研讀經文。課程內容包括許多學習活動，這些活動能幫助學生了解經文的背景及來龍去脈、找出並了解教義和原則，以及將教義和原則應用在我們生活中。學生越知道怎麼研讀經文，就會越喜愛經文，也會越了解福音。在整個年度中都要想些方法來複習本課的這些資料。

教學建議

我們在福音進修班中應該怎樣進行經文研讀？

上課前，在白板上寫出多馬・孟蓀會長以下這段話。（這段話載於1970年10月大會報告的第107頁。）

「教導福音的目的……不在於『灌輸資訊』到〔學習者〕的腦海裡。……其用意在於啓發個人去思考、去感受，然後採取行動來遵行福音原則」（多馬・孟蓀會長）。

請一位學生讀出這段話。

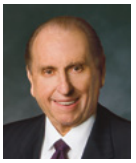
- 根據這段話所說的，我身爲你們的福音進修班教師，我的目標應該是什麼？你們是福音進修班的學生，你們的目標又應該是什麼？

告訴學生，在這堂課裡，他們會探討一些方法，「去思考、去感受，然後採取行動來遵行」經文裡教導的福音原則。

了解經文的背景和來龍去脈

向學生說明，在改進經文研讀方面，學生可以做的一件事，就是認識經文中各項記事及啓示的背景及來龍去脈。背景及來龍去脈通常稱爲上下文。

請一位學生讀出以下多馬・孟蓀會長的忠告：



「要熟悉經文教導的教訓，學習了解夫子講的比喻和眾先知的教誨的背景和來龍去脈。要加以研讀，就像是夫子和先知在對你說話一樣，因爲確是如此。」（「全力以赴、盡其在我」，2009年5月，利阿賀拿，第68頁）

指出，認識背景和來龍去脈可以幫助我們了解經文中的教訓，也能提供資料來釐清事實，使我們對經文中的記事、教義及原則的了解更透徹。

將以下的問題寫在白板上：

在這幾節經文中，是誰在說話？

他在對誰說話？

在這段記事中發生了什麼事？

向學生說明，這些問題可以幫助我們了解經文中某個教訓或記事的上下文。

請學生談談，他們曾做些什麼來更加了解經文內容的背景及來龍去脈。你可以將其中一些列在白板上。

學生可能會提到的作法有：查出生難字詞的意思、仔細查看前後的經文、閱讀每章開始處的章前綱要、查考註腳中的說明及交互參照的經文等。如果學生沒有提到這些技巧，務必加以補充。

爲了示範如何了解經文上下文的一個方法，請一位學生讀出尼腓三書17：1-10。請全班一起跟著看，找出你寫在白板上那些問題的解答。你也可以鼓勵他們從章前綱要中很快地看看該章經文的概要。

- 在第1，5-6，9-10節中，是誰在講述這個事件?（摩爾門）
- 在這個事件中，是誰在說話?接受信息的又是誰?
- 在這個事件之前，曾發生了什麼事?（見尼腓三書第8～16章的章前綱要。）知道這個背景如何會讓你更了解，人們爲什麼希望救主多逗留一會?（見尼腓三書17：5-6。）在祂說完會多留一會之後，發生了哪些奇蹟?（見尼腓三書17：7-10。）

找出並了解教義和原則

強調學生一旦了解了經文記事的背景及來龍去脈，就會更準備好去找出並了解其中的教義和原則。請一位學生讀出以下十二使徒定額組李察·司考德長老對福音原則所作的描述：

「原則就是濃縮的眞理，可以適用於各種不同的狀況」（「獲得屬靈的知識」，1994年1月，利阿賀拿，第97頁）。

向學生說明，教義和原則是耶穌基督福音中永恆不變的眞理，能爲我們的生活提供指引。也正是古代先知希望我們從他們所記的經文事件、故事及講道中學到的教訓。指出有些經文作者會使用諸如「由此可知」（見希拉曼書3：27-29），或「因此」（見阿爾瑪書32：16）等詞句，來直接指出教義和原則。但經文裡還有許多教義和原則並不是這麼直接陳述出來，而是將這些眞理蘊藏在經文人物的生活中，透過其生活呈現出來。

爲了幫助學生學會找出那些沒有直接陳述的教義和原則，建議他們在閱讀的時候，問自己下列這些問題：這個故事的信息是什麼?作者希望我們從這則故事中學到什麼?這段經文教導了哪些眞理?你可以將這些問題列在白板上。

爲了幫助學生練習找出教義和原則，請他們回到尼腓三書17：1-10。問：

- 從救主在尼腓三書17：2-3的教導中，我們對於了解祂的話這一點可以學到什麼?
- 我們可以從尼腓三書17：5-7中學到有關救主的哪些眞理?
- 救主爲了回應那些人的極大信心，提議要醫治他們。在尼腓三書17：8-9中，你看到了哪些與尋求主的祝福有關的原則?（學生可能找出的一項原則是，主會回應我們想與祂更接近的眞心渴望。）

如果有時間讓學生多練習如何找出教義和原則，就請他們翻到自己最喜歡的經文故事。請他們從那些經文故事中找出所學到的原則，然後請他們分享那些故事和他們所學到的原則。

應用教義和原則

十二使徒定額組會長培道·潘會長說

「人一旦了解眞實的教義，就會改變態度與行爲。與研究行爲科學相比，研究福音教義更快改進人的行爲。……這是我們極力強調要研讀福音教義的原因。」（參閱「小孩子」，1987年1月，利阿賀拿，第13頁）

向學生說明，了解一項教義或原則，不僅是知道那些字詞的意思而已，還要知道那項教義或原則對於我們的生活有何意義。我們每找到一項教義或原則，並有所了解之後，就可以將之應用在自己的生活中。說明當我們針對所學到的原則採取行動時，就是在應用該原則。學生採取行動來遵行所學到的原則，會更

有機會感受聖靈證實那項原則是眞實的（見尼腓二書32：5；摩羅乃書10：5）。這就是因經文研讀而來的知識的眞正價值。幫助學生了解，每當他們研讀經文——無論是在家中、在教會、在福音進修班、在進行個人進步或對神盡職計畫，或在其他任何場合中，他們的主要目標之一，應是更加努力遵行福音，並且與神更接近。

爲了幫助學生了解並應用他們在經文中所發現的原則，要鼓勵他們在個人研讀中祈求聖靈的協助；也要鼓勵他們在研讀時提出以下這些問題：主希望我運用這項知識來做些什麼？它會在我的生活中造成怎樣的差別？我現在可以開始或停止做哪些事，來改進我的生活？如果我這樣做，我的生活會怎樣好轉？（你可以把所有的或其中一些問題寫在白板上，也可以建議學生把這些問題寫在他們自己的經文研讀日記裡，以便常常回顧。）

結束時，把學生分成兩人一組。請他們彼此分享今天從尼腓三書17：1-10中學到的原則。鼓勵他們談談他們曾做哪些事來了解這些原則，未來又會如何應用他們所學習和感受到的事。請他們談談，應用這些原則對他們的生活會有什麼影響。

補充教學建議

研讀經文的技巧和方法

以下技巧對學生的經文研讀會有幫助。這些技巧分佈在整個課本中，作為提醒。

字詞定義：先知所用的某些字詞是我們不熟悉的。經文指南、經文註腳，以及一般的字典，都能幫助我們了解這些字詞的定義，並知道其同義詞為何。例如：在尼腓一書10：4-17中的彌賽亞一詞。

名字替換：為了幫助你在生活中應用經文，可將經文中的名字替換成你自己的名字。例如：尼腓一書1：1。

交互參照：將經文章節互相連結，以澄清意義，促進理解。例如：你可以在尼腓三書12：28旁的空白處註明：見教義和聖約42：23。

因果關係：找出「如果……就……」的情況及「因為……所以……」的關係。例如：尼腓二書1：9。

關鍵字詞：每當出現看啊、因此、由於、不過、但、然而，或由此可知等這類字詞，就是在邀請我們停下來，找出特定的信息。例如：希拉曼書6：35-36。

經文列表：先知通常會列舉一些警告及挑戰。當你看到列舉的一些項目時，可以考慮將其編號。例如：阿爾瑪書26：22。

背景：在經文記事中，找出是誰在說話、在對誰說話、在說些什麼話，以及這件事發生在什麼時候和地點。例如：阿爾瑪書32：21-43的背景可在阿爾瑪書31：1，6-11及32：1-6找到。

對照：先知的寫作往往在理念、事件及人民等方面呈現出對照。這些對照能突顯福音原則。請在單節經文、單章經文、數章經文或各書之間找出對照。例如：尼腓二書2：27；阿爾瑪書48：1-17。

具體想像：閱讀經文時要找出描述細節的文字，幫助你在腦海中想像情境。想像自己就在某些事件的現場。例如：以挪士書1：1-8。

象徵：諸如像、如或比作等字詞都有助於找出象徵。要研究該象徵的本質、沉思其特性，來了解這些象徵所透露的意義。註腳及經文指南對於詮釋某些象徵也有幫助。例如：希拉曼書8：14-15及其註腳。

沉思：沉思包括思考、冥想、提問及評估你所知道及學習到的事。沉思經常能幫助我們了解該怎麼應用福音原則。

第3課

救恩計畫

導言

十二使徒定額組會長，培道·潘會長指示福音進修班教師要在每一學年開始的時候，概要說明救恩計畫。他說：

「若能在學期一開始即簡短介紹『幸福的計畫』……，然後偶而複習一下，這對你們的學生將有極大的價值。……

「年輕人都想知道『為什麼?』——為什麼我們被吩咐要做某些事，又為什麼被吩咐不可做其他事?認識救恩計畫，即便只是個大綱，也能讓年輕人知道『為什麼』。……

「……就整個計畫提供一些基本的感覺，即使只是些許細節也好。……要讓他們知道這就是最終的目的，這樣他們就會知道『為什麼』了。……

「……如果你想讓他們知道『為什麼』，就照〔這個〕模式去做：『神先讓他們知道救贖計畫後，〔才〕賜給他們誡命。』〔阿爾瑪書12：32；楷體外加。〕」（"The Great Plan of Happiness" [CES Symposium on the Doctrine and Covenants/Church History, Aug. 10, 1993], 2–3, si.lds.org）

為了回應潘會長的忠告，本課概要介紹了經文中所教導的救恩計畫。本課的重點在於耶穌基督的贖罪，因為「在這偉大而永恆的救恩計畫中，基督的贖罪被視為中心事實、重要基礎及主要教義」（傑佛瑞·賀倫，「傳道事工與贖罪」，2001年10月，利阿賀拿，第26頁）。學生一旦了解救恩計畫，就會對天父和耶穌基督更有信心。他們會更有決心遵守誡命、接受救恩的教儀，並忠於他們所立的聖約。

教學建議

摩爾門經裡的救恩計畫

向學生說明，在前生靈的世界，我們都學到天父為我們的救恩所制定的計畫（見摩西書4：1-2；亞伯拉罕書3：22-28）。透過這項計畫，我們能夠變得像祂一樣，並永遠與祂同住。

在白板上寫出*救恩計畫包括……*

請學生在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中完成這個句子。

給學生時間寫完這句話後，分享以下針對救恩計畫所下的定義。你可以在上課前將之寫在白板或海報上。

救恩計畫是「耶穌基督完整的福音，目的在促成人的不死和永生，它包括創造、墜落、贖罪，及一切神所賜的律法、教儀和教義。這計畫使全人類得以超升，永遠與神同住。」（經文指南，第155-156頁，「救贖計畫」，scriptures.lds.org）。

請學生看看自己寫的那個句子是否在某種程度上符合這項定義，有的話就請他們舉手表示。然後向舉手的一些學生提出下列問題：

- 你所寫的定義和這個定義有哪些相同之處?為什麼你會把這點納入你的定義中?

指派學生分成兩人一組。請各組中的一位學生讀阿爾瑪書22：12-14，另一位學生讀尼腓二書2：25-28。（你可以將這兩個經文章節寫在白板上。）請學生在指派閱讀的經文中找出提及救恩計畫的部分。給學生時間閱讀之後，請他們和各自的同伴輪流分享所找到的內容。

概覽

潘會長在忠告教師要分享一個有關救恩計畫的課程時，也指派一項個人作業給他們，要他們「為這幸福的計畫準備一份簡要的大綱或概述」，作為經文研讀的一部分。他忠告我們：「把這計畫設計出一個基本架構，好讓你們的學生能把你們將要分享的真理組織起來。」（"The Great Plan of Happiness" [CES Symposium on the Doctrine and Covenants/Church History, Aug. 10, 1993], 3, si.lds.org）你們為教導這個課程作準備時，請以這項忠告為指引。雖然這項計畫包含了所有的福音真理，但請不要試圖每一項都教導。

將以下經文出處寫在白板上：*尼腓二書9：6；尼腓二書11：5；阿爾瑪書12：25；阿爾瑪書24：14；阿爾瑪書42：8；阿爾瑪書42：15*。（你可以在上課前將這些章節寫在白板上。）

向學生說明，在摩爾門經中，眾先知會使用不同的名稱來稱呼天父的計畫。請學生翻到尼腓二書9：6，然後請一位學生讀出來。

- 在這節經文裡，哪個詞句指的是神的計畫?（「那偉大創造主的慈悲計畫。」將之寫在白板上尼腓二書9：6旁邊。）

請學生默讀白板上所列的其他經文，找出有哪些詞句指的是天父的計畫。每當有學生找到一個詞句指的是天父的計畫時，就請那位學生將它寫在白板上該節經文出處旁邊。白板上完成的列表看起來應該像這樣：

尼腓二書9：6——那偉大創造主的慈悲計畫

尼腓二書11：5——拯救人類脫離死亡的偉大永恆計畫

阿爾瑪書12：25——救贖計畫

阿爾瑪書24：14——救恩計畫

阿爾瑪書42：8——偉大的幸福計畫

阿爾瑪書42：15——慈悲的計畫

（爲了幫助學生更珍惜、感激摩爾門經中的教導，你可以指出，諸如「救恩計畫」、「幸福計畫」，及「救贖計畫」的詞句，在摩爾門經中提到好幾次，但聖經卻沒有提到。）

- 這些名稱強調了天父的計畫的哪些事情?（務必讓學生了解，**天父計畫的目的是促成祂兒女的永恆救恩和幸福**。）

見證：若沒有神的幫助，我們無法回到神的面前，獲得永恆的救恩。請學生各自閱讀摩賽亞書3：17，找出救恩計畫的核心人物是誰。等他們說出自己的發現後，請一位學生讀出尼腓二書2：8。強調：**耶穌基督是救恩計畫的核心人物，祂的贖罪使得這項計畫對神所有的子女發生效力**。請一位學生讀出先知約瑟·斯密所說的以下這段話：

「我們宗教的基本原則是使徒和先知對耶穌基督的見證，見證祂死亡、被埋葬，第三天復活，以及升天；有關我們宗教所有其他的事都只是這見證的附屬部分。」（總會會長的教訓：約瑟·斯密〔2007〕，第49頁）

你可以說明，附屬部分指的是一個依附在其他更重要事物上的物品或概念，例如樹木的分枝等。樹木沒有分枝還可以活，但分枝要是離開了樹根和樹幹就無法存活。十二使徒定額組會長，培道·潘會長教導我們，耶穌基督的贖罪這項教義正是「基督教義的重要根基。你們可以從它的分枝認識到許多與福音有關的事。但如果你們只認識那些分枝，而那些分枝又沒有觸及根部，這樣，一旦它們被割下、離開了那項眞理，就再沒有生命、沒有實質，也沒有救贖了。」（參閱「中保」，1977年10月，聖徒之聲，第51頁）

向學生說明，天父的計畫常被稱爲救恩計畫，因爲這計畫是用來拯救我們。由於我們要經由耶穌基督的贖罪才能獲得救恩，因此耶穌基督又稱爲救主。

在白板上寫下*我們需要被拯救，以脫離……*

請一位學生讀出尼腓二書9：6-10，再請另一位學生讀出尼腓三書9：21-22。請其他的學生跟著看，一邊找出一些答案來完成白板上那句話。你可以建議他們在自己的經文上將發現的答案標記出來。

請學生分享所發現的事，將他們的答案寫在白板上。要確定他們都了解，透過耶穌基督的贖罪，所有的人都會獲救、脫離肉體的死亡。也要清楚說明，透過贖罪，我們才可以獲救、脫離我們的罪，不然的話我們就無法住在神的面前了。

讀出摩爾門經先知雅各所說的以下這些話：「我們的神何其良善！」（尼腓二書9：10）。「我們神的計畫何其偉大！」（尼腓二書9：13）。

- 雅各在尼腓二書9：6-10說的話如何幫助你了解他爲什麼會說出那些感嘆的話?
- 根據尼腓二書9：7，9，要是沒有贖罪會怎麼樣?（我們的身體會死去，永遠不再復活，而我們的靈體則會受制於魔鬼。）

再說一次你稍早在本課中所分享，救恩計畫的定義的最後一句話：「這計畫使全人類得以超升，永遠與神同住。」

- 爲什麼我們要了解，這計畫能讓我們可以超升，而非一定會超升?（在學生回答這個問題的時候，確定他們了解我們都有選擇權，能夠爲自己作選擇和採取行動。我們的超升有一部分要看我們如何回應神賜給我們的祝福。）

將下列經文章節寫在白板上：*尼腓二書2：25-28；尼腓二書31：17-20；阿爾瑪書34：15-16*。請學生默讀這些經文，並在他們自己的經文研讀日記中列舉這些經文所提的，我們必須做什麼事才能得到神透過救恩計畫所提供給我們的一切。

給學生充分時間完成這項指派作業後，請他們彼此分享自己的答案。在他們分享時，你要就稍早分享的定義中所提到「神所賜的律法、教儀和教義」，舉出一些服從的例子。（這些經文中的例子包括運用信心悔改、受洗，以及接受聖靈。）學生報告完之後，考慮提出以下問題：

- 我們的行爲對於我們是否能得到贖罪的祝福有什麼影響?（在學生回答的時候，找機會見證：**我們若選擇奉行耶穌基督的福音，並跟從神的計畫，就能準備好透過救主的贖罪來接受永生**。）
- 了解救恩計畫如何幫助我們遵守誡命?

請一位學生讀出尼腓二書2：25。

- 跟從救恩計畫曾在哪些方面帶給你喜悅?

在結束本課時，向學生說明他們在研讀摩爾門經的時候，會學習到更多與救恩計畫有關的教義，本課只是一個概要的介紹而已。鼓勵學生在研讀的時候，多留意神在救恩計畫中，已經爲他們做了哪些事，並注意他們自己必須做些什麼，才能得到神計畫要給他們的全部祝福。爲本課所討論的眞理作你的見證。

第4課

標題頁、緒言及證人的證詞

導言

你教導摩爾門經，會幫助學生找到真理，進而更接近神。這本書一開頭就清楚談到，摩爾門經作者的用意是在見證耶穌是基督。這書也重申了神與以色列家族所立的聖約，並顯明神的所有子女都必須訂立並遵行神聖聖約。學生虔敬地研讀摩爾門經，就會對耶穌基督的福音、對祂的教會已在這後期時代復興一事，有更堅強的見證。他們也會學到如何對耶穌基督及祂的贖罪運用更大的信心。

教學建議

本課的教學建議所需的時間可能超過你上課能使用的時間。要透過祈禱，審慎考慮哪些部分是你的班級最需要的。

標題頁

請學生翻到摩爾門經的標題頁。這頁開頭的第一句是：「摩爾門經，摩爾門根據尼腓片親手寫在頁片上的記事。」先知約瑟·斯密這樣解釋標題頁的起源，他說：

「摩爾門經的標題頁是從那本包含被翻譯之紀錄的金屬片集（書）的左邊最後一頁直譯過來的。……該標題頁絕非現代作品，既不是我的，也不是任何其他曾生存於這世代，或仍活在這世代的人的作品」（in *History of the Church,* 1:71）。

名字替換

請學生將出現在某節經文中的名字替換為自己的名字，使經文中的教導變得更個人化。學生在經文中讀到自己的名字時，會比較容易想到要如何將該節經文中的教義或原則應用在自己的生活中。

請學生默讀摩爾門經的標題頁。請他們找出一些說明摩爾門經目的的詞句。（你可以給學生一些提示，指出這些目的就是摩爾門經將「昭示」給讀者知道的事情。）邀請幾位學生將他們的發現寫在白板上。寫完後，請學生自己再讀一次第二段，並將「以色列家族的遺裔」一詞替換爲自己的名字。

- 你已讀過摩爾門經，這本書的哪些目的已經在你的生活中實現?這些目的是如何實現的?
- 這本書如何幫助你知道，與主訂立聖約的人必不會「永遠被拋棄」?

告訴學生，也許他們有時會覺得孤單，或覺得已經被「拋棄」。

- 在這些時刻，知道自己不會「永遠被拋棄」，爲什麼很重要?
- 這項應許爲何是神愛你的一種表示?

爲了幫助學生了解、感激摩爾門經的主要目的，請一位學生讀出泰福·彭蓀會長以下這段話：

「摩爾門經的主要宗旨，誠如其標題頁上所記載的，是『要猶太人和外邦人確信耶穌是基督，是永恆之神，祂向萬國顯示祂自己。』

「凡誠心尋求眞理的人，在虔敬思考摩爾門經中那些靈感的話語時，都能獲得見證，知道耶穌是基督。

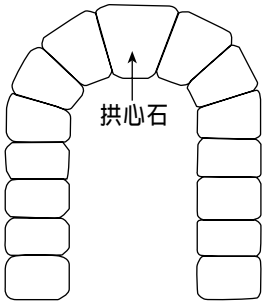
「摩爾門經中有一半以上的章節提到我們的主。基督的某些稱謂，在摩爾門經章節裡提到的次數，甚至比新約章節裡提到的還多。

「摩爾門經中對祂有一百種以上的稱呼。那些稱呼對於形容祂的神性，都具有特殊的意義。」（參閱「歸向基督」，1988年1月，聖徒之聲，第77頁）

分享你的這個見證：**摩爾門經是一部見證，見證耶穌是基督。**

摩爾門經緒言

在白板上畫一個拱門（見附圖），或用木頭或其他材料製作一個拱門模型。



請一位學生讀出摩爾門經緒言裡約瑟．斯密的話（見第六段）。你可以建議學生在自己的經文上劃記出這段話。

- 拱心石的作用是什麼?

說明拱心石是拱門頂端最中央的那塊石頭。建造拱門時，兩邊要有支柱支撐著才能往上蓋；拱門頂端的空間經過仔細測量後，才切割拱心石，以期拱心石能與空間密合。將拱心石安放定位後，拱門不需任何支撐物就能豎立。

- 如果將拱門的拱心石移開，會發生什麼情況?（如果你用模型教學，可移走拱心石來示範。）
- 就復興的福音而言，摩爾門經的作用如何就像一塊拱心石?

請一位學生讀出以下泰福．彭蓀會長所說的話。（你可以將這段話作成講義，讓學生夾在他們的經文裡。或者，也可以請學生將彭蓀會長的話寫在他們經文緒言第一頁的上方或下方。）

「摩爾門經之所以是我們宗教拱心石的理由有三：它是我們對基督見證的拱心石。它是我們教義的拱心石。它是見證的拱心石。」（參閱「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，1987年1月，聖徒之聲，第3頁）

爲了幫助學生了解，摩爾門經爲何是見證的拱心石，請一位學生讀出以下彭蓀會長的這段話：

「摩爾門經是見證的拱心石。就像拱心石若被移走，拱門就會垮掉一樣，這整個教會是否站立得住，還是會瓦解，都有賴於摩爾門經是否眞實。……如果摩爾門經是眞實的，……那麼人們就必須接受福音復興這項聲明以及隨之而來的一切。」（參閱「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，第4頁）

- 你對摩爾門經的見證如何影響你對福音教義和原則的見證?
- 摩爾門經如何引領你更接近神?

你可以談談研讀摩爾門經如何鞏固了你的見證，並使你更接近神。

邀請學生參與角色扮演。請他們想像自己正要將一本摩爾門經送給一個不是本教會成員的人。在幫助他們準備角色扮演時，將他們分爲兩組。請第一組閱讀摩爾門經緒言的第2-4段，第二組閱讀第5-8段。請這兩組的人找出他們想在教導摩爾門經時分享的重要資料。

角色扮演

角色扮演能幫助學生練習用福音解決現實生活的問題。如果參與的人有足夠的資訊和時間準備，角色扮演會更有成效。學生在進行角色扮演時，很可能會犯錯。要敏於體察他們的感覺和態度，小心不要批評他們的錯誤。角色扮演結束後，問觀衆，如果是他們參與演出，會不會提出其他想法，這樣的作法可能會有幫助。

給學生一些時間研讀和準備後，請一位學生到教室前面，扮演一個不是本教會成員的人。從那兩組中再各請一位學生到教室前面。說明這兩位學生要扮演傳教士同伴團。他們要用自己那一組在緒言中找到的資料，教導第一位學生有關摩爾門經的事。

學生完成角色扮演後，你可以問問其他的學生，要是他們被選派去教導，他們還能從緒言中找出哪些資料去分享。

你可以指出，摩爾門經並不是西半球所有古代居民的歷史紀錄，僅是李海後裔（尼腓人和拉曼人）及雅列人的紀錄。在摩爾門經記錄的事件之前、當時或之後，都可能還有其他人民住在西半球的那片大陸上。

請學生默讀摩羅乃書10：3-5。

- 根據摩羅乃的話，我們要怎麼做來知道摩爾門經是眞實的?

請學生閱讀摩爾門經緒言的第8-9段。要是學生接受摩羅乃的挑戰，請他們找出他們還要對哪三項眞理獲得見證。

向學生見證，**在我們閱讀、沉思摩爾門經並爲之祈禱時，聖靈會見證這本書是眞實的，也會見證耶穌是基督，約瑟・斯密是神的先知，耶穌基督後期聖徒教會是主在這地上的國度。**

三位證人及八位證人的證詞

請學生想像自己親眼見到有人從他們鄰居家裡拿走了一樣寶貴的東西。

- 在辦理犯罪案件時，證人爲什麼很重要?
- 爲什麼有一個以上的證人會有幫助?

請學生默讀「三位證人的證詞」，然後請他們找出對自己特別有意義的詞句，你可以建議他們將這些詞句劃記下來。

- 你劃記了哪些詞句?這些詞句爲什麼對你深具意義?（你可以指出，神的聲音向那三位證人宣告，這些頁片是藉著神的恩賜和能力而翻譯的。）

請一位學生讀出「八位證人的證詞」。請班上其他人聽聽看，三位證人的證詞和八位證人的證詞之間有何差異。

- 你注意到哪些差異?

請學生寫下自己對摩爾門經的見證或感想。他們可以寫在自己的經文研讀日記，或寫在自己經文的空白處。有些學生也許會覺得自己還不知道摩爾門經是否眞實。鼓勵他們在今年努力獲得這個見證。

幫助學生獲得見證

幫助學生獲得見證的一個方法，是鼓勵他們在課堂外與家人、朋友或其他人分享自己對福音的感想。十二使徒定額組的培道・潘會長教導：「噢！我希望能教你們這個原則。見證是在分享中獲得的。……「從閱讀或他人的言語中得到見證（這是個必要的開端）是一回事；聖靈在心中確證你分享的見證是真實的，是另一回事。」（「耶和華的燈」，1988年12月，聖徒之聲，第52頁）

第5課

摩爾門經概覽

導言

本課內容為摩爾門經概覽。學生會讀到約瑟．斯密針對摩爾門經問世一事所作的見證。他們也會學習到這本書如何在神的指示下編纂、節錄而成。摩爾門經的作者已經看到後期時代的情形，因而把他們知道對我們最有益處的記事和教訓收錄下來。

教學建議

先知約瑟．斯密的證詞

上課前，將一本摩爾門經放在盒子裡，並包裝成禮物的樣子。將這禮物放在全班前面的桌子上，告訴學生這是一份很貴重的禮物。

- 你曾收到哪些最貴重的禮物？
- 是什麼使得一份禮物很貴重？
- 當你送出一份你覺得很貴重的禮物，而對方也很高興地接受了，你心裡有何感覺？

請一位學生打開禮物，讓其他學生看看裡面是什麼。

- 誰給了我們這份禮物？
- 你覺得這份禮物爲什麼很貴重？

展示圖片：摩羅乃在約瑟．斯密的房裡向他顯現（62492；福音畫冊〔2009〕，編號91）。

- 這幅圖片描繪的是哪件事？
- 這件事如何促成了福音的復興？

向學生說明，他們現在要讀的是先知約瑟．斯密用自己的話敘述摩爾門經問世的經過。告訴他們，出現在摩爾門經開頭的先知約瑟．斯密的證詞，摘自於無價珍珠中的約瑟．斯密——歷史。學生在進行以下活動時，請他們翻閱無價珍珠。

將學生分成兩人一組。請各組中的一位學生默讀約瑟．斯密——歷史1：30，32-35，42。請各組中的另一位學生默讀約瑟．斯密——歷史1：51-54，59-60。說明等他們讀完之後，要彼此教導所讀的內容。

給了學生充分時間閱讀及討論之後，問：

- 在你看來，約瑟．斯密等了四年才把金頁片拿回家，這件事對他會有什麼幫助？（約瑟在那段期間受到摩羅乃親自教導，因此在許多方面都更成熟。見約瑟．斯密——歷史1：54。）
- 從約瑟．斯密的敘述中，你見到什麼證據顯示**主保存了摩爾門經，要在後期時代問世**？
- 從約瑟．斯密的敘述中，你見到什麼證據顯示**摩爾門經是藉著神的大能問世的**？

摩爾門經簡介

爲了幫助學生了解摩爾門經是怎麼編纂的，請他們翻到摩爾門經開頭的「摩爾門經簡介」。請四位學生輪流讀出第1-4項。他們讀的時候，請其他的學生注意聽這每一套頁片對於摩爾門經各有何重要。本書附錄中有一份標題爲「這些頁

提供概覽

十二使徒定額組會長，培道．潘會長說：「在一開始就針對整門課程提出一個簡短但有條理的概覽，是極為重要的一件事。……

「……〔學生〕若能先了解整個架構中各部分之間的關聯，就會記得更多、也學習得更透徹。預先扼要介紹課程能夠建立起架構，在這方面投注時間和努力是絕對值得的」（“The Great Plan of Happiness” [CES symposium on the Doctrine and Covenants/Church History, Aug. 10, 1993], 2, si.lds.org）。

片以及它們與已出版之摩爾門經之間的關係」的說明。那份說明可以協助學生具體看出「摩爾門經簡介」中所提到的頁片。（如果你覺得在這裡討論會有幫助，可指出簡介的最後一段，從「本版附註」開始。說明摩爾門經的每一個版本都有一些針對拼字和排版錯誤所作的微小訂正。）

展示圖片：摩爾門節錄頁片（62520；福音畫冊，編號73）。說明有許多人保存了他們的紀錄，而這些紀錄最終成爲現在的摩爾門經。在白板上寫出下列經文章節。請學生默讀這些經文，找出摩爾門經的作者是根據哪些原則來決定要將哪些事物納入紀錄。請學生分享他們的發現。（你可以將他們的答案寫在白板上。）

尼腓一書1：20
尼腓一書6：4-6
尼腓二書4：15
尼腓二書25：23，26
尼腓二書29：11-13
摩爾門語1：4-8
尼腓三書16：4
摩羅乃書1：4

- 在你研讀摩爾門經時，了解這些指導原則會對你有哪些幫助?

針對以下事情分享你的見證：**摩爾門經的作者已經看到了我們的時代，並寫下對我們最有幫助的事**。請一位學生讀出摩爾門書8：35-38。

- 摩羅乃看到我們這時代的人民中有哪些問題?
- 摩羅乃和摩爾門經的其他作者都曉得我們會面臨到哪些問題，知道這點爲什麼很重要?

泰福．彭蓀會長曾談到如何研讀摩爾門經，請一位學生讀出他以下的這段話：

「他們若已看到我們的時代，並且選出那些對我們最具價值的事情記載下來，我們豈不更應當勤奮研讀摩爾門經嗎?我們應當常常自問：『主爲何啓示摩爾門（或摩羅乃、阿爾瑪），把那段經文記在他的紀錄裡呢?我可從中學到什麼教訓來幫助我生活在今日這時代呢?』」（參閱「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，1987年1月，聖徒之聲，第4頁）。

告訴學生，摩爾門經裡記載的那些人所面臨的問題和我們現代的問題很類似。雖然摩爾門經是一部古代的紀錄，但其中的教義、歷史及故事在今天仍有極大的價值。

請一位學生讀出以下泰福．彭蓀會長的話。（你可以印給每位學生一份。）請全班在聽的時候，找出彭蓀會長應許那些開始認眞研讀摩爾門經的人會得到什麼祝福。

「雖然摩爾門經的確是在教導我們眞理，也在爲基督作見證；但它的價值還不只於此。書中有一股力量，會在你開始認眞研讀的那一刻起，流進你的生活中。你會有更大的力量抗拒誘惑。你會有力量避免受騙。你會有力量走在這條窄而小的道路上。經文被稱爲『生命的話語』（見教約84：85），這話用在摩爾門經上要比用在其他地方更爲眞實。在你開始如飢似渴地尋求這些經上的話語時，就必得到生命，並且得的更加豐盛」（參閱「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，第5頁）。

- 你曾經在什麼時候體驗到研讀摩爾門經帶來的祝福?

針對以下事情分享你的見證：**摩爾門經讓我們更有力量去抗拒誘惑、避免受騙，並持守在這窄而小的路上**。告訴學生你因爲研讀摩爾門經而得到這些祝福的一次經驗。

上課前，將以下的問題和經文寫在白板上：

眞的有一位神嗎?（見阿爾瑪書30：37-44。）我能夠認識神嗎?（見阿爾瑪書22：18。）神關心我嗎?（見尼腓三書13：26-32。）

上課前

可能的話，上課前用點時間準備教室。在上課前把參考經文出處、問題及其他活動列在白板上，能幫助你節省寶貴的教學時間，減少令人分心、會干擾教導與學習過程的事物。

我要怎樣抗拒誘惑和罪？（見希拉曼書5：12。）

人生的目的是什麼？（見阿爾瑪書34：32-34。）

死亡後還有生命嗎？（見阿爾瑪書40：11-12，21-23。）

我怎樣才能找到平安、喜悅和快樂？（見摩賽亞書2：41；4：2-3；阿爾瑪書41：10。）

我的家庭怎樣才能更快樂、更團結？（見摩賽亞書4：14-15。）

我要怎樣判斷是非對錯？（見摩羅乃書7：16-17。）

爲什麼神會允許邪惡和痛苦的事發生？（見尼腓二書2：1-2，11-16，22-27；阿爾瑪書14：9-11；60：13。）

說明除了上面提及的祝福以外，**摩爾門經裡還包含了人生幾個最重要問題的答案**。請每位學生自行選擇一兩個問題，並查考所附上的經文找出答案。給他們幾分鐘時間找出答案。你可以在教室內走動，提供必要的協助。

- 摩爾門經如何回答你所選的問題？

讀出以下由十二使徒定額組培道．潘會長所說的話。他這一席話是對福音進修班及研究所教師說的，談到經文有力量解答人生中最重要的問題。

「如果你們的學生熟悉啓示的話，就不會有什麼問題得不到答案了，無論是個人、社交、政治或職業上的問題皆然。啓示中有圓滿的永恆福音，其中可以找到的眞理原則，足以解決所有人類家庭及其中每一份子所面臨的困惑、問題，及難處」（“Teach the Scriptures”[address to CES religious educators, Oct. 14, 1977], 3–4, si.lds.org）。

分享摩爾門經如何祝福了你的生活。提醒學生，他們的目標是每天閱讀摩爾門經，並在今年把整本摩爾門經至少讀完一次。

注釋及背景資料

摩爾門經簡介。「本版附註」

摩爾門經有兩份手稿：一份是原始手稿，一份是印刷用手稿。1830年版摩爾門經的排字工作有一小部分根據的是原始手稿，其後大部分根據印刷手稿，也就是原始手稿的複本。約瑟．斯密在準備1840年版的摩爾門經時，採用了原始手稿來校正1830年版中的偶發錯誤及不慎刪除之處。1981年版又再次參照原始手稿，將大約20處地方回復為原來的用詞。摩爾門經中若有任何錯誤都是人為錯誤，所做的變更只是為了回復摩爾門經原來的意涵和目的。（見*Book of Mormon Reference Companion*, ed. Dennis Largey [2003], 124–25.）

約瑟．斐亭．斯密會長寫道：

「在第一版〔摩爾門經〕中，肯定會有一些排印錯誤，或許還遺漏了一兩個字。即便是在最謹慎、最周全的情況下出版書籍的人，都曾驚愕地發現排印和手植之誤，其中有些還是在最後校閱之後才發現的。

「……仔細核對過各項變更後……可以發現，任何一項變更或增補都與原文完全相符的。一些標點符號及幾個小地方作了必要的修改，但這些變更或增補的內容絲毫沒有改變此書的原意。在我們看來，這些變更……使得內容文字更明白意懂，而且看得出是原先遺漏的。我確信，第一版的錯誤或遺漏，大多是排字工人或印刷工人的失誤。初校時，先知約瑟．斯密親自查到了許多這類的錯誤，並予以更正」（*Answers to Gospel Questions*, comp. Joseph Fielding Smith Jr., 5 vols. [1957–66], 2:199–200; italics in original）。

自修班課程

研讀經文—摩爾門經概覽（第1單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在完成第1單元的四個課程後，會學到的事件、教義和原則的概要。知道學生的研讀內容會幫助你為課程作好準備。這份概要並非課程的一部分，也不是用來和學生分享的。由於你在第1單元所教的課程，只專注於這些教義和原則的一部分，你有時或許會感到要按照聖靈的提示和學生的需要，來複習或討論其他部分。

第1天（研讀經文）

學生會學到各樣技巧來幫助他們了解經文的背景資料、知道如何研讀及找出福音真理，並知道如何在生活中應用福音教義和原則。

第2天（救恩計畫）

這一課是針對救恩計畫所作的概覽。摩爾門經教導，天父的計畫旨在促成祂兒女的永恆救恩及幸福。耶穌基督是救恩計畫的核心人物。祂的贖罪使得這項計畫對神所有的子女發生效力。當我們選擇跟隨神的計畫時，就是在為接受永生作準備。

第3天（標題頁、緒言，及證人的證詞）

摩爾門經開頭的資料有助於確立其宗旨，說明其真實性與神聖起源。標題頁教導我們，摩爾門經見證耶穌是基督。在我們閱讀、沉思摩爾門經並為之祈禱時，聖靈就會見證這本書是真實的，耶穌是基督，約瑟．斯密是神的先知，而耶穌基督後期聖徒教會是主在這地上的國度。

第4天（摩爾門經概覽）

先知約瑟．斯密的證詞能幫助學生鞏固見證，知道摩爾門經是藉著神的恩賜和能力而問世的。主保存了摩爾門經，直到後期時代才問世。摩爾門經的作者看到了我們的時代，並記寫下對我們最有幫助的事。課程鼓勵學生在研讀摩爾門經時思考自己的問題，然後尋找答案。

導言

本週課程強調每個學生都要為自己的福音學習負起責任，也強調在幫助學生建立對耶穌基督和對祂的教會的見證上，摩爾門經扮演了重要的角色。你在教導的時候，要幫助學生了解，勤奮研讀這本神聖經文的重要，以及他們這麼做會讓他們在生活中獲得的各項祝福。

教學建議

研讀經文

開始時，可以向學生提出下列問題：

- 一個讀了摩爾門經並獲得見證的人，與一個讀了此書卻沒有獲得見證的人，兩者之間有何不同？（有的人只在讀文字；有的人則是帶著信心、真心誠意地去讀，並在閱讀時向聖靈敞開心懷。）
- 人要如何學習靈性真理？（考慮將學生的答案列在白板上。讀出以下大衛．貝納長老的話之後，再回頭參照這些答案。）

將以下這句話寫在白板上，但不要寫出劃有底線的字詞：「藉著研讀也藉著信心尋求學識。」

請學生填入空格中的字，藉此複習本週所學的內容。如果他們需要協助，請他們閱讀教義和聖約88：118。問他們，藉著研讀也藉著信心尋求學識是什麼意思。討論的時候，要確定他們都了解，**要藉著研讀也藉著信心學習，必須付出努力**。

為了幫助學生了解，為什麼學習福音需要付出努力，請一位學生讀出以下這段由十二使徒定額組大衛．貝納長老所作的解釋。請其他學生注意聽，我們努力從事屬靈的學習，會有什麼結果。

「學習者若運用選擇權去按照正確的原則行事，就是在敞開心靈邀請聖靈前來教導、發揮作見證的力量並且證實見證。藉著信心學習需要在靈性、智力及體力上付出努力，而不是僅僅被動地接受」（「藉著信心尋求學識」，2007年9月，*利阿賀拿*，第20頁）。

問學生：根據貝納長老所說，學習者若致力於屬靈的學習，結果會如何？

請學生分享自己曾經在靈性上特別努力，因而更加感受到聖靈陪伴的經驗。你可以加上自己的這個見證：**我們認真虔敬地研讀福音，就會邀來聖靈參與我們的學習過程**。

問學生：你今年可以做哪些具體的事來「藉著研讀也藉著信心尋求學識」？

救恩計畫

為了複習救恩計畫的不同名稱，請學生將自己進行第2天課程作業1的時候，寫在自己經文研讀日記上的名稱，寫在白板上。如果他們需要協助，請他們翻到自己研讀指南中對應的那一頁。

你可以問：關於救恩計畫的目的，這些名稱教導了你哪些事？（天父的計畫旨在促成祂兒女的永恆救恩與幸福。）

說明在這一整年中，將會有許多機會去知道，從摩爾門經所學到的真理如何融入天父的幸福計畫。你可以請學生今年在研讀的時候，從自己的經文中找出與救恩計畫有關的各項原則，並劃記下來。你可以舉幾個例子說明他們在研讀的時候可能會發現哪些事。鼓勵學生在這一年中，與全班同學分享自己的發現。

標題頁、緒言，及證人的證詞

請學生參與角色扮演，想像自己正要將一本摩爾門經送給一位不是本教會成員的人。

將全班分為兩組，請各組討論以下指派的問題來準備進行角色扮演。在上課前將這些問題寫在白板上，或將這些問題印給每個學生一份，這樣做可能會有所幫助。鼓勵學生依照自己的感覺，找出在教導有關摩爾門經的事時要分享的重要事情，並將之劃記下來。

給第1組的問題：

1. 摩爾門經是什麼？（見緒言，第1-3段。）
2. 摩爾門經的目的是什麼？（見標題頁，第2段。）
3. 遵行摩爾門經中的教訓或原則，會得到哪些祝福？（見緒言，第6段。）

給第2組的問題：

1. 摩爾門經是如何問世的？（見緒言，第4-5段。）
2. 我們要如何知道摩爾門經是真實的？（見緒言，第8段。）
3. 藉著聖靈的力量我們還能夠知道哪些事？（見緒言，最後一段。）

給學生時間準備之後，選一位學生代表一位不是本教會成員的人。從各組中分別找一位志願者來送給該人一本摩爾門經。鼓勵學生使用自己那一組所研讀的答案，來教導第一位學生有關摩爾門經的事。

角色扮演結束之後，可考慮詢問班上其他學生，如果他們是那個要送出摩爾門經的人，可能還會分享哪些資訊。你也可以問：你在這個活動中學到或記住了有關摩爾門經的哪些事？

學生回答的時候，要確定他們都了解**摩爾門經是在見證耶穌是基督**。強調注意摩爾門經如何為耶穌基督作見證，是很重要的一點。此外，要說明研讀摩爾門經能幫助他們了解耶穌基督福音的教義和原則，也能讓他們對祂的教會有更堅強的見證。

提醒學生：**摩爾門經的作者已經看到了我們的時代，因此記寫下對我們最有幫助的事**（見摩爾門書8：35）。

問學生：本週你學習到的哪些事，會影響你研讀摩爾門經的方式？

請幾位學生談談他們在這一學年中，計畫要如何盡到閱讀摩爾門經的責任。結束時，分享你對摩爾門經的感想與見證，以及研讀摩爾門經對你的生活有什麼影響。

下一單元（尼腓一書第1～6章，第9章）

問學生，他們是否曾有這樣的經驗：雖然知道某件事是對的，但做起來卻似乎很困難，甚至根本做不到。說明在下一週，他們會發現尼腓也曾面臨同樣的考驗，他們也會學到尼腓如何信靠神來完成看似不可能的事。

導言

尼腓一書

為什麼要研讀這部書？

學生在研讀尼腓一書的時候，會發現到「主溫柔的慈悲遍及那些因信心而蒙祂揀選的人，使他們強而有力」（尼腓一書1：20）。他們也會學到，神渴望祝福祂的子民。李海和他的人民在服從神的誡命時，體驗到了神的慈悲和祝福。李海和尼腓尋求神的指引，也透過夢境、異象、利阿賀拿，以及聖靈的引導，接受到了神的指引。尼腓接受並記錄了一個異象，他在這個異象中看到了大地的整個歷史，也看到了神的無所不知；耶穌基督的受洗、傳道、被釘十字架；尼腓人的滅亡；以及後期時代的種種情形。神幫助尼腓和他的哥哥取得銅頁片，好讓他們擁有經文。祂也拯救李海和他的人民，讓他們在曠野中免於饑荒、在汪洋上免於毀滅，並帶領他們安全抵達應許地。學生在研讀這部書中尼腓和李海的經驗時，會學習到如何尋求並接受上天的祝福。

誰寫了這部書？

李海的兒子尼腓聽從主的吩咐去記寫他人民的紀錄，因此寫了這部書。尼腓可能是在耶路撒冷或附近的地方誕生的。他在先知耶利米傳道期間和西底家王統治的時代住在該城。尼腓為了確知他父親所說，有關耶路撒冷即將毀滅、他們一家必須離開一事，而尋求自己的見證。由於尼腓繼續尋求並聽從主的勸告，因而成為神手中的工具。他服從地和他的哥哥回去耶路撒冷兩次；第一次去取銅頁片，第二次去說服以實瑪利一家人到荒野去加入李海的家庭。他在主的協助下，造了船，帶領全家和其他人越過汪洋，抵達應許地。李海死後，主揀選了尼腓作他人民的領袖。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

尼腓寫的時候心裡想的是三群讀者：他父親的後裔、主在末世時代的約民以及全世界的人（見尼腓二書33：3，13）。他寫作的目的是要勸服所有的人歸向耶穌基督而得救（見尼腓一書6：4）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

尼腓寫下尼腓一書這些紀錄的時間大約在主前570年，也就是在他的家庭離開耶路撒冷後的30年（見尼腓二書5：30）。他寫這部書的時候住在尼腓地。

這部書有哪些特色？

尼腓一書記述了以下數則神在夢境、異象及直接啓示中所作的顯示。從這些神聖顯現可以看出神會指示、引導及保護那些尋求祂的人：

- 李海祈禱時，出現一條火柱，他看到並聽到許多事，因而顫抖不止（見尼腓一書1：6-7）。
- 李海在異象中看到神，並讀了一本書，書中預言耶路撒冷將遭毀滅、居民被俘（見尼腓一書1：8-14）。
- 主命令李海帶著家人離開，進入曠野（見尼腓一書2：1-2）。
- 主指示李海派他的兒子們回耶路撒冷去取銅頁片（見尼腓一書3：2-4）。
- 拉曼和雷米爾毆打尼腓和賽姆的時候，被一位天使阻止了（見尼腓一書3：29）。
- 主命令尼腓和他的哥哥回耶路撒冷找以實瑪利和他的家人（見尼腓一書7：1-2）。
- 李海和尼腓得到的異象，包括生命樹，耶穌基督的降生、傳道和贖罪，應許地的歷史，福音的復興，以及邪惡勢力與神羔羊的教會之間的衝突（見尼腓一書第8章；第11～14章）。
- 尼腓學到如何建造一艘船，把人民載到應許地（見尼腓一書18：1）。

尼腓一書記載了人們如何到達應許地的第一手紀錄。摩爾門經後來還提到另有兩群人也旅行到應許地：即繆萊克人（見奧姆乃書1：14-17）和雅列人（見以帖書6：4-12）。

尼腓一書也介紹了兩件重要的物品：即拉班劍和一個稱為利阿賀拿的羅盤或導向器（見尼腓一書18：12；阿爾瑪書37：38）。主透過利阿賀拿引導李海一家人通過曠野、越過汪洋。拉班劍則世代相傳，直到尼腓文明結束。利阿賀拿和拉班劍與金頁片埋在一起，後來也展示給約瑟·斯密和三位證人看（見教約17：1-2）。

大綱

尼腓一書第1～7章李海帶領家人進入曠野。他的兒子們遵照主的吩咐，回耶路撒冷取銅葉片，又再次回去說服以實瑪利一家人到曠野加入他們。

尼腓一書第8～15章李海和尼腓各自接獲生命樹的異象。尼腓記述他在異象中看到救主的傳道，以及促成福音在後期時代復興的各項歷史事件。

尼腓一書第16～18章主在李海一家人的旅程中引導通過曠野，越過汪洋，抵達應許地。

尼腓一書第19～22章尼腓預言耶穌基督，以及以色列的分散和聚集。

第6課

尼腓一書第1章

導言

摩爾門經的開頭敘述李海怎樣忠信地履行他身為先知的責任。當時有「許多先知，向人民預言說，他們必須悔改」（尼腓一書1：4），李海是其中的一位。當他預言耶路撒冷必將毀滅，並為透過彌賽亞而來的救贖作見證時，許多人嘲笑他並企圖殺害他。但李海仍因主的慈悲和拯救大能而歡欣。學生在讀到李海的傳道時，會更加了解今日先知的責任。他們在尋找神在他們的生活中展現慈悲和關懷的證據時，他們與神的關係也會更加深切。

教學建議

尼腓一書1：1-3

尼腓開始記寫紀錄

請學生默讀尼腓一書1：1-3。請他們找出爲什麼尼腓要記寫紀錄。

- 根據尼腓的解釋，他爲什麼要將他的經歷記錄下來？
- 你想，爲什麼尼腓雖然經歷過「許多磨難」，仍然覺得自己「蒙主大恩」？

尼腓一書1：4-20

李海接獲異象，並警告人民耶路撒冷將被毀滅

請學生想想他們的父母曾經在什麼時候警告過他們會有危險。

- 爲什麼你的父母要警告你會有這個危險？
- 天父會用哪些方式警告祂的兒女？

說明摩爾門經的第一篇紀錄，是從耶路撒冷的許多人民變得邪惡的時候開始講述的。請一位學生讀出尼腓一書1：4。請全班一起找出主用什麼方式警告耶路撒冷的人民。

說明尼腓的父親李海也是這節經文裡提到的「許多先知」之一，他警告人民必須悔改。爲了幫助學生找出李海的警告及教訓，將學生分成兩人一組後，請各組閱讀尼腓一書1：5-13。請他們找出李海在異象中看到什麼，然後在自己的經文上劃記出來，或列在一張紙上。給各組幾分鐘時間討論以下這個問題。（你可以將問題寫在白板上。）

- 如果你在異象中看到你居住的城市即將毀滅，你會有什麼感覺？

做完這活動之後，請學生很快地默讀尼腓一書1：15，找出李海在看到這個異象之後有什麼感覺。

- 李海對於他所看到的事情有什麼反應？

請一位學生讀出尼腓一書1：14-15。鼓勵全班找出李海歡欣的原因。（你可能需要說明，李海雖然得知耶路撒冷即將毀滅，但他也看到那些信賴神的人不會滅亡。）

- 你曾經在什麼時候即使遭遇了困難，卻仍然能夠讚美神？
- 在困難的時刻認出主的「良善和慈悲」，會帶來哪些祝福？

請一位學生讀出以下這段話：

每日經文研讀

你可以藉著鼓勵學生每天研讀摩爾門經，來幫助他們履行自己在學習過程中應負起的責任。在這一整年中，要經常祈禱，虔敬地思考一些方法來幫助學生養成每天研讀經文的習慣。有時候你也可以為自己每天研讀摩爾門經而得到的祝福作見證。

「就像古代的先知一樣，今日的先知也爲耶穌基督作見證並教導祂的福音。他們使世人了解神的旨意和祂眞正的特質。他們直言不諱、清楚闡明，譴責罪並警告人們犯罪的後果。有時候，他們可能會受到啓發，爲了我們的益處而預言未來的事情。」（忠於信仰：福音參考資料〔2004〕，第20頁）。

強調李海的例子說明了**先知的責任是警告人們避免犯罪，並教導那經由耶穌基督而來的救恩**這項眞理（你可以將這項眞理寫在白板上。）

邀請學生閱讀尼腓一書1：19-20。

- 李海教導了什麼?
- 人們對李海所教導的事有什麼樣的回應?
- 爲什麼我們這時代有些人會拒絕主的先知所帶來的信息?
- 你曾經在什麼時候因爲跟從先知而得到祝福或保護?

找出關鍵字句

要幫助學生在每天研讀經文時有更好的體驗，其中一個方法是教導他們找出關鍵字句。摩爾門經的作者經常使用一些關鍵字句來強調他們想要傳達的教訓，或總結他們所教導的原則；這樣的字句包括：「我要讓你們知道」、「由此可知」、「我對你們講話」等等。鼓勵學生留意在這些字句之後所傳達的教訓。

尼腓一書1：20

尼腓為主溫柔的慈悲作見證

指出在尼腓一書1：20的第二句中，尼腓停下了記敘，與讀者分享了一個信息。請學生自行閱讀尼腓一書1：20，找出尼腓希望我們看到的信息爲何。必要時，請他們注意尼腓開始說出這個信息時所用的那句話（「我，尼腓，要讓你們知道……」）。

- 特別留意這類字句對於你個人研讀摩爾門經會有什麼幫助?
- 尼腓要讓我們知道什麼事?

請一位學生讀出尼腓一書1：20。請另一位學生讀出摩羅乃書10：3。請全班一起找出這兩節經文有哪些類似的地方。

- 尼腓和摩羅乃同樣都希望摩爾門經的讀者注意哪個觀念?

幫助學生找出這項原則：**主溫柔的慈悲遍及那些對祂運用信心的人**。（你可以將這項原則寫在白板上。）

分享以下十二使徒定額組大衛·貝納長老所說的話，來幫助學生了解何謂主溫柔的慈悲，以及如何在生活中辨認出來：

「主溫柔的慈悲是非常個人、個別化的一種祝福、力量、保護、確認、指引、慈愛、安慰、支持和靈性的恩賜，我們得到這些是因爲有主耶穌基督，而且是透過祂，從祂那裡得到的。……

「……主溫柔的慈悲不是偶然發生的，也並非巧合；忠信和服從能讓我們獲得這些重要的恩賜，通常，主會在祂認爲適當的時候讓我們知道。

「我們不應低估或輕忽主溫柔的慈悲所帶來的力量」（「主溫柔的慈悲」，2005年5月，利阿賀拿，第99-100頁）。

- 貝納長老如何解釋「主溫柔的慈悲」這句話?
- 你曾在哪些例子中看到主向你或你所認識的人顯示祂溫柔的慈悲?

給學生時間回答這些問題後，請他們想想，要怎樣才更能在生活中辨認出主的慈悲憐憫。鼓勵他們更注意主所施予的溫柔的慈悲，不妨建議他們將體驗到溫柔的慈悲寫在日記裡，也可以考慮給他們一些時間，讓他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，寫下一兩項主在最近施予他們的溫柔的慈悲。

結束時，重述尼腓在尼腓一書1：20裡爲主溫柔的慈悲所作的見證。分享你的見證，說明主確實會按照我們個人的情況來給予祝福和關懷。鼓勵學生從整部摩爾門經以及自己的生活中找出主施予溫柔的慈悲的例子。

注釋及背景資料

尼腓一書1：2。「埃及人的語文」

尼腓說，他的紀錄是用「埃及人的語文」寫的（尼腓一書1：2）。大約470年後，便雅憫王也教導他的兒子「埃及人的語文」（摩賽亞書1：1-4），摩爾門書9：32出現「改良埃及文」一詞。摩羅乃指出，到了他那時代，也就是李海和尼腓之後大約1,000年，人們已變更了李海和尼腓所使用的埃及文和希伯來文。

尼腓一書1：4。「許多先知」

尼腓說，當時有「許多先知」來到耶路撒冷的人民中。我們知道，耶利米、俄巴底亞、那鴻、哈巴谷、西番雅等人，都是當時在猶大王國中作見證的先知。耶利米書35：15也同樣提到有許多先知奉主差遣去警告人民（亦見歷代志下36：15-16）。

耶利米是李海和尼腓時代一位大能的先知，在尼腓一書5：13和7：14中提到過他。他在主前626年至主前586年間，施助猶太人。和李海不同的是，耶利米留在耶路撒冷繼續呼籲人民悔改（見經文指南，「耶利米」）。李海離開耶路撒冷後，耶利米就被關進監裡。他在獄中寫了耶利米哀歌，悲嘆耶路撒冷的滅亡及人民不肯悔改。

補充教學建議

尼腓一書1：2-3，20。將自己生命中所獲得的主溫柔的慈悲記錄下來

• 將自己的經驗記錄在日記裡有何價值？

尼腓為自己生命中所獲得的神溫柔的慈悲作見證。他教導，凡對耶穌基督有信心的人都能體驗到這樣的祝福。總會會長團的亨利·艾寧會長描述有一次他怎樣受到提示，要將神對他家庭的仁慈記錄下來。他說：

「有一天我很晚才做完教會的事工回家，當時，天已經黑了。正當我走向家門口時，出乎意料地遇到了住在附近的岳父。他穿著工作服，快步走著，肩上扛著幾根管子。我知道他在建造一個抽水系統，要把我們家山坡下的河水抽到我們家來。

「他面帶微笑，溫和地說了幾句話後，就匆匆走過我身邊，消失在黑暗中，繼續做他的工作。我往家門走了幾步，想著他為我們做的這件事，就在我走到門口的時候，聽到腦海裡有個聲音——不是我自己的聲音——說：『我給你這些經歷不單是為了你一個人的。把這些事寫下來。』

「我走進屋裡，但沒有去睡。我雖然已經很累了，但我還是拿出幾張紙來開始寫。寫的時候，我明白了剛才在腦海裡聽到的那項信息。我應該為孩子們記錄這些事，留待他們日後閱讀，讓他們知道我曾經看到過神的手在祝福著我們的家庭。……

「多年來，我每天都會寫幾行，從沒有錯過任何一天，無論當天再怎麼累，或第二天要多麼早出門都一樣。每次動筆之前，我都會思考這個問題：『今天我看到神的手影響我們、我們的孩子，或我們的家庭了嗎？』就在我持續這樣做的時候，有件事發生了。在我回顧當天發生的事時，總會看見一些證據，顯示神施助了家中的某個人，而那是我當天在忙碌時所沒有看出來的。」（參閱「記住啊，記住」，2007年11月，利阿賀拿，第66-67頁）

尼腓一書1：4-20。李海和約瑟·斯密之間的相似之處

請學生閱讀尼腓一書1：4-20，找出在李海生命中的這段時期遇到的重要事件。然後請他們複習約瑟·斯密——歷史1：1-35，找出在先知約瑟·斯密的生命中發生的重要事件。請學生找出李海和約瑟·斯密兩人生命中的相似之處。（回答可能包括兩人都在誠懇的祈禱中尋求神，都看到了父與子，都將他們的異象告訴他人，都受到許多人拒絕，生命都遭受威脅，都被要求搬到新的地方，都將神置於世俗財物和世人的讚美之上。）

第7課

尼腓一書第2章

導言

從尼腓一書第2章的記載可看出一些人對主所命令的事有不同的回應。李海服從主的命令，帶領家人進入曠野。拉曼和雷米爾因為這項命令非常困難而反叛。相反地，尼腓卻尋求見證來證實該項命令。

教學建議

尼腓一書2：1-7

神命令李海離開，進入曠野

請學生想像一下，他們的父母告訴他們，明天他們一家人就必須離開家園，幾乎捨棄了所有的財產，走進曠野，僅僅攜帶一些維生所需的物品。

- 你會作何回應？
- 如果你知道，前往曠野的這項命令是從主而來的，你的回應會有何改變？

請一位學生讀出尼腓一書2：1-6。請全班一起找出李海帶領家人進入曠野的原因。

- 李海從主那裡接受到什麼命令？（見尼腓一書2：2。）
- 從李海決定要帶走和留下哪些東西的取捨中，你可以學習到什麼？

請一位學生讀出尼腓一書2：7。

- 李海在拋下家園和財物之後，向主獻上感謝之祭。我們可以從這件事學到什麼？
- 李海爲哪些事情表達感謝？

將以下這句話寫在白板上：*只要我們忠信並服從，主會在患難中幫助我們*。

- 你曾在什麼時候感覺到主在患難中幫助了你？（鼓勵學生在回答這個問題時尋求靈的指引。要讓他們知道，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

尼腓一書2：8-15

拉曼和雷米爾抱怨父親

請學生默想自己是否曾經因爲主的命令，或因爲父母或教會領袖所作的要求，而口出怨言或在心中抱怨。給他們一點時間回想自己的經驗。

- 爲什麼我們有時會在接受指示時有所抱怨？

在白板上寫河流和山谷。請一位學生讀出尼腓一書2：8-10。

- 李海希望拉曼在哪方面要像河流一樣？他希望雷米爾在哪方面要像山谷一樣？（你可以請學生將答案寫在白板上河流和山谷的旁邊。）
- 李海想要教導拉曼和雷米爾什麼事？

請學生默讀尼腓一書2：11-14。

- 拉曼和雷米爾抱怨父親的原因有哪些？
- 在尼腓一書2：11，*倔強*一詞指的是驕傲或頑硬。爲什麼驕傲的感覺有時候會讓人產生抱怨？
- 你想，爲什麼人在不了解神的作爲的情況下，有時候會抱怨？

說明撒但希望我們抱怨，其中一個原因是抱怨會使我們無法跟從活著的先知、其他受靈啓發的領袖及父母。在進行討論時，可以分享以下這段由七十員羅斯·渥克曼長老所說的話：

「抱怨包括三個步驟，一步接著一步，越走越沉淪，終於導致不服從。」首先，人們會開始質疑。他們「先是從自己心裡」〔質疑〕，然後又把這疑問散布到「其他人心中」。其次，抱怨的人會開始「找藉口，把自己沒按吩咐去做事的行爲合理化。……這就成了他們不服從的藉口。」他們的藉口又會導致第三步：「在遵守主的誡命方面怠惰。」……

「我邀請各位專注在活著的先知所提的誡命中最困擾你的那一項誡命上。你是否懷疑這項誡命眞的適用於你？你是否找一些現成的藉口，解釋自己爲何現在無法遵從這項誡命？你是否對那些提醒你注意這項誡命的人感到不耐或不悅？你是否懶得遵守這項誡命？要愼防魔鬼欺瞞的伎倆，要愼防抱怨。」（參閱「愼防抱怨」，2002年1月，*利阿賀拿*，第98，100頁）

請學生在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中回答以下的問題：

- 要是你發現自己在抱怨主的先知和誡命，你可以怎麼做？

尼腓一書2：16-19

尼腓向主尋求理解力

請學生默讀並思考尼腓一書2：16，19。

- 尼腓對他父親的信息作了什麼回應？
- 你曾在什麼時候呼求神並感覺到自己的心被軟化？

給學生機會講述主曾經在什麼時候軟化了他們的心（但要提醒他們，不必覺得有義務要分享一些太過個人或隱私的經驗）。此外，你也可以談談主曾經在什麼時候軟化了你的心。向學生保證，**只要呼求神，祂就會軟化我們的心來相信祂的話。**

讀出尼腓一書2：19。請學生用自己的話說明「謙卑的心」和「努力」是什麼意思。鼓勵他們像尼腓一樣尋求主。

請一位學生讀出尼腓一書2：17-18。

- 我們可以從尼腓、賽姆、拉曼和雷米爾所作的不同回應中學習到哪些原則？
- 你的家人或朋友說的話曾經在什麼時候增強了你的信心，就像尼腓的話增強了賽姆的信心一樣？

尼腓一書2：20-24

遵守誡命的人必會昌盛

請學生閱讀尼腓一書2：20-21。請他們找出或劃記「只要你遵守我的誡命，你必昌盛」這項應許。說明他們在研讀摩爾門經的時候，會讀到許多有關這項應許已然應驗的例子。

考慮分享以下十二使徒定額組的布司·麥康基長老的話：

「服從乃天國的首要律法；一切進步、一切完善、一切救恩、一切虔敬之事、一切正確、公義、眞實之事，一切美好之事，都降臨到那些遵守那位永恆者的律法的人。在全永恆中，沒有任何事比遵守神的誡命更重要。」（*The Promised Messiah: The First Coming of Christ* [1978], 126）

分享你的見證：**服從又忠信的人會蒙神祝福。**就像尼腓一樣，學生也能培養自信來接受主的指示。鼓勵他們努力去更加服從，並遵循他們從聖靈接受到的指引。

能邀來靈感的問題

總會會長團的亨利·艾寧會長教導，有些問題會邀來靈感。他勸告教師要提出一些「能邀請人從記憶中思索感覺」的問題。所提的問題要能讓學生從過去的經驗中去省思，而不是只讓他們想起一些資訊，這樣就能讓他們準備好接受聖靈的教導。艾寧會長說：「要明智地等待片刻後，再請人回答。有些人就算沒有說話，也會思索一些屬靈的經驗。這樣就會邀來聖靈。」（"The Lord Will Multiply the Harvest" [address to CES religious educators, Feb. 6, 1998], 6, si.lds.org）

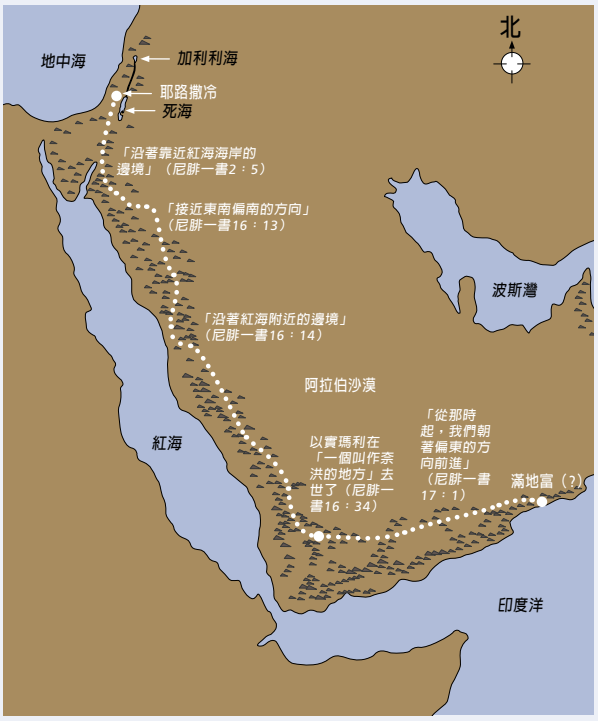
注釋及背景資料

尼腓一書2：2-6。李海家庭可能採行的路徑

李海可能帶領他的家庭到距離耶路撒冷大約180英里（290公里）遠，阿卡巴灣附近的紅海。這趟路程需要經過一個炎熱而貧瘠的鄉間，這裡最為人所知的是常有盜賊出沒、伺機搶劫毫無防備的旅人。這一家人抵達紅海後，又旅行了三天，才在一處河谷紮營。從耶路撒冷到該處河谷，可能花了大約14天。當學生讀到尼腓和哥哥返回耶路撒冷時，你可以提醒學生，他們需要花這麼多的時間，旅行這麼遠的距離。

尼腓一書2：7。向主表達感謝

李海感謝主的引導和保護一事，記載在尼腓一書2：7：「他造了一座石頭的祭壇，向主獻祭，並感謝主我們的神。」摩爾門經中有幾處記載，基督的忠信跟隨者以獻上犧牲和燔祭來向神表達感謝，而這是其中第一個（例見尼腓一書7：22；摩賽亞書2：3-4）。天父的兒女若要取悅天父，就必須向祂表達真誠的感激並服從祂（見教約59：21）。



補充教學建議

尼腓一書2：1-3，16-19柔軟的心和啓示

提醒學生，在尼腓一書第1章中，尼腓描述了李海由於「靈」而「不勝負荷」時（尼腓一書1：7）所接受到的一項啓示。李海在那個異象中，閱讀了一本包含各種預言的書，因而「充滿了……靈」（尼腓一書1：12）。尼腓一書第2章仍延續啓示這個主題，尼腓講述他父親在夢中從主那裡接受一個警告（見尼腓一書2：1-3）。尼腓也講述了他自己獲得啓示、跟從主的聲音的經驗。

展示兩件物品，一件很柔軟且有吸收力（如一塊布，或一個海棉），另一件很堅硬（如一塊石頭）。然後請一位學生讀出尼腓一書2：16-19。

- 李海、尼腓和賽姆的心在哪些方面就像這件柔軟的東西一樣？
- 拉曼和雷米爾的心在哪些方面就像這件堅硬的東西一樣？
- 我們內心的靈性狀態對我們接受啓示的能力有何影響？

幫助學生了解，**我們若努力尋求主，祂就會向我們顯示一些知識**。在討論時，可以將學生分成兩人一組，請他們閱讀經文指南中，「啓示」那一項的內容。請他們討論以下問題：

- 我們可以作什麼來準備好接受從主而來的啓示？

第8課

尼腓一書第3～4章

導言

主命令李海派他的兒子們回耶路撒冷，到拉班那裡取銅頁片。拉曼和雷米爾不明白他們要怎麼達成這項命令，但尼腓相信主會為他們預備道路，來完成祂所要求的事。尼腓雖然一再遇到困難，仍忠信地堅持去做主要求他的事。結果，他受到聖靈引導，成功地取得了頁片。

教學建議

尼腓一書3：1-9，19-20

李海的兒子回耶路撒冷去取銅頁片

上課前，先將下列的句子寫在白板上。請學生想想，他們認爲當主要求我們做一些困難的事時，祂會怎樣幫助我們，然後請他們選出最能描述他們想法的句子。

當你努力去達成主的一項命令或祂所指派的困難任務時，祂會：

a. 改變誡命，好讓你能輕鬆地完成。

b. 祝福你的努力，提供一個方法讓你去達成命令，即使這個方法可能還是很困難。

c. 介入其中，替你做所有的工作。

d. 要你獨自完成，不給你任何協助。

請幾位學生談談他們所選的答案，以及選擇該答案的理由。

說明主會用許多方式祝福那些努力履行誡命的人。請學生在研讀尼腓在尼腓一書第3～4章的記載時，找出說明這項原則的一些例子。同時鼓勵學生注意，尼腓和他的哥哥對於那些挑戰有什麼不同的回應。

請幾位學生輪流讀出尼腓一書3：1-9。請其他的班員聽聽看，尼腓爲什麼願意去做他父親要求的事。

拉曼和雷米爾覺得，回耶路撒冷取銅頁片的這項命令是「一件困難的事」，而且是「〔李海〕要他們做的」（尼腓一書3：5）。爲了幫助學生了解拉曼和雷米爾之所以有這種感覺的一些原因，可以提醒學生，這些人離開耶路撒冷後，已經旅行了一大段距離。

- 你想，爲什麼尼腓會願意去做他父親吩咐的事而沒有抱怨？

請學生用「如果……就……」的句子，重述尼腓在尼腓一書3：7中所見證的原則。例如，學生可以說：**如果我們努力去做主所命令的事，祂就會爲我們預備道路，去完成這件事**。指出尼腓一書3：7是一條精通經文。說明學生今年要專注學習的25條精通經文（詳情請見此用本的附錄）。這25條精通經文章節都列在福音進修班書籤背面。可以鼓勵學生將這些精通經文用特別的方式劃記起來，方便日後查考。

尼腓一書3：7
是一條精通經文。請參考本課結尾的精通經文教學建議，來幫助學生精通這節經文。

- 你曾經在什麼時候感覺到主爲你「預備道路」，好讓你能遵守祂的某一項誡命？

請一位學生讀出尼腓一書3：3，19-20。請其他學生聽聽看，有哪些字句提到這些銅頁片爲什麼對李海一家人及其後裔如此寶貴？（可以建議學生在自己的經文上將這些字句劃記起來。）等學生分享了他們的發現後，說明銅頁片是一部古代的經文，包含了許多和舊約聖經一樣的寫作和資訊。

- 你想，銅頁片的內容爲什麼這麼重要，需要尼腓和他的哥哥回耶路撒冷去拿?
- 今日的經文裡有哪些內容對你很重要?爲什麼這些內容對你這麼重要?

尼腓一書3：10-31

拉班竊取李海的財產，又企圖殺死尼腓和他的哥哥

請一半的學生研讀尼腓和他的哥哥第一次去取銅頁片的經過（見尼腓一書3：10-18）。請另一半的學生研讀第二次的經過（見尼腓一書3：21-31）。請每位學生自行研讀後，回答以下的問題。你可以請他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中完成這項指派作業。將以下問題列在白板上，或作成講義發給每位學生。

1. 哪些人去了?
2. 他們做了哪些事?
3. 在所做的嘗試失敗後，他們作何回應?
4. 問研讀第一次嘗試的人：尼腓和他的哥哥因爲無法取得銅頁片而「極爲憂傷」（見尼腓一書3：14）。對於這次失敗，尼腓與他哥哥的回應有何不同?（見尼腓一書3：15-16。）

   問研讀第二次嘗試的人：拉曼和雷米爾因爲再次失敗而對尼腓發怒。他們毆打尼腓，又對他講了許多粗暴的話。即使天使應許他們，主會將拉班交在他們手中，他們仍繼續抱怨，繼續懷疑自己沒有能力成功。拉曼和雷米爾的怒氣可能怎樣影響了他們，使他們無法相信天使的應許?怒氣、紛爭、抱怨和不信，會怎樣使人無法了解神給我們的信息?（見尼腓一書3：28-31；尼腓三書11：29。）
5. 你從所研讀的這幾節經文得到哪些見解?

給學生充分時間回答這些問題後，請幾位學生談談他們的答案。

尼腓一書4：1-38

尼腓取得銅頁片

請學生從尼腓一書3：31找出拉曼和雷米爾所提的幾個疑問。

請一位學生讀出尼腓一書4：1-3。請全班聽聽看，尼腓怎樣回答他哥哥的疑問。

- 摩西的故事和拉曼及雷米爾的疑問有何關聯?

如果學生需要協助來回答這問題，就說明摩西也曾面臨類似的挑戰。神要求摩西將以色列兒女帶離埃及。摩西一再嘗試，都無法說服法老王釋放以色列兒女脫離奴役。但摩西仍堅持去做主命令他的事，主也提供道路，讓他幫助以色列兒女獲得自由。尼腓將摩西的例子應用在自己家庭的情況中。他相信神也會爲他們預備道路。

- 你從尼腓給他哥哥的回答中學習到哪一項原則?

學生回答時的說法或許會有點不同，但他們應該表達出來的是**儘管遭遇困難，只要我們忠信地堅持去做主命令的事，祂就會爲我們預備道路，去完成祂所命令的事。**（可以將這項原則寫在白板上。）

回到你在上課一開始，展示在白板上的那些句子。

- 讀過尼腓的經驗之後，你認爲哪一句話最能概述你剛才學到的原則?

學生在研讀尼腓紀錄的其餘部分時，鼓勵他們找出在尼腓不屈不撓之後，哪些結果能證實這項原則。

請一位學生讀出尼腓一書4：4-6。可以建議學生在自己的經文中將尼腓一書4：6劃記起來。

幫助學生了解，主可能會啓發我們去做某件事，但卻不會立即讓我們知道要如何、何時或爲什麼應該這麼做。尼腓學習到，唯有在他讓聖靈指引他之後，也唯有在他決定要懷著信心前進之後，他才知道主會用什麼方式、在什麼時間、又爲什麼會幫助他。

告訴學生，海樂·李會長曾說，我們往往希望在遵從主的指示之前，便能「從一開始就看到結尾」或看到結果。他忠告我們：

「你們必須學會走到光的邊緣，甚或走進〔未知的〕黑暗幾步，到那時你們才會發現，光會出現，並在你們前面行。」（in Lucile C. Tate, *Boyd K. Packer: A Watchman on the Tower* [1995], 137–38）

請一位學生讀出尼腓一書4：7。

- 在尼腓一書4：7中，「然而我向前走」這句話有什麼重要含意?
- 尼腓的經驗教導我們，是否願意「去做」和是否能夠受到主的引導，這兩者之間有何關係?

請幾位學生輪流讀出尼腓一書4：8-18。

- 關於主命令尼腓殺死拉班一事，聖靈提出了哪些理由?

概述尼腓成功取得頁片一事的其餘部分（見尼腓一書4：19-38），或請一位熟悉這故事其餘部分的學生做個概述。請學生找出這最後一次取頁片的努力中，所顯示出的原則。他們提出見解之後，加上你的這個見證：**當我們運用對神的信心，努力去做祂要求的事，即使我們無法看到結果，祂也必藉著聖靈的影響力來引導我們。**

爲了幫助學生加深對這項原則的見證，請他們談談他們曾經在什麼時候，在不知道神會用什麼方式、在什麼時間幫助他們的情況下，運用信心採取行動。

請學生想想自己目前面臨到、覺得主的要求十分困難的一個情況。請他們在自己的經文研讀日記中寫下他們要做什麼，來向主表明他們願意「去做」主所命令的事。他們寫完後，表達你相信，如果我們展現信心，主就會協助我們完成祂要求我們的一切事情。

精通經文——尼腓一書3：7

在白板上寫下服從、信心和信賴。問：

- 你在尼腓一書第3章中看到哪些證據，證明尼腓的服從、信心和信賴?
- 這些特質對一個已經蒙召喚去傳道的人會有什麼幫助?

請每位學生各寫一封信給一位傳教士，問那位傳教士，他怎樣看到尼腓一書3：7實踐在生活中?鼓勵學生分享他們所收到的回信。

注意：每個附有精通經文的課程，都可在其結尾找到一個補充活動，用來協助學生精通該節經文。你可隨時使用這些活動（詳情請見附錄及福音教導與學習手冊）。由於今天課程的性質和長度，你可以等改天時間充裕一點時，再使用這個活動。

在上課時閱讀經文

在上課時閱讀經文可以幫助學生更了解他們正在研讀的經文章節，也能幫助他們對自己私下閱讀經文的能力更有自信。但如果學生對於出聲讀經文感到不自在，教師不應勉強他們，以免讓他們困窘。上課時一起讀經文的方法包括：

1. 學生輪流讀出來。
2. 由教師讀出來，讓學生跟著看自己的經文。
3. 當經文中有好幾個人在講話時，請幾位學生分別來讀。
4. 將學生分成兩人或數人一組，向彼此讀出經文。

第9課

尼腓一書第5章

導言

李海的妻子撒拉亞在等候兒子從耶路撒冷返回時，擔心他們已在取銅頁片的過程中遭到殺害。當他們平安帶著頁片返回時，她獲得了更堅定的見證，知道神在指引和保護她的家人。李海查考那些銅頁片後，發現這些頁片對他的家庭極具價值。他在閱讀的時候，充滿了聖靈，並預言頁片裡的經文會為他的後裔保全下來。

教學建議

尼腓一書5：1-9

李海的兒子平安回到在曠野的家人身邊

請一位學生讀出尼腓一書5：1-3。請全班找出撒拉亞開始抱怨的原因。

- 撒拉亞抱怨些什麼？（答案可能包括李海是個會看到異象的人、他帶著全家離開繼承的土地，而且他作的決定可能已導致他們的幾個兒子喪生，他們自己也可能因此死在曠野中。）

請學生想一想他們曾經在什麼時候，對情況還不完全了解，就已經開始抱怨。

請一位學生讀出尼腓一書5：4-6。請全班注意李海用怎樣的方式回應撒拉亞的抱怨。

- 在李海對撒拉亞的埋怨所作的回應中，最令你印象深刻的是什麼？（你可以指出，李海是用見證和對主的信賴來回應，而不是用恐懼或懷疑來回應。他沒有以憤怒或不耐煩的態度來回應。）
- 我們可以從李海對撒拉亞的回應中學習到什麼？

請一位學生讀出尼腓一書5：7-9。

- 撒拉亞從這次經驗中學習到什麼？

尼腓一書5：10-22

李海查考銅頁片

請學生想一想，有什麼事物是他們會考慮犧牲自己的生命去獲得或去保護的。

請一位學生概述尼腓一書第3～4章的內容，並談談李海一家人爲取得銅頁片作了哪些犧牲。（尼腓和他的哥哥冒著生命危險，犧牲了財富，又旅行了很遠的距離。）

- 你想，爲什麼這樣的犧牲是必要的？

說明李海一家人獻祭並感謝主之後，李海就立刻開始閱讀銅頁片的內容。請幾位學生輪流讀出尼腓一書5：11-16。請全班找出李海在銅頁片上發現的事。你可以簡短地將他們的答案列在白板上。

邀請學生默讀尼腓一書5：10。請他們找出描述李海閱讀經文所用的那個詞。（他從頭「查考」。）請學生分成兩人一組，討論以下問題：

- 查考經文和單單閱讀經文有何不同？（你可以鼓勵學生談談他們曾經在什麼時候查考經文。）

讀出以下十二使徒定額組陶德．克理斯多長老的話：

「我說的『研讀』，不只是讀讀而已。有時候，在特定的時間內讀完經文中的某一部書，對該書的信息有整體的概念固然很好，但是論到歸信，就應該更加留意花了多少時間來研讀經文，而不是在那段時間中讀了多少經文。我知道你們有時候會讀幾節經文，停下來想一想，再認眞讀一次，並且在思考其中的意義時，會祈禱以求理解、在心裡面提出問題、等候靈性上的回應，然後寫下你們所得到的靈感和見解，使你能夠記得，並且學習更多。用這樣的方法研讀，在半個小時內可能讀不了許多章節，卻會在你們心中留出一些空間給神的話，並且神也將會和你們說話。要記住阿爾瑪對這種感覺所作的描述：『它開始擴大我的靈魂，是的，它開始啓發我的悟性，是的，它開始使我快樂。』〔阿爾瑪書32：28〕」（參閱「你回頭以後」，2004年5月，利阿賀拿，第11-12頁）

給學生時間想想自己研讀經文的情形。請他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中寫下可以用哪些有意義的方式查考經文。他們寫完之後，請他們想一想要怎樣改進自己的經文研讀。請他們選一個方法來改進自己個人的經文查考。鼓勵他們將這個目標寫在自己的經文研讀日記裡。你可以建議學生和一個會提醒他們、鼓勵他們完成這目標的人分享這目標（例如，和你、和父母，或和另一位學生分享）。

說明李海因爲查考經文而蒙得主的祝福。爲了幫助學生找出這些祝福，請他們默讀尼腓一書5：16-20。

- 查考銅頁片爲李海帶來了什麼影響？

強調李海在查考經文時，充滿了聖靈，並接受到「關於他後裔」（他的後代）的啓示。向學生保證，**我們查考經文時，就會充滿聖靈並接受到啓示**。同樣地，如果我們像李海一樣，犧牲時間和精神去查考經文，也會獲得力量去遵守神的誡命。

- 你曾經因爲查考經文而在哪些方面蒙得祝福？
- 你研讀經文時，曾經在什麼時刻感受到聖靈？

十二使徒定額組羅拔．海爾斯長老爲查考經文的祝福作見證，請一位學生讀出以下他說的話：

「當我們想要與神說話時，我們可以祈禱；當我們想要祂對我們說話時，我們就可以查考經文；因爲祂的話語乃是透過祂的先知說的。然後在我們聆聽神聖之靈的提示時，祂就會教導我們。

「如果你近來沒有聽到祂的聲音對你們說話，請回去用『新的眼睛和耳朵』研讀經文。經文是我們屬靈的生命線。」（參閱「神聖經文：帶來我們救恩的神的大能」，2006年11月，利阿賀拿，第26-27頁）

讀出尼腓一書5：21-22，請學生跟著看自己的經文。你在讀的時候，要強調這些話：「這是主的睿智，要我們通過曠野……時，攜帶這些紀錄。」

- 爲什麼我們在旅途中攜帶經文是一件明智的事？
- 我們可以用哪些方式隨身攜帶經文？

指出李海一家人付出極大的犧牲才獲得銅頁片。要是沒有經文，李海一家人的旅程就不會那麼順利了。鼓勵學生在今生的旅程中，要隨身攜帶經文。

請學生回想自己個人研讀經文的情形。考慮請一位定期閱讀經文的學生向其他學生提出鼓勵及見證。鼓勵學生要養成習慣，每天花些時間查考經文。

注意：上完這一課後，可能還有時間可以進行前一堂課的精通經文活動。

注釋及背景資料

尼腓一書5：10-22。經文的價值

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老在教導我們如何透過研讀經文來獲得指引時，談到了李海查考銅頁片一事，他說：

「尼腓和他的哥哥〔從耶路撒冷帶著銅頁片〕回來時，他們的父親非常高興。他開始『從頭』查考這些神聖經文，並『發現正是〔他們〕要的，是的，甚至……極有價值，因為這樣，〔李海和他的後裔〕才能把主的誡命保存給〔他們的〕子孫。』

「銅頁片正是李海祖先的紀錄，其中包含了他們的語文、族譜；更重要的是，包含了神的聖先知們所教導的福音。李海在查考過這些頁片後，學到了我們每個人都可以從研讀經文中學到的事，即：

「• 我們是誰。

「• 我們可以成為怎樣的人。

「• 對我們和我們子孫所作的預言。

「• 要獲得永生所必須奉行的誡命、律法、教儀和聖約。

「• 我們必須過怎樣的生活，才能持守到底並光榮地回到我們天父身邊。

「這些真理是如此重要，因此天父才賜給李海和尼腓兩人異象，生動地將神的話比作鐵桿。他們父子兩人都學習到，唯有握緊這根堅固、筆直、完全可靠的導桿，才能持守在那條直而窄的路上，引導我們回到救主身邊。」（參閱「神聖經文：帶來我們救恩的神的大能」，2006年11月，利阿賀拿，第25頁）

尼腓一書5：18-19。銅頁片

十二使徒定額組布司·麥康基長老見證李海一家人獲得銅頁片一事的重要。他說：

「銅頁片對於尼腓人的價值是不可限量的。有了這些頁片，他們才能保存語文（尼腓一書3：19）、大部分的文明，以及他們家鄉人民的宗教知識。（尼腓一書22：30。）相較之下，那些在李海離開大約11年後才被帶離耶路撒冷的繆萊克人，因為沒有像銅頁片這樣的紀錄，很快就在叛教和不信中衰落，並失去了他們的語文、文明和宗教。（奧姆乃書第14-18節。）

「那些銅頁片一向都是從一位先知傳給另一位先知，代代相傳，並由尼腓人保管。（摩賽亞書1：16；28：20；尼腓三書1：2。）後來主又應許會使這些紀錄問世；屆時這些頁片將不會因時間而暗淡，不減其原有的光芒，並且其中記載的經文紀錄將『傳至各國、各族、各方、各民。』（阿爾瑪書37：3-5；尼腓一書5：18-19。）」（*Mormon Doctrine*, 2nd ed. [1966], 103）

補充教學建議

尼腓一書5：21查考經文

全班一起唱「當我研讀神聖經文」或唸出歌詞（聖詩選輯，第171首）。請學生從這首聖詩中找出有哪些字句描述因查考經文而獲得的祝福。請學生找出一些對他們深具意義的詞句，並談談他們為什麼喜歡那些詞句。

你可以讀出以下總會會長團墨林·羅慕義會長所說的話：

「我很有把握，如果父母在家中定時虔敬地研讀摩爾門經，不僅自己讀，也跟孩子們一起讀，這本書的靈性就會洋溢在我們的家和家中每個人身上。虔敬的氣氛會增加，彼此更加尊重、更加體諒、紛爭遠離。父母會以更大的愛心和智慧來告誡子女，子女也會更容易接受、更順從父母的勸告。正義必會增加。信心、希望和仁愛——基督純正的愛——必充滿在我們家中和生活中，從而帶來平安、喜悅和快樂。」（引述於泰福·彭蓀，「潔淨器皿的內部」，1986年7月，聖徒之聲，第3頁）

第10課

尼腓一書第6章和第9章

導言

尼腓宣稱：「我全部的意向是我能勸服世人歸向亞伯拉罕的神，以撒的神和雅各的神，因而得救」（尼腓一書6：4）。他記寫了兩套紀錄：尼腓小片和尼腓大片。主命令他將李海的紀錄節錄在小片上（見尼腓二書5：28-31）。後來，摩爾門受到啓發，將小片的內容納入他所編纂的摩爾門經中（見摩爾門語1：6-7）。尼腓和摩爾門當時都不知道為什麼要這樣做，但他們兩人都遵從了主的指示。

教學建議

尼腓一書第6章

尼腓的寫作是為了勸服所有的人歸向耶穌基督

展示幾本深受今日青少年喜歡的適當書籍或影片。問學生，他們覺得這每本書的作者或每部影片的製作者的創作目的爲何。舉起一本摩爾門經。告訴學生，在尼腓一書第6章中，尼腓說明了他寫下紀錄的目的，而那些紀錄後來成了摩爾門經的一部分。

請學生閱讀尼腓一書6：3-6，並找出哪些詞句描述了尼腓寫下這些紀錄的意向。（你可以建議學生將這些詞句標示出來。）

- 尼腓記寫了「取悅神」的事，而不是「取悅世人」的事，爲什麼這一點很重要?
- 你會怎麼用自己的話來說明尼腓的意向?（說明「亞伯拉罕的神，以撒的神和雅各的神」一詞指的是耶穌基督，可能會有幫助。你可以鼓勵學生將耶穌基督一詞寫在自己經文中的尼腓一書6：4旁邊。你也可以說明耶和華這名稱指的也是耶穌基督。〔見尼腓一書19：10；尼腓二書11：4，6-7；亦見經文指南，「耶穌基督」。〕）

爲了幫助學生體認到摩爾門經是耶穌基督的另一部約書，請他們翻到索引部分，瀏覽一切與耶穌基督有關的標題。請他們在摩爾門經中找出一些與救主的傳道有關的教導。

請一位學生在白板上寫出以下這項眞理：*摩爾門經的目的之一是要勸服所有的人歸向耶穌基督。*

- 了解尼腓寫作的目的，對於你今年研讀摩爾門經時計劃採用的方式會有何影響?

談一談摩爾門經怎樣幫助你更接近天父和救主。請學生分享摩爾門經如何影響了他們的生活，使他們更接近天父和耶穌基督。鼓勵他們在接下來幾天中，與一位朋友或家人分享他們對摩爾門經的感受，以及他們對耶穌基督的見證。

尼腓一書第9章

尼腓記寫兩套頁片

向全班展示一本歷史書，並指出該書所涵蓋的年代；然後展示一本大約同一年代的個人歷史或日記。（適當的話，讀出該日記中的一則靈性經驗。）

- 這兩本紀錄在記錄歷史的方法上有何不同?
- 這其中一本會比另一本更有價值嗎?怎麼說?（每一本都很有價值，原因各不相同。）

在課堂外說明、分享或見證

學生在課堂外分享自己的見證，會更加了解上課時所學的真理。鼓勵他們在與家人朋友互動時，找機會教導福音原則，並為這些原則作見證。

- 這兩本書和摩爾門經比起來如何?

說明在尼腓一書9：1-5中，尼腓談到他怎樣努力在兩套頁片上記寫紀錄。

他在其中一套現在稱爲尼腓大片的頁片上，記錄了「〔他〕人民〔的〕歷史」（尼腓一書9：2）。這些歷史包括「列王統治的記事，和〔他〕人民的戰事與紛爭」（尼腓一書9：4）。這是尼腓所作的第一套紀錄，但並未收錄在我們現在的摩爾門經裡。

他在另一套現在稱爲尼腓小片的頁片上，記錄了「〔他〕人民的事工」（尼腓一書9：3）。你可以說明，*事工*一詞指的是宗教方面的教導和活動。尼腓在小片上所作的紀錄，就是現在的尼腓一書和尼腓二書。

爲了幫助學生在閱讀尼腓一書第9章時，能區別小片和大片，請將以下字樣寫在白板上：*「這些頁片」＝小片*，以及*「另外那些頁片」＝大片*。（你可以建議學生將這些字寫在自己經文上適當的章節旁邊。）在尼腓一書第9章中，「這些頁片」都是指小片。「另外那些頁片」，則是指大片。

請一位學生讀出尼腓一書9：3，5-6。

- 尼腓除了製作大片，又製作了小片，他表示這麼做的理由是什麼?這些說明如何展現了尼腓對主的信心?

說明在將近1,000年後，先知摩爾門節錄了他的人民所記寫的一切紀錄，這就成了我們今天所知的摩爾門經。他在製作這套節錄時，發現了尼腓小片並將之收錄在他的紀錄裡。

請一位學生讀出摩爾門語1：3-7。說明摩爾門記寫這些話語的時間，大約是在主後385年，也就是尼腓人和拉曼人最後一次交戰的時候。學生在閱讀這些經文章節時，請他們找出摩爾門決定將尼腓小片納入他作的節錄中的理由。

讀出以下十二使徒定額組馬文．艾希頓長老的話：

「有時候我們被要求去服從時，並不知道原因爲何，只知道主已經這樣命令。……尼腓雖然並不完全了解那個睿智的目的，卻仍遵照指示去做。他的服從使得世界各地的人都蒙得了祝福。」（參閱「誰會喪失收穫」，1979年2月，*聖徒之聲*，第74頁）

指出從尼腓和摩爾門的例子中，我們學習到**即使我們不完全了解原因爲何，仍應服從神的誡命並遵從聖靈的提示。**

- 即使我們不完全了解原因爲何，仍應服從神的誡命並遵從聖靈的提示。爲什麼這點很重要?
- 你曾經在什麼時候，即使不完全了解原因，仍然服從了主，或遵照某個特別的感覺去做?
- 我們要如何培養更大的信心和勇氣來忠信地服從主的指示?

作見證，說明我們服從神的誡命和聖靈的提示時，會更了解這樣做的目的爲何，主也會因爲我們服從而祝福我們。

請一位學生讀出以下的說明。（可以給每位學生一份小型影本，讓他們可以跟著看，也可以夾在他們的經文中，以供未來參考。）

主要尼腓記寫兩套紀錄的那個「睿智的目的」（尼腓一書9：5；摩爾門語1：7），至少有一部分已在約瑟．斯密翻譯摩爾門經時顯現出來了。約瑟原先翻譯的是摩爾門從尼腓大片上所作的節錄。由於曾協助約瑟的馬丁．哈里斯想將譯文給他的妻子和家人看，先知勉強地讓馬丁借走了當時已完成的116頁手稿。但有人將馬丁的那116頁手稿偷走了，結果使得那些頁片、烏陵和土明，以及翻譯的恩賜都暫時從約瑟．斯密那裡被取走了。（見教約3：14）。

約瑟・斯密經過一段時間的悔改後（見教約3：10），主告訴他不要重新翻譯遺失的部分（見教約10：30），而是命令他去翻譯涵蓋同一時期的尼腓小片（見教約10：41）。主告訴約瑟，偷走116頁手稿的人已經更改其中的內容，並且計畫用它來使人們質疑這項事工（見教約10：10-19）。主在數百年前就預見這些事件，並提供了第二套紀錄來阻撓撒但的狡計。（見*History of the Church,* 1：20-23；教約10：38-46）

邀請學生自行閱讀尼腓一書9：6。請他們找出尼腓在這節經文中所教導的教義。請一位學生將以下原則寫在白板上：***神通曉萬事；祂會預備道路來完成祂一切的事工。***

- 知道「主從開始就通曉萬事」爲什麼會有幫助？（尼腓一書9：6；亦見尼腓二書9：20；摩爾門語1：7）
- 這項教義對你的生活方式會有何影響？（在學生回答這個問題的時候，可以分享你的想法，談談這項教義如何增強了你的信心、希望，以及對神的信賴。）
- 當你面臨考驗時，這項教義可以怎樣幫助你？（可能的回答包括，我們或許看不到將來，但知道神能夠看到我們一切考驗和挑戰的結果，我們可以因此得到寬慰。以及，祂會透過聖靈，賜給我們力量、安慰和指示，來克服或忍受人生中的種種困難。）

表明你相信神通曉萬事，祂知道對祂的每個兒女而言什麼是最好的。幫助學生了解，他們在一生中都會接受到一些起初可能無法完全了解的誡命或啓示。如果他們服從主的誡命和聖靈的提示，他們自己的生活和其他人的生活都會因此蒙得祝福。

注釋及背景資料

尼腓一書6：4。「亞伯拉罕的神，以撒的神和雅各的神」

泰福・彭蓀會長說明，經文所提的「亞伯拉罕的神，以撒的神和雅各的神」，指的是耶穌基督。他說：「我們必須記住耶穌在降生之前的身分。祂是萬物的創造主、偉大的耶和華、世界奠基前被宰的羔羊，也是亞伯拉罕的神，以撒的神和雅各的神。祂過去和現在都是以色列的聖者。」（"Five Marks of the Divinity of Jesus Christ," *Ensign,* Dec. 2001, 10）

尼腓一書9：6。神從開始就通曉萬事

我們可以確信神通曉萬事。「神若不通曉萬事，就無法拯救祂所創造的任何部分；就是因為祂通曉從太初直到末了的萬事，祂才能夠將該項知識賜予祂的創造物，使之能獲得永生；要是人類的意念中沒有『神通曉萬事』的這項觀念，就無法運用對祂的信心。」（*Lectures on Faith* [1985], 51–52）

自修班課程

尼腓一書第1～6章；第9章（第2單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓一書第1～6章；第9章（第2單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓一書第1章）

學生在研讀李海對人民預言，並警告他們悔改時，會學到先知警告人民避免犯罪，並教導那經由耶穌基督而來的救恩。此外，他們也會學到，主溫柔的慈悲遍及所有對祂運用信心的人。

第2天（尼腓一書第2章）

李海回應主的命令，離開了耶路撒冷。他親身示範了這項原則：當我們忠信並服從時，主必協助我們度過考驗。尼腓表現出服從的精神，也親自學習到當我們呼求神時，祂就能軟化我們的心去相信祂的話。學生學習到，神會祝福忠信並服從的人。

第3天（尼腓一書第3～4章）

當李海告訴尼腓和他的哥哥神要他們回耶路撒冷取銅頁片時，尼腓的回應是：作見證，表示只要我們去做主命令的事，主必為我們預備道路來完成這件事。尼腓和他的哥哥發現，要履行主的這個命令很困難。尼腓堅決要返回耶路撒冷，能讓學生看出，當我們運用對神的信心，努力去做祂要求的事時，即使我們無法看到結果，祂也必藉著聖靈來引導我們。

第4天（尼腓一書第5～6章；第9章）

學生在研讀李海查考銅頁片的經驗時，會發現到下述這原則：我們查考經文時，會充滿聖靈並獲得啓示。學生在學習尼腓記寫紀錄的目的時，也會學習到，摩爾門經的目的是在勸服所有的人歸向耶穌基督。

導言

本週的課程會讓學生有機會複習和討論他們從李海一家人的榜樣和運用信心所採取的行為中學到的事。你在教導課程時，要強調尼腓如何忠信地服從主的命令，以及如何勤奮地尋求知道「〔他〕父親所說的一切」的真實性（尼腓一書2：16）。學生在效法尼腓服從的榜樣時，會培養出自己對福音的見證。

你在教導時，要遵從十二使徒定額組傑佛瑞．賀倫長老的這項勸誡：

「我們……要在教會中再次提倡、推崇卓越的教導，在家中、在講台上、在行政會議上要如此，在教室中更要如此。受靈啓發的教導絕不可成為本教會一項失落的藝術，我們也必須確使我們對教導一事的鑽研不會成為一種失落的傳統。……

「……願我們都能提升在家中和教會中的教導經驗，並在啓發和教導他人方面更加努力。」（參閱「從神那裡來作師傅的」，1998年7月，聖徒之聲，第26-28頁）

教學建議

尼腓一書第1章

主會向忠信的人施予溫柔的慈悲

將以下這原則寫在白板上：***主溫柔的慈悲遍及所有對祂運用信心的人***。請學生瀏覽尼腓一書第1章，找出是哪一節經文教導了這項真理（第20節）。

提出以下這些問題來幫助學生記起他們在本週研讀尼腓一書第1～6章；第9章時所學到的事，並概要說明：

- 根據你在本週所研讀的各章，主如何向李海一家人施予溫柔的慈悲？
- 李海一家人展現了哪些服從和信心的榜樣？
- 你曾在什麼時候看到主向你或你認識的人施予溫柔的慈悲？

你可以講述某次你和家人運用信心去行動時，主對你們施予慈悲的經驗；或是分享一則你在教會刊物中讀到的故事。鼓勵學生今年在研讀摩爾門經時，找出主向忠信的人施予慈悲的例子。

尼腓一書第2章

主能夠軟化我們的心來相信祂的話

提醒學生，李海接受了命令要帶著家人離開耶路撒冷後，他的兒子尼腓付出個人的努力，以求知道並了解他父親所接受到的啓示是否真實。請一位學生讀出尼腓一書2：16，19。

問學生：在尼腓一書2：16中，從哪些證據可以看出尼腓雖然沒有抱怨，但離開耶路撒冷一事對他來說可能也很困難？（尼腓記寫，他禱告祈求能了解這事，而主軟化了他的心。這意味著要他離開耶路撒冷也並不容易，因此主幫助他去接受這件事。）

問：你可以從哪些證據看出，雖然李海一家人都服從了主，但他們的生活並不容易？（見尼腓一書2：4，11。）

關於尼腓的渴望以及他做了一些事讓自己接受主透過他父親所給的命令，請學生說說他們的感想。

請幾位學生分享他們在自己的經文研讀日記中針對第二天的指派作業4所寫的內容。指派作業4：舉例說明你也曾經像尼腓一樣呼求天父，因而透過聖靈體驗到心被軟化的經驗，或談談你對主所說的事獲得見證的某個經驗。

分享你自己的見證：**如果我們呼求神，祂就能軟化我們的心去相信祂的話**。

請學生想想他們可以做哪些事來鞏固自己的見證並獲得個人的確信，就像尼腓那樣。如果他們願意，給他們機會談談他們的想法。鼓勵他們照著自己的想法和感覺去採取行動。

尼腓一書第3～4章

我們忠信地服從主的誡命時，祂必預備道路

為每位學生指派一個合作同伴。將以下經文章節寫在白板上：*尼腓一書3：6-7* 及 *尼腓一書4：6-13*。請學生閱讀這些章節，並和同伴討論以下這些問題：

- 在你看來，尼腓所說的這句「然而我向前走」，有什麼重要含意？（尼腓一書4：7）。
- 尼腓的信心如何讓他能取得銅頁片？

等學生和同伴討論過各自的見解後，說明，就像主對尼腓及他的哥哥的情形一樣，祂也可能要求我們做某件事，又不馬上告訴我們為什麼應該這樣做，或應該在什麼時候、用什麼方式去做。尼腓唯有在讓聖靈引導之後，也唯有在決定要懷著信心前進之後，才知道為什麼要那樣做，也才知道主會在什麼時候，用什麼方式幫助他。分享你的見證：**當我們運用對神的信心，努力去做祂要求的事時，即使我們無法看到結果，祂也必藉著聖靈的影響力來引導我們**。

如果時間允許，可以問學生有沒有什麼疑問，或要不要分享他們對第4天所研讀的尼腓一書第5～6章；第9章的學習心得。例如，指派作業4要他們寫下曾經在什麼時刻因為查考經文而感覺到主的靈，你可以請他們談一談他們對這件事的回應。

結束時，請一位學生讀出（或背誦）這條精通經文：尼腓一書3：7。然後提出下列幾個問題：

- 關於服從主的誡命，尼腓一書3：7教導了哪一項原則？（學生應該能夠說出這項原則：**只要我們努力去做主命令的事，祂就會為我們預備道路來達成此事**。）
- 根據你在尼腓一書第1～6章；第9章所讀的內容，哪些結果是因為李海和尼腓服從神的命令而產生的？
- 主曾經在什麼時候預備道路，幫助你服從某一項誡命？

請學生想想他們可以在哪一方面更充分展現對神的服從。你在結束本課時，可以見證自己因為努力服從主的誡命，而在生活中得到了哪些祝福。

下一單元（尼腓一書第7～14章）

在下一單元中，學生會讀到李海和尼腓的異象。李海和尼腓有關生命樹的異象也適用於我們今天的生活。尼腓在記載他的異象時描述了耶穌基督的誕生、傳道和贖罪；外邦人發現美洲並在此殖民；聖經中重要的真理喪失，後來藉由摩爾門經而復興。尼腓在這項記載的結尾描述了福音的復興。

第11課

尼腓一書第7章

導言

尼腓一書第7章記載了尼腓對神忠誠的幾個例子。尼腓服從了主的命令，和他的哥哥回去邀請以實瑪利一家人到曠野加入他們的行列，好讓他們可以結婚生子。即使拉曼和雷米爾反叛尼腓，又企圖殺死他，他仍保持忠信，並試著幫助他們也能一樣忠信。

運用家庭文告

總會慈助會會長茱麗·貝克姊妹曾鼓勵福音進修班及福音研究所的教師，要教導教庭的重要，並將家庭文告運用在課程中。她說：

「在本教會中，一項主要的考量是教導……有關家庭的各項原則。這些原則能讓〔學生〕學習到要組織家庭、教導家人，並幫助家人準備好接受各項教儀和聖約。……

「……你們上課的時候，可以把課程內容和家庭文告中的關鍵詞句相結合。這篇文告並非一個單獨存在的課程。」（"Teaching the Doctrine of the Family" [Seminaries and Institutes of Religion satellite broadcast, Aug. 4, 2009], 5, si.lds.org）

教學建議

尼腓一書7：1-5

主命令尼腓回耶路撒冷去邀請以實瑪利家庭

展示一張已婚夫妻和子女的圖片。（你可以使用一張自己家庭的照片。）

請一位學生讀出尼腓一書7：1-2。

- 主命令李海的兒子們去做什麼事？我們可以從這個命令中學到哪一項眞理？（務必使學生了解，**主命令我們要結婚並爲祂養育子女**。）

提醒學生，尼腓和他的哥哥要花好幾天時間，辛苦地越過曠野，才能回到耶路撒冷。

- 婚姻和家庭爲什麼這麼重要，讓尼腓和他的哥哥要回到耶路撒冷去找以實瑪利一家人？

在繼續上課之前，可以發給每位學生一份「家庭：致全世界文告」，或請他們翻到自己的經文研讀日記中，印有該文告的那一頁。

請一位學生讀出以下這段摘自「家庭：致全世界文告」的話。請其他學生仔細聽聽看，關於婚姻的重要，後期時代的先知說了些什麼。

「我們——耶穌基督後期聖徒教會總會會長團及十二使徒議會——鄭重宣告，一男一女之間的婚姻是神所制定，而家庭是造物主爲祂子女永恆目標所訂計畫的核心。」（「家庭：致全世界文告」，2010年11月，利阿賀拿，第129頁）

請幾位學生分享他們從這段話中學到了些什麼。要確定他們都了解，家庭是創造主爲了我們的永恆目標所訂計畫的核心。要強調，就是爲了這緣故，主才命令尼腓和他的哥哥去邀請以實瑪利一家人和他們一起去。也要說明，結婚的最重要理由之一，是要將孩子帶到世界上。

- 在你看來，「爲主」繁衍後裔是什麼意思？（尼腓一書7：1）

學生回答過這個問題後，向他們讀出以下這段摘自家庭文告的話，並鼓勵他們一邊聽一邊找出其他的見解。如果他們自己有一份文告，可以建議他們將他們認爲重要的字句劃記起來。

「我們宣告，神要祂兒女生養眾多、遍滿地面的誡命，至今仍有效。……

「……父母有神聖的職責，要在愛與正義中教養兒女，提供他們屬世和屬靈所需要的，也要教導他們彼此相愛、彼此服務、遵守神的誡命，並且不論住在何處，都要做一個守法的國民。丈夫和妻子——母親和父親——將在神前爲履行這些義務負責。」（「家庭：致全世界文告」，第129頁）

請一位學生讀出尼腓一書7：3-5。

- 尼腓一書7：3-5中的記載爲何是尼腓一書3：7中這項眞理的一個例子？（幫助學生了解，主爲尼腓和他的哥哥預備了道路，來服從這項結婚生子的命令。）
- 青少年現在可以怎樣準備自己去結婚並在福音中「繁衍」後裔？

尼腓一書7：6-15

尼腓在面臨拉曼和雷米爾的反叛時，見證主會用祂的大能帶領他們抵達應許地

請一位學生讀出尼腓一書7：6-7。

- 爲什麼拉曼、雷米爾及以實瑪利的幾個兒女會在曠野中旅行時反叛？

鼓勵學生想想他們可以對拉曼、雷米爾和以實瑪利那些反叛的兒女說些什麼，來勸他們繼續旅行到應許地。然後請學生默讀尼腓一書7：8-12，並找出尼腓問拉曼和雷米爾的那些問題。

- 尼腓在問這些問題時，分享了哪些眞理？（他提醒他的哥哥記得，他們已經從主那裡接受了一些祝福，以及主有能力根據他們的信心來繼續祝福他們。）
- 對我們而言，記住這些眞理爲什麼很重要？

請學生閱讀尼腓一書7：13-15，找出如果拉曼、雷米爾和以實瑪利那些反叛的兒女眞的返回耶路撒冷的話，會有什麼結果。

尼腓一書7：16-22

主拯救了尼腓

說明尼腓提醒拉曼和雷米爾，留在耶路撒冷的人將會滅亡，之後他們就對他發怒。

請一位學生讀出尼腓一書7：16。請全班想像自己是在尼腓的處境中。

- 如果你是在尼腓的處境中，你會有何感覺？你會怎麼做？

指出尼腓回應這處境的方法是祈求神的幫助。請一位學生讀出尼腓一書7：17-18中，尼腓的祈禱。

- 尼腓祈求些什麼？你在他的禱告中看出什麼值得注意的事？

在學生分享他們的回答時，要確定他們都了解，尼腓祈求主「憑〔他〕的信心」拯救他。也要指出，尼腓在祈求神讓他從哥哥手中脫困獲救時，他求神增強他的力量，讓他能自行解決問題。說明憑信心祈禱的意思是，在祈禱時信賴主，並且願意採取行動。請一位學生讀出以下十二使徒定額組大衛・貝納長老所說的話：

「尼腓的榜樣顯明了他知道也了解、並信賴救主能賜予他力量。……請注意尼腓在第17節中的禱告：『主啊，求您憑我對您的信心，把我從我哥哥的手中救出；是的，甚至賜我力量，使我能掙脫捆綁我的繩索。』

「……在我看來，特別值得注意的一點是，尼腓並沒有祈求……讓情況改變，而是祈求有力量改變情況。容我指出，他會這樣祈求，正是因爲他知道也了解，並且經歷過那因救主的贖罪所賜給人的力量。」（“In the Strength of the Lord”[Brigham Young University devotional address, Oct. 23, 2001], 4, speeches.byu.edu）

分享你的見證：**神會依照我們的信心回答禱告**。指出在這個情況中，神幾乎是立刻就回答了尼腓的禱告。然而，禱告未必都會以這種方式得到回答。天父會

在祂自己的時間、用祂自己的方式，並按照祂的旨意來回答禱告。向學生提出以下問題，讓他們有機會來爲禱告的大能作見證：

- 你曾經在什麼時候憑信心祈禱，並在當時或在一段時間之後，從主得到了力量或幫助？（你可以分享一個與這項原則有關的個人經驗。）

告訴學生，尼腓獲救、脫離捆綁之後，他的哥哥再度企圖攻擊他。請一位學生讀出尼腓一書7：19-20。

- 誰勸拉曼和雷米爾不要再企圖殺害尼腓？

指出我們的祈禱和我們的需求，通常是透過其他人的忠信行爲而得到回答或解決的。學生在研讀尼腓一書第7章的其餘部分時，請他們注意，儘管尼腓的哥哥對他做了這一切，他仍然怎麼回應他的哥哥。請他們想想以下的問題，但不用出聲回答：

- 別人企圖傷害你時，你是怎麼回應的？

請一位學生讀出尼腓一書7：21。你可以建議學生劃記尼腓說的有關寬恕的話。

- 欣然寬恕是什麼意思？（如果學生不太確定，就說明*欣然*一詞是指坦誠而直接地。）
- 尼腓勸告他的哥哥要怎麼做？爲什麼這項勸告很重要？

見證：**尋求獲得寬恕並寬恕他人會帶來合一與平安。**請學生想想在自己家庭中有哪些情況需要運用寬恕。

- 爲什麼在我們的家庭中，寬恕特別重要？
- 想想你曾經在什麼時候寬恕了某個家人，或某個家人寬恕了你。這件事對你們之間的關係以及你們家中的氣氛有何影響？

結束時，提醒學生，主曾命令尼腓和他的哥哥結婚生子，而在今天，主也給了我們同樣的命令。同時見證，主會回答我們的祈禱，並依照我們對祂的信心，給我們力量去克服困難。請學生想想，他們可以怎樣應用今天學到的一項原則來幫助自己的家庭。

精通經文複習

注意：這本書中經常出現精通經文複習的部分。這裡介紹了各種不同的方法，可讓你用來協助學生時常複習精通精文章節。

本課的長度或可允許你進行精通經文複習的活動。可以在上課一開始、在課程中間告一段落時，或在課程結束之後，進行這項活動。活動務必簡短，以便有時間上課。其他的複習活動，請見附錄。

當學生能夠輕易地找出精通經文章節，並了解其意義、內容及應用方式，那麼他們在個人研讀、自己應用福音原則的能力，和把握機會用經文來教導等各方面，都會更有自信。想想豪惠·洪德會長所說的這段話：「我們希望沒有學生會因爲不熟悉經文，無法找到適當的章節，又無法尋得所需的協助，而在離開教室時，感到畏懼、困窘或羞愧。」（“Eternal Investments”[address to CES religious educators, Feb. 10, 1989], 2, si.lds.org）

爲了幫助學生熟悉精通經文章節的位置，請他們參考精通經文書籤，在自己的經文中找出並閱讀前五條精通精文。你可以鼓勵學生選用某種特定的方式來劃記精通經文章節，以便能輕易找到該章節。

第12課

尼腓一書第8章

導言

在尼腓一書第8章中，李海敘述了他看到的生命樹異象。他在異象中吃了樹上的果子，這果子代表神的愛，也代表著我們透過耶穌基督的贖罪所能接受到的祝福。李海在異象中看到好幾群人，有些人迷失了，沒有到達樹邊。有些人吃了樹上的果子後，覺得很難為情，就偏離而走入禁途失蹤了。有些人緊握鐵桿、吃了果子，並保持忠信。還有一些人選擇根本不去尋找那條通往生命樹的路。

教學建議

尼腓一書8：1-18

李海經歷一個異象；他在異象中吃了生命樹的果子，並邀請家人一起享用

請學生想想他們曾經在什麼時候感覺到天父對他們的愛。請他們想想他們所作的選擇，會怎樣影響他們與神的距離，和他們感受神的愛的能力。給他們時間省思之後，分享你的這個見證：天父愛他們每一個人。學生在研讀尼腓一書第8章時，鼓勵他們找出他們可以做哪些事，又應該避免哪些事，以便能與神更接近，並在生活中更豐盛地感受到祂的愛。（為了幫助學生為這個課程作好準備，你可以在開始上課時，邀請他們唱「鐵桿」〔聖詩選輯，第175首〕。

請一位學生讀出尼腓一書8：2。請全班一起找出李海在兒子們從耶路撒冷帶回銅頁片之後不久，所經歷到的事。請幾位學生輪流讀出尼腓一書8：5-12。

- 李海的異象中，重點在於哪些事物？（生命樹和樹上的果子。）
- 李海用了哪些字眼描述那果子？（見尼腓一書8：10-11；也可以請學生讀出尼腓一書11：8-9，看看尼腓如何描述那棵樹。）

說明主經常使用一些熟悉的物品當作象徵，來幫助我們了解永恆的眞理。為了幫助學生找出李海在夢中所看到的樹和果子所代表的含意，請一位學生讀出以下十二使徒定額組尼爾·麥士維長老所說的話。請全班仔細聆聽，找出那棵樹和果子所象徵的意義。

「生命樹……〔就是〕神的愛（見尼腓一書11：25）。神對祂兒女的愛，在祂賜予我們耶穌成為我們的救贖主一事上，表現得最為深刻：『神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們』（約翰福音3：16）。領受神的愛就是領受耶穌的贖罪，以及因贖罪而來的脫離束縛和喜樂。」（參閱「從拉曼和雷米爾學到的教訓」，2000年1月，利阿賀拿，第7頁）

- 根據麥士維長老的看法，生命樹代表神對我們的愛，這份愛特別是透過哪一項恩賜彰顯出來？（幫助學生了解，耶穌基督的贖罪是神愛祂兒女的極致表現。在李海的異象中，有些人吃了生命樹的果子，這表示他們正在領受贖罪的祝福。）
- 脫離束縛意指解放或自由。耶穌基督的贖罪如何使我們脫離束縛，得到自由，並帶給我們喜樂？

為了幫學生找出尼腓一書8：10-12中所說明的其中一項原則，請他們在尼腓一書8：11中找出描述李海做了什麼的那句話（「我上前吃了樹上的果子」）。然後請他們在尼腓一書8：12中，找出他這個動作帶來怎樣的結果（「我的靈

魂因而充滿無比的快樂」）。你也可以向學生指出，在尼腓一書8：10中，李海形容那果子「很可口，能使人快樂」。（可以建議學生在自己的經文中劃記出這些詞句。）

- 李海吃了果子後，體驗到怎樣的感覺?
- 我們可以如何「領受」贖罪?（透過悔改的過程。）
- 爲什麼領受贖罪會使我們的靈魂充滿「無比的快樂」?

分享你的見證：**歸向耶穌基督並領受贖罪，會帶來幸福和喜樂。**（你可以將這項原則寫在白板上。）

- 救主的贖罪曾經在什麼時候爲你的生活帶來幸福和喜樂?（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

尼腓一書8：19-35

李海在異象中看到好幾群人，有的人成功抵達生命樹，有的人卻沒能抵達

展示圖片：李海的夢（62620；福音畫冊〔2009〕，編號69），指出課堂上已經討論過的那些象徵：生命樹和果子。說明在這異象中，主還使用其他哪些象徵來教導李海如何歸向耶穌基督，並領受祂的贖罪。問學生，他們在這圖片中還看到哪些象徵。（答案可能包括河流、鐵桿、黑霧，以及巨大的廣廈。）

提醒學生，主向尼腓顯示了同樣的異象。尼腓後來也記述了該異象中各種象徵及畫面的含意（見尼腓一書第11、12、15章）。

將以下圖表作成講義，或在上課前展示在白板上。（右欄暫時留白，只寫上經文出處。）請學生運用所提供的參考經文，找出李海異象中各項要素的解釋。全班一起複習第一個象徵，結著白色果子的樹。請學生用幾分鐘時間找出其餘四個象徵的意義。（可以建議他們將答案記寫在自己經文中，尼腓一書第8章相對應的章節旁邊。）

李海異象中的象徵	尼腓所提供的解釋
尼腓一書8：10-12——結著白色果子的樹	尼腓一書11：21-25（神的愛；耶穌基督贖罪的祝福）
尼腓一書8：13——污穢的河水	尼腓一書12：16；15：26-29（污穢；地獄的深處）
尼腓一書8：19——鐵桿	尼腓一書11：25（神的話）
尼腓一書8：23——黑霧	尼腓一書12：17（魔鬼的誘惑）
尼腓一書8：26——巨大的廣廈	尼腓一書11：35-36；12：18（世人的驕傲和狂妄想像）

請學生分享他們所找到的各樣解釋。爲了幫助學生看出尼腓一書第8章與他們的生活有何關聯，請一位學生讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長所說的話。請全班在聽的時候，找出研讀李海的異象對他們很重要的一個原因：

「你也許以爲，李海的夢或異象對你們而言並無特殊意義，其實不然，你其實就在那個夢境裡，我們所有的人都在裡面。……

「在李海那場……夢或異象裡，蘊含著後期聖徒了解人生考驗所需要的各種道理。」（「在李海的夢中發現自我」，2010年8月，利阿賀拿，第28頁）

學生研讀這異象的其餘部分時，鼓勵他們從這異象中找出可能代表自己的那群人。向他們保證，無論他們看到自己目前在這異象中的哪個地方，他們每個人都有力量和能力作出好的選擇，使自己有資格接受贖罪的祝福。

在經文中劃記和加註

學生可以將參考經文、各樣象徵的詮釋及其他資料記寫在經文空白處，也可以將註腳中的參考經文用螢光筆標註出來，這些做法都會讓他們獲益良多。這些註記能夠在將來作為一個提醒，幫助他們了解經文，並用經文教導。這類的註記會比記載在日記或別的張紙上的資料更容易找到，也更持久。然而，務必要尊重學生的選擇，不可規定他們一定要寫在經文上，而是提出建議，讓學生自行決定何種方式最適當。

將學生分成兩組。說明在全班一起閱讀尼腓一書8：21-33時，每一組要各找出一些不同的事物。

請第1組找出下列問題的答案。（上課前，先將這些問題寫在白板上，或作成講義。）

- 在李海的異象中，人們面臨了哪些障礙?
- 那些障礙代表著什麼?
- 那些障礙在今天會以哪種形態出現?
- 你在這幾節經文中看到哪些原則?

請第2組找出下列問題的答案。（上課前，先將這些問題寫在白板上，或作成講義。）

- 是什麼東西幫助那些人抵達樹邊，吃到果子?
- 神的話在哪些方面就像是一根鐵桿?
- 神的話如何幫助我們克服在通往永生的道路上的各項障礙?
- 你在這幾節經文中看到哪些原則?

請幾位學生輪流讀出尼腓一書8：21-33。然後請第1組的學生回答他們被指派的問題，也請他們談談他們在這幾節經文中看到了哪些原則。務必讓學生了解，**驕傲、追隨世俗以及向誘惑屈服，都會使我們無法接受贖罪的祝福**。請學生想想，這些障礙會如何阻礙他們的靈性進步。

請第2組的學生回答他們被指派的問題。討論過他們的見解後，請他們談談他們在尼腓一書8：21-33中看到了哪些原則。他們找到的原則可能包括以下各項：

只要緊守住神的話，就能靠著神的話克服誘惑和世俗的影響力。

緊守住神的話會幫助我們更接近主，並得到贖罪的祝福。

- 在尼腓一書8：24，30中，哪些字句描述了人們緊握著鐵桿直到抵達生命樹的情形?
- 在你看來，「努力前進」是什麼意思?
- 在你看來，一直緊守住神的話是什麼意思?（你可能需要解釋，在尼腓一書8：30中，緊握一詞意謂著牢牢抓住。）
- 爲什麼我們應該每天研讀經文?

討論過這些問題後，你可以指出，在這個異象中，有些人不吃那果子，例如拉曼和雷米爾（見尼腓一書8：22-23，35-38）。這代表他們拒絕悔改，不願領受耶穌基督贖罪的祝福。有些人雖然吃了果子，但後來仍然偏離了（見尼腓一書8：25，28）。這提醒我們，開始接受贖罪的祝福後，仍要繼續勤奮、忠信，悔改我們的罪，並努力遵守我們的聖約。鼓勵學生跟從那些吃了果子後仍留在樹邊之人的榜樣（見尼腓一書8：33）。

爲了幫助學生看出李海異象中的那些原則如何祝福他們的生活，請他們在自己的隨堂筆記或經文研讀日記中，回答下列的一個問題：

- 神的話曾經在什麼時候引導你，或幫助你克服誘惑、驕傲或世俗?
- 你曾經在什麼時候因閱讀或聆聽神的話而感受到神對你的愛?

請幾位學生和其他同學分享他們的回答。

鼓勵學生按照他們在研讀尼腓一書第8章時所學和所感受到的事情去採取行動，設立一個實際可行的目標，開始或繼續培養每天研讀經文的習慣。和學生分享你因爲定期研讀經文而在生活中蒙得的一些祝福。

鼓勵每天研讀經文

鮮少有什麼事比幫助學生養成每天研讀經文的習慣，更能持久地影響他們向善。鼓勵學生每天安排一些時間研讀經文。也要在課堂上讓學生經常有機會分享他們在個人經文研讀中所學到或感受到的事。

第13課

尼腓一書第10～11章

導言

尼腓聽了父親李海所描述的異象後，很渴望能親自看到、聽到和知道李海所看到、聽到的事（見尼腓一書10：17）。當尼腓正在沉思父親的教導時，「主的靈」把他帶走（尼腓一書11：1），讓他親自看到了異象。這個異象記載在尼腓一書第11～14章。在尼腓一書第11章中，我們會讀到生命樹、鐵桿、巨大的廣廈，以及救主的出生、洗禮、傳道及被釘十字架。尼腓在目睹這些事時，體認到了神對祂兒女的愛。

不具名分享

可以邀請學生以不具名方式，在報告中寫下他們在每日經文研讀的心得感想。收到他們的報告後，讀幾份給全班聽。聆聽同學的見證可以鼓勵其他學生進行個人研讀。有些學生不太願意公開分享見證和靈性經驗，是因為他們不希望顯得太自誇，或擔心別人會論斷他們、輕忽他們的經驗。提交不具名的報告能讓學生在分享靈性經驗時不會這樣擔心害怕。

教學建議

尼腓一書10：1-16

李海預言彌賽亞的事

簡短摘述尼腓一書10：1-16，告訴學生，李海在說完有關生命樹的異象後，還說了一系列預言。這些預言包括耶穌基督何時會降臨世間（見尼腓一書10：4），祂由施洗約翰施洗（見尼腓一書10：7-10），祂被釘十字架及復活（見尼腓一書10：11），以及以色列將被分散及聚集（見尼腓一書10：12-14）等等事件的細節。

請一位學生讀出尼腓一書10：4-6。（你可以解釋，彌賽亞是「希伯來文及阿拉姆文，意思是『受膏者』。在新約中，耶穌被稱爲基督，相當於希臘文的彌賽亞，意思是受膏的先知、祭司、王、拯救者，祂的來臨是猶太人熱切期待的」〔經文指南，「彌賽亞」，scriptures.lds.org；亦見Bible Dictionary, “Messiah”〕。）

- 根據李海的預言，救主何時會來臨？（見尼腓一書10：4。）
- 要是人類不信賴救主，會發生什麼事？（見尼腓一書10：6。）

尼腓一書10：17-22；11：1-6

尼腓尋求能看見、聽見，並知道他父親所教導的真理

請學生想想以下的例子：三位男青年參加了同一個教會聚會。回家後，其中一位男青年覺得那聚會很無聊，浪費了他的時間。另一位覺得那聚會很不錯，但沒有因此受到影響。第三位回家時，感受到聖靈的鼓舞，爲自己的生活得到了靈感和指示，甚至比在聚會中所教導的更多。

- 這三位男青年參加了同一個聚會，所得到的經驗怎會如此不同？

說明這個例子很像拉曼、雷米爾和尼腓在聽到父親的預言及異象後的情形。拉曼和雷米爾不了解父親的話，因聽到的事而起爭論（見尼腓一書15：2）。在另一方面，尼腓卻轉向主以求了解。他在尋求及接受啓示方面樹立了好榜樣。

告訴學生，他們在研讀尼腓的經驗時，會發現一些能幫助他們尋求及接受啓示的原則。鼓勵他們注意尼腓做了哪些事才使他能得到一個類似李海得到的啓示。

將全班分成三組，指派各組分別進行下圖中的一個類別和一組問題。（可以在上課前將該圖放在白板上。）請學生默讀尼腓一書10：17和11：1-6，並爲指派給他們的問題準備答案。

渴望	尼腓渴望能看到、聽到和知道些什麼？ 我們的渴望對於我們能否接受到啓示有何影響？ 我渴望能從主那裡知道些什麼？
相信	尼腓在尋求啓示時，表達了怎樣的信念？ 這樣的信念對於我們能否接受到啓示會有何影響？ 我要如何增加對耶穌基督的見證並更加相信祂？
沉思	尼腓坐著沉思的時候，發生了什麼事？ 沉思為什麼能帶來啓示？ 我能做哪些事來更用心地沉思先知的話語？

從各組中邀請幾位學生回答指派給該組的前兩個問題。（也可以請學生回答第三個問題，但要讓他們知道，他們無須分享太過個人或隱私的答案。）

請一位學生讀出尼腓一書10：19。

- 誰能知道神的奧祕？
- 神的奧祕是藉著什麼力量顯明的？
- 我們必須做什麼，才能藉聖靈的力量得到啓示？
- 在你看來，努力尋找是什麼意思？
- 尼腓做了什麼，顯示出他曾努力尋找，以便能看到、聽到和知道他父親所教導的事？

將以下內容寫在白板上：

神會將眞理顯明給……

請學生完成白板上的這句話，來概述他們從尼腓的經驗中學習到什麼。學生或許會選用不同的說法，但他們的答案應反映出這項眞理：**神會將眞理顯明給努力尋求祂的人。**（可以將這原則寫在白板上。）

鼓勵學生想想自己曾經在什麼時候因爲努力尋求神而感受到祂的靈並得到啓示。（提及以下各點可能會有幫助：啓示可能是在作決定時得到指引、獲得更多的理解、得到安慰，或得到確認而知道某事是眞實的。）請學生和班上同學分享自己的經驗。你也可以見證自己曾經努力尋求主而得到怎樣的經驗。

尼腓一書11：7-36

尼腓目睹神的紆尊降貴

向學生說明，尼腓在異象中仍繼續沉思並尋求神的指引。當尼腓要求能知道他和父親看到的那棵樹的意義時，一位天使出現幫助他。天使問：「你明白你父親所看見的那棵樹的意義了嗎？」（尼腓一書11：21）。請幾位學生輪流讀出尼腓一書11：18-23，來複習那棵樹的意義。

- 尼腓說那棵樹的意義是什麼？（學生回答後，可以指出尼腓看到馬利亞抱著嬰孩耶穌，而天使指出那嬰孩是「永恆之父的兒子」。然後天使問尼腓是否知道了那棵樹的意義，藉此幫助他明白，那棵樹代表了耶穌基督。當尼腓回答，那棵樹代表「神的愛」時，他指的是神藉著賜下祂的兒子而表現出來的愛。我們領受耶穌基督贖罪的祝福時，就是在體驗神的愛。）

• 尼腓和那位天使如何描述神的愛？

請一位學生讀出尼腓一書11：16。（說明紆尊降貴一詞指的是自願從顯赫或尊貴的地位降下來。可以請學生將這項解釋寫在自己經文上，尼腓一書11：16旁邊。）

請學生讀出尼腓一書11：17，找出尼腓如何回答天使的問題。

• 尼腓知道什麼？

• 他不知道什麼？

尼腓回答後，天使就給他看了幾個例子來說明神的紆尊降貴，讓他更了解神的愛。向學生說明，「神的紆尊降貴」是指父神，也是指耶穌基督。

分享以下十二使徒定額組布司．麥康基長老所說的話，他解釋了我們天上父神的紆尊降貴，他說：

「神的紆尊降貴，表現在這個事實：已超升的祂步下其永恆寶座，成爲一位凡人之子的父親。」（*The Mortal Messiah* [1979], 1:314）

爲了幫助學生了解「神的紆尊降貴」也是指耶穌基督，展示圖片：耶穌誕生（62116；福音畫冊〔2009〕，編號30）。請一位學生讀出尼腓一書11：13-21。請另一位學生找出這幾節經文與該圖片有何關聯。請一位學生讀出以下前七十員傑瑞．倫德長老所說的話。請全班一起聽聽看，救主用哪些方式顯明祂對我們的愛。

「耶穌是神組的一員，是父的長子、創造主，也是舊約時代的耶和華，現在卻拋開祂崇高神聖的地位，卸下一切榮耀、莊嚴，進入一個小嬰孩的身體；那麼地無助，只能完全依賴祂的母親和塵世的父親。祂並沒有降生到世間最華美的宮殿，……也沒有金銀珠寶圍繞身旁，卻降生在一個簡陋的馬槽，這實在令人驚奇。難怪天使會對尼腓說：『看神的紆尊降貴！』」（*Jesus Christ, Key to the Plan of Salvation* [1991], 16）。

• 救主的誕生如何顯明了祂對我們的愛？

務必清楚說明，救主自願來到塵世，這件事顯明了祂對我們的愛。

展示圖片：基督令睚魯的女兒復活（62231；福音畫冊，編號40）和基督在畢士大醫治病人（福音畫冊，編號42）。請一位學生讀出尼腓一書11：28，31。鼓勵全班一起找出這兩幅圖片和這兩節經文之間有何類似之處。

• 尼腓看到救主施助並醫治了哪些人？

• 救主的舉動如何顯示出祂的愛？

請一位學生讀出尼腓一書11：32-33。請全班一起聽聽看，救主如何表現出愛的最高典範。

學生分享他們找到的答案後，展示圖片：耶穌被釘十字架（62505；福音畫冊，編號57）。

見證：**耶穌基督的紆尊降貴顯明了神對我們的愛**。救主紆尊降貴地過了塵世的一生，施助、醫治了患病和受苦的人，並爲了我們所有人的罪而死，好使我們能返回天家，來到天父的面前。

• 知道救主的紆尊降貴和祂的愛，如何影響你對祂的感覺？

最後請學生談談，對他們而言，神的愛爲何是「〔最〕令人渴望」，且是「最〔令人〕快樂」的（見尼腓一書11：22-23）。見證：我們若學習尼腓的榜樣，努力尋求神，就會感受到神的愛，並且因獲得基督贖罪而來的祝福而感到喜樂。

邀請學生在努力尋求啓示時，要學習尼腓的榜樣。提醒他們，他們在福音進修班學習所要負起的責任；同時也提醒他們，他們每天研讀經文以及參與課堂上的學習所付出的信心和努力，會影響到他們藉著聖靈學習的能力。

第14課

尼腓一書第12～13章

導言

尼腓在異象中看到救主在塵世的傳道和贖罪，後來他看到自己的後裔經過四個世代的正義生活之後就變得驕傲，屈服於魔鬼的誘惑並遭到毀滅。他也看到那些在大而可憎教會中跟隨撒但之人的罪行。他看到他們從聖經中取走明白而寶貴的真理，造成許多人在靈性上絆倒。尼腓儘管看到這些令人痛心的景象，但他仍從異象中得到莫大的希望。他看到神會預備道路，使福音得以在後期時代復興。他也看到他人民的紀錄（摩爾門經）會在後期時代問世，來復興已在世上失去的那些明白而寶貴的真理。

注意：你可能沒有時間教完本課的所有資料。你在準備時，要尋求聖靈的指引，以知道哪一部分的課程對你的學生最重要、最適用。你可能必須概述本課的某些部分，以便能有足夠的時間有成效地教導最重要的教義和原則。

教學建議

尼腓一書第12章

尼腓看到未來的尼腓民族和拉曼民族

概述說明尼腓一書第12章是尼腓異象的延續。在本章中，天使向尼腓說明生命樹異象中的各樣象徵如何適用於他的後裔。尼腓看到了他的一些後裔會接受贖罪的全部祝福，但他也看到他的一些後裔最後會被他哥哥的後裔（拉曼人）消滅。請學生閱讀尼腓一書12：16-19。請他們找出尼腓人會被消滅的原因（見尼腓一書12：19）。提醒學生，只要他們運用對耶穌基督的信心，就能克服驕傲和誘惑。

尼腓一書13：1-9

尼腓看到大而可憎的教會

請學生當中曾參加運動比賽的人舉手。請其中幾位談談他們參加的是哪個運動項目。說明在運動比賽中，每個參賽的隊伍都會研究對手過去比賽的情況和所用的策略來爲比賽作準備。

- 參賽隊伍在比賽前研究對手的策略爲什麼會有幫助？

說明尼腓在異象中看到了在後期時代反對耶穌基督教會的那些人心中的意圖和所用的策略。鼓勵學生在研讀本章時找出那些策略，以便能準備好識破這些策略，而不致被矇騙。

請幾位學生輪流讀出尼腓一書13：1-4，6。請一位學生找出尼腓所看見，會在後期時代的外邦人之中成立的團體。

爲了幫助學生了解這幾節經文的內容，分享以下十二使徒定額組布司·麥康基長老的評論。請學生仔細聆聽，找出這大而可憎教會的定義。

「魔鬼的教會和大而可憎的教會等名稱是用來辨識所有企圖帶領世人遠離神及其律法，並因此遠離神國度之救恩的……組織，無論其名稱或性質爲何——不管是政治的、哲學的、教育的、經濟的、社會的、兄弟會的、公民的或宗教的皆然。」（*Mormon Doctrine,* 2nd ed. [1966], 137–38）

概述

你不會有時間強調經文段落裡的每件事情。有時候，經文段落某一部分的故事情節或教訓只能概述，以便有更多時間談論另一部分的較重要內容、教義或原則。概述經文段落的某一部分，而不是完全省略不談，能幫助學生更了解整個經文段落的故事情節和信息。

要清楚說明，「大而可憎的教會」一詞並非指任何一個特定的宗派或教會，而是泛指一切意圖使人遠離神及其律法的組織。

可以鼓勵學生將一切意圖使人遠離神及其律法的組織這句話，寫在尼腓一書13：6旁邊的空白處。

- 撒但組織了他的勢力要使我們遠離神和祂的律法，你覺得爲什麼知道這一點很重要?

說明尼腓描述了這大而可憎的教會。請一位學生讀出尼腓一書13：5-9。

- 那這大而可憎的教會中的人心裡渴望的是什麼?（見尼腓一書13：7-8。）
- 根據尼腓一書13：5，9，這大而可憎教會中的人企圖做些什麼?爲什麼?（你可以將以下的眞理寫在白板上：**撒但和跟隨他的人想要毀滅神的聖徒，將他們帶入囚禁。**
- 知道撒但和他的跟隨者的渴望和意圖，能怎樣幫助我們與之對抗?

告訴學生，他們在本章稍後會學到，那大而可憎的教會在企圖毀滅尋求神的人時，會使用的一個伎倆。

尼腓一書13：10-19

尼腓看到神親手建立一個自由之地，讓福音得以復興

見證：儘管那大而可憎的教會力圖使人們在靈性上絆倒，但主已確保祂的事工將向前推進，而祂所用的方式就是預備道路來復興祂的福音。

以下各段概述了尼腓在異象中所看見的各項重大事件。請學生閱讀尼腓一書13：10-19，並將以下各參考經文與該經文所描述的事件配對。（可以在上課前，將這些參考經文及相關敘述列在白板上，或作成講義。下列各參考經文與相關敘述是正確配對的。要讓這活動順利進行，你必須先改變這些敘述的排列順序，再放到白板或講義上。）

尼腓一書13：12　哥倫布航向美洲大陸
尼腓一書13：13　清教徒航向美洲大陸，尋找宗教自由。
尼腓一書13：14　美洲原住民被驅離自己的土地
尼腓一書13：15　外邦人在美洲大陸昌盛起來
尼腓一書13：16-19　美國的革命軍以寡擊眾，贏得勝利

學生在分享他們的答案時，可以鼓勵他們將關鍵字詞寫在自己經文中的相關章節旁邊。例如，可以將哥倫布一詞寫在尼腓一書13：12旁邊。

- 根據尼腓一書13：12，哥倫布爲什麼會航向美洲大陸?
- 根據尼腓一書13：13，那些清教徒爲什麼會移居美洲大陸?
- 根據尼腓一書13：15-19，那些外邦人爲什麼會昌盛，贏得獨立，脫離「所有其他民族」?

請一位學生讀出以下約瑟F.・斯密會長的這段話：

「這美洲大國是全能者藉著祂大能之手興起的，好使神的國度能在後期時代在世上建立。若不是主爲這堂堂大國奠立基礎、預備道路，那麼，（在世上各種嚴苛的法律和帝制政府的偏執之下，）絕不可能爲祂偉大國度的來臨奠立根基。這件事是主完成的。」（*Gospel Doctrine,* 5th ed. [1939], 409）

見證：**主爲復興預備了道路**；祂所用的方式是建立一個宗教自由的國家，祂可以在那裡復興祂的教會。見證主已經預備道路，而且將繼續預備道路，好使祂復興的福音能進入每個國家。

如果你在美國以外的國家教導這個課程，問：

- 主如何預備道路，讓復興的福音能在我們的國家傳播？

尼腓一書13：20-42

尼腓看到未來的外邦人擁有聖經、摩爾門經和後期時代的經文

請一位學生讀出尼腓一書13：20-24。請這位學生找出尼腓所看見，早期美洲殖民者「帶到他們中間」的東西是什麼。舉起一本聖經，說明它就是尼腓在異象中所看見的那本書。可以請學生將聖經一詞寫在尼腓一書13：20旁邊的空白處。

說明天使教導尼腓，聖經是一部「極有價值」的書（尼腓一書13：23）。聖經中的啓示最初被記載下來時，確實「包含主完整的福音」（尼腓一書13：24）。請一位學生讀出尼腓一書13：26-27。

- 那大而可憎的教會從聖經中取走了什麼？這些東西爲什麼會被取走？

請另一位學生讀出尼腓一書13：29。

- 由於明白而寶貴的東西和主的許多聖約被從聖經中取走了，因此發生了什麼事？

請四位學生輪流讀出尼腓一書13：34-36，39。請全班找出主會怎麼做，來幫助人們戰勝那大而可憎教會的攻勢。

- 根據尼腓一書13：34，由於主的慈悲，祂會賜下什麼？
- 根據尼腓一書13：35-36，什麼東西會「被藏起來」，傳給外邦人？（可以建議學生在尼腓一書13：35旁邊，寫下「這些東西」指的是摩爾門經。）
- 根據尼腓一書13：39，除了摩爾門經以外，主還會在後期時代賜下什麼？主在復興福音時，已經賜下哪些「別的書」？（教義和聖約、無價珍珠，以及約瑟・斯密聖經譯本。）

請學生閱讀尼腓一書13：40-41。請他們找出裡面所述，復興的經文會顯明哪些事給所有的人知道。學生分享他們找到的答案後，舉起一本聖經，分享你對聖經眞實性的見證。舉起一本摩爾門經，然後把它和聖經放在一起。見證：**摩爾門經和後期時代的經文復興了明白而寶貴的眞理，幫助我們知道耶穌基督是神的兒子，並幫助我們知道如何歸向祂。**

請學生在尼腓一書13：41後面的部分找出用來描述主會如何處理猶太人的紀錄（聖經）和尼腓後裔的紀錄（摩爾門經）的字句。見證這兩部紀錄會「合而爲一」（尼腓一書13：41），並「結合一起」（尼腓二書3：12），幫助我們清楚知道如何歸向救主。

爲了幫助學生體認到那明白而寶貴眞理的復興對他們的生活所產生的影響，請他們沉思以下問題：

- 摩爾門經如何影響了你對耶穌基督的見證，幫助你更接近祂？

給學生一些時間沉思之後，請幾位學生分享他們的答案。你也可以分享你對摩爾門經的見證，以及摩爾門經如何鞏固你對耶穌基督的見證、使你知道如何歸向祂。課程結束時，勉勵學生在這一整年中仔細研讀摩爾門經，從中找出一些能鞏固他們對耶穌基督的見證、教導他們如何歸向祂的教訓和記事。

第15課

尼腓一書第14章

導言

尼腓一書第14章是尼腓的異象這項記事的結尾部分。尼腓從這部分的異象中得知，悔改並聆聽主的人將蒙應許獲得哪些祝福，以及硬起心來反對主的惡人將招致哪些詛咒。尼腓也得知主會幫助和保護生活正義、遵守聖約的人，並且祂會毀滅魔鬼那大而可憎的教會。

教學建議

尼腓一書14：1-7

尼腓看到將來各個世代服從主或不服從主的後果

請學生將自己的經文翻到尼腓一書第14章。說明今天他們會繼續研讀尼腓的異象。請學生想一想自己會怎樣完成以下這幾個句子：

如果我跟從主，就會……

如果我拒絕跟從主，就會……

學生分享他們的答案後，指出如果一詞表示有所選擇。根據我們的選擇，我們會得到不同的結果。說明尼腓看到了將來各個世代，並注意到如果他們正義，就會蒙福；反之，如果他們選擇邪惡，就會受到詛咒。請全班在上課時想一想，選擇服從主曾經怎樣帶給他們祝福。

視覺輔助教材

使用視覺輔助教材來教導一些概念，大多數學生會學得更好，也記得更久。如本教學建議中示範的簡單圖示，可以很容易地畫在白板上。這樣的圖示可以幫助學生專注在經文中的主要概念上。

在白板上畫出下圖：

如果 ⟶ 那麼 ⟶

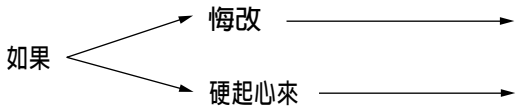
請一位學生讀出尼腓一書14：1-2。請全班找出（1）尼腓指出外邦人可以作怎樣的選擇，以及（2）尼腓看見如果外邦人作那樣的選擇就會獲得什麼祝福。在學生分享他們找到的答案時，就將之填在白板的空白處，如以下所示：

如果⟶他們聽從神的羔羊，不硬起心來，	那麼⟶他們必…… 算在以色列家族之中 永遠是蒙福的民族 不再被帶入囚禁

你可能要說明，經文中的「絆腳石」一詞（尼腓一書14：1）通常指的是使人無法跟從主的各樣阻礙。「算在以色列家族之中」（尼腓一書14：2）指的是算在主的約民之中。

- 算在主的約民之中爲什麼很重要？（才能獲得亞伯拉罕聖約的祝福〔見教約132：30-31〕。）
- 「聽從（神的羔羊）」是什麼意思？
- 白板上列舉了因服從而來的各種酬賞，哪一項對你最有意義？爲什麼？
- 你曾經在什麼時候因聽從主而在生活中看到祂的祝福？（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

在白板的另一半，畫出以下圖表：



請一位學生讀出尼腓一書14：5-7。請全班一起找出（1）悔改的人會得到哪些祝福，以及（2）硬起心來的人會招致哪些負面的結果。如前一個練習那樣，完成這份圖表。（如果人們悔改，「他們會很好」〔尼腓一書14：5〕，並且會得到「平安與永生」〔尼腓一書14：7〕。如果人們硬起心來，將會「滅亡」〔尼腓一書14：5〕，並且「被帶入束縛」而「毀滅」〔尼腓一書14：7〕。）

學生回答時，你可能需要說明，在尼腓一書14：7所提到的「偉大而奇妙的事工」，指的是聖職、福音和主的教會在後期時代復興一事。

- 對你而言，耶穌基督後期聖徒教會爲何是「偉大而奇妙」？這教會如何帶給你平安？這教會如何帶給你對永生的希望？

考慮給學生時間安靜地思考，他們現在走的是白板上的哪一條路。見證：**服從主並悔改我們的罪，會帶來極大的祝福**。你也可以見證，硬起心來反對主和祂的教會，會帶來靈性上的束縛和毀滅。

尼腓一書14：8-17

尼腓看到神羔羊的教會與大而可憎教會之間的戰爭

請學生想像他們剛被徵召去打仗。

- 你要怎樣爲打仗作好準備？

說明天使教導尼腓，在後期時代將會發生一場大戰。

請三位學生輪流讀出尼腓一書14：9-11。請其他學生找出是哪兩群人在作戰。（可以提醒學生，那大而可憎的教會指的是任何會使人遠離神及其律法的個人或團體。）

- 這裡用了哪些字詞來描述那「大而可憎的教會」？
- 根據尼腓的異象，在末世時代，那「大而可憎的教會」會出現在哪裡？

請另外三位學生輪流讀出尼腓一書14：12-14。請全班一起找出我們可以對未來懷著希望的幾個理由。

- 根據尼腓一書14：12，哪一個教會的人數會比較多？
- 爲什麼羔羊的教會裡的人會比那大而可憎的教會裡的人少？
- 根據尼腓一書14：13，那大而可憎的教會聚集群眾的目的是什麼？

見證：我們都正在打那場尼腓所描述的戰爭——一場在後期時代對抗邪惡的靈性戰爭。身爲羔羊的教會成員，我們的人數不及對手。我們若要勝過魔鬼的勢力，就需要獲得援助。

- 你在尼腓一書14：14中讀到的哪些事帶給你希望？

強調這些經文中的應許是特別針對那些與主訂立聖約並遵守聖約的人。提醒學生，他們已經與主立下洗禮聖約。引導學生注意尼腓一書14：14中「以正義，並以神的大能武裝起來」這句話。

- 「以正義，並以神的大能武裝起來」這句話對你而言有何意義？
- 當我們在與邪惡作戰時，「以正義，並以神的大能武裝起來」，可以在哪些方面就像備有盔甲和武器一般？

- 你曾經在什麼時候覺得自己是「以正義，並以神的大能武裝起來」？你當時有什麼感覺？

問學生，他們會怎樣概述尼腓一書14：1-14裡的信息？要確定他們都了解，**只要生活正義並遵守聖約，神的大能就會幫助我們戰勝邪惡。**

請學生評估自己的生活，想想他們可以做些什麼，以便更堅固地以正義武裝起來。鼓勵他們在接受到提示時就要採取行動。向他們保證，只要保持忠信，就會有機會進入神聖的聖殿，與主訂立更多聖約。他們在聖殿所立的承諾和聖約會給他們的生活帶來更多的力量和保護。

請一位學生讀出尼腓一書14：3-4。請另一位學生讀出尼腓一書14：15-17。

- 什麼事會發生在那大而可憎的教會身上？
- 羔羊的教會（神的國度）與魔鬼的勢力之間的戰爭，其最後的結局會如何？
- 知道這場爭戰的結果對你有何幫助？

向全班讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長的話：

「和世上數十億人口相比，我們〔本教會的成員〕僅佔很小的比例。但是我們了解自己的身分，明白自己所知道的有多重要，而且我們要出去、宣講福音。

「摩爾門經已明示，我們永遠不會在人數上佔優勢，但是我們具有聖職能力〔見尼腓一書14：14〕。

「我們不但可以，而且也一定會影響全人類。世人將知道我們的身分，以及我們的行事爲人爲何如此。我們不僅有可能戰勝撒但，而且必定會戰勝他；儘管這件事似乎希望渺茫、困難重重。」（「聖職能力」，2010年5月，利阿賀拿，第7頁）

向學生保證，**神的國度終必在末世得勝。**表明你肯定知道他們可以信賴神，並且神的大能終將戰勝一切邪惡。鼓勵學生成爲一股影響他人向善的力量。

尼腓一書14：18-27

尼腓看到啓示者約翰

將以下的問題寫在白板上：

尼腓在異象中看到救主的十二使徒中的哪一位？

這位使徒要記寫些什麼？

爲什麼尼腓被命令不可記寫他的異象的其餘部分？

請學生默讀尼腓一書14：18-27。然後簡短討論白板上各項問題的答案。

說明這幾節經文至少有一部分指的是約翰所寫的啓示錄。該書的一大主題就是神必戰勝魔鬼的勢力。尼腓就像約翰一樣，也看到了世界末日的異象，但他被命令不可記寫下來，因爲已有約翰負責記寫了。時間允許的話，可以在結束這課程時，簡短討論一下，聖經和摩爾門經如何相輔相成地「確立」彼此的「眞實性」並「合而爲一」（尼腓一書13：40-41）。

自修班課程

尼腓一書第7～14章（第3單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓一書第7～14章（第3單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓一書第7章）

學生在研讀李海的兒子們怎樣返回耶路撒冷，並將以實瑪利一家人一起帶到應許地時，學習到了主命令我們要結婚並為祂繁衍後裔，而且神會根據我們的信心回答祈禱。

第2天（尼腓一書第8章）

學生研讀了李海的生命樹異象。他們學習到，歸向耶穌基督並領受祂的贖罪會帶來幸福和喜樂。他們讀到在這個夢中有幾群不同的人，有的人成功抵達生命樹而且吃到果子，但有的人卻失敗了，他們也從中學到了以下各項原則：驕傲、追隨世俗以及向誘惑屈服，都會使我們無法接受贖罪的祝福。要是我們緊守住神的話，神的話就會幫助我們克服誘惑及世俗的影響力。緊守住神的話會幫助我們更接近主，並得到贖罪的祝福。

第3天（尼腓一書第10～11章）

學生學習到，當尼腓力求能親自「看到、聽到和知道」（尼腓一書10：17）他父親所看到的事情時，發生了什麼事。他們從尼腓的榜樣中，看到神會向努力尋求祂的人顯示真理。尼腓得到的一個異象教導他有關神對我們的愛，神賜下祂的兒子而顯明了這份愛。學生已有機會寫下此事對他們具有什麼意義。

第4天（尼腓一書第12～14章）

尼腓在他異象的其餘部分，看到主如何為復興福音預備道路。他得知那明白而寶貴的真理會被從聖經中取走，但摩爾門經和後期時代的經文會恢復這些明白而寶貴的真理，幫助我們知道耶穌基督是神的兒子，並幫助我們歸向祂。尼腓也看到了末世的情形。學生已沉思這項原則：我們生活正義並遵守神聖聖約時，神的大能就必幫助我們戰勝邪惡。

導言

本週課程的重點是尼腓一書第8章中，李海的異象。你在教導這個課程時，要強調耶穌基督的贖罪能為我們的生活帶來喜悅，也要強調我們可以藉著遵行神的話來體驗贖罪的祝福。在這一整堂課中，學生都會用到經文、學生研讀指南和經文研讀日記。

教學建議

尼腓一書第7章

主命令李海的兒子們返回耶路撒冷去邀請以實瑪利一家人

展示一張已婚夫妻和他們孩子的照片，這張照片可以是你自己的，或請一位學生帶來。

問學生：家庭在神為我們制定的救恩計畫中為什麼很重要？

請學生複習尼腓一書7：1-5並概述其內容。問他們從這些經文中學到了哪些原則。（學生可能會提到一些不同的原則。但在學生用本中所強調的原則是：**主命令我們要結婚並為祂繁衍後裔**。

學生在他們第1天課程的作業中受指派要請一位家長、教會領袖或教師，針對今日的年輕人如何為結婚並「為主」繁衍後裔作準備一事，提出三項建議。請幾位學生分享他們所學到的事。

尼腓一書第8章

李海看到生命樹的異象

提醒學生，在尼腓和他的哥哥將以實瑪利一家人帶入曠野後，李海做了一個夢。請一位學生讀出尼腓一書8：10-13，並請另一位學生一邊聽，一邊將其中所描述的事情畫在白板或一張紙上。如果你覺得較適合的話，可以展示圖片：李海的夢（62620；福音畫冊〔2009〕，編號69），並請學生從圖片中找出這幾節經文中所描述的各種事物。

問學生：李海的哪些描述會讓你覺得那棵樹上的果子很誘人？

提醒學生，那棵樹上的果子象徵「神一切恩賜中最大的」（尼腓一書15：36），那就是耶穌基督贖罪的祝福。如果你請一位學生畫圖的話，可以在圖畫上標明果子代表什麼。

問學生：我們可以從尼腓一書8：10-13中學到哪些與接受贖罪祝福有關的事？（儘管學生可能會用不同的詞句來表達，但務必要確定他們清楚下列這項原則：**歸向耶穌基督和領受祂的贖罪會帶來幸福和喜樂**。可以將這項原則寫在白板上。）

學生在他們第2天課程的作業中要回答這問題：「救主的贖罪曾經在什麼時候為你的生活帶來幸福和喜樂？」請學生翻到自己的經文研讀日記，默讀自己所作的回答。

為了幫助學生彼此分享有意義的真理及見證，鼓勵幾個學生讀出或談談他們所寫的內容。你也可以講述你曾經在什麼時候因贖罪而在生活中蒙得幸福和喜樂。

說明李海的異象不僅教導了贖罪會帶來極大的喜樂，還顯示出我們需要做些什麼才能接受贖罪的祝福。請學生複習尼腓一書8：19-26並將李海異象中的其他象徵畫出來，或請學生在李海的夢這張圖片中找出其他的象徵。學生在畫出或尋找這些象徵時，請他們說明這些不同的象徵分別代表什麼意義。（如果他們需要協助，鼓勵他們參考他們在學生研讀指南中所完成的那張表。）

請一位學生讀出尼腓一書8：30。然後問他們下列問題：

- 在李海的異象中，鐵桿——神的話——有什麼作用？
- 你在研讀尼腓一書第8章時，對於神的話的重要性，學到了些什麼？
- 在尼腓一書8：30中，哪些話指出我們必須做到一些事，才能接受贖罪的祝福？
- 在你看來，「一直緊握著鐵桿努力前進」是什麼意思？

在白板上寫出學生在學生研讀指南中所讀到的另外兩項福音原則：***只要緊守住神的話，神的話就會幫助我們克服誘惑和世俗的影響力***。***緊守住神的話會幫助我們更接近主，並得到贖罪的祝福***。

請學生想像自己是傳教士，有機會向人見證研讀神的話並遵行其中原則的重要。請他們根據自己的經驗，分享他們會怎麼說。考慮針對經文和先知的話語有力量幫助我們更接近救主這件事，分享你的感受。

尼腓一書第10～14章

尼腓由於深具信心又十分勤奮，因此能在他父親所教導的事情和許多其他的事情上，得到個人的啓示

請一位學生讀出尼腓一書10：17，19。請全班一起找出當我們努力尋求主的指引時，會得到哪些祝福。請一兩位學生分享，他們認為「努力尋求」是什麼意思。（在第3天的課程中，他們需要在學生研讀指南中寫下這句話的意思。）

概述尼腓一書第11～14章，說明尼腓努力尋求主，所以接受到個人啓示。他看到了耶穌基督的傳道及贖罪（尼腓一書第11章）、他的後裔因為驕傲和邪惡而被毀滅（尼腓一書第12章）、早期移居到應許地的外邦人、明白而寶貴的真理復興（尼腓一書第13章），以及在末世時代，正義的人怎樣對抗那大而可憎教會的種種惡行（尼腓一書第14章）。

注意：在準備以下活動時，你可以複習本書的相關課程，以及學生研讀指南中本單元第4天的資料。

請學生從尼腓一書第11～14章中選出一章來進行以下活動。（可以請他們在白板上或在一張紙上進行這活動。）

- 寫下所選出的那一章的概要。
- 寫下該章所教導的一個福音原則。（他們可以使用在研讀指南中標示出來的原則，或自行找出一項原則。）
- 寫下今天的我們如何應用該項原則。

給學生充分的時間準備之後，請他們分享他們所寫的內容。請一兩位學生分享他們本週在研讀尼腓一書第7～14章時，對於所學到的原則有什麼樣的見證。

下課前，記得收取學生的經文研讀日記，並追蹤每一項指派作業。

下一單元（尼腓一書第15～19章）

在下一單元中，學生會讀到更多有關李海一行人在曠野中繼續前進和航海前往應許地時受到的考驗。想像他們有天早上醒來，發現一個「精巧細緻的圓球」（即利阿賀拿）時，會是多麼驚訝。利阿賀拿如何運作？又如何引導他們？為什麼尼腓會在船上斥責他的哥哥？尼腓如何描述那個應許地？

第16課

尼腓一書第15章

導言

尼腓獲得一個類似他父親所得到的異象後，就回到他父親的帳篷。他在那裡發現他的哥哥正在為李海所作的教導爭論不已。尼腓因他哥哥心地頑硬而責備他們，並提醒他們要如何為自己接受啓示。然後他解釋了李海的教導中一些有關橄欖樹原生枝條的事，以及李海生命樹異象的意義。尼腓一書第15章將尼腓努力尋求真理的情形，與他的哥哥漫不經心的態度作了對照（見尼腓一書15：9-11）。

教學建議

尼腓一書15：1-11

尼腓的哥哥因為無法了解李海的異象而抱怨

請學生列出幾項需要付出努力才能享受到成果的活動。可以將他們的答案列在白板上。（答案可能包括學校課業、園藝、演奏樂器、參加運動比賽及體能活動等。請學生想想自己的親身經驗。）

- 在你所想的那一項活動中，你看到你付出的努力和後來的成果之間有何關聯?

學生回答這個問題後，鼓勵他們在研讀尼腓一書第15章時，找出本課中一個類似的模式。

告訴學生，尼腓一書第15章一開始講到尼腓在接受到一個類似李海所得到的異象後，就回到他父親的帳篷。請一位學生讀出尼腓一書15：1-2，7。請全班一起找出尼腓回到他父親的帳篷時，遇見了什麼事?

- 尼腓回到父親的帳篷時發現了什麼?
- 尼腓的哥哥在爭論什麼?爲什麼?

請一位學生讀出尼腓一書15：3。請全班找出尼腓的哥哥爲什麼很難了解李海所教導的事。

- 根據尼腓一書15：3，尼腓的哥哥爲什麼很難了解李海教導的事?
- 尼腓爲了學習屬靈的眞理，做了什麼事?（爲了幫助學生回答這問題，可以請他們閱讀尼腓一書10：17。）

請一位學生讀出尼腓一書15：8。

- 尼腓提出問題而得到天上的異象作爲答覆（見尼腓一書第11～14章），後來他問他哥哥有沒有求問主，爲什麼是很自然的事?

請一位學生讀出尼腓一書15：9。再請另一位學生將尼腓哥哥所作的回答寫在白板上：

（我們）沒有；因爲主沒有讓我們知道這種事。

在白板上，「沒有」一詞的下方劃線。

- 尼腓的哥哥沒有做什麼事?

將答案（*求問主，祈禱，或向主詢問等*）插入到白板上的句子，讓它看起來像這樣：

（我們）沒有求問主；因爲主沒有讓我們知道這種事。

（換句話說，就是「（我們）沒有詢問；因爲主沒有對我們說話。」）

- 拉曼和雷米爾的想法有什麼問題?

尋找的問題

有成效的尋找的問題邀請學生找出和該經文段落內容有關的重要細節資訊，讓他們對該段經文有基本的了解。這類的問題通常會有類似誰、什麼、何時、如何、何地及為什麼等詞句。由於尋找的問題會要求學生在經文裡尋找資訊，因此若能先提出這類的問題，再請學生閱讀答案所在的經文，會很有幫助。這會使學生在閱讀經文時，專注於發掘答案。

確定學生看得出尼腓哥哥的想法有何錯誤。請他們重新排列白板上的字詞或換個說法，以便清楚描述出尼腓的哥哥爲什麼沒有獲得主的幫助來了解李海的教導。可能的答案有：「主沒有讓我們知道這種事，因爲我們沒有求問主。」以及「因爲我們沒有求問主，主沒有讓我們知道這種事。」

請一位學生讀出尼腓一書15：10-11。請全班找出尼腓教導了他的哥哥哪些眞理來幫助他們從神那裡獲得答案。

- 尼腓給了他的哥哥哪些勸告，來幫助他們了解父親的話，並從主那裡獲得答案?（尼腓勸告他的哥哥不要硬起心來，要用信心求問，相信必能獲得答案，並努力遵守誡命。幫助學生看出，尼腓知道這些原則都很重要，因爲他自己就遵從了這些原則，也因此獲得了啓示。）

爲了幫助學生從這節經文中找出一些原則，將以下文字寫在白板上：

如果……就會……

- 根據我們在尼腓一書15：10-11所讀到的，我們可以怎樣完成這句話?

學生的說法或許不同，但都應顯示出他們了解，**如果我們用信心求問主並遵守祂的誡命，就會準備好從主那裡接受啓示和指引**。（可以將這項原則寫在白板上。）

上課前準備好以下各項問題，列在白板上，或作成講義：

1. 你可以怎樣說明這項原則，來幫助別人了解要如何才能接受主的教導並明白屬靈的眞理?
2. 你個人的努力對於你接受主的指引和了解福音的能力有什麼影響?

將學生分成兩人一組。請各組中的一人沉思以上的第一個問題，另一人沉思第二個問題，然後互相分享答案。學生有充分時間討論答案後，請幾位學生和全班分享他們的想法。強調我們是否努力並渴望尋求靈的指引，對於我們能否有見證以及能否與主接近，會有深遠的影響。

尼腓一書15：12-20

尼腓說明以色列的分散與聚集

簡短概述尼腓一書15：12-20的內容。說明尼腓爲了消弭他哥哥的爭論，教導他們李海預言中有關「橄欖樹上原來的枝條」及外邦人的意義（見尼腓一書10：12-14；15：7）。他說明橄欖樹代表以色列家族。李海一家人離開耶路撒冷、與以色列家族其餘的人分開，就像一根枝條被從橄欖樹上折下來一樣（見尼腓一書15：12）。他又說明，在後期時代，在李海的後裔「在不信中衰落」許多年後（尼腓一書15：13），外邦人還會獲得完整的福音。那時，外邦人會將福音帶給李海的後裔，使他們重新認識他們的救贖主以及他們祖先所立聖約的祝福。這就像把他們的枝條聚集起來，再接回橄欖樹上一樣（見尼腓一書15：13-17）。這復興的發生不單是爲了李海的後裔，而是爲了整個以色列家族（見尼腓一書15：18-20；亦見尼腓一書10：12-14）。

見證主會遵守祂的應許，記得祂與祂兒女所立的聖約。祂希望所有的人都能得到福音的祝福。

尼腓一書15：21-36

尼腓回答他的哥哥對李海異象的疑問

說明在尼腓一書第15章的其餘部分，我們會讀到尼腓如何回答他哥哥對李海異象的疑問。尼腓用他在自己異象中所學到的事來教導他們。

將以下泰福．彭蓀會長的話展示在白板上或作成講義。請學生猜猜看，每個句子中應該插入哪些字詞。

1.「我們可以從_____……，找到力量來抗拒誘惑。」

2.「……_____能鞏固聖徒，使他們得到聖靈的保護。」

3.「祂的_____是祂賜給我們最珍貴的恩賜之一。」

請一些學生分享他們猜的答案後，請一位學生讀出尼腓一書15：23-24。請學生在這段經文中找出一個詞來幫助他們正確完成彭蓀會長的話。讀出這段經文後，請學生再猜猜看，可以用哪些字詞來完成以上每一個句子。全班一起複習正確的答案。（答案：1——神的話；2——神的話；3——話。〔見「經文的力量」，1986年7月，聖徒之聲，第69，70頁。〕）

請學生安靜地查考尼腓一書15：24-25。請一半學生在這些經文中找出一些遵從神的話的祝福。請另一半學生從其中找出一些字詞，來描述我們應該如何遵從神的話，以便接受到那些祝福。請各組分享他們找到的答案。

- 我們必須做些什麼來「聽」、「緊守住」，及「留意」神的話?（答案可能包括每日研讀經文、聆聽並留意受靈啓發的教會領袖所作的勸告，以及透過祈禱來尋求並跟從個人啓示。）

這幾節經文教導了有關研讀經文以及這爲我們的生活帶來的祝福；請學生用自己的話說出這些經文所概述的一項原則。學生可能說出的一個答案是：**每日研讀並跟從神的話會讓我們有力量對抗撒但的誘惑**。爲了讓學生有機會爲這項原則作見證，問：

- 每天研讀經文曾經在什麼時候帶給你力量，讓你能抗拒誘惑?（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

讀出以下十二使徒定額組羅拔．海爾斯長老的話：

「這些眞理如此重要，以致於天父讓李海和尼腓兩人都獲得異象，生動地將神的話比作鐵桿。他們父子二人都學習到，唯有握緊這根堅固、筆直、完全可靠的扶手，才能幫助我們一直走在這條窄而小的路上，引導我們回到救主身邊。」（參閱「神聖經文：帶來我們救恩的神的大能」，2006年11月，利阿賀拿，第25頁）

提醒學生，在李海的異象中，緊握鐵桿的人都安全地通過了那代表魔鬼誘惑的黑霧（見尼腓一書12：17）。

簡短地概述尼腓一書15：26-29。告訴學生，尼腓的哥哥請他說明他們父親在異象中所看到的那條河的意義。尼腓解釋，那條河代表爲惡人預備的可怕地獄，要把他們與神及神的人民隔開。

- 尼腓注意到那條河水的什麼情形，是他父親沒有注意到的?（那河水是污穢的。）

說明在尼腓一書15：33-36，尼腓教導了有關神的公道，以及爲什麼要將惡人與義人隔開。請幾位學生輪流讀出尼腓一書15：33-36。

- 爲什麼要將惡人與義人隔開?
- 知道沒有不潔的人能夠進入神的國一事，可能會對拉曼和雷米爾有什麼幫助?

鼓勵學生安靜地沉思以下的問題，細想他們在尼腓一書第15章中所學到的原則：

- 李海和尼腓的異象在哪些方面顯示出神很關心拉曼和雷米爾?這些異象在哪些方面顯示出神很關心你?
- 你可以怎樣應用你在研讀本章時所學到的各項原則?（可以請學生將這問題的答案寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中。）

可考慮在課程結束時，再次向全班讀出尼腓一書15：25。分享你的見證：留意神的話並遵守祂的誡命會蒙得祝福。向學生保證，神非常愛他們，祂必會祝福他們正義的努力。

第17課

尼腓一書第16章

導言

拉曼和雷米爾因尼腓的話而感覺扎心以後，就在主前謙抑了自己。這家人繼續在曠野旅行，主也賜給了他們利阿賀拿，藉此引導他們的旅程。他們旅行時，歷經各樣艱難，包括尼腓失去了弓，那是他們獵取食物的最佳工具。這時，大多數的家人，甚至李海，都開始抱怨主。尼腓因他哥哥抱怨而責備了他們；他製了一張新的弓，並請他父親告訴他該到哪裡打獵。

教學建議

尼腓一書16：1-6

尼腓回應他哥哥的抱怨

請學生想一想他們曾經在什麼時候因爲做錯事而受到斥責，而他們當時是如何回應的。然後請一位學生讀出尼腓一書16：1。在這位學生讀之前，先告訴全班要聽聽看，拉曼和雷米爾如何回應尼腓的教導。提醒學生，尼腓曾教導，惡人會與義人隔開，並從神的面前被拋棄（見尼腓一書15：33-36）。

請學生默讀尼腓一書16：2。可以建議學生劃記出尼腓所述，有些不遵行眞理的人，在聽到眞理時作何反應。

- 在你看來，「罪人認爲眞理太嚴厲」這句話是什麼意思?你認爲「眞理刺中他們的心窩」這句話是什麼意思?
- 如果有某項眞理令人難以承受，我們可能會作出哪些回應?

請學生默讀尼腓一書16：3-4。可以建議學生將第3節中的如果和就兩個詞劃記出來。鼓勵學生找出尼腓給他哥哥的勸告，尼腓告訴他的哥哥應該怎麼回應他所說的那些「嚴厲的話」。請一位學生用自己的話說明尼腓教導了他的哥哥什麼事。

- 根據尼腓一書16：5，尼腓的哥哥如何回應他教導的事?
- 尼腓一書16：5建議我們，當「眞理刺中〔我們的〕心窩」時，我們應當如何回應?

尼腓一書16：7-33

主透過利阿賀拿，引導李海一家人

請一位學生讀出尼腓一書16：9-10。展示圖片：利阿賀拿（62041；福音畫冊〔2009〕，編號68）。指出這是畫家所描繪的利阿賀拿。

- 在你看來，這樣一件禮物對於當時李海一家人會有哪些幫助?

請幾位學生輪流讀出尼腓一書16：16-19。

- 利阿賀拿對李海一家人有哪些益處?
- 李海一家人得到利阿賀拿後，他們的旅程變得更容易，還是更困難?尼腓在尼腓一書16：17-19所說的哪些話可以支持你的答案?
- 在你看來，爲什麼像李海和尼腓這樣正義的人，有時候也必須面對考驗?（你可以說明，我們所面臨的許多考驗，未必是選擇錯誤的結果，而是學習和成長的機會，是我們塵世旅程的一部分。）

請一半的學生安靜地查考尼腓一書16：20-22，找出李海的一些家人對於尼腓的弓折斷了的考驗有什麼樣的反應。請另一半學生查考尼腓一書16：23-25，30-32，找出尼腓對這項考驗作何回應，而他的回應對他的家人造成了什麼影響。兩組都報告他們所找到的答案後，問：

- 比較過對這相同考驗的兩種不同反應後，我們可以學到什麼？
- 儘管尼腓的父親李海也在抱怨，尼腓仍向他尋求指示，這樣做爲什麼是一件意義重大的事？我們可以從這件事學到什麼原則來應用在自己的生活中？（你可以說明，尼腓向父親李海尋求指示，顯示出他對李海的尊重，也能提醒李海要轉向主。儘管父母及聖職領袖有缺點，我們仍向他們尋求忠告，就是尊重他們並對主運用信心的一種方式。）
- 尼腓對他家庭遭遇的困境所作的回應，還能讓我們學到其他哪些原則？（在學生分享看法時，務必強調：**如果我們盡一切所能去做，並尋求主的指引，祂就會幫助我們度過難關**。）

請一位學生讀出尼腓一書16：26-29。請全班找出主使用利阿賀拿引導李海一家的詳細描述。爲了幫助學生了解及應用這些經文所教導的關於如何獲得主的指引一事，請提出以下的問題：

- 漫不經心地跟從主的指示，和運用信心、努力跟從主的指示，這兩者之間有何不同？

請學生默讀尼腓一書16：29，阿爾瑪書37：6-7及阿爾瑪書37：38-41，找出這三段經文中都教導了哪一項原則。

- 這三段經文都教導了哪一項原則？（要確定學生都了解：**主能藉著微小的方法，促成偉大的事情**。可以將這項原則寫在白板上。）
- 根據這些經文，主提供了哪些「微小的方法」來指引我們？

將以下的問題寫在白板上，要讓大家很清楚看到每個問題都缺了一些字詞。（可以在上課前完成。）

1. *在哪些方面，……就像利阿賀拿一樣？*
2. *哪些事情可能會使我們忽略掉來自……的重要信息？*
3. *你曾經在什麼時候因爲跟從了……的指引而蒙得祝福？*

將全班分成三組，每組指派一位領袖。將以下的指派項目分發給每位領袖，請他們那一組研讀一項主用來指引我們的「微小的方法」。（如果班級很大，可以將學生分成更多組，以減少每組的人數。這樣一來，就必須將同一個指派作業發給一組或多組。）

第1組：教長祝福

向組員讀出以下多馬．孟蓀會長的話：

「這同一位主在古代時候爲李海預備利阿賀拿，也在今天爲你我預備了一項稀世至寶般的恩賜，指導我們的生活，幫助我們把握人生的方向，指出危險使我們能走在安全的道路上。不是往應許地去，而是前往我們天上的家鄉。我所說的這個恩賜，就是教長祝福。每位配稱的教會成員都有資格獲得這項無價財寶。……

「不要把你的祝結福詞摺得整整齊齊地收藏起來，也不要框起來或出版，而是要展讀、愛惜、並遵守。你的教長祝福會幫助你度過最黑暗的夜晚，引領你度過生命中的種種危險。……你的教長祝福是你個人的利阿賀拿，爲你確立方向，指引你走該走的路」（參閱「教長祝福：利阿賀拿之光」，1987年1月，聖徒之聲，第52-53頁）

修改白板上的問題，使之成爲有關教長祝福的問題。和小組成員一起討論那些問題。指派小組裡的一個人和其他同學分享你們這組所學到的事，再邀請小組裡的一個人針對第3個問題分享他自己的經驗。

第2組：經文和後期時代先知的話語

向組員讀出以下七十員威廉·柯爾長老的話：

「基督的話可以成爲我們每一個人的利阿賀拿，爲我們指明道路。讓我們不要因方法容易就怠惰，讓我們運用信心將基督的話帶入我們的心思意念中，基督的話就是神聖經文中所記載的那些話，就是活著的先知、先見、和啓示者所說的那些話。讓我們懷著信心、努力地飽享基督的話，因爲基督的話將成爲我們靈性的利阿賀拿，指示我們一切應做的事情。」（參閱「基督的話——我們靈性的利阿賀拿」，2004年5月，利阿賀拿，第37頁）

修改白板上的問題，使之成爲有關經文和後期時代先知話語的問題。和小組成員一起討論那些問題。指派小組裡的一個人和其他同學分享你們這組所學到的事，再邀請小組裡的一個人針對第3個問題分享他自己的經驗。

第3組：聖靈

向組員讀出以下十二使徒定額組大衛·貝納長老的話：

「當我們努力使自己的態度和行爲更合乎正義時，聖靈對於今日的我們就如同利阿賀拿對於當時的李海及其家人了。那些讓利阿賀拿爲李海運作的因素，同樣也能邀請聖靈進入我們的生活；在古代那些讓利阿賀拿無法運作的因素，在現代同樣也會使我們遠離聖靈。」（參閱「使我們得以常有祂的靈與我們同在」，2006年5月，利阿賀拿，第30頁）

修改白板上的問題，使之成爲有關聖靈的問題。和小組成員一起討論那些問題。指派小組裡的一個人和其他同學分享你們這組所學到的事，再邀請小組裡的一個人針對第3個問題分享他自己的經驗。

請教師注意：進行大約六到八分鐘後，請各組教導全班，他們從該組的討論中學習到什麼。你也可以請學生在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，寫下主曾經在什麼時候透過微小的方法引導過他們。可考慮講述你自己曾經在什麼時候，透過微小的方法得到主的指引。

注釋及背景資料

尼腓一書16：10。個人的利阿賀拿

賓塞·甘會長曾將我們的良知比作利阿賀拿。他說：

「你必須明白，你自己的身體裡面也有個像羅盤、像利阿賀拿一樣的東西，神把這樣東西賜給了每個人。只要父母親好好教導孩子，孩子到了八歲，就能分辨善惡。但如果他不理會自己身體裡面的利阿賀拿，到最後，這個利阿賀拿可能就不再對他低語了。反之，如果我們記住我們每個人都擁有那能指示我們正確方向的東西——如果我們傾聽我們自己的利阿賀拿（也就是我們所謂的良心）的指引，我們的船就不會行駛在錯誤的航道上，苦難就不會發生，弓就不會折斷，而家人也不會哭喊著要食物了。」（參閱「我們自己的利阿賀拿」，1977年2月，聖徒之聲，第68頁）

第18課

尼腓一書第17章

導言

在曠野中旅行了八年之後，李海一家人來到一處靠海的地方，他們稱這裡為滿地富。他們在滿地富安頓下來後，主命令尼腓造一艘船。他的哥哥得知了他想做的事，就嘲笑他，然後抱怨，而且拒絕幫忙。尼腓教導他的哥哥說，儘管主一直想透過聖靈微小的聲音對他們說話，但他們的不義已經讓他們無法感覺到主的話了。他譴責他們的邪惡，並勸告他們要悔改。

教學建議

尼腓一書17：1-51

李海一家人旅行到滿地富，尼腓在那裡被命令要建造一艘船

將以下的圖表畫在白板上：

容易 ←——→ 困難

請學生想想，他們會將自己目前的生活形容爲容易或困難，以及這麼形容的理由是什麼。（你可以鼓勵學生和同伴討論答案，或請幾位學生和全班分享他們的看法。提醒學生，他們無須分享任何太過個人或隱私的事情。）

請一位學生讀出尼腓一書17：1，4，6。在這位學生讀的時候，請全班找出其中的一些字詞，用來說明尼腓一家人在曠野中的生活是容易或困難。

- 尼腓把他們在曠野中的日子形容爲容易或困難？哪些字詞指出這段日子是困難的？

說明尼腓和他的家人在這段日子中也蒙受了豐盛的祝福。請學生瀏覽尼腓一書17：2，5，12-13，找出尼腓一家人在旅程中的哪些方面蒙得了祝福。請幾位學生說明他們找到了什麼。

告訴學生，尼腓所教導的一項原則說明了他的家庭爲什麼在這段困難的日子中也可以蒙得祝福。請學生默讀尼腓一書17：3，並找出以如果（若）開頭的那項原則。簡短說明，經文中的原則有時會以「如果（若）……就……」的形式出現。在如果（若）後面會引出一項行動，而在就後面則指出在我們採取該項行動之後，所得到的（正面或負面）的結果。

雖然尼腓一書17：3中並沒有就這個字，但這節經文確實描述了一項行動以及隨之而來的一些祝福。請學生說出他們所找到的含有「若……就……」句型的原則。他們應該說出類似以下的句子：**我們若遵守誡命，主就會增強我們，並爲我們提供方法，來完成祂命令的事。**（可以將這原則寫在白板上。）請學生在研讀尼腓的經驗和省思自己的生活時，找出一些證據來證明這項原則。

發下印有下列問題的講義（或在上課前將這些問題寫在白板上）：

1. 主命令尼腓做什麼事？（尼腓一書17：7-8）尼腓如何回應？（尼腓一書17：9-11，15-16）他的哥哥如何回應？（尼腓一書17：17-21）
2. 主如何協助摩西完成他被命令去做的事？（尼腓一書17：23-29）
3. 尼腓的哥哥在哪些方面就像那些以色列兒女？（尼腓一書17：30，42）

幫助學生學會如何找出教義和原則

你若幫助學生學會如何在經文中找出教義和原則，他們自己研讀經文就會更有成效。教導學生尋找類似「由此可知」、「所以」、「因此」、「看啊」，或「如果（若）……，就……」等字詞，這類字詞後面通常會引出某些原則或說明某項教義。

4. 在主所命令的事情中，哪一項對我來說可能很困難?
5. 我如何能像尼腓及摩西一樣回應?我如何能避免尼腓的哥哥和以色列兒女所犯的錯誤?

提出上述問題時，要說明這些問題會幫助學生看出尼腓在抵達滿地富之後，如何繼續遵守尼腓一書17：3中所述的原則。這些問題也能幫助學生將這原則應用在自己身上。請一位學生讀出尼腓一書17：7-8。請其他學生找出尼腓被命令去做什麼事。請學生將答案寫在講義上第1個問題下方，或寫在自己的經文研讀日記中。

- 對尼腓來說，這項命令在哪些方面可能很困難?

請一位學生讀出尼腓一書17：9-11，請另一位學生讀出尼腓一書17：15-16。在他們開始讀之前，請全班聽聽看，尼腓如何回應要他建造一艘船的這個命令。

- 尼腓的回應有什麼令你印象深刻的地方?

請學生將尼腓的回應概要地寫在講義上第1個問題下方，或寫在自己的經文研讀日記中。

請幾位學生輪流讀出尼腓一書17：17-21。請全班找找看，有哪些字詞顯示出拉曼和雷米爾的態度。請學生概要地寫出拉曼和雷米爾如何回應那個造船的命令。請一兩位學生和全班分享他們所寫的摘要內容。

說明尼腓對他哥哥的抱怨所作的回應是，提醒他們主曾協助摩西完成困難的任務，解救以色列兒女脫離了束縛。尼腓也將他哥哥硬起心來一事，和以色列兒女的情況相比。請學生研讀該段經文，並將他們對第2和第3項問題的回答寫下來。你可以根據學生的需求，請他們獨自進行，或和同伴一起進行。

學生完成第2和第3項問題後，問：

- 主如何協助摩西完成他奉命去做的事?
- 在你看來，摩西的榜樣可能怎樣幫助了尼腓?
- 尼腓的哥哥在哪些方面就像以色列兒女一樣?

指出當主給我們一些充滿挑戰的任務或誡命時，我們可以選擇像尼腓那樣回應，也可以選擇像拉曼和雷米爾那樣回應。說明主雖然沒有要求我們去完成像造船或分開紅海那樣的事，但祂給我們誡命，要求我們去做一些在某些人看來十分困難的事。比方說，祂命令我們要保持有美德的思想，守安息日爲聖。祂期望我們履行教會召喚（例如擔任定額組會長或班級會長），爲人服務。祂也期望我們遵守我們所立的聖約，並在教會保持活躍，甚至面臨各樣挑戰時亦然。給學生一些時間將第4和第5項問題的答案寫下來。鼓勵他們在回答第4項問題時，把主已命令的事情中，對他們而言可能很困難的事寫下來。

給學生充分時間書寫之後，讀出尼腓一書17：50中，尼腓那些充滿信心的話。然後請學生默讀尼腓一書17：51，並思考他們如何將這句話應用在生活中。鼓勵學生將自己的名字加在我這個字後面，並將造一艘船這幾個字，換成一件在他們看來很困難的任務或誡命。可考慮請一些樂於分享的學生讀出尼腓一書17：51，並換上他們選用的字詞。再次複習白板上所寫的這項原則。

- 關於這項原則，尼腓有過哪些經驗，讓他確信主會幫助他完成一切的誡命?
- 你曾有過哪些經驗，讓你確信主會幫助你完成祂要求你去做的一切事情?

分享你的見證：我們遵守誡命時，主就會賜給我們力量，並提供我們一些方法去完成祂命令的事情。

教導時要考慮學生的需求

調整教學方式來協助學生善盡身為學習者的責任，是明智的作法。例如，如果學生顯得疲倦，就可考慮請他們和同伴一起進行，來幫助他們繼續參與學習。如果學生很有精神，就請他們獨自研讀，來幫助他們繼續專注學習。

尼腓一書17：45-55

尼腓譴責拉曼和雷米爾的邪惡

展示圖片：尼腓制服叛逆的哥哥（62044；福音畫冊〔2009〕，編號70）。請學生概要說明這圖片中正在發生的事。如果學生不會回答，請他們從尼腓一書17：48，53-54中找答案。

- 根據尼腓一書17：53，主爲什麼要震撼尼腓的哥哥？（可以告訴學生，這裡的震撼，指的是「使之動搖或發抖」。）

說明主震撼拉曼和雷米爾一事，只是主用來和他們溝通的許多方法之一。請學生閱讀尼腓一書17：45，找出主過去與拉曼和雷米爾溝通時所使用的一些方式。

- 主曾使用哪些方式與拉曼和雷米爾溝通？在這些方式中，哪一項似乎是主與我們溝通最常用的方式？

你可以建議學生劃記以下尼腓一書17：45中的這句話：「他曾用微小的聲音對你們講話。」請一位學生讀出以下十二使徒定額組培道·潘會長的話：

「聖靈說話的聲音被形容爲一種『微小的聲音』〔教約85：6〕，而這聲音是感覺到多過聽到的。雖然我們常說『傾聽』聖靈的低語，但通常人們會用『我有一種……感覺』來形容這種靈性的提示。」（參閱「個人的啓示：恩賜、考驗及應許」，1995年1月，聖徒之聲，第64頁）

可以請學生將以下眞理寫在他們自己經文中尼腓一書17：45的旁邊：**聖靈會用微小的聲音說話，而這聲音是感覺到多過聽到的**。（爲了強調這項原則，可以請學生閱讀教義和聖約8：2-3。）

- 你曾經在什麼時候感覺到聖靈用微小的聲音對你說話？
- 你會做哪些事來幫助你感覺並辨認出聖靈的微小聲音？

學生回答後，可以鼓勵他們在尼腓一書17：45中劃記以下這句話：「但是你們已麻木了，不能察覺到他的話。」請學生閱讀尼腓一書17：45的第一句，找出拉曼和雷米爾爲什麼會變得「麻木」。請他們報告所找到的原因。

- 爲什麼「迅於作惡」會使拉曼和雷米爾變得「麻木」？
- 我們的罪對於我們感受聖靈的能力有什麼影響？

學生回答後，讀出以下曾任總會會長團的雅各·傅士德會長所說的話：

「行動電話已成爲我們這時代很普及的通訊工具。然而，我們偶而會遇到行動電話的收訊死角。在隧道或峽谷中使用行動電話，或者遇到其他干擾，就會發生這種情形。

「與神溝通也是同樣的道理。……我們常讓自己走進靈性的死角——也就是那些會阻礙我們接受神聖信息的場所或情況。這些死角包括憤怒、色情、犯罪、自私，以及其他會冒犯聖靈的狀況。」（「你得到正確的信息了嗎？」2004年5月，利阿賀拿，第67頁）

結束時，請學生想想主最近想要傳達給他們的一些信息。鼓勵他們想想是否有任何「靈性的死角」會阻礙他們接收到這些信息。（可以請學生將此事寫在他們自己的經文研讀日記中。）見證：聖靈會用微小的聲音說話，而這聲音是感覺到多過聽到的。也要見證：當我們努力使自己配稱接受這些溫柔的提示時，我們就會體驗到這樣的溝通。

第19課

尼腓一書第18章

導言

尼腓和其他人照著主的指示，建造了船隻、開始航向應許地。在航行中，拉曼、雷米爾、以實瑪利的兒子以及他們的妻子都反叛了主。當尼腓責備他們時，拉曼和雷米爾就用繩索捆綁他。結果，利阿賀拿停止運作，他們無法決定應該把船駛往哪個方向。當一陣猛烈的風暴威脅著船上每個人的生命時，他們便悔改，並釋放了尼腓。尼腓祈禱後，風暴止息了，主再次指引他們航向應許地。

教學建議

尼腓一書18：1-8

李海一家人準備航向應許地

將*主的大能*和*我的努力*寫在白板上。請學生想想他們正在面臨的一個問題。請他們選擇，用哪一個方式（*主的大能*或*我的努力*）來解決該問題會更有成效，並說明爲什麼。簡短討論過後，請學生在尼腓一書第18章中，找出尼腓的榜樣可以怎樣幫助他們迎向當前的挑戰。

展示圖片：李海和他的人民抵達應許地（62045；福音畫冊〔2009〕，編號71）。

請學生默讀尼腓一書18：1-8。請他們找出（1）尼腓和他的家人爲這應許地之旅作了哪些準備，（2）主做了哪些事來協助他們。

- 在你看來，尼腓「不時」獲得啓示爲什麼很重要？
- 在尼腓一書18：2-3中，你看到尼腓的行動與他從主那裡接受到的幫助，這兩者之間有何關聯？
- 在完成造船及航向應許地這兩件事上，爲什麼主的引導和尼腓自己的努力這兩者都是必要的？

請學生概要說明我們可以從尼腓的榜樣中學習到哪些原則。學生有機會指出他們所學到的眞理後，將以下原則寫在白板上：*爲了完成主命令的事，我們必須尋求祂的協助，並付出自己的努力*。

- 你曾經在什麼時候，在接受到主的引導或指示的同時，也必須付出自己的努力，才能遵守祂的一項誡命？

請學生將彼此對上述問題所作的回答，記寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中。

指出我們都需要神的協助，來服從祂的誡命和遵守鞏固青年中列出的福音標準。（可以在上課前取得一本鞏固青年並複習其內容。）鼓勵學生找出他們在服從哪項誡命或福音標準時特別需要主的協助。給他們時間在自己的經文研讀日記中寫下：（1）他們可以做些什麼來尋求主的協助，以服從該誡命或標準，（2）他們自己必須付出哪些努力來服從該誡命或標準。

尼腓一書18：9-25

拉曼和雷米爾帶頭反叛，阻礙了航向應許地的旅程

問以下的問題：

- 在你看來，我們會遇到困難的原因有哪些?

經過討論之後，請一位學生讀出以下七十員惠尼·克雷頓長老所說的話。請全班聽聽看，克雷頓長老認爲，我們會遭遇困難有哪三個原因：

「大體來說，我們所承受的重擔有三個來源。〔1〕有些重擔是我們生活在這世界中各種情況的自然產物。疾病、身體殘障、颶風、地震等不時會發生，但這並不是我們的錯。……

「〔2〕有些重擔是由於他人的不當行爲而加諸在我們身上的。虐待與習癮可能讓家庭無法成爲無辜家人的人間天堂。罪惡、錯誤的傳統、壓迫手段和違法行徑，都在生活中製造了不少受害者。……

「〔3〕我們自身的過錯與缺點爲我們自己製造了許多問題，使我們肩上的負擔變得沉重。而我們加諸於自己身上最沉重的負擔則是罪的重擔。」（參閱「讓你們的重擔得以減輕」，2009年11月，*利阿賀拿*，第12-13頁）

在白板上寫下：（1）*這世界中的各種情況*，（2）*他人的不當行爲*，及（3）*我們自身的過錯與缺點*

說明李海一家開始航向大海之後，拉曼、雷米爾和其他人做了一些不好的選擇，致使船上每個人都遭到苦難。請一位學生讀出尼腓一書18：9。鼓勵學生在每次聽到有人作出錯誤選擇的例子時，就舉起手來。

- 拉曼、雷米爾、以實瑪利的兒子們，和他們的妻子，都做了什麼錯誤的選擇?爲什麼那是錯誤的?

幫助學生了解，跳舞、聽音樂、玩樂等並沒有錯，但這節經文指出，拉曼、雷米爾和其他人在做這些事時「滿口粗話」（尼腓一書18：9）、粗魯無禮。說明在這節經文中，*粗*這個字指的是粗野、鄙俗。魔鬼會用舞蹈、音樂，以及我們說話的方式來腐化我們的心思意念，使我們失去聖靈陪伴。

請一位學生讀出尼腓一書18：10。

- 根據尼腓一書18：10，尼腓害怕，要是那些反叛的人不悔改的話，會發生什麼事?
- 尼腓做了什麼來試著幫助他們?（學生要是知道*鄭重*一詞的意思是嚴肅，可能會有幫助。）

請學生想想，要是有位家人或教會領袖要求他們改變他們聽的音樂，或改變他們跳舞或說話的方式，他們會有何回應。鼓勵他們想想自己是否願意聽從去改變。

請一位學生讀出尼腓一書18：11。

- 根據尼腓一書18：10-11，拉曼和雷米爾如何回應尼腓的勸告?
- 爲什麼主會容許拉曼和雷米爾捆綁尼腓?

請幾位學生輪流讀出尼腓一書18：12-14，17-19。請學生從中找出一些詞句，顯示拉曼和雷米爾的行爲所帶來的後果。請學生找出他們可以從這件事中學到哪些福音原則。其中一個答案可能是**罪惡不但會使自己受苦，有時也會使他人受苦**。爲了幫助學生應用這項原則，可以提出類似以下的問題：

- 少數人的叛逆行爲怎樣影響了整個團體?
- 不明智或叛逆的選擇會怎樣干擾我們接受啓示的能力?

在討論時，可考慮讀出以下十二使徒定額組培道・潘會長的話：

「我們在教會裡看到了各種虔敬和不虔敬的樣式。雖然有許多值得推崇的榜樣，但我們卻有逐漸偏離正軌的趨勢。我們有理由爲此深感憂心。

「世界日益喧囂。人們的穿著打扮越來越隨便，舉止行爲也越來越放縱不羈。靡靡之音和猥褻的歌詞傳遍大街小巷。……各類光怪陸離的事逐漸爲大眾所接受，年輕一代的心靈受到腐蝕。……

「這種熱衷喧鬧、刺激、爭論，輕忽約束、莊重、禮儀的趨勢，並非一種巧合，也不是出於無知，更非毫無害處。

「指揮官發動軍事攻擊時，所下的第一道命令就是去干擾他要打敗的那一方的通信管道。

「不虔敬會使你在心智及靈性上接受啓示的靈敏管道受阻，而這正好符合魔鬼的目的。」（參閱「虔敬帶來啓示」，1992年1月，聖徒之聲，第22頁）

- 如果你變得叛逆、不服從，對你的家庭會有何影響?對你的朋友會有何影響?對你的班級或定額組會有何影響?

回頭複習白板上所列的造成苦難的三個原因。說明本章的其餘部分能幫助我們學習到，當苦難來臨時，我們應當怎樣回應，無論那苦難是來自我們自己的選擇或他人的選擇。請學生自行閱讀尼腓一書18：15-16，20-23。鼓勵他們找出可以應用在這兩種情況的眞理。請他們用自己的話分享他們所學到的事。他們的答案可能包括下列各項：

我們在考驗中可以仰望神並保持忠信。

祈禱能幫助我們在考驗中找到平安。

在學生表達看法時，務必要強調尼腓在遭受考驗時所表現的正義榜樣。請一位學生讀出以下惠尼・克雷頓長老的見證。請全班找出克雷頓長老勸告我們，在面臨考驗時要怎麼做：

「不論我們在人生中遇到的這些重擔是因爲自然環境、其他人的不當行爲或我們自身的過錯與缺點所造成的，我們都是一位慈愛天父的孩子；祂將我們送到世上，讓我們得以成長與進步，那是祂永恆計畫的一環。我們獨特的個人經驗能幫助我們準備好回到祂身邊。……我們都必須竭盡所能，『好好』地承受重擔〔見教約121：7-8〕……。

「……我知道只要我們服從神的誡命並遵守我們所立的聖約，祂就會分擔我們的重擔，並增強我們的力量。我們若悔改，祂會赦免我們的罪，賜給我們良心上的平安與喜樂。」（參閱「讓你們的重擔得以減輕」，第13-14頁）

請學生思考他們在本課學到的一項眞理。

- 你曾經在什麼時候在你自己或你所認識之人的生活中看到這項眞理?

你可以加上自己的這個見證：我們若忠信、悔改並轉向神，祂就能幫助我們度過考驗。

結束時提醒學生，尼腓一家人雖然經歷到許多苦難，最後仍抵達了應許地。見證：我們若尋求主的指引，並努力服從，我們也能夠成功地完成主差我們到世上來經歷的這趟旅程。

第20課

尼腓一書第19章

導言

在這一章裡，尼腓說明，有些人不尊崇以色列的神，耶穌基督。他們藐視耶穌基督，拒絕聽祂的勸告，就好比把祂放在腳下踐踏一樣。尼腓也談到古代衆先知的教導；這些先知預言，那些要為救主受鞭打及被釘十字架一事負責的人及其後裔，都將被分散、遭受苦難，直到他們的心轉向主為止。那時，主必「記起與他們祖先所立的聖約」（見尼腓一書19：15）。尼腓說明，他記寫這些事是要勸服他的人民記得主並相信祂。他也教導他的人民要將經文比作自己，來幫助他們相信主。

教學建議

尼腓一書19：1-19

尼腓記錄有關耶穌基督的預言，來幫助人民記得他們的救贖主

舉起一本摩爾門經。概述尼腓一書19：1-4，說明尼腓奉命去製作兩套頁片；一套記寫神聖的（宗教）歷史，另一套記寫他人民的世俗歷史。請一位學生讀出尼腓一書19：3，5-6，請其餘學生找出尼腓講到「神聖」的事情時說了些什麼。

- 尼腓認爲記寫神聖紀錄的理由是什麼？

請一位學生讀出尼腓一書19：7。在讀之前，說明在這節經文裡，「以色列的神」指的是耶穌基督。這節經文裡的藐視一詞，意思是「輕視」；而藐視某人，就是將那人視爲毫無價值。

- 尼腓說明了他只記寫神聖的事情之後，就開始記寫些什麼？
- 根據尼腓一書19：7，有些人如何將救主放在腳下踐踏，或「藐視祂」？
- 拒絕聆聽主的勸告如何就像藐視祂或將祂踐踏在腳下一般？

請一位學生讀出尼腓一書19：8-10。請班員找出在救主塵世傳道期間，人們如何藐視祂、視祂爲無物。（可以建議學生將他們找到的相關字詞劃記下來。）

- 在救主塵世傳道期間，人們如何對待救主，把祂視爲無物？
- 在這幾節經文裡，有哪些細節顯示出救主並沒有將我們視爲「無物」，認爲我們毫無價值？（學生應該了解，救主忍受那一切，是「由於祂對人類兒女的慈愛和恆久忍耐」。）
- 你在思考這幾節經文時，對於救主有什麼感受？

請一位學生讀出尼腓一書19：13-14，並請全班找出先知徐納斯所說，那些將救主釘死在十字架上的人（及其後裔）「被萬民折磨」的原因爲何。

- 根據徐納斯的說法，那些將救主釘死在十字架上的人（及其後裔）爲什麼會「被萬民折磨」？

將以下這句話寫在白板上：*他們轉開他們的心。*

- 在你看來，轉開他們的心遠離主是什麼意思？

學生回答後，告訴全班，你希望請幾位學生幫忙解說，這句話如何應用在我們今日的情況。請幾位學生到白板前面來，要他們每個人寫下一個例子來描述當一個人轉開他的心、遠離了主時，可能會有的舉動。然後請他們說明，當一個人像他們所寫的那樣轉開他的心時，可能會有哪些後果。（例如，學生可能會寫下停止研讀經文，然後說明這個舉動的一個後果就是接受啓示的能力會減低。）

等幾位學生說明他們的例子後，告訴全班，無論我們可能爲了什麼原因而轉開我們的心，遠離了主，我們都能夠選擇把我們的心再轉回到祂那裡。請學生默讀尼腓一書19：14-17，找出主對那些將心轉回到祂那裡的人作了什麼應許。

- 主會在什麼時候分散以色列?（當他們轉開他們的心、遠離祂時。）
- 主會在什麼時候聚集以色列?（當他們把心轉向祂時。）
- 主說，對於那些不再把心轉離祂的人，祂會爲他們做些什麼事?
- 你認爲，主會記起這些人並記起祂與他們祖先所立的聖約，是什麼意思?

幫助學生了解，主並沒有忘記這些人，只是他們生活的方式讓主無法將福音的全部祝福賜給他們。當他們的後裔將心轉向主時，主應許會記起他們，將他們聚集到祂的教會裡，並賜給他們福音的全部祝福。

- 在你看來，第15-17節中的應許對於我們有何意義?（討論之後，應能得出這項結論：**我們將心轉向主時，祂就必信守我們與祂所立的聖約。**

請學生沉思以下各項問題，並將答案寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中。（你可以將問題寫在白板上。）

- 你和家人的哪些舉動會顯示出你們已將心轉向了主?
- 這樣的舉動曾在什麼時候讓你或你的家人獲得了主的祝福?

可考慮請幾位學生和全班分享他們的回答。提醒他們，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。

簡短說明，尼腓的紀錄是爲了以色列家族全體成員而記寫的，包括我們在內。請一位學生讀出尼腓一書19：18-19，並請全班找出尼腓想要說服我們做些什麼事?見證：當我們記得主，並將心轉向祂時，祂就會把福音的各項祝福加諸於我們。

尼腓一書19：20-24

尼腓說明為什麼要用古代的經文教導他的人民

分享以下總會會長團亨利·艾寧會長的話，改編自他對教會教育機構宗教教育者所作的一席演講：

「關於閱讀摩爾門經，我要給各位這項應許：一旦你們了解主已把祂要給你的信息融入摩爾門經中，就會被此書吸引。尼腓、摩爾門、摩羅乃都知道這點，而摩爾門經所有的作者也都爲你準備了信息。希望各位有信心，知道這本書是爲你們的學生而寫的。摩爾門經會傳達簡單而直接的信息給他們，告訴他們該如何改變。這就是這本書的目的。它見證主耶穌基督、祂的贖罪、以及這贖罪將爲學生的生命帶來哪些影響。今年你們將因研讀這本書而體驗到贖罪力量帶來的改變。」（參閱「摩爾門經會使你的一生改觀」，2004年2月，利阿賀拿，第15頁）

- 在你研讀摩爾門經時，知道尼腓、摩爾門及摩羅乃都納入了特別寫給你的信息，對你有何幫助?

分享以下泰福·彭蓀會長的話：

「摩爾門經是爲今日的我們而寫的。神是這本書的作者。它是一個墮落民族的紀錄，由受靈啓發的人爲了祝福我們而編纂的。那些人從未擁有此書——這書是爲我們寫的。本書以之爲名的那位古代先知摩爾門，節錄了數個世紀的紀錄。而那位從一開始就知道末了的神，則告訴了他，要將我們今日所需的哪些資料納入他所作的節錄中。」（參閱「摩爾門經是神的話」，1975年8月，聖徒之聲，第42頁）

「他們若已看到我們的時代，並且選出那些對我們最具價值的事情記載下來，我們豈不應當勤讀摩爾門經嗎？我們應當常常自問：『主爲何啓示摩爾門（或者是摩羅乃、阿爾瑪），把那段經節記在他的紀錄裡呢？可從中學到什麼教訓，以便幫助我生活在今日的時代呢？』」（「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，1987年1月，聖徒之聲，第4頁）

請全班默讀尼腓一書19：22-23，找出尼腓所述，他如何幫助哥哥在經文中找到給他們自己的信息。

- 尼腓將經文比作他自己和他的人民，是希望獲得什麼結果？
- 益處一詞的意義是什麼？（好處、優勢、有價值的收益。）

將下表作成講義，或展示在白板上，然後請學生抄在自己的經文研讀日記中。

將經文比作我們自己		應用經文中的真理	
這段經文描述的是什麼情況？	這個情況與我的生活，或與我周遭世界的情況有何類似之處？	這段經文教導了哪一項真理或信息？	我如何能夠在自己的情況中遵行這項真理或信息？

在介紹上表時，說明比作意思是相比較。將經文比作我們自己，意思是把經文中的某個情況，與我們自己生活中的情況，或與我們周遭世界的情況作一比較。認出經文中的情況與我們自己生活中的情況的類似之處，會讓我們準備好去找出並應用經文中的眞理。在我們遇到類似情況時，經文中那些人物所應用的眞理也同樣能應用在我們自己身上。

爲了幫助學生了解從「比作」到「應用」的過程，可與學生一同複習摩爾門經的第一個精通經文章節：尼腓一書3：7，並請他們完成自己的那張表。請一位學生讀出尼腓一書3：7。

- 尼腓說這些話時，是在回應哪些情況？（他的父親，即先知李海，要他回耶路撒冷去取銅頁片，而他的哥哥抱怨這個任務太困難。）
- 尼腓的情況與你生活中的某個情況有何類似之處？主曾在什麼時候希望你去做一件困難的事？
- 在尼腓的情況中，哪一項眞理幫助了他？（尼腓知道，主無論何時賜給祂的兒女誡命，都會爲他們預備道路來完成該誡命。）
- 在你的情況中，你可以怎樣根據這項眞理採取行動？

請幾位學生分享他們如何將尼腓一書3：7比作自己，又如何將它應用在自己的生活中。（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

結束課程時，再次舉起一本摩爾門經。提醒學生，尼腓認爲他所記寫的有關救主的事情非常神聖，而且對於他自己和別人都非常有價值。鼓勵學生研讀經文，並從中找出主和祂的眾先知爲他們預備的信息。見證：**我們將經文比作自己，就能從中學習並獲益。**

鼓勵學生自行研讀經文，找出一些他們可以用來比作自己的章節。他們可以試著把自己的名字插入一些經文中，然後，就像主或祂的先知直接對他們講話一般，讀出那些經文。例如，他們可以這樣讀出尼腓二書31：20的部分經文：「因此，你〔插入名字〕必須對基督堅定不移，……努力前進。」

你可以提供一些空白的表，讓學生在家裡使用。請他們下次來上課時，準備好分享他們如何將經文比作自己，又如何因爲這樣的經驗而從中學習並獲益。

將經文比作我們自己

福音教師的一項重要目標，是要協助學生學會將經文比作他們自己。教師可以提出一些像上表和課程中所列的問題，來幫助學生做到這件事。教導時，要找機會協助學生學習怎樣將經文比作他們自己。

自修班課程

尼腓一書第15～19章（第4單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓一書第15～19章（第4單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓一書第15章）

尼腓和他的哥哥對李海的預言有不同的回應。學生在研讀尼腓的舉動時會發現，只要我們懷著信心求問主並服從祂的誡命，我們就會作好準備，來接受從主而來的啓示和指引。尼腓說明鐵桿的意義，並表示每日研讀並遵行神的話，會增強我們的力量來抵抗撒但的誘惑。

第2天（尼腓一書第16章）

從拉曼和雷米爾對尼腓的教導所作的回應，學生看到：「罪人認為真理太嚴厲」（尼腓一書16：2）。當尼腓的弓折斷時，他表現出來的是，只要我們盡力而為並尋求主的指示，主就必幫助我們克服困難。藉著研讀利阿賀拿如何指引李海一家人，學生學習到「主能藉著微小的方法，促成偉大的事情。」（尼腓一書16：29）

第3天（尼腓一書第17章）

尼腓詳述了他的家庭在曠野中逗留，以及後來抵達滿地富的經過情形。當他奉命去建造一艘船時，他表現出來的是，如果我們遵守誡命，主就必增強我們的力量，並為我們提供方法來完成祂所命令的事。主用了一些方法呼籲尼腓的哥哥悔改。學生學習到，聖靈通常會用微小的聲音說話，而這聲音是感覺到多過聽到的。學生列出了一些會阻礙他們辨認那微小聲音的情況和場所。

第4天（尼腓一書第18～19章）

尼腓造船的例子告訴學生，若要完成主命令的事，我們需要尋求祂的協助，並付出自己的努力。研讀李海一家人航向到應許地的旅程，教導我們的是：罪惡不但會使自己受苦，有時也會使他人受苦。尼腓在受哥哥迫害時的榜樣，教導我們的是：我們在考驗中可以仰望神並保持忠信；祈禱能幫助我們在考驗中找到平安。

導言

學生在本週讀到了李海一家人在行經曠野和渡過汪洋到應許地途中所發生的重要事件。本課會幫助學生複習這些事件，討論他們所學到的各項原則，以及為這些原則作見證。幫助學生看出尼腓在困難的境況中如何保持忠信。鼓勵他們效法尼腓服從的榜樣，並在困難的時候信賴主。

教學建議

尼腓一書第15～18章

尼腓示範了如何在考驗中服從並信賴主

如果有下列圖片，就準備展示出來：

- 利阿賀拿（62041；福音畫冊〔2009〕，編號68）
- 尼腓制服叛逆的兄長（62044；福音畫冊，編號70）
- 李海和他的人民抵達應許地（62045；福音畫冊，編號71）

為了幫助學生複習並了解他們本週所研讀內容的背景，隨意展示以上圖片，然後請學生依照年代順序排列出來。請他們想像自己是新聞編輯，必須為每張圖片寫出一個簡短的標題。按照順序展示這些圖片，並請班員說出一個標題。你可以讀出尼腓一書第15～18章的章前綱要，讓他們有些概念。

為了幫助學生準備好討論尼腓一書第15章，請他們談談他們所參與的一項活動，那項活動需要他們自己先付出努力，才能享受到成果。這些活動可能包括學校課業、彈奏樂器，或體能活動等等。

將尼腓一書15：2-3，7-11寫在白板上，並給學生一些時間閱讀這些經文。問他們，為什麼尼腓的哥哥無法像尼腓一樣了解李海所獲得的啓示。

聽過學生的回答後，幫助他們看出：**要從主那裡獲得靈感和啓示，必須先過著正義的生活、付出努力，並且運用信心**。可以將這項原則寫在白板上，來強調其重要。

請學生沉思並回答以下這問題：你曾經有過哪些經驗，讓你知道這原則是真實的？

將強韌一詞寫在白板上。問學生，強韌是什麼意思。他們回答後，在白板上寫出：*在困難或承受壓力的情況下仍然堅固不破裂。*

為了幫助學生了解強韌一詞與尼腓有何關聯，將以下各章分別指派給每位學生：尼腓一書第16章，第17章及第18章。如果班級很大，也可以將學生分成小組，再請各組分別閱讀其中一章。

將以下的問題寫在白板上。鼓勵學生運用指定給他們的那一章經文和學生用本中的相關資料，來回答這些問題。

- *在你所讀的這一章中，尼腓面臨了哪些考驗？*
- *尼腓在那情況下如何運用信心？有哪些經文或字詞顯示出尼腓的信心非常強韌？*
- *這一章中描述了哪些福音原則？你曾經因為哪些經驗而對這些原則有更大的見證？*

給學生充分的時間來完成這項練習。然後從被指派閱讀同一章的學生中，邀請至少一位來分享答案。（如果學生人數足夠，可以請不同的學生來提出報告每一章的每一個問題。）

請一位學生讀出以下由十二使徒定額組羅素．納爾遜長老所說的話：

「我們為何需要如此強韌的信心呢？這是因為前方有許多困難在等著我們。在未來，要當一名忠信的後期聖徒並不容易，也不是一件受歡迎的事。我們每個人都會受到考驗。……那樣的逼迫，若不是會把你壓得怯弱而沉默不語，就是會激發你在日常生活中成為更好的榜樣，展現出更多的勇氣。

「你如何去處理生活中的考驗，也是培養信心的關鍵之一。當你記起自己擁有神聖的特質和無比珍貴的繼承權時，就會獲得力量。」（「以信心面對未來」，2011年5月，利阿賀拿，第35-36頁）

請學生分享他們可以怎樣像尼腓一樣，面對人生的挑戰和個人的考驗？

尼腓一書第19章

尼腓記寫有關耶穌基督的預言，來勸服我們記得祂

時間允許的話，請學生複習他們在自己的經文研讀日記中所寫有關第4天指派作業5的內容。問是否有人願意分享自己所寫有關對救主的愛的內容。然後分享你對救主的感覺。

尼腓愛救主，並在考驗中記得救主。見證：當我們愛救主並記得救主時，祂就必在我們的考驗中幫助我們、支持我們。

下一單元（尼腓一書第20章～尼腓二書第3章）

在下一單元，學生將研讀李海臨終前對家人所說的一些話。他們也會讀到早在基督降生之前，古代的一個有關先知約瑟．斯密的預言。

第21課

尼腓一書第20～22章

導言

尼腓教導家人時讀出銅頁片上的記載，強調以賽亞所寫有關以色列的分散和聚集的預言。然後他回答了他哥哥針對這些預言所提的問題。他說明這些預言指的就是他們一家人。尼腓重述以賽亞的話，見證主會聚集祂的約民；即使人民不遵守他們的聖約，主依然愛他們、邀請他們悔改並歸向祂。

教學建議

尼腓一書第20章

主懲戒祂的人民並邀請他們歸向祂

向學生展示圖片：以賽亞記寫基督誕生（62339；福音畫冊〔2009〕，編號22）。說明這幅畫描繪的是先知以賽亞正在記寫一則有關耶穌基督誕生的預言。問他們有多少人聽過以賽亞這個人。

說明以賽亞是一位住在耶路撒冷的先知，他曾在主前740年至主前701年之間，也就是在李海一家人前往應許地之前不久，向人民預言。尼腓很喜愛以賽亞的話，他用以賽亞的預言來教導家人（見尼腓一書19：23；尼腓二書25：5）。由於以賽亞的話極富詩意，又充滿象徵意義，人們有時會覺得他的教導難以理解。但我們若研讀以賽亞的話並努力去了解，就會獲得祝福。

說明尼腓在教導家人時，從銅頁片上讀出了一些以賽亞的話。他這樣做是爲了「更能勸服他們相信主，他們的救贖主」（尼腓一書19：23；亦見第24節）。

請一位學生讀出尼腓一書20：1-2。在他讀之前，先說明在這段經文中，以賽亞談的是已受洗卻不忠於所立聖約的人。你可以讀出以下這段話，來說明「以色列家族」一詞的意義：舊約聖經記寫了雅各的歷史，雅各是以撒的兒子、亞伯拉罕的孫子。主將以色列這名字賜給雅各（見創世記32：28）。「以色列家族」一詞指的是雅各的後裔以及主的約民。（see Bible Dictionary, “Israel,” and “Israel, Kingdom of”）

請學生默讀尼腓一書20：3-4，8。請他們找出一些能說明以色列家族不忠於主的字詞。鼓勵學生分享自己的發現。

展示一片很難彎曲的金屬片。問學生，他們認爲一個人的頸項「似鐵」（尼腓一書20：4）是什麼意思。說明，就像鐵不易彎曲一樣，一個驕傲的人也不會謙卑地彎下他的頸項。「似鐵」一詞指出，以色列家族中的許多人都充滿了驕傲。

請一位學生讀出尼腓一書20：22。

- 在你看來，邪惡的人爲什麼不會有平安？

提醒學生，尼腓在分享以賽亞的預言時，敦促他的哥哥要「把那些話比作對自己說的」（尼腓一書19：24）。

- 尼腓的某些家人與以賽亞呼籲要悔改的那些人有何相似之處？

請一位學生讀出尼腓一書20：14，16，20。

- 主希望祂的約民做些什麼、說些什麼？（你可能必須說明，離開巴比倫和迦勒底人象徵著離棄世俗，歸向主。）

請學生分享一些例子，說明他們看過一些人離棄世俗而歸向主。請學生查考尼腓一書20：18，找出主賜給那些歸向祂並聽從祂誡命的人哪些祝福。

- 平安爲何就像河流一樣？公義爲何就像海浪一樣？

請幾位學生概要說出他們在尼腓一書第20章學到了哪些眞理。儘管他們的說法可能不同，但要確定他們都了解：**主邀請那些不服從的人悔改並歸向祂。**

請一位學生讀出以下總會會長團迪特·鄔希鐸會長所說的話。請學生想想這些話與尼腓一書第20章有何關聯：

「撒但……要讓我們覺得自己無望獲得寬恕（見啓示錄12：10）。撒但希望我們覺得自己犯罪後，已跨越了那『不歸點』，再也來不及改變人生的旅程。……

「……耶穌基督的贖罪乃是神賜給祂子女的一項恩賜，用來匡正及克服罪所帶來的後果。神愛祂的每個子女，祂會一直不斷地愛著我們，並對我們寄予厚望。……

「基督前來拯救我們。我們若是走錯了路，耶穌基督的贖罪能向我們保證，犯罪並不是無法回頭的不歸點。如果我們遵循神爲我們的救恩所定的計畫，就能平安返航。……

「……永遠都有個平安返航點，也永遠都有希望。」（「平安返航點」，2007年5月，利阿賀拿，第99，101頁）

- 鄔希鐸會長的信息與以賽亞的信息有何相似之處？

見證：**主邀請那些不服從的人悔改並歸向祂。**向學生保證，主愛我們每個人，祂一直在邀請我們歸向祂。請學生想想，主會邀請他們離棄哪些事物，以便能更完全地歸向祂。

尼腓一書21：1-17

以賽亞預言耶穌基督必不會忘記祂的約民

請學生注意尼腓一書第21章章前綱要的頭兩句話：「彌賽亞會是外邦人之光，也會釋放囚俘」以及「在末世以色列會藉大能聚集」，然後簡短概述尼腓一書21：1-13的內容。說明在第1-13節中，主的話顯示出祂對祂人民的愛，即使對那些走入歧途、忘記祂的人亦然。

在白板上寫下：*主愛我們，祂不會忘記我們*。請一位學生讀出尼腓一書21：14。

- 在你看來，人們爲什麼有時會覺得主忘記了他們？

請一位學生讀出尼腓一書21：15-16。然後提出以下一些或全部的問題：

- 以賽亞將救主比作嬰孩的母親，他想藉此教導些什麼？
- 銘刻一詞有何含意？（你可以指出，我們通常會想到雕刻在石頭或金屬上，以便能永久存在。）
- 對你而言，被銘刻「在〔救主的〕掌上」有什麼意義？
- 曾有哪些經驗幫助你知道主沒有忘記你？

學生在思考這些問題並聆聽彼此的回答時，就會準備好去感受聖靈爲救主作見證。分享你對救主的愛的見證。提醒學生，尼腓分享以賽亞的預言，是爲了要說服我們相信救贖主，並幫助我們能有希望。

給學生時間思考

當你提出問題時，要給學生時間思考答案。有效的問題往往會讓人思考及反省，學生也可能需要時間在自己的經文中找答案，或作出有意義的回答。即使學生的答案不盡完善，學生也會在思考福音眞理及分享意見時，學到重要的教訓。

尼腓一書21：18-26；22：1-22

尼腓說明以賽亞所作有關以色列的分散和聚集的預言

將幾件東西（例如杯子）全都放在一張桌子或椅子上。告訴學生，這些東西代表不同的幾群人。說明尼腓教導，以色列會被分散到各國中，因爲他們硬起心

來反對救主（見尼腓一書22：1-5）。你一邊說話的時候，一邊將那些東西移到房間各處。說明對尼腓而言，這是很重要的一個主題。他的家庭也在這分散的人群中。他們從家鄉耶路撒冷分散出去，是因爲住在該地的人很邪惡。

請學生默讀尼腓一書21：22-23和22：6-8。在他們讀之前，先說明：尼腓一書第21章包括了以賽亞所作有關以色列聚集的預言，而尼腓一書第22章則包括了尼腓針對以賽亞的預言所作的教導。

- 尼腓一書22：7-8中所提的「奇妙的事工」指的是什麼？（福音的復興。）
- 分享福音爲何就像把別人從懷中抱來或扛在肩上呢？

爲了幫助學生了解以色列的分散和聚集一事，可以讀出以下十二使徒定額組布司·麥康基長老所說的話：

「以色列爲何被分散？答案很清楚、很明白，無庸置疑。我們的以色列祖先被分散是因爲他們拒絕了福音、褻瀆了聖職、遺棄了教會，又離開了神的國度。……

「那麼，以色列的聚集又涉及到什麼呢？以色列的聚集包括了要相信、接受，並遵行主曾提供給祂古代選民的各項指示。……這包括要相信福音、加入教會、進入神的國度。……這也可能包括要聚集到一個指定的崇拜之所或崇拜之地。」（*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], 515）

閱讀尼腓一書22：9-12。說明當經文提到主「露出祂的手臂」時，指的是主顯現出祂的大能。

- 在尼腓一書22：11中，尼腓說主會在末世做些什麼事來顯露祂的大能？
- 將人們聚集到教會裡，如何使他們脫離囚禁和黑暗？

請學生將東西從教室各處收回來，集中到同一個地方。說明聚集可能是靈性上的，也可能是實際上的。當我們與他人分享福音，而他們接受洗禮和聖靈的恩賜後，他們就是在靈性上聚集到主的教會裡。在教會早期，新歸信者被要求聚集到某一個地方（例如，俄亥俄州嘉德蘭、伊利諾州納府、猶他州鹽湖城等地。）今日的歸信者受到鼓勵要在自己所在的任何地方建立教會，並聚集到當地的分會、支會和支聯會。

- 根據尼腓一書22：25，被主聚集在一起的人會蒙得哪些祝福？在你看來，「合成一群」是什麼意思？（你可以說明，合成一群，就像把一群羊聚集到羊圈裡，使羊群得到保護。）在你看來，「找到牧草」是什麼意思？

在我們這時代，神要求教會的所有成員要協助「從大地四方聚集祂的兒女」（尼腓一書22：25）。見證：**主已應許會在後期時代復興福音並聚集以色列。**

- 在你看來，那些被聚集的人（歸信者）對於聚集他們（與他們分享福音）的人會有什麼樣的感覺？
- 你可以做哪些事來與他人分享耶穌基督的福音？

提醒學生，尼腓引述以賽亞的話，是爲了幫助他的家人對耶穌基督懷著更大的信心和希望。以賽亞的預言和尼腓的見證也同樣能幫助我們建立信心和希望。見證：耶穌基督必不會忘記我們，而且祂正積極努力要將我們聚集起來。

作見證

你應當特別為每一課所教導的各項教義作見證，而不只是籠統地為福音真理作見證。你在作見證時，要記得十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老的這項忠告：「要作發自你靈魂深處的見證。那會是你在整堂課當中對他們所說的最重要的事。……如果我們為我們所教導的真理作見證，神將在我們心中和學生的心中證實耶穌基督福音的信息。」（「教會中的教導與學習」，2007年6月，利阿賀拿，第72-73頁）

尼腓一書複習

花點時間複習尼腓一書：請學生回想他們今年到現在爲止，在福音進修班及個人研讀中所學到的事。你可以鼓勵他們複習尼腓一書各章的章前綱要。請他們準備分享尼腓一書中的哪些章節曾經啓發他們，或增強了他們對耶穌基督的信心。給他們充分時間之後，請幾位學生分享他們的想法和感覺。可考慮分享一個你自己的經驗，談談尼腓一書中的教導怎樣祝福了你的生活。

導言

尼腓二書

為什麼要研讀這部書？

尼腓二書能幫助學生了解福音的基本教義，如亞當和夏娃的墜落、耶穌基督的贖罪，及選擇權等。此外，這部書也充滿了尼腓、雅各及以賽亞所作的預言，他們都是救主的特別證人。他們預言福音會在後期時代復興、神的約民的分散與聚集、耶穌基督的第二次來臨、摩爾門經的問世，以及千禧年。尼腓二書還包括了尼腓對基督教義的詮釋，並以尼腓對救主的見證結束。

誰寫了這部書？

李海的兒子尼腓寫了這部書。尼腓是一位先知，也是在尼腓人與拉曼人分開後，第一位偉大的尼腓領袖。他的寫作透露出他經歷了主的救贖大能（見尼腓二書4：15-35；33：6），並且全心希望能將救恩帶給他的人民（見尼腓二書33：3-4）。為了達成這個目的，他教導人民要相信耶穌基督，並且建造了一座聖殿。

這部書是為誰寫的？為什麼？

尼腓是為心中的這三群讀者寫的：他父親的後裔、主在末世時代的約民，以及全世界的人（見尼腓二書33：3，13）。尼腓二書記寫在尼腓小片上，主指定這些頁片要用來記寫尼腓及其後裔的「事工及預言」（尼腓一書19：3-5）。在這些頁片上，尼腓記寫了「〔他〕靈魂的事，以及刻在銅頁片上的許多經文。」他說，他是「為了讓〔他的〕子女得到知識和益處」而記寫的（尼腓二書4：15）。他宣稱：「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）。他在結束紀錄時，邀請所有的人要「傾聽這些話，並相信基督」（尼腓二書33：10）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

尼腓大約是從主前570年，也就是他們一家人離開耶路撒冷後30年，開始記寫這篇後來成為尼腓二書的紀錄。他記寫這紀錄時，住在尼腓地（見尼腓二書5：8，28-34）。

這部書有哪些特色？

雖然尼腓是尼腓二書的作者，但這部書彙集了一些人的教導。正如下表所列，這部書有許多篇章都引述了其他先知的話。由於李海、雅各和以賽亞都見過耶穌基督，是基督的證人，因此尼腓收錄了他們的一些教導，好勸服讀者相信耶穌基督。李海和雅各也在講道時引述了其他先知的話。

- 李海的教導記載在尼腓二書第1～4章。在尼腓二書3：6-21，李海引述了埃及的約瑟所說的話。
- 尼腓的教導記載在尼腓二書第4～5章和尼腓二書第11～33章。尼腓在尼腓二書第12～24章和尼腓二書第27章中，大量引述了以賽亞的話。
- 雅各的教導記載在尼腓二書第6～10章。在尼腓二書6：6-7和尼腓二書第7～8章中，雅各都引述了以賽亞的話。

尼腓二書也提到了李海的去世（見尼腓二書4：12）以及李海的後裔分裂成兩個民族——拉曼人和尼腓人（見尼腓二書第5章）。

大綱

尼腓二書第1～4章李海過世前不久，勸告並祝福他的後裔。

尼腓二書第4～8章尼腓因主而榮耀。他率領跟隨他的人民進入一處稱為尼腓的地方。他記錄了雅各所作的有關於以色列的分散與聚集的教導。

尼腓二書第9～10章雅各教導有關耶穌基督的贖罪。他也預言了猶太人會拒絕耶穌基督，以及猶太人和外邦人將來會在應許地上聚集。

尼腓二書第11～24章尼腓表明他樂於為耶穌基督作見證。他引述了以賽亞所作的預言，這些預言提及以色列的分散與聚集、在主第二次來臨前那些驕傲和邪惡的人會降為卑，以及彌賽亞的誕生、傳道及千禧年間的統治。

尼腓二書第25～27章尼腓預言救主被釘十字架、復活，及造訪尼腓人；猶太人的分散和聚集；尼腓人的毀滅；叛教；摩爾門經的問世；以及復興。

尼腓二書第28～30章尼腓針對末世時代的邪惡提出警告，說明摩爾門經將扮演的角色，並預言人們將在聖約中聚集。

尼腓二書第31～33章尼腓勸告我們跟從基督、飽享祂的話，並持守到底。他見證自己記寫的是基督的話。

第22課

尼腓二書第1章

導言

尼腓二書第1章中的真理是一位慈愛的父親和領袖在臨終前說出的。李海懇請自己的兒子、以實瑪利的兒子和卓倫要遵守神的誡命。他應許他們，只要他們遵守神的誡命，就會在地面上昌盛。他也勸告他們要跟從先知尼腓的領導。

以學生為重

十二使徒定額組李察·司考德長老說明，幫助學生理解課程內容，要比把授課計畫中的全部資料都講完更為重要。他說：「要記住，你們的首要任務不是在學生無法充分理解吸收的情況下，教完所有的課程。要竭盡所能幫助學生理解。……如果學生能了解一項重要的原則，並且融會貫通……，那麼，最重要的目標就達成了」（參閱「了解並奉行真理」〔2005年2月4日，對CES宗教教育者所作的演講〕，第2-3頁，si.lds.org）。

教學建議

尼腓二書1：1-23

李海勸告他的人民要過正義的生活

請學生想像自己突然必須離開家人，而且可能再也見不到他們了。

- 如果你要爲家人留下幾句最後忠告，你會說些什麼？爲什麼？

請幾位學生回答後，說明在尼腓二書第1～4章，尼腓記寫了他父親最後的忠告。這課的重點在尼腓二書第1章，這裡記載了李海給他的兒子、以實瑪利的兒子和卓倫的忠告。

- 爲什麼一位父親或先知的最後忠告會特別重要？

請一位學生讀出尼腓二書1：1-5。請全班找出主爲李海一家人做了哪些「偉大的事」。

- 這些偉大的事如何顯出主的慈悲？
- 有哪個例子顯示出主爲你或你的家人做了偉大的事？
- 想到主對你和你家人的慈悲，你有何感受？

在白板一邊寫上行動。在白板另一邊寫上結果。將班員分成兩組，請第一組閱讀尼腓二書1：6-9，第二組閱讀尼腓二書1：10-12。請各組找出李海所說，他的後裔可能會採取哪些行動。也請他們找出那些行動會帶來什麼後果。例如，李海說，如果人們按照主的誡命來事奉主，那地就會成爲他們的自由之地（見尼腓二書1：7）。當學生在分享答案時，請一位學生將那些答案寫在白板上。

- 檢視過白板上的答案後，你會如何概述李海給他家人的信息？（學生可能用不同的話來回答，但要確定以下的信息是清楚的：**當我們遵守主的誡命，主就祝福我們；當我們不遵守祂的誡命，祂就扣留祝福。**）
- 在尼腓二書1：9中，「此地」一詞指的是美洲大陸。主對那些住在美洲大陸且服從的人做了哪些應許？

爲了幫助學生了解李海用來鼓勵兒子們遵守主的誡命的隱含意義，可展示一個鬧鐘、一個鍊條，和一件上面蒙了灰塵的物品（務必強調那些灰塵，而不是那件物品）。

請學生默讀尼腓二書1：13-14，並找出與這三樣東西有關的字詞。他們讀完後，就將這些東西一一舉起，請學生分享他們所找到的字詞。（答案可能包括「覺醒」、「地獄的睡眠」、「掙脫可怕的鎖鍊」、「捆綁的鎖鏈，」以及「從塵埃中起來」。）問學生：陷入「沉睡」、被「可怕鎖鏈」捆綁，或需要「從塵埃中起來」，可能代表哪些意思？

- 李海使用這樣的字詞，是在勸告他的兒子們做什麼事？（悔改、改變他們的作爲。）
- 李海警告他的兒子們，如果他們不「掙脫〔那〕捆綁〔他們的〕鎖鏈」（見尼腓二書1：13），會發生什麼事？

請學生默讀尼腓二書1：14-18。說明李海在提出這項勸告時，不但懷著仁慈、愛心，而且甚爲掛念（「憂心」）他兒女們的福祉。請學生找出李海之所以希望家人都遵守主的誡命的原因。

- 李海爲什麼掛念著自己的後裔？（他擔心兒孫們會因爲他們自己的行爲而受苦，他希望他們能像他一樣體驗到神的愛。）

請學生自己再讀一遍尼腓二書1：15。

- 李海因爲保持忠信而蒙得哪些祝福？
- 你曾在什麼時候感覺到自己被圍繞在神的愛的臂膀中？

將全班分爲兩人一組。請各組中的一位學生查考尼腓二書1：19-22，找出哪些應許是能鼓勵李海的兒子們悔改。請各組中的另一位學生查考同一段經文，找出李海所說，如果他的兒子們選擇拒絕這項勸告，將會有什麼後果？（你可以將這項指派作業寫在白板上。）給學生三、四分鐘的時間來完成這項指派作業，並互相分享他們的發現。在學生提出報告時，你可以在教室四處走動，以便引導他們的討論。

向學生讀出尼腓二書1：23中李海所提的挑戰。可以鼓勵學生將這節經文標記出來，也可以鼓勵他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，寫下一件他們可能需要「覺醒」，「掙脫……鎖鏈」，或「從塵埃中起來」的事情，以便接受到李海所說的祝福。

- 在你看來，「穿戴正義的甲冑」是什麼意思？（亦見教約27：15-18）。

尼腓二書1：24-32

李海勸告兒子們要跟從先知尼腓的領導

說明李海教導，主已爲他的家庭提供了一個力量與啓示的來源。請學生從尼腓二書1：24中找出這個來源。（這個來源就是尼腓，他會在李海去世後成爲他們的先知。）

請一位學生讀出尼腓二書1：25-28。請全班找出李海所說，人們需要跟隨尼腓的理由。

- 李海在談到尼腓的領導時，強調了他的哪些特質？你爲什麼會信賴一位擁有這些特質的領袖？
- 你曾經在什麼時候看到教會領袖展現出這些特質？

請學生默讀尼腓二書1：30-32。請他們找出李海給卓倫的應許。

- 你找到哪些應許？
- 當我們和家人跟隨先知時，這些應許會如何適用於我們？

討論過後，要確使學生都了解：**我們若跟隨神所召喚來帶領我們的人，就會蒙福，得到屬靈上的昌盛及安全**。爲了支持此一原則，分享你個人有關跟隨教會領袖而蒙得祝福的見證。

經文中的隱喻

隱喻是一種語言技巧，在隱喻中用來形容某個物品或動作的詞句，所指的並非字面上的意思。例如，當李海叫他的兒子們「從塵埃中起來」時（尼腓二書1： 14），他們並沒有真的被塵埃覆蓋住。主和祂的先知們經常用隱喻來教導，以幫助我們了解福音原則與我們切身的關係。這些隱喻是很有力的提醒工具。在討論隱喻時，要幫助學生專注在那些詞句所傳達的屬靈意義。

注釋及背景資料

尼腓二書1：22。「永恆毀滅」

在尼腓二書1：22裡，李海談到了「靈魂和身體的永恆毀滅」。以下約瑟．斐亭．斯密會長的這段話能幫助你說明李海的意思：

「我們知道毀滅並不是指消滅，因為我們由主的啓示中受到教導，靈魂是無法毀滅的。

「每一個誕生到這世界上的靈魂，都將復活，變成不朽，並且將永遠存在。因此，毀滅的意思並非消滅。當主說他們將被毀滅時，祂的意思是指他們將從祂的面前被驅逐出去，也就是他們將從光與真理的面前被剪除，無法獲得此一超升的特權；這就是毀滅」（參閱救恩的教義，布司．麥康基編，共三卷，第二卷，第213-214頁）。

尼腓二書1：28。「如果你們聽從尼腓的聲音，你們必不滅亡」

李海應許，凡「聽從尼腓聲音」的人都會蒙得祝福（見尼腓二書1：28）。若要閱讀主對於跟從今日活著先知的人所作的應許，見教義和聖約21：5-6。

惠福．伍會長說：「我希望我們都遵循主的僕人為我們規劃的路，因為假如我們這樣做，我知道我們在這世上就會有平安，在來世擁有幸福與超升。……假如我們忠信，他們會引導我們走在生命的道路上，而且只要我們用信心相信他們的指示，相信聖靈透過他們對我們所作的教導，我們就會永遠走在平安的道路上，而且一定可以得到我們的酬賞」（參閱總會會長的教訓：惠福．伍，第199頁）。

第23課

尼腓二書第2章（第一部分）

導言

尼腓二書第2章延續了李海臨終前所作的教導。李海在直接對兒子雅各說話時，見證了主能夠聖化我們的苦難，使我們獲益。他在對所有的兒子們講話時，教導了關於亞當的墜落——為什麼墜落是必要的，以及墜落如何影響了全人類——並教導了耶穌基督贖罪的必要。（李海也教導了選擇權的教義。這項教義將在下一課討論。）

教學建議

尼腓二書2：1-4

李海對雅各談到考驗與祝福

爲了幫助學生看出尼腓二書第2章跟他們的生活息息相關，請他們想想某位他們認識且面臨重大困難或苦難的人。請他們沉思，自己會說些什麼話來鼓勵那人。請他們準備好跟全班分享自己的想法。

說明尼腓二書第2章記載的是李海對一個飽經苦難的兒子所講的話。請學生默讀尼腓二書2：1。請他們找出李海是對哪一個兒子說話（雅各），是什麼使得這個兒子受苦（他兄長的粗暴）。然後請學生默讀尼腓二書2：2-3。你可以建議他們將描述主會爲雅各做哪些事情的詞句劃記出來。

請學生分享他們所找到的詞句。然後提出以下的問題，來幫助他們了解：**主會聖化我們的苦難，使我們獲益：**

- 對你來說，「聖化你的苦難，使你獲益」這句話有何意義？（你可能需要說明：聖化一詞意指奉獻，或使之成聖。）
- 你曾在什麼時候見到主能聖化我們的苦難，使我們獲益？

尼腓二書2：5-25

李海教導他的兒子們有關墜落及耶穌基督的贖罪

說明李海教導了雅各和其他幾個兒子有關亞當和夏娃的墜落。你可能需要說明，「墜落」一詞指的是因爲亞當和夏娃選擇吃了伊甸園中的禁果，而臨到他們及其後裔身上的那種狀態。

- 主給了伊甸園中的亞當和夏娃哪種選擇？（祂讓他們選擇是否要吃禁果。）
- 根據尼腓二書2：15，主爲什麼要給他們這種選擇？（「爲了完成對人類的永恆目的。」可以鼓勵學生將這句話劃記下來。）
- 神對我們的永恆目的是什麼？（是讓我們有機會獲得永生，並變得像祂一樣。你可以鼓勵學生把這一點記在自己的經文「永恆目的」一詞的旁邊。也可以請他們閱讀摩西書1：39。）

將下表畫在白板上，但將下層的兩格留白。（可以建議學生將此表照樣畫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記內。）

幫助學生了解經文與他們息息相關

幫助學生準備好學習的最有效方式之一，就是請他們沉思一個與他們息息相關，而且會在你教導的經文中討論到的問題或情況。這能幫助學生懷著目標研讀經文。

沒有墜落	由於墜落
萬物必仍處在創造之後的同一狀態中（見尼腓二書2：22）。 亞當和夏娃不會有子女（見尼腓二書2：23）。 亞當和夏娃會處在天真的狀態中，無法知道什麼是歡樂或悲慘，什麼是良善或罪惡（見尼腓二書2：23）。	亞當和夏娃被趕出伊甸園去耕地（見尼腓二書2：19）。 亞當和夏娃生育兒女，也就是全人類家族（見尼腓二書2：20）。 亞當和夏娃及其後裔會經歷塵世的生活，包括悲慘、歡樂，並且有能力行善和犯罪（見尼腓二書2：23，25）。 我們受制於屬世和屬靈的死亡（見尼腓二書9：6；希拉曼書14：16）。

請一位學生到白板前面，擔任全班的抄寫員。請學生安靜地查考尼腓二書2：19-25，找出（1）如果當初亞當和夏娃沒有吃禁果，也沒有墜落，會有何後果，以及（2）因爲墜落而造成了哪些後果。請抄寫員將學生的回答寫在白板上的表格內。答案應包括上述所列各項（但有關屬世及屬靈的死亡除外，這將在以後討論。）

請學生複習自己寫在「沒有墜落」一欄下方的答案。

- 伊甸園中的狀況會怎樣阻礙亞當和夏娃在天父的救恩計畫中進步？（見尼腓二書2：22-23。）

請學生複習「由於墜落」那一欄下方所列的各項內容。要確定他們都了解，由於我們是亞當和夏娃的後裔，因此都受制於他們在墜落之後所面臨的狀況（見尼腓二書2：21）。

- 「耕地」一詞的意思是指亞當和夏娃被逐出伊甸園後，就必須工作才能獲得食物。在你看來，工作如何幫助我們在天父的計畫中有所進步？
- 生兒育女如何幫助亞當和夏娃變得更像天父一樣？在天父的計畫中，家庭在哪些方面是重要的？
- 有機會經歷歡樂和悲慘會怎樣幫助我們在天父的計畫中有所進步？

討論過這些問題之後，強調：**亞當和夏娃的墜落是天父的幸福計畫中的必要部分。**

尼腓二書2：25

請參照本課結尾的精通經文教學建議，來協助學生精通這一節經文。

指出：尼腓二書2：25是一條精通經文章節。可以鼓勵學生將之標記起來。由於這節經文很短，可以花點時間幫助學生把這節經文背下來。

說明，儘管墜落爲我們開啓了進步之路，但也同時將痛苦、折磨、罪惡和死亡帶到了世上。爲了幫助學生更加了解此項眞理，請一位學生讀出尼腓二書9：6。然後請另一位學生讀出希拉曼書14：15-17。請全班找出這兩段經文中所描述的墜落所帶來的後果。

- 這兩段經文教導了有關墜落的哪些事？（墜落帶來了屬世的死亡，即身體的死亡；以及屬靈的死亡，即從神的面前被剪除的狀態。在白板上「由於墜落」一欄下方，寫下：*我們受制於屬世和屬靈的死亡。*）

爲了幫助學生思考他們曾經怎樣體驗到在白板上所列的墜落的各項後果，鼓勵他們靜靜沉思以下的問題：（慢慢讀出問題。每讀完一個問題就暫停一下，讓學生有充分時間思考。）

- 今生的悲慘情況是哪些原因造成的？
- 死亡爲什麼是救恩計畫的必要部分？
- 困難和憂傷會怎樣幫助我們學習和成長？

說明我們一旦了解墜落對我們的影響，就會體認到我們多麼需要耶穌基督的贖罪。讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「正如人在飢餓的時候才會眞的想吃東西一樣，他也要等到知道爲什麼需要基督時，才會渴望獲得基督的救恩。

「一個人除非了解並接受墜落的教義，以及墜落對全人類造成的影響，否則他就無法充分且正確地知道爲什麼需要基督。對於這項重要的教義，世上其他任何一本書的解釋都遠不如摩爾門經的解釋來得精闢」（參閱「摩爾門經與教義和聖約」，1987年7月，聖徒之聲，第68頁）。

學生有充分時間沉思這些問題之後，展示一幅救主的圖片。分享你的這個見證：**耶穌基督透過贖罪，拯救我們脫離墜落的影響，祂也爲我們提供救贖，讓我們能脫離罪惡。**

請幾位學生輪流讀出尼腓二書2：5-10，21以及阿爾瑪書7：11-13。請班員找出在這些經文中有哪些詞句說明救主爲救贖我們脫離墜落及個人罪惡的影響所做的事。（關於第9節，你可能需要解釋「代求」一詞，意指代替他人祈求，或代表他人行事。）爲了幫助學生分析他們所找到的詞句，問：

- 這幾節經文中的哪些詞句指出，救主會透過贖罪，救贖我們脫離肉體的死亡?
- 哪些詞句指出，救主會救贖我們，使我們脫離屬靈的死亡（從神的面前被剪除）?
- 哪些詞句指出，救主能夠救贖我們脫離我們的罪惡?
- 哪些詞句指出，救主能夠幫助我們度過各樣考驗的時刻，例如疾病及痛苦?

根據尼腓二書2：7-9，21，我們必須做什麼，才能得到透過贖罪而來的一切祝福?（關於第7節，你可能需要解釋，一個懷著「破碎的心和痛悔的靈」的人態度謙卑，準備好遵從神的旨意。這樣的人會爲罪感到憂傷，並眞心渴望悔改。）

討論過這些問題後，請學生安靜地研讀指定的章節，找出對自己特別有意義的詞句。請學生分成兩人一組，互相分享所選的詞句。請他們分享爲什麼這些詞句對自己特別有意義。

請一兩位學生代表全班概述墜落爲什麼是天父救恩計畫中不可或缺的部分。然後請他們針對耶穌基督的贖罪如何救贖我們脫離墜落一事，分享自己的感受。

精通經文——尼腓二書2：25

注意：考慮用以下活動來幫助學生在教導福音時運用尼腓二書2：25。由於今天課程的性質和長度，可以另選一天時間充裕時，再進行此一活動。

請學生用尼腓二書2：25來準備一個有關墜落的教義的課程。他們可以在家人家庭晚會或其他場合中教導這個課程。問幾位學生，他們是否願意在教導之後跟大家分享他們的經驗。時間許可的話，讓學生在上課時就開始準備。

第24課

尼腓二書第2章（第2部分）

導言

前一課所討論的尼腓二書第2章，重點在亞當和夏娃的墜落以及耶穌基督的贖罪。本課的重點則在於李海所教導的有關選擇權的教義，包括這項真理：我們可自行選擇透過耶穌基督而來的自由和永生。

學生在上這一課時有機會互相教導。在上課前先準備一些包含本課中各項指示的講義。要熟悉每一套指示，以便能幫助學生準備好去教導。

教學建議

尼腓二書2：11-18，25-30

📖 **尼腓二書2：27** 是一條精通經文。請參照本課結尾部分的精通經文教學建議，來幫助學生精通這節經文。

李海教導有關選擇權，以及我們的選擇所帶來的後果

簡短地提醒學生在前一課中，他們在尼腓二書第2章讀到李海教導了有關亞當和夏娃的墜落以及耶穌基督贖罪的祝福。亞當和夏娃的選擇讓我們能來到世上（見尼腓二書2：25），經歷憂傷、痛苦和死亡。**耶穌基督透過贖罪，拯救我們脫離墜落，並救贖我們脫離罪惡**（見尼腓二書2：26）。由於贖罪，**我們可自行選擇自由和永生，或選擇束縛和死亡**（見尼腓二書2：27）。

說明學生在這一堂課中繼續研讀尼腓二書第2章時，有機會互相教導李海對他兒子雅各解釋的有關選擇權的原則。將學生分爲四組。將以下各套指示分別發給各組，來幫助他們準備教導（上課前，就要先準備好印有這些指示的講義）。如果全班學生不到四個人，就發給每位學生一套指示，然後由你自己教導其餘各套的內容。

每一套指示中都有五項指派作業。要確使每一組裡的每個人都收到一份指派作業，以鼓勵全體學生參與。小組人數若超過五人，有些學生可以共同做一項指派作業。小組人數若不足五人，有些學生就需要多做一項指派作業。告訴學生，他們有大約三分鐘的時間準備，每一組都有大約五分鐘的時間教導。

第1組：神創造我們作爲主動者

A. 在全班面前舉起一塊石頭。請一位學生讀出尼腓二書2：14。在他讀之前，先請全班在他讀的時候找出李海怎樣描述神在天上和地上創造的兩類事物。（「主動者和被動者」。）問：這節經文和我們有何關聯，和這塊石頭又有何關聯？（神創造我們作爲主動者，創造石頭作爲被動者。石頭就像許多其他的創造物一樣，無法自己採取行動。）

B. 請一位學生讀出尼腓二書2：16的第一句。問全班：在你看來，爲什麼在天父的救恩計畫中，我們爲自己採取行動是非常重要的？學生回答後，問：我們有時候會怎樣被動地等待，而不是自己採取行動？

C. 在白板上寫：教約58：26-28。請全班翻到這段經文。帶領他們一起讀出來。

D. 問：關於自己採取行動一事，我們可以從教義和聖約58：26-28學到什麼？我們可以在哪些方面熱心地促成許多正義？你曾經在什麼時候見到你的勤奮促成了許多正義？（一、兩位學生回答後，你也可以分享自己的一個經驗。）

E. 針對自己採取行動去努力促成許多正義的重要性，分享你的見證。

第2組：良善的吸引與邪惡的吸引

A. 請一位學生讀出尼腓二書2：16中的第二句話。問全班：吸引一詞是什麼意思？（邀請、說服，或引起注意。）

B. 問全班：天父會用哪些方式誘導我們行善？（學生可能會提到聖靈的提示、對於服從誡命和後期時代先知的教導所應許的祝福。）

C. 讀出尼腓二書2：17-18，並請學生跟著看自己的經文。請他們找出魔鬼處心積慮地要我們變得怎樣。（他要我們變得悲慘。）

D. 問：你要怎麼知道哪些吸引是來自於神，哪些吸引是出自魔鬼？（討論時，可以參照摩羅乃書7：16-17。）學生回答後，問：有哪些事物會吸引人們爲惡，因而導致悲慘的下場？

E. 分享你的見證：神誘導我們行善，使我們得到幸福，魔鬼則誘惑我們作惡，引導我們走向悲慘。作見證時，可以分享某一個經驗，來說明你如何知道這是眞實的。

第3組：我們要爲自己的選擇負責

A. 向全班讀出以下這段話：

「你可以自由選擇、自由行事，但無法自由選擇你的行爲所造成的結果。這些結果或許不是立即可見，但總會來到」（忠於信仰：福音參考資料〔2004〕，第178頁）。

問：有哪些例子說明了後果也許不會立即來到？（可能的答案之一：抽煙往往造成癌症。）

B. 請學生默讀尼腓二書2：26-27，找出有哪些詞句描述了我們現在作的決定會在將來造成的結果。請學生報告所找到的詞句。（答案可能包括：「在最後的大日子，……受律法的懲罰」、「自由」、「永生」、「束縛」、「死亡」，以及「悲慘」。）將他們的回答寫在白板上。

C. 問：在你看來，對我們今生所作的各項選擇會造成的後果有所了解，爲什麼很重要？學生回答後，問：知道這些後果，會怎樣鼓勵我們作正義的選擇？

D. 指出在尼腓二書2：27中，李海說，我們可「自行選擇自由」。問：依照你的經驗，作正義的選擇怎樣可以讓我們繼續隨自己的意思去選擇？你能否針對這點舉出一些例子？（要準備好分享你自己的例子。）

E. 分享你的這個見證：我們要爲自己的選擇向神負責，而且我們所作的選擇都必有後果。

第4組：選擇那好的部分

A. 請一位學生讀出尼腓二書2：28。請全班找出李海希望他的兒子們做到哪四件事。讀完這節經文後，請學生分享自己找到的內容。

B. 問：我們可以在哪些方面仰賴那位偉大的中保耶穌基督，來幫助我們作出正義的選擇？

C. 請一位學生讀出尼腓二書2：29。問全班：我們的選擇會如何給魔鬼力量來俘虜我們？討論時，指出撒但的許多誘惑都是針對我們「肉體的欲望」或身體的慾念來的。當人們向這些誘惑屈服時，就會沉溺在有害的物質和行爲之中。讀出以下十二使徒定額組羅素・納爾遜長老的話：

「一個起初看似無關緊要的嘗試，可能會導致可怕的惡性循環。嘗試成了習慣；習慣成了依賴；依賴成了習癮。那蠶食的奴役之爪，讓人從毫不自覺的習慣陷入無法自拔的桎梏。……人一旦上癮，此後就失去了選擇的自由」（參閱「毒癮或自由」，1989年1月，聖徒之聲，第5-6頁）。

分享你的這個見證：正義能讓人擺脫有害習慣及習癮的束縛而獲得自由。

D. 向全班讀出尼腓二書2：30。學生跟著看這節經文時，請他們特別注意以下這句話：「我已……選擇那好的部分。」問：這句話教導了有關李海的哪些事？

E. 請學生思考以下的問題：你認識的哪個人也曾像李海一樣「選擇那好的部分」？你會希望在哪些方面效法這個人的榜樣？給學生一些時間思考之後，請一、兩個人分享想法。然後由你分享自己的感想。

給教師的提示：結束時，請學生想一想他們所作的選擇會引導自己走向自由和永生，還是走向束縛、靈性的死亡及悲慘。向學生保證，無論他們曾經作過哪些不好的選擇，都可以透過對耶穌基督的信心和悔改來克服。為救主和祂的贖罪作見證，並見證祂有能力增強我們的力量，讓我們所作的選擇能引導我們獲得幸福和永生。

精通經文——尼腓二書2：27

為了幫助學生背誦尼腓二書2：27，在白板上寫下這節經文中每一句的幾個字如下：*因此，世人在……是……；凡對……有益的……都賜給……。他們可以……全人類的……，自行……自由或……，或順著……束縛和……，選擇……和死亡；因為……力圖……都像他……*。（也可以鼓勵學生將這段經文清楚地劃記起來，以便能快速找到。）

請學生一起背誦尼腓二書2：27（必要時可使用他們自己的經文），直到他們只需要提示幾個字，即可背出這一整節經文為止。擦掉白板上的幾個字，然後請他們再背誦一次這節經文。這樣繼續進行，直到白板上所有的字都擦掉，並且全班都能完整背誦這一整節經文為止。進行這項活動時，可以分享以下十二使徒定額組，李察·司考德長老的話：「熟記在心的一節經文就像一位能常相左右的朋友，其力量不會隨著時間的流逝而減弱」（「經文的力量」，2011年11月，利阿賀拿，第6頁）。

注意：你在上這一課時，可能會有時間採用這項活動。如果沒有時間的話，可考慮在另一堂課中再採用這活動。

注釋及背景資料

尼腓二書2：29。「肉體的欲望和其中的邪惡」

這節經文的意思並不是說我們的身體是邪惡的，而是在描述我們身體墜落的一面。*忠於信仰*中說明：「在這樣的墜落狀態中，我們的內在是有衝突的。我們是神靈體的兒女，有潛力『與神的性情有分』（彼得後書1：4）；然而，『我們在〔神〕面前是不配稱的；我們的本性因墜落而不斷變壞』（以帖書3：2）。我們需要不斷地努力來克服不正義的情感和慾望」（*忠於信仰：福音參考資料*〔2004〕，第167頁）。

第25課

尼腓二書第3章

導言

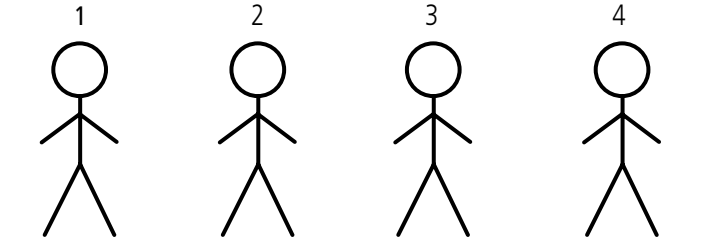
尼腓二書第3章包含了李海對他最小兒子約瑟講的話。李海詳述了埃及的約瑟所作的預言，那預言談到先知約瑟．斯密的使命、摩爾門經的問世，以及福音的復興。

教學建議

尼腓二書3：1-25

李海詳述埃及的約瑟所作、有關先知約瑟．斯密的預言

上課前，將下表畫在白板上。



爲了讓學生準備好了解尼腓二書第3章中的教導，告訴他們，這一章談到了四位同名的人。請學生快速查閱白板上每一個圖像下方的參考經文，找出該圖像代表的是誰。每當有學生找到答案時，就請他把它寫在白板上。（第一個圖像代表李海的兒子約瑟。第二個代表大約在耶穌基督降生前1,700年，被賣到埃及的先知約瑟。第三個代表先知約瑟．斯密。第四個代表老約瑟．斯密。）

展示一幅先知約瑟．斯密的圖片，例如約瑟弟兄（62161；福音畫冊〔2009〕，編號87）。告訴學生，尼腓二書第3章的重點大半是在埃及的約瑟所作的有關先知約瑟．斯密的預言。

請三位學生輪流讀出尼腓二書3：6-8。請全班找出埃及的約瑟用了哪些字詞來描述約瑟．斯密以及他所要完成的事工。（可能需要說明，埃及的約瑟所說的「我〔的〕子嗣」，指的是他的後裔。）在白板上代表約瑟．斯密的圖像下方，列出學生所找到的字詞。他們應該找到這些字詞：「一位賜給我子嗣的精選先見」、「受到極高的尊崇」、「使他們知道……聖約」，以及「我必使他在我眼中成爲偉大」。

- 在研讀尼腓二書3：6-8時，你學到了有關先知約瑟．斯密的哪些事？（幫助學生了解：**主興起先知約瑟．斯密，來協助促成福音的復興**。）

請學生默讀尼腓二書3：11-15。請他們找出還有哪些字詞描述神要透過先知約瑟．斯密來達成的事。給學生充分時間研讀這幾節經文後，問他們找到了什麼。將他們的回答加到白板上代表先知約瑟．斯密的圖像下方。（答案可能包括「透露我的話」、「必使他轉弱爲強」、「凡企圖毀滅他的，必定挫敗」，以及「他……與他父親同名」。）

爲了幫助學生進一步了解並思考先知約瑟・斯密在復興福音中的使命，讀出尼腓二書3：11，並特別強調這句：「我必賜予他能力，……透露我的話」。

- 有哪些例子可說明約瑟・斯密透露了神的話?（答案可包括摩爾門經、教義和聖約、無價珍珠、約瑟・斯密譯本，以及先知自己的講道等。）

在進行這項討論時，務必指出：埃及的約瑟曾經預言先知約瑟・斯密會促成摩爾門經的問世。你可能需要解釋，尼腓二書3：12提到了兩本書：埃及約瑟的後裔所寫的那本書叫摩爾門經；猶大的後裔所寫的那本書叫聖經。可以建議學生將這項解釋寫在自己的經文上。

請學生查考尼腓二書3：12，找出有哪些字詞描述了摩爾門經和聖經「結合一起」時，會對這世界造成的影響。（例如，學生可能會找到「推翻一切假教義」、「平息紛爭」，以及「建立和平」。）

爲了幫助學生回想摩爾門經怎樣影響了他們的生活，問：

- 你什麼時候曾經在生活中體驗到摩爾門經的力量，或是在家人朋友的生活中見到這本書的影響力?

請一位學生讀出尼腓二書3：15。請全班特別注意這句：「將我的人民帶向救恩。」

- 摩爾門經在哪些方面有助於將人們帶向救恩?
- 摩爾門經對你的生活有什麼影響?

爲了幫助學生了解及感激先知約瑟・斯密預立的使命，請一位學生讀出以下百翰・楊會長的話：

「在大地奠基很久以前的永恆會議中曾頒布過，在這個世界的最後福音期中，約瑟・斯密應該要把神的話語帶給世人，並接受神子聖職全部的權鑰及能力。主親眼看顧他、他的父親、他的祖父，以及他的祖先直到……亞當。祂曾看顧了那個家族和家世，而該血統由其泉源流至那人的誕生爲止。……他曾在永恆中被預派來統領這個最後的福音期」（*Discourses of Brigham Young,* sel. John A. Widtsoe [1954], 108）。

爲尼腓二書3：16-24作總結時，說明埃及的約瑟曾將約瑟・斯密比作摩西。請學生在尼腓二書3：24中找出描述先知約瑟・斯密的一些字詞。在他們分享所找到的字詞時，將他們的回答加到白板上。

讀出以下戈登・興格萊會長的話。請學生一邊聽，一邊找出有哪些眞理是經由先知約瑟・斯密透露的。

「我要提出一些教義和作法，是本教會和其他所有教會明顯不同之處，而這些都來自這位年輕的先知〔約瑟・斯密〕所得到的啓示。……

「有關神性的知識。……

「摩爾門經。……

「……聖職的復興。……

「……家庭可獲得永生的計畫。……

「小孩子無罪。……

「……給死者的偉大救恩教義。……

「人類的永恆本質。……

「……現代啓示的原則。……」

「……在他短短38年半的生命中，無數的知識、恩賜和教義，透過他澆灌下來」（「神所透露的偉大事情」，2005年5月，利阿賀拿，第80-83頁）。

請一位學生將興格萊會長所列舉的項目加到白板上。

請一位學生讀出教義和聖約135：3。說明這段經文是當時擔任十二使徒定額組的約翰·泰來長老，在先知約瑟·斯密過世後不久所寫的，泰來長老後來成爲本教會第三任總會會長。請學生在這節經文中找出一些可以加到白板上的項目，然後將他們的答案加到白板上。

給學生時間複習白板上所列出的項目。請他們想想，關於先知約瑟·斯密的使命，他們學到了什麼。請他們在經文研讀日記或隨堂筆記中，寫出以下一項問題的答案，藉以回想自己對先知的認識和感受：

- 你今天所學習或所感受到的哪些事物，增強了你對先知約瑟·斯密的見證？
- 約瑟·斯密所做、所教導，或所復興的哪些事情，在你看來「極有價值」（尼腓二書3：7）？

將學生分成兩人一組。鼓勵他們互相分享對先知約瑟·斯密的見證。有時間的話，可以鼓勵一些學生和全班分享見證。分享你自己的這個見證：神興起約瑟·斯密來促成復興。請學生懷著祈禱之心，找出方法來跟其他人，尤其是家人朋友，分享自己對先知約瑟·斯密及對摩爾門經的見證。

與感覺有關的問題

總會會長團的亨利·艾寧會長忠告教師，所提出的問題要能「促使學生回憶自己的感覺。」他說：「提出這個問題之後，明智的教師會等上幾分鐘，再請某個學生回答。即使沒有說話的學生也會思考這樣的靈性經驗。這樣就會邀來聖靈」（"The Lord Will Multiply the Harvest" [address to CES religious educators, Feb. 6, 1998], 6,si.lds.org）。

注釋及背景資料

尼腓二書3：12。摩爾門經和聖經如何「結合一起」

在後期聖徒版的詹姆士王欽定本英文聖經出版後不久，由於附加了主題指南，並且註腳中可查到全部標準經典中的參考經文，十二使徒定額組的培道·潘會長這樣解釋道：「新舊約……及……摩爾門經……現在都已經編在一起了。你若細讀其中一部，便會被吸引到另一部；而當你從其中一部學習時，也會被另一部所啓迪。它們在我們手中確實是一部」（參閱「經文」，1983年1月，聖徒之聲，第74頁）。

尼腓二書3：18。那位代言人是誰？

十二使徒定額組的布司·麥康基長老曾談論到尼腓二書3：18所提及的那些人的身分。括弧中的字是麥康基長老自己加進去的。他說：「請注意主所說的這些話：『而我，看啊，必讓他〔摩爾門〕將你子嗣〔尼腓人〕所寫的事寫給你的子嗣〔拉曼人〕；你子嗣的代言人〔約瑟·斯密〕必宣告這事。』也就是說，摩爾門記寫了摩爾門經，但他所寫的乃摘自尼腓衆先知的寫作；而這些寫作在編纂成一本書後，就由約瑟·斯密翻譯出來，並由他傳給拉曼人」（*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], 426）。

自修班課程

尼腓一書第20章～尼腓二書第3章（第5單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓一書第20章到尼腓二書第3章（第5單元）時，所學到的教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你在第5單元所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓一書第20～22章）

尼腓對他的哥哥們引述了以賽亞的一些預言，學生從這些預言中學到，主請不服從的人悔改並轉向祂。這一點顯示出，主愛我們，永遠不會忘記我們。學生也學習到，儘管以色列會因為不服從而分散，主仍應許會在後期時代復興福音並聚集以色列。

第2天（尼腓二書第1章）

學生讀到李海臨終前給家人的最後教導。李海強調，當我們遵守主的誡命時，主就會祝福我們，而當我們不遵守主的誡命時，祂就扣留祝福不給我們。李海得知自己將不久於人世時，勸告家人要跟從尼腓。學生因此明白，我們若跟從神所召喚來帶領我們的人，就會蒙福在靈性上得享昌盛和安全。

第3天（尼腓二書第2章）

李海向兒子雅各說明了兩項基本的真理：（1）亞當和夏娃的墜落是天父幸福計畫中的必要部分，以及（2）耶穌基督透過贖罪，能救我們脫離墜落的影響，並救贖我們脫離自己的罪。李海解釋說，由於墜落，也由於贖罪，我們可自行選擇自由和永生，或選擇束縛和死亡（見尼腓二書2：27）。

第4天（尼腓二書第3章）

李海對兒子約瑟談到了銅頁片上所記、埃及的約瑟的預言。這項預言提到，主會興起先知約瑟．斯密來協助復興福音。學生被要求在自己的經文研讀日記中寫下，先知約瑟．斯密的貢獻如何對他們「極有價值」。

導言

本課的用意在幫助學生了解神的永恆目的。李海知道，他的後裔唯有在了解並相信這些至關重要的教義，例如墜落、耶穌基督的贖罪、選擇權及服從（見尼腓二書2：25，27）之後，才會作出正義的選擇，引導他們走向喜樂、自由和永生。鼓勵學生選擇永生，以便最終能像李海一樣，「永遠被圍繞在〔神〕愛的臂膀中」（尼腓二書1：15）。

教學建議

尼腓二書第1～2章

李海臨終前，勸告兒女們要遵守神的誡命，並教導他們救恩計畫的基本教義

開始時，請學生閱讀尼腓二書3：25的最後一句（「切記你臨終的父親所說的話」）。問學生，要是他們知道家裡某個成員即將過世，他們對這人的勸告的注意程度會有何不同。

以下活動能讓學生更了解李海在臨終前向家人強調的各項真理，也能讓他們有機會彼此分享這些真理怎樣幫助他們遵從天父為他們制定的救恩計畫。

1. 將以下各段經文分別指派給每位學生或每組學生：尼腓二書1：16-20；尼腓二書2：6-10；尼腓二書2：19-20，22-25，以及尼腓二書2：11-13，27-29。（如果學生人數不到四人，可以修改此一活動，給每位學生一段以上的經文，或是選擇少討論幾段經文。）
2. 學生在研讀這些經文時，請他們在自己的經文研讀日記中回答下列問題。（可以考慮將這些問題寫在白板上。）

   a.李海教導了哪些重要的真理？

   b.這些真理為什麼對我們的永恆福祉非常重要？
3. 給學生時間完成這項作業後，請每位學生或每組學生報告他們的發現。盡可能多鼓勵幾位學生分享其發現，以及為什麼這件事對他們深具意義？

活動結束後，將以下真理寫在白板上：***亞當和夏娃的墜落是天父幸福計畫中的必要部分***。

分享以下約瑟・斐亭・斯密會長所說的話：

「亞當做了他應當做的事。他出於正當理由吃了那果子，好讓你、我，以及其他所有的人都能到這個世界上來……。

「……要不是亞當的話，我不會在這裡，你們也不會在這裡；我們仍舊是靈體，在諸天之中等待著」（in Conference Report, Oct. 1967, 121–22）。

向學生提出下列問題：

- 李海在尼腓二書2：21-24中描述了墜落的哪些後果？
- 這些後果如何讓我們能在天父為我們制定的救恩計畫中進步？

將以下真理加到白板上：***耶穌基督透過贖罪，拯救我們脫離墜落，並救贖我們脫離罪惡***。

為了幫助學生更加了解這項真理，請一位學生讀出以下十二使徒定額組約瑟・胡適令長老的話：

「耶穌基督的贖罪，這純正之愛的表現，不但克服了墜落的影響，更為全人類提供了回到神面前的道路。在贖罪的過程中，救主經由復活克服了屬世的死亡，也讓神的每位兒女都能獲得不朽；祂也克服了靈性的死亡，讓大家都有機會獲得永生，永生是神所過的生活，也是神一切恩賜中最大的」（參閱「基督徒的信仰與行為」，1997年1月，利阿賀拿，第76頁）。

問學生：贖罪會帶來哪些祝福？

為了幫助學生了解選擇權在天父的計畫中有多麼重要，讀出以下十二使徒定額組尼爾・麥士維長老的話：

「要是沒有選擇權，沒有選擇的自由，也沒有對立，就不會有真正的存在。……事實上，除非我們能明智地使用道德選擇權，否則我們的靈性不會成長，也不會因此獲得真正的快樂」（*One More Strain of Praise* [1999], 80）。

將以下原則寫在白板上：***我們可自行選擇自由和永生，或選擇束縛和死亡***。

請學生翻到他們經文研讀日記中，第3天的指派作業4。請幾位學生說明他們從尼腓二書2：26-29，學到哪些有關選擇權的事。

讀出以下先知約瑟・斯密的話：

「要獲得救恩決不可只做神吩咐的某一些事，而是要做神吩咐的每一件事」（總會會長的教訓：約瑟・斯密，第161頁）。

為了幫助學生了解服從的重要，可以提出下列問題：

- 在你看來，李海在臨終前給家人的最後勸告中為什麼要強調服從？
- 你曾經有過哪些經驗，幫助你知道：**當我們遵守主的誡命時，祂就會祝福我們；而當我們不遵守祂的誡命時，祂就會扣留祝福不給我們？**（把這項真理加到白板上。）

結束本課時，讀出以下十二使徒定額組會長培道・潘會長所說的話：

「服從是強有力的靈性良藥，近乎萬靈丹」（「基列的油」，1988年1月，聖徒之聲，第16頁）。

分享你的見證：神愛你的學生，祂渴望幫助他們克服墜落的影響，並獲得永生。

下一單元（尼腓二書第4～10章）

李海去世之後，拉曼和雷米爾再度企圖奪取尼腓的性命。主給的哪一項警告救了尼腓的命？再者，如果沒有贖罪，我們的身體和靈體會發生什麼事？學生可在尼腓二書9：7-9中找到這些問題的答案。

第26課

尼腓二書第4章

導言

李海去世後，拉曼和雷米爾就因為尼腓對他們講了許多「主的訓誡」而對尼腓發怒（見尼腓二書4：13-14）。尼腓因兄長的態度和行動以及自己的軟弱和罪惡而感到苦惱，於是用抒情的詩文寫下自己的感受。他描述了他對經文的喜愛，並為主賜給他的祝福及力量表示感謝（見尼腓二書4：15-35）。

寫在白板上

在白板上寫一句發人深省的引文或問題，可以幫助學生對課程更感興趣，並吸引他們的注意力。把參考經文、圖表等上課資料放在白板上，可能也會有幫助。你可以根據那些資料的多寡及用法，決定是否要在上課前就將它放在白板上。這樣可以節省上課時間，避免不必要的干擾。

教學建議

尼腓二書4：1-11

李海勸告及祝福自己的家人

上課前，將以下問題寫在白板上：

如果你是一位忠信的祖父或祖母，而你的孩子沒有按照福音的標準生活，你會給你的孫子什麼勸告？

一上課，就請學生回答白板上的問題。學生回答後，問：

- 在教導及勸告兒孫方面，父母和祖父母負有哪些責任？

討論進行時，你可以讀出以下這段話，或請一位學生讀出來：

「父母有神聖的職責，要在愛與正義中教養兒女，提供他們屬世和屬靈所需要的，也要教導他們彼此相愛、彼此服務、遵守神的誡命，並且不論住在何處，都要做一個守法的國民。丈夫和妻子——母親和父親——將在神前為履行這些義務負責。……必要時親戚應伸出援手」（「家庭：致全世界文告」，2010年11月，*利阿賀拿*，第129頁）。

在討論尼腓二書第4章之前，說明李海臨終前，曾勸告兒孫要遵守誡命。請學生閱讀尼腓二書4：3-11，找出李海教導了哪些人，又給了他們哪些勸告。

- 李海教導了哪些人？（見尼腓二書4：3，8，10-11）
- 李海給了拉曼和雷米爾的子女們哪些應許？（見尼腓二書4：7，9）
- 根據尼腓二書4：5，你覺得主給了父母親哪一項責任？（學生可能會用不同的說法來回答這個問題，但要確定他們都了解：**神給了父母親責任去教導子女福音。**）
- 你從自己的父母或祖父母身上學習到哪些眞理？

鼓勵學生成為自己家族鏈中堅強的一環——遵行福音，並準備成為正義的父母。你可以展示海報「成為堅強的一環」（見http://lds.org/liahona/2003/09/poster?lang=eng）。

尼腓二書4：12-35

尼腓承認自己的軟弱，並表明了對主的信賴

在白板上寫：*我的靈魂因……而喜樂*

請學生將這句話寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記內，並列出各項使他們靈魂喜樂的事物，來完成這句子。

請一位學生讀出尼腓二書4：15-16，以得知尼腓是如何完成這句子的。

- 如果我們的靈魂因經文而喜樂，我們會做些什麼事?
- 在你看來，因主的事而喜樂是什麼意思?
- 尼腓說他的心沉思著他所看到和聽到的事。這對你來說是什麼意思?

指出尼腓一生曾經歷過極大的喜樂，但他也遇到了許多困難。請學生默讀尼腓二書4：12-13，看看尼腓在這段時期面臨了哪些挑戰。（李海的去世，還有拉曼、雷米爾及以實瑪利幾個兒子的憤怒。）

尼腓的許多考驗源自於他哥哥的行動和態度，但尼腓也因爲自己的弱點而感到憂傷。在白板寫上：*我的心因……而憂愁。*

請學生閱讀尼腓二書4：17-18，找出尼腓感到憂愁的原因。

給學生時間閱讀這些經文後，問他們有何發現。請他們注意這段經文中，*苦*、*肉體*，以及*糾纏*等字詞。說明*苦*這個字的意思是悲慘或情況惡劣。在經文中，*肉體*一詞通常是指我們因生活在墜落的狀態中而具有的弱點。*糾纏*一詞意指受到來自四面八方的包圍或壓迫。

- 舉例說明有哪些困難會糾纏我們?（答案可能包括家中的煩惱、同儕壓力、困難的課業，及各種誘惑等。）

請一位學生讀出尼腓二書4：19。可以鼓勵學生將「然而，我知道自己信賴的是誰」這句話標示出來。指出在尼腓二書4：19中，尼腓的話從憂傷轉變成希望。

- 在你看來，尼腓所說「我知道自己信賴的是誰」這句話是什麼意思?
- 記得主和祂的良善會怎樣幫助我們度過失意的時光?

讀出尼腓二書4：20-25，並請學生跟著看自己的經文。請他們找出有哪些字句闡明了**神會支持那些信賴祂的人。**

- 你在尼腓二書4：20-25中發現哪些字句很有意義?爲什麼?
- 想想看，在你遇到困難時，主曾如何支持或幫助你?這個經驗帶給你什麼影響?

給學生時間想想這一類的經驗，並讓他們將之記在經文研讀日記中，可能會有幫助。如果你能講述神曾經在什麼時候支持你或支援你，也能使學生受益。

幫助學生了解，尼腓因爲能夠記得並感激主在過去爲他所做的一切，因而有了希望，並鼓舞他成爲更好的人。請學生默讀尼腓二書4：26-30，找出尼腓怎樣因爲過去的經驗而渴望成爲正義的人。請幾位學生分享自己的發現。

請幾位學生輪流讀出尼腓二書4：30-35。全班一起找出尼腓向主作了哪些承諾，又向主要求了哪些祝福。

- 我們從這個祈禱中學到哪些事，能對我們個人的祈禱有幫助?（學生可能使用不同的說法來回答這問題，但要確使他們都了解：**眞誠的祈禱能使我們更有決心去克服罪惡和沮喪。**）

請學生想想，他們曾在什麼時候藉著祈禱克服了罪惡或沮喪。可以建議他們分享自己的經驗，或將之記在經文研讀日記裡。

給學生一點時間，從尼腓二書第4章找出一節能反映出他們內心渴望的經文。給他們充分的時間後，讀出以下十二使徒定額組大衛・貝納長老針對祈禱如何促進靈性成長一事所說的話：

「我們在自己的個性、行爲或個人屬靈成長方面，都可能有一些事情需要在早上的祈禱中與天父商量。在我們爲所獲得的祝福表達適當的感激後，我們祈求能獲得理解力、指引和協助，去做單靠我們自己的力量所無法完成的事情。例如，我們在祈禱時可能會：

朗讀經文

偶爾要朗讀經文給學生聽。這會讓他們有機會聽到並感受到你對經文的熱愛，也能鼓勵他們自行閱讀經文。這還可以讓你有機會強調某一要點、眞理或其應用情形。學生互相讀出經文，甚至在自己的個人研讀時朗讀，都會讓他們受益。

「• 想到我們有時對心愛的人說話太嚴厲或不恰當。

「• 明白我們雖然知道該怎麼做，卻往往未能按照自己所知道的去做。

「• 爲自己的種種弱點和未更認眞地脫離自然人而表達懊悔。

「• 下定決心要在生活中更徹底地效法救主的榜樣。

「• 懇求自己能更有力量做得更好、成爲更好的人」（參閱「常常祈禱」，2008年11月，利阿賀拿，第41頁）。

結束時，重申你先前寫在白板上的那兩句話（「我的靈魂因……而喜樂」，以及「我的心因……而憂愁」）。向學生表達你有充分信心：即使面臨困難的情況，我們也能尋求主的協助，進而體驗到幸福和平安。

精通經文複習

注意：本課的長度可能會有時間進行以下的精通經文複習活動。你可以在上課一開始就進行活動，也可以在課程告一段落，或課程結束後再進行。活動務必簡短，以便有時間上完課程。至於其他的複習活動，見本手冊後面的附錄。

測驗可以幫助學生記得所學的事，並衡量其學習成效。挑選幾條新的精通經文章節，請學生閱讀並在自己的經文中標記出來。然後針對這些章節和他們已學過的其他精通經文章節，進行口頭測驗。測驗時，從福音進修班的書籤中，讀出各段經文中的關鍵字詞或句子，然後請學生從自己的經文中找出正確的章節。

注釋及背景資料

尼腓二書4：16-35。克服我們的罪惡和弱點

我們在研讀尼腓怎樣衷心地懇求主協助他克服罪惡和弱點時，會明白我們也可以祈求主同樣幫助我們。後期時代衆先知也呼應了尼腓的這番話。

先知約瑟·斯密教導：

「人越接近完全，他的觀察越清楚，他的喜樂也越大，直到他克服了生活中的邪惡且失去犯罪的慾望」（總會會長的教訓：約瑟·斯密，第210頁）。

十二使徒定額組李察·司考德長老見證悔改會得到的祝福。他說：

「為什麼我們的父和祂的兒子要吩咐我們悔改呢？因為祂們愛我們。祂們知道所有的人都會違反永恆的律法。我們所違反的每一條律法，無論大小，都需滿足公道的要求，才能使我們保有應許，得到今生的喜樂，並且才有特權回到天父身邊。若非如此，到了審判日那天，公道就會使我們從神的面前被趕出去，而淪入撒但的魔掌之中〔見尼腓二書9： 8-10；尼腓二書2：5〕。

「由於我們的主和祂的贖罪，我們才能免於受到這樣的罪罰。這有賴於我們對耶穌基督有信心、服從祂的誡命，並且在正義之中持守到底。

「你們是否在生活中善用悔改的救贖力量，使你們得以享有更大的平安與喜樂？混亂和沮喪的感覺往往是需要悔改的一種前兆。生活中缺少你所尋求的靈性指引，也有可能是違反律法所引起的。在必要時，完全的悔改能夠整頓你的生活，消除違誡所造成的各種靈性上的痛楚。但在今生，有些因嚴重違誡所帶來的身體傷害卻是無法挽救的。請明智且持續不斷地好好生活於主所界定的正義範圍內」（參閱「平安喜樂之道」，2001年1月，利阿賀拿，第31頁）。

第27課

尼腓二書第5章

導言

尼腓和跟隨他的人聽從主的警告，與拉曼、雷米爾和以實瑪利的兒子們分開。他們生活在正義和幸福中，而跟隨拉曼和雷米爾的人則使自己與主隔絕了。

教學建議

尼腓二書5：1-8

主使跟隨尼腓的人與跟隨拉曼和雷米爾的人分開

請學生想想自己所面臨的一些困難的問題和決定。鼓勵他們在研讀尼腓如何回應挑戰時，心中想著這些個人挑戰。提醒他們，李海去世後，尼腓成爲家中的靈性領袖。請學生默讀尼腓二書5：1-4，看看尼腓面臨了哪些挑戰。

- 根據尼腓二書5：1，尼腓做了什麼來幫助自己找到解決挑戰的方法？
- 即便在尼腓祈求神的幫助之後，拉曼和雷米爾仍然企圖做些什麼？

在學生報告答案時，你可以指出，我們的祈禱未必會立刻獲得回答，也未必會用我們希望的方式獲得回答。

請一位學生讀出尼腓二書5：5-8。請全班一起跟著看經文，找出主做了什麼來幫助尼腓和跟隨他的人。

請學生概述他們從尼腓二書5：1-8學到什麼。你可以強調的一項眞理是：**主會引導那些懷著信心，在祈禱中尋求祂的人**。針對這些經文，提出下列問題：

- 祈禱沒有立刻得到回答，或沒有按照我們希望的方式得到回答時，仍繼續保持忠信爲什麼很重要？
- 主會用哪些方式給我們警告？

在學生回答這項問題時，考慮讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長的話：

「若不是我們先駁回警告，我們是不會走上錯路的」（引述於肯尼．詹森，「服從聖靈的誘導」，2002年11月，*利阿賀拿*，第90頁）。

- 我們面臨挑戰時，可以在哪些方面跟隨尼腓的榜樣？

在學生討論尼腓二書5：1-8時，指出尼腓人之所以和拉曼人分開，是因爲拉曼和雷米爾憎恨尼腓所致。這樣的分開狀態持續了數個世紀，拉曼和雷米爾的後裔一直教導兒女們要憎恨尼腓的後裔（見摩賽亞書10：12-17）。

尼腓二書5：9-18，26-27

尼腓人過著幸福的生活

帶領學生一起讀出尼腓二書5：27。可以建議學生將這節經文劃記下來。將*幸福*這個詞寫在白板上。

- 在你看來，「過著幸福的生活」是什麼意思？

稱呼學生的名字

你在請學生朗讀或參與討論時，要稱呼學生的名字。這將有助於培養一種愛與尊敬的學習氣氛。

請一位學生讀出以下七十員馬林・簡森長老的話：

「某些不變的原則和眞理能爲我們的生活帶來幸福。這是我多年來一直深感興趣的一項主題，因爲我雖然蒙受豐盛祝福，有各種值得快樂的理由，但有時仍覺得很難像某些人那樣，一直保有那似乎與生俱來的快樂特質和愉快性格。

「因此，若干年前，摩爾門經裡的一段經文吸引了我的注意。……尼腓根據福音眞理建立了一個社會，他談到那個社會時，說：『事情是這樣的，我們過著幸福的生活。』（尼腓二書5：27）這段經文讓我印象深刻。……我想知道……一個眞正幸福的社會和人生的構成要素是什麼。於是我開始查考尼腓的寫作，想找出一些線索。我……邀請各位也開始去查考經文。這會是一件值得終生追求、極有價值的事。……

「……主前560年讓尼腓和他的人民每天過著幸福生活的同一模式和要素，在今天依然有效」（“Living after the Manner of Happiness,” *Ensign,* Dec. 2002, 56, 61）。

鼓勵學生接受簡森長老的邀請。請他們默讀尼腓二書5：6，10-18，26-27，找出「一個眞正幸福的社會和人生的構成要素」。可以建議他們將一些促成尼腓人幸福的原則標記出來。幾分鐘後，請幾位學生在白板上寫下他們的發現。（答案可包括：尼腓和他的跟隨者都帶著家人同行〔見第6節〕；他們服從主〔見第10節〕；他們努力工作來供養自己〔見第11，15-17節〕；他們帶著經文同行〔見第12節〕；他們建造了聖殿〔見第16節〕；而且他們跟從正義的領袖〔見第18，26節〕。）

請學生從白板上選出一兩項原則，並談談這些原則怎樣幫助了他們「過著幸福的生活」。

你可以根據學生所強調的部分，問以下的問題來繼續討論：

- 根據尼腓二書5：10-11，16，那些人因爲遵守了主的誡命而獲得了哪些祝福？你曾在什麼時候感覺到主與你同在？主在你生活中的影響力如何帶給你幸福？
- 聖殿能如何協助人們「過著幸福的生活」？聖殿怎樣爲你或你認識的某個人帶來了更多的幸福？
- 努力工作會在哪些方面促進幸福？

請學生針對如何增進幸福一事，概述他們學到了什麼。學生也許會談到一些不同的原則，但要確定他們都了解：**耶穌基督的福音一旦成爲我們的生活方式，我們就會更幸福。**可以將這項原則寫在白板上。

請學生檢視自己的生活，找出他們可以做些什麼來更充分地「過著幸福的生活」。鼓勵他們將這件事寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記上。分享你的見證，談談哪些原則和習慣爲你的生活帶來幸福。

分享見解和感想

青少年針對各項福音原則表達自己的見解和感想，就是在邀請聖靈加深他們的理解力、增強他們的見證。你可以鼓勵學生用自己的話解釋福音原則來做到這一點。你也可以邀請學生分享適合的相關經驗，並見證他們從這些經驗中知道哪些事。

尼腓二書5：19-25

拉曼人因為不服從而受到詛咒

請學生默讀尼腓二書5：19-24，找出拉曼人和尼腓人的生活方式有何不同。

- 根據尼腓二書5：20，拉曼人不服從的後果是什麼？

確定學生都了解，這章經文中提到的詛罰是指與神隔絕。他們膚色的改變僅僅是這詛罰的一個標記或記號。爲了澄清這點，請一位學生讀出以下約瑟·斐亭·斯密會長的話：

「將深色皮膚放在拉曼人身上，是爲了把他們跟尼腓人區隔開來，以免這兩個民族混雜在一起。深色皮膚是詛罰的記號，而這詛罰指的是主的靈離開了他們。……

「加入本教會之人的深色皮膚不再被視爲一種詛罰的記號。許多這樣的歸信者都很令人喜愛，而且擁有主的靈同在」（*Answers to Gospel Questions,* comp. Joseph Fielding Smith Jr., 5 vols. [1957–66], 3:122–23）。

- 尼腓二書5：21如何幫助你了解拉曼人從主面前被剪除的原因？（你可以說明，堅石是一種堅硬的石頭。尼腓說，拉曼人「變得像堅石一樣」，是在強調拉曼人的心地十分頑硬。）
- 主對於尼腓人與拒絕福音的拉曼人結婚提出了什麼警告？（見尼腓二書5：23）
- 避免和不聽從主的人約會及結婚爲什麼很重要？在你看來，你約會乃至最後結婚的對象，會怎樣影響你在遵行福音方面的努力？（提醒學生，總會會長團已勸告我們：「只選擇和有高道德標準以及相處時能維持自己標準的人約會」〔*鞏固青年*（小冊子，2011），第4頁〕）。
- 我們可以從尼腓二書5：20-24學到哪些原則？（在學生分享各項原則時，要確定他們都了解：**當人們硬起心來反對主，就是在使自己與主分開**。）

強調：尼腓二書第5章呈現了尼腓人和拉曼人之間的強烈對比。我們可以選擇要跟隨哪一種榜樣。鼓勵學生記住他們已經下定決心要做哪些事，以便能更充分地「過著幸福的生活」。表明你信任他們能夠跟隨尼腓人的榜樣，獲得眞正的幸福。

注釋及背景資料

尼腓二書5：16。「我，尼腓，建了一座聖殿」

七十員馬林·簡森長老說明去聖殿如何為人帶來幸福：

「尼腓寫道：『我，尼腓，建了一座聖殿』（尼腓二書5：16）。尼腓的聖殿在某些方面可能和後期時代的聖殿不同，但其主要目的是一樣的：教導神的兒女有關祂的幸福計畫，讓他們對此計畫有所了解，並提供必要的教儀和聖約來獲取那項幸福。

「在這美好的地球上生活了五十多年後，我可以誠實地說，我所認識的那些靈性成熟、快樂的人，都是熱衷去聖殿的人。這有很好的原因。因為我們在聖殿裡一次次地聽到神為我們制定的全部計畫，而每聽一次就更加理解，也更有決心要按照祂的方式生活。……

「測試我們在努力歸向基督方面做得如何的好方法，是看看我們對聖殿的感受如何，以及在裡面的經驗如何。*聖殿*可以成為*幸福*和*喜樂*的同義字。對於尼腓和他的人民來說就是如此」（"Living after the Manner of Happiness," *Ensign,* Dec. 2002, 60）。

第28課

尼腓二書第6～8章

導言

尼腓在記寫他人民的事工時，收錄了他弟弟雅各所作的一篇為期兩天的講道。這篇講道記載在尼腓二書第6～10章；這本書將之分為三課，本課為其中的第一課。雅各在講道一開始，先讀出以賽亞所作的有關以色列的分散和聚集的預言，來說明「主神必履行祂和祂的子女所立的聖約」（尼腓二書6：12）。

教學建議

尼腓二書第6章

雅各見證主必記得祂的約民

爲了幫助學生看出雅各的教導與他們的生活息息相關，請他們想想，要是有個朋友或家人對他們很不客氣，拒絕相信他們的話，又在行爲態度上表現出不在乎彼此之間的關係，他們會怎麼回應。

請學生安靜地沉思以下這問題：

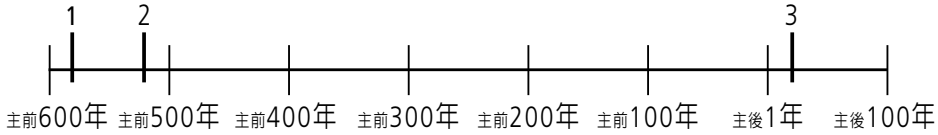
- 你有沒有對主表現過類似的行爲或態度？

說明在尼腓二書第6～8章，我們會看到主如何回應那些違背祂的人。尼腓在這幾章中記錄了他弟弟雅各所作的一篇講道的部分內容。雅各這篇講道的其餘部分記載在尼腓二書第9～10章。這幾章將在接下來的另外兩課進行討論。

請一位學生讀出尼腓二書6：3-4及9：1，3。請全班找出雅各爲什麼要作這篇講道。

請一位學生擔任抄寫員。請他在白板上寫下這標題：*雅各講道的目的*。然後請學生分享他們在剛才讀的經文中找到的答案。請抄寫員將他們的回答寫在前述標題下方。幫助學生看出，雅各教導他的人民，是爲了「〔他們〕靈魂的福祉」（尼腓二書6：3）。他希望幫助他們「榮耀〔他們〕神的名」（尼腓二書6：4），「知道主……的聖約」（尼腓二書9：1），以及「快樂，並且永遠抬起頭來」（尼腓二書9：3）。要確定這些目的都列在學生的回答中。建議學生在研讀雅各的講道時，找出那些能達到這些目的的教導。

將以下這條時間線畫在白板上。（可以在上課前先畫妥。）請一位學生讀出尼腓二書6：4。指出雅各在開始講道時提到，他要談的一些情況，不但當時存在，將來也會存在（「現在和未來的事情」）。



指向時間線上面，數字1的地方。

- 雅各在尼腓二書6：8中說，耶路撒冷的猶太人因爲背離主，所以遭遇了什麼事？（有些被殺、有些被俘走。可以提醒學生，李海、耶利米和其他先知都曾預言這些事會發生。他們的預言大約於主前587年應驗了，當時巴比倫人攻陷耶路撒冷，把許多猶太人擄到巴比倫。此一日期及其他，見經文指南「年代表」。）

指向數字2。

- 根據尼腓二書6：9的第一句話，那些被俘到巴比倫的猶太人的後裔最後會發生什麼事？（他們會回到耶路撒冷。這項預言大約於主前537年應驗了，當時塞魯士王允許猶太人返回家鄉。）

指向數字3，並說明雅各曾預言救主將在猶太人中度過塵世的一生。

- 在尼腓二書6：9-10中，哪些詞句描述了在救主塵世傳道期間，某些猶太人對祂作出的舉動及懷有的感覺？（答案可包括「鞭打祂」、「將祂釘在十字架上」，以及「心硬頸強地反對」祂，等等。）
- 根據尼腓二書6：10-11，那些拒絕彌賽亞的猶太人後來會怎樣？（他們會在肉身中受折磨、被分散、被擊打和被憎惡。）

請學生默讀尼腓二書6：6-7，11-12，14，17。你可以說明，在第6-7節中，雅各讀出了以賽亞所作的有關福音復興及聚集以色列家族的預言。請學生找出一些詞句描述了即使以色列家族，即主的約民，拒絕主，祂仍會如何回應他們。請學生分享所找到的詞句。提出下列問題，來幫助他們了解其中一些詞句的意義：

- 在你看來，尼腓二書6：7中提到的「等候」主是什麼意思？
- 雅各應許，「主〔會〕憐憫」以色列（尼腓二書6：11）。你所找到的一些詞句怎樣談到主的慈悲？
- 雅各也應許主會「收回」以色列（尼腓二書6：14）。在你看來，救主「收回」某人是什麼意思？
- 根據尼腓二書6：11-12，14，我們必須怎麼做才能獲得主的慈悲？

在學生分享他們的看法時，要確定他們都了解：**主對於轉向祂的人是慈悲的。**

指出在尼腓二書第6章，雅各談到，即使主的約民非常邪惡，主仍對他們很慈悲。向學生保證，如果主會對這些人慈悲，那麼，當我們歸向祂、遵守與祂所立的聖約，祂當然也會慈悲地對待我們每個人。請學生想想，主曾在哪些方面對他們很慈悲。請他們將下列詞句寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記上：我知道主很慈悲，因爲……。然後請他們寫出自己的想法和感覺，來完成這句話。等他們有充分時間寫完之後，你可以請幾個人分享他們所寫的內容。

書寫能提升分享的成效

先請學生寫下一項問題的答案，再和全班分享，就是讓他們有時間組織自己的想法，並獲得從聖靈而來的感覺。學生若先將自己的想法寫下來，就比較可能分享，而且所分享的內容通常也比較有意義。

尼腓二書第7～8章

雅各談到以賽亞的預言中，有關救主能夠救贖祂的約民一事

說明在尼腓二書第7章和第8章，雅各讀出了以賽亞所記寫的一項預言。第7章記載了主對以色列家族中那些因爲罪惡而被分散、俘虜的那些人所說的話。請一位學生讀出尼腓二書7：1。你可以請全班將主所問的那些問題標記出來。

爲了幫助學生了解第1節中的那些問題，說明像「休了你們」、「你們母親的休書」，及「將你們賣（掉）」等詞句，指的是違背聖約或捨棄聖約。幫助學生了解，主的那些問題可以改成這樣的問法：「我可曾背離了你們？我可曾背棄我們所立的聖約？」

- 這些問題的答案是什麼？（答案是「不曾」。主不會背離我們，也不會忘記祂所立的聖約。）
- 根據尼腓二書7：1的最後一句，這些人爲什麼會與主隔絕，在囚禁中受苦？（因爲他們犯罪，背離了主。）

指出在尼腓二書7：2中，主提出了另一個問題，這問題能讓我們看出祂多麼希望幫助我們，而且祂有能力幫助我們。請學生找出這問題，並劃線。（「我的臂膀豈是短縮，不能救贖嗎？我豈無拯救之力嗎？」）

爲了幫助學生了解這個問題，問他們，他們會怎麼用自己的話來問這個問題。（如果他們很難了解『我的臂膀豈是短縮』這句話，就請一位學生向另一位學生伸出手來，彷彿在提供協助的樣子。然後請第一位學生把手縮回，做出『短縮』的動作，藉此示範撤回援手或有所保留的概念。）學生在重述主的問題時，可能會說些類似這樣的話：「我豈是有所保留，沒有伸手救贖你們？你們是否相信我有能力拯救你們？」

告訴學生，尼腓二書第7章和第8章的其餘部分記載了一些例子來回答這個問題，有的例子顯示救主切望救贖祂的約民，有的則是顯示祂有能力這樣做。

爲了幫助學生找出證據，證明**救主切望救贖祂的約民，也有能力這樣做**，將尼腓二書第8章中的以下六段經文，分別發給各組學生：第1-3節，第4-6節，第7-8節，第10-11節，第12-13節，以及第14-16節。（如果班上學生多於12人，就分成兩人或多人一組，每組一段經文。如果學生不到12人，有些小組就要負責一段以上經文。）請各組從指定的經文段落中找出一個詞句來顯明主切望救贖我們，且有能力這樣做。給學生充分時間後，請各組向全班讀出自己所選的詞句。請他們分享自己從該段經文中學到些什麼。也可以請學生將同學分享的詞句劃記起來。

結束時，指向白板上所列出的雅各的各項目的。請學生想想自己與主所立的聖約，以及主曾應許，他們若遵守那些聖約，會獲得怎樣的祝福。分享你的這個見證：主是信實的，祂會信守與我們所立的聖約；我們若忠於與祂所立的聖約，就會蒙得慈悲和救贖。

注釋及背景資料

尼腓二書6：2。李海、尼腓及雅各持有什麼聖職？

雅各說自己是「蒙神召喚，依照祂神聖體制的方式被按立」，而且「由……哥哥尼腓授予聖職」（尼腓二書6：2）。他所說的「神聖體制」，指的是麥基洗德聖職。約瑟．斐亭．斯密會長寫道：「尼腓人從李海的時代一直到救主顯現在他們當中的時代，都是藉著麥基洗德聖職行事」（*Answers to Gospel Questions*, comp. Joseph Fielding Smith Jr., 5 vols. [1957–66], 1:124）。

尼腓二書第8章。後期時代的聚集

尼腓二書8章所引述的以賽亞預言，談到了以色列在後期時代的聚集。十二使徒定額組布司．麥康基長老在教導有關這項聚集在屬靈方面的本質時，說：

「那麼，以色列要怎麼樣才能被聚集呢？以色列的聚集有賴於相信、接受並遵行主在過去賜與祂選民的一切。這有賴於對主耶穌基督有信心、悔改、接受洗禮、接受聖靈的恩賜和遵守神的誡命。這有賴於相信福音、加入祂的教會和進入神的國度。這有賴於接受神聖聖職、在神聖的處所接受來自高天的恩賜，以及透過高榮婚姻的教儀來接受亞伯拉罕、以撒、雅各的所有祝福」（*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], 515）。

第29課

尼腓二書9：1-26

導言

雅各在對尼腓人作的一篇講道中，一開始就引述了以賽亞的一些預言，談到主會救贖祂的約民。雅各的這部分講道記寫在尼腓二書第6～8章（見本手冊第28課）。這篇為期兩天的講道，後半段記載在尼腓二書第9～10章。雅各引述了以賽亞的話後，便分享自己對耶穌基督贖罪的見證，見證救主有能力拯救我們脫離墜落的影響和我們罪惡的後果。

約瑟．斐亭．斯密會長教導，尼腓二書第9章是「歷來有關贖罪一事，最具啓迪作用的講道之一。」他說：「每個尋求救恩的人都應當仔細閱讀」（*Answers to Gospel Questions,* comp. Joseph Fielding Smith Jr., 5 vols. [1957–66], 4:57）。

教學建議

尼腓二書9：1-9

雅各說明墜落的影響

上課前，將可怕的怪物一詞寫在白板中央。

開始上課時，先解釋尼腓二書第9章的內容延續了學生在前一課開始研讀的那篇講道。提醒學生，在尼腓二書第6～8章，該篇講道的前半部分，雅各引述了以賽亞的話來教導有關救主的慈悲，以及祂有能力拯救其約民脫離迷失和分散的狀態。雅各接著在講道中教導了救主如何救贖我們所有的人脫離墜落和罪惡的狀態。

請學生注意白板上所寫的字。

- 說到可怕的怪物，你會想到什麼？

學生在回答這個問題時，可能會提到一些假想的生物。這時就要說明，某些眞實的事物可能比想像的生物更可怕，因爲這些事物會帶來持久的傷害。告訴學生，雅各用「可怕的怪物」一詞來描述一種我們都會面臨的情況，以及因之而來的永恆傷害。請學生默讀尼腓二書9：10，找出雅各所描述的那怪物有哪兩個要素。學生分享找到的事情後，在白板上寫出答案如下：

爲了幫助學生了解雅各使用死亡及地獄兩詞的用意，說明這兩個詞都是指一種分離的狀態。雅各在這篇講道中使用的死亡一詞，指的是「身體的死亡」，也就是身體與靈分離。而他所使用的地獄一詞，指的則是「靈的死亡」，也就是一個人從神面前被隔絕的狀態。在經文中，這種隔絕也常被稱爲「屬靈的死亡」。

請學生默讀尼腓二書9：6。請他們找出造成身體死亡及靈的死亡的原因。

- 哪一件事造成了全人類的身體死亡和靈的死亡？（你可能必須說明，由於墜落，全人類都從神的面前被剪除，並且每一個人的身體最後都將死亡。）

說明在尼腓二書9：7-9中，雅各教導了我們，要是沒有贖罪，墜落的影響永久存在的話，我們將會如何。爲了幫助學生準備好研讀這些經文，你可以先爲第7節中的幾個詞下定義：雅各所說的那「臨到世人的第一次降罰」，指的是亞當和夏娃墜落的後果；他所說的「腐朽」，指的是我們的塵世身體終必死亡；而他所說的「不朽」，指的是我們復活後的身體將永遠活著。

請一位學生讀出尼腓二書9：7-9。請全班從中找出有哪些詞句是描述如果身體和靈的死亡一直持續到永遠，我們的身體和靈將會發生的情形。

- 如果沒有贖罪，我們的身體會怎麼樣？
- 如果沒有贖罪，我們的靈會怎麼樣？

爲了強調要是沒有耶穌基督的贖罪，我們的命運將會如何，請一位學生讀出以下十二使徒定額組陶德·克理斯多長老的話：

「如果我們與神隔絕的狀態和身體的死亡是永久的，道德選擇權就沒有意義了。沒錯，我們是可以自由選擇，但那又有什麼用呢？無論我們的行爲如何，最後的結果都是一樣：死亡後沒有復活的希望，也沒有進入天堂的希望。無論我們的選擇是好是壞，最後都會淪爲『魔鬼的使者』〔尼腓二書9：9〕」（“Moral Agency,” *Ensign,* June 2009, 50）。

尼腓二書9：10-26

雅各教導，救主透過贖罪，拯救我們脫離墜落的影響，讓我們的罪能獲得寬恕

請學生再讀一次尼腓二書9：10。

- 根據這節經文，神爲我們預備了什麼？

強調雅各這篇講道的主要信息是，神「爲我們預備道路，好使我們脫離……死亡和地獄（的魔掌）」。耶穌基督的贖罪犧牲，確保我們能夠脫離墜落所帶來的身體和靈的死亡。

將全班分爲兩組。請第一組默讀尼腓二書9：5，19-21，找出經文如何描述救主爲我們作的犧牲。請第二組默讀尼腓二書9：11-12，15，22，找出有關耶穌基督拯救我們脫離身體死亡的詞句。（將這些參考經文寫在白板上可能會有幫助。）

給學生時間閱讀之後，向第一組提出以下的問題：

- 救主爲了拯救我們脫離身體和靈的死亡，願意承受什麼？你找到哪些對你具有意義的描述？
- 雅各強調，耶穌基督承受了所有人的痛苦。這對你來說有什麼意義？這項知識如何影響你對救主的感受？（爲了幫助學生思考救主的犧牲是何等重大，你可以暫停討論，強調救主承受了所有人的痛苦，這包括曾經活在世上，以及將要活在世上的每個人。爲了幫助學生思考救主的犧牲是爲每個人，可以考慮請他們將自己的名字寫在尼腓二書9：21旁邊，以提醒他們，救主已承受了他們的痛苦。）

向第二組提出以下的問題：

- 關於耶穌基督拯救我們脫離身體的死亡，你找到了哪些詞句？
- 根據尼腓二書9：22，誰會復活，並被帶回到神的面前？

再次指向白板上「可怕的怪物」一詞。請學生用自己的話，說出雅各有關我們要如何從這「怪物」手中獲救的教導。務使學生了解：**耶穌基督透過贖罪，**

拯救全人類脫離墜落所帶來的身體死亡及靈的死亡。請一位學生將這項眞理寫在白板上。

提醒學生，除了拯救全人類脫離那因墜落而來的身體和靈的死亡之外，耶穌基督還能拯救我們脫離因自己犯罪而造成的靈的死亡。

說明雅各描述了那些處在罪惡中的人在神面前的景況。請一位學生讀出尼腓二書9：15-16，27，並請其他學生一邊聽，一邊找出這些描述。

- 雅各如何描述那些處在罪惡中的人在神面前的景況?

說明雅各也描述了那些純潔的人在神面前的景況。請一位學生讀出尼腓二書9：14，18，並請其他學生一邊聽，一邊找出這些描述。

- 雅各如何描述那些純潔的人在神面前的景況?

指出儘管脫離墜落而得救是給全人類的一項恩賜，但要脫離自己罪惡的後果而得救，有一部分也有賴於我們自己的渴望及行動。將下列詞句寫在白板上：*我們若要透過耶穌基督的贖罪來克服自己罪惡的後果，就要……。*

請一位學生讀出尼腓二書9：21，23-24。請全班找出一些詞句來完成白板上的句子。

- 根據這些經文，你會怎麼完成這個句子?（學生的回答應能反映出以下這句話：**我們若要透過耶穌基督的贖罪，來克服自己罪惡的後果，就要對耶穌基督有信心、悔改、受洗，並持守到底。**在學生分享答案的同時，完成白板上的句子。）

選擇以下的一個活動，來結束本課。這兩個活動都可以幫助學生省思救主的贖罪對自己的意義，並分享對救主的感受。

1. 請學生很快看一遍尼腓二書9：1-22，找出所有在第一句中含有 啊 或「何其」字樣的經文。請學生讀出這幾節經文中的第一句話。

   請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中寫些類似的句子，描述自己對救主及其犧牲的感激之情。請他們像雅各那樣，用 啊 或「何其」等感嘆的語氣來造句。請幾位學生適當地分享所造的句子。要確定學生都了解，他們不必覺得自己有義務分享太過隱私或個人的感覺或經驗。

2. 全班一起唱出或讀出「令我驚奇」（聖詩選輯，第116首），或是另一首有關耶穌基督贖罪的聖詩。請學生從該首聖詩中選出一些歌詞來反映他們對救主及其贖罪犧牲的感受。讓他們告訴全班自己所選的句子，並說明他們欣賞那些句子的原因。

注釋及背景資料

尼腓二書9：7。如果沒有贖罪，墜落會帶來怎樣的後果?

十二使徒定額組的陶德．克理斯多長老說明了要是沒有耶穌基督的贖罪，我們的命運會如何。他說：

「如果沒有基督的救贖，死亡就會讓我們永遠無法復活，也讓我們的選擇權變得毫無意義。同樣的，如果沒有基督的恩典，我們也會因為罪惡和壞的選擇，而永遠迷失。我們將無法從所犯的過錯中完全恢復。而在那種不潔的情況下，我們也絕無法再次與〔神〕同住。

「……我們需要一位救主，一位中保；這人要能克服罪惡和過錯的後果，使得這後果不是必然的毀滅。而由於基督的贖罪，我們可以改正不好的選擇，在律法下稱義，彷彿沒有犯過罪一般」（“Moral Agency,” *Ensign*, June 2009, 50）。

第30課

尼腓二書9：27-54和尼腓二書第10章

導言

雅各見證耶穌基督拯救全人類脫離墜落的影響，並使我們的罪蒙得寬恕，最後警告我們要慎防一些會導致與主隔絕的態度和行為，他也見證，有些態度和行為能讓我們歸向基督而得救。第二天，雅各重申，儘管以色列家族會因罪惡而被分散，但若他們悔改、轉向主，主仍會記得與他們所立的聖約，並聚集他們。雅各預言，耶穌基督會被釘在十字架上。他也預言，他人民的應許地會是一個自由之地，防禦堅固，不受各國侵擾，也不會有君王統治。雅各勸告人民要與神的旨意和諧，並要記住，唯有靠著神的恩典，他們才能得救。

藉著聖靈教導

身為福音教師，你在準備及教導時都要尋求聖靈的引導。「靈必藉著信心的祈禱而給你們；你們如果沒有接受到靈，就不要教導」（教約42：14）。

教學建議

尼腓二書9：27-54

雅各邀請所有的人歸向基督，並警告我們慎防一些會使我們與主隔絕的態度和行為

在白板上，寫出以下這兩句：*我爲什麼需要幫助*以及*我必須做什麼*。請全班想像有個人患了重病。

- 這個人必須先了解自己需要尋求協助，這一點爲什麼很重要？
- 這個人也必須了解要怎麼做來獲得協助，這一點爲什麼也很重要？
- 如果這個人了解他需要尋求協助，卻不了解要怎麼獲得協助，會有何後果？

提醒學生，他們在前一課讀過墜落的影響和罪惡的後果，知道我們爲什麼需要救主。見證：救主想要幫助我們，拯救我們脫離罪惡。請學生想想自己是否知道必須做什麼，才能得到贖罪的全部祝福。

說明雅各想要幫助人民選擇「永恆生命的道路」（尼腓二書10：23）。他幫助他們了解，唯有「歸向主」（尼腓二書9：41），才能獲得永生。請一位學生讀出尼腓二書9：41。請全班找出雅各說我們應當遵循的是怎樣的「路」。

- 歸向主是什麼意思？（可以鼓勵學生將自己的一生想像成一條路。請他們靜靜地想一想，他們的這條路會通往哪裡。他們的選擇是不是讓他們更接近救主？）
- 雅各用哪些字詞來描述那條「路」？關於我們應當過的生活方式，窄和筆直這兩個詞教導了什麼？

指出雅各談到這條窄而直的路時，使用了門的意象，他稱救主爲守門者。分享你的這個見證：唯有透過耶穌基督和祂的贖罪，我們的罪才能被寬恕並獲得永生。我們爲獲得永生而做的每一件事，包括我們接受的教儀、獻上的祈禱、分享的見證，以及我們生活的方式，都必須奉耶穌基督的名去做。

- 在你看來，救主「在那裡不雇用僕人」一事爲什麼意義深遠？（你可以指出，主雖已召喚僕人，例如主教及支聯會會長，來代表祂擔任人民的法官。但祂本人將是我們最後的法官，祂會依照我們生活的方式而給予最後的認可。）
- 知道「沒有人能欺瞞」主，對我們在歸向祂時所作的努力會有什麼影響？

說明在尼腓二書第9章的其餘部分，雅各的教導幫助我們了解，我們的態度和行爲會如何影響我們歸向救主的能力，有的有助於我們歸向基督，有的則會妨礙我們歸向祂。

爲了幫助學生找出這些態度和行爲是什麼，在白板中間劃一條直線，在直線的一側寫上：*使我們遠離基督*。在其下方，寫上：

1. *尼腓二書9：27-33*
2. *尼腓二書9：34-39*

在直線的另一側，寫上：*歸向基督*。在其下方，寫上：

3. *尼腓二書9：23，39，42，45-46*
4. *尼腓二書9：49-52*

指派每位學生1到4其中一個數字。請學生默讀與自己的號碼有關的經文。請被派到第1組和第2組的學生，找出哪些態度和行爲會使我們遠離救主。請被派到第3組和第4組的學生，找出哪些態度和行爲會幫助我們歸向救主，接受祂贖罪的祝福。可以鼓勵學生將找到的內容劃記在自己的經文上。

幾分鐘之後，從第1組和第2組中請幾位自願的人到白板前面，列出他們找到哪些態度和行爲，會使我們遠離救主。提出以下的一些或全部問題，來討論雅各所提的一些警告：

- 雅各提到有學問和金錢都是好事。我們在學問和金錢方面所作的選擇，可能會如何使我們無法歸向主？（指出尼腓二書9：28-29是一條精通經文。可以鼓勵學生將這段經文劃記起來。）
- 在你看來，靈性上的聾子或瞎子是什麼意思？（見尼腓二書9：31-32）
- 「內心未受割禮的人」（尼腓二書9：33），指的是那些沒有向神敞開內心，以及那些不願意遵守與祂所立聖約的人。這種情況會如何使我們無法得到贖罪的全部祝福？
- 今日有哪些偶像崇拜的形式？（見尼腓二書9：37）

請第3組和第4組的學生到白板前面，列出他們找到哪些態度和行爲，能使我們歸向救主並獲得贖罪的祝福。爲了幫助學生分析他們所找到的內容，向他們提出以下的一些或全部問題：

- 在尼腓二書9：23中，雅各提醒我們，主命令我們要悔改、接受洗禮。透過領用聖餐來更新洗禮聖約，會怎樣幫助我們歸向主，接受祂贖罪的祝福？
- 在你看來，「靈性之心」是什麼意思？（尼腓二書9：39）有哪些活動能幫助我們擁有靈性之心？
- 「遠離罪惡」是什麼意思？（尼腓二書9：45）
- 在你看來，雅各所說的來吃、來喝，以及「因飽足而快樂」是什麼意思？（見尼腓二書9：50-51。你可以說明，這段經文指的是靈性上的滋養。）

見證：**我們若歸向主、依照祂的旨意生活，就必獲得贖罪的全部祝福。**將這項原則寫在白板上、學生所列各項的上方。

鼓勵學生想想他們在自己的生活中曾見過哪些證據顯明了這項原則。請他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，寫下他們如何因爲白板第二欄所列的某一項或某幾項的態度和行爲，而與救主更爲接近。請幾位學生分享自己所寫的內容（但要幫助他們了解，他們不應覺得有責任分享太過隱私或個人的經驗。）

將指派作業寫在白板上

在指派學生閱讀一些經文時，將經文章節寫在白板上會有幫助。這能讓學生記得他們被指派去做的作業，也有助於避免混淆。

尼腓二書9：28-29

是一則精通經文。請參考本課結尾的建議，來幫助學生精通這段經文。

尼腓二書第10章

雅各鼓勵人民要歡欣並歸向主

問學生他們收過的禮物是否因爲送的人爲此付出了極大心力或作了犧牲，因而顯得特別有意義。考慮請一兩位學生談談這樣的經驗。

- 我們可以如何爲這樣的禮物表達感謝?
- 我們可以如何爲救主贖罪這份禮物表達感謝?

說明雅各在作了有關耶穌基督贖罪的講道之後，第二天又見證主會拯救我們脫離罪惡的後果。他教導人民應該如何回應贖罪這份禮物。

在概述尼腓二書10：1-19時，說明雅各重申，儘管以色列家族會因罪惡而被分散，但他們若悔改、再次歸向主，祂還是會記得與他們所立的聖約，並將他們聚集起來。你可以指出，尼腓二書10：3是摩爾門經中用基督這頭銜來稱呼救主的第一節經文。

請一位學生讀出尼腓二書10：20，23-25。請全班找出雅各勸告我們要做什麼來回應贖罪這份禮物。可以建議學生把從這些經文中找到的內容標記出來，並請他們分享所發現的事。

準備一份以下問題的講義（或在上課前將這些問題寫在白板上）。請學生選一個問題，然後和一位同伴分享他對這個問題的想法與感受。

- 根據我們所研讀的有關救主的一切，你會想要一直記住的是有關祂的什麼事?
- 爲什麼悔改是對主爲我們所做的一切表達感謝的一個重要方式?
- 在你所學到有關救主的事情中，什麼事讓你感受到希望?

結束時，說明和諧一詞（在尼腓二書10：24），意指人或事彼此相合或意見一致。例如，兩位朋友在爭論之後，應彼此和諧。

- 在你看來，讓我們自己「與神的旨意和諧」是什麼意思?

請學生想想，他們在研讀和討論尼腓二書第9～10章時，學習和感受到了什麼。邀請他們尋求聖靈指引，來幫助他們決定要做哪一件事來與神的旨意和諧，並更充分地領受贖罪的祝福。例如，某位學生也許會承諾要聽從神的某項忠告（見尼腓二書9：29），遠離某項罪惡（見尼腓二書9：45），或找出一個方式，能在每天更常記念救主（見尼腓二書10：20）。鼓勵學生做一切必要的事來「與神的旨意和諧」（尼腓二書10：24）。見證這樣做會得到祝福。

精通經文——尼腓二書9：28-29

注意：以下活動的目的是幫助學生精通尼腓二書9：28-29。由於今天的課程較長，你可以等改天時間較多時，再使用這個活動。

帶領全班一起讀出尼腓二書9：28-29。

- 我們在尋求學問時，可能會落入哪些陷阱?我們如何在尋求學問時避開這些陷阱?
- 我們在尋求學問時，哪些事能幫助我們「聽從神的忠告」?

鼓勵學生在現階段繼續參與福音進修班，並計畫在福音進修班畢業之後參加福音研究所。

自修班課程

尼腓二書第4～10章（第6單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓二書第4～10章（第6單元）時，所學到的教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓二書第4～5章）

學生在研讀尼腓二書第4章時，著重的是這項原則：神會支持那些信賴祂的人（見尼腓二書4：12-35）；他們也在經文研讀日記中寫下他們希望用哪個方式來增加自己對神的信賴。在尼腓二書第5章中，他們見到了以下這些真理的實例：安全來自於服從神的啓示（見尼腓二書5：1-8）。當耶穌基督的福音成為我們的生活方式時，我們的幸福就會增加（見尼腓二書5：9-18，26-27）。學生檢視了自己的生活，並決定要做某件事，以便更能「過著幸福的生活」。

第2天（尼腓二書第6～8章）

學生在這一課學習到，主對那些歸向祂的人是慈悲的（見尼腓二書第6章）。他們想過主對他們是何等慈悲。他們也學到，救主很希望救贖祂的約民，也有一切能力這樣做（見尼腓二書第7～8章）。

第3天（尼腓二書第9章）

學生開始研讀尼腓二書第9章，學習到要是沒有贖罪，會發生什麼事。他們也研讀了以下各項真理：耶穌基督的贖罪拯救全人類脫離那因墜落而來的身體和靈的死亡（見尼腓二書9：1-22）。透過耶穌基督的贖罪，我們若是對耶穌基督有信心、悔改、受洗並持守到底，就能克服自己罪惡的後果（見尼腓二書9：14-27）。學生寫了一段話，描述對救主為他們所作犧牲的感想。

第4天（尼腓二書第9～10章）

學生研讀了尼腓二書第9章的其餘部分以及尼腓二書第10章，並沉思過哪些選擇會使自己與主隔絕，哪些選擇有助於更接近主。他們學習到，我們若選擇歸向主，遵行祂的旨意，就會獲得贖罪的全部祝福。

導言

在學生這一週所研讀的許多重要真理中，要強調的是耶穌基督贖罪的重要意義。要祈求神的引導，以便知道怎麼做最能協助學生了解贖罪及仰賴贖罪。你在教導時，要鼓勵學生思考他們需要做哪些事，才能獲得救主贖罪的祝福。

注意：你懷著祈禱之心準備課程時，要考慮學生的需求，特別是那些正遭遇困難的人有什麼需求。如果你能個別地為每位學生祈禱，祈求指引，以便知道如何最有效地教導經文中的教義和原則，聖靈就會啓發你，讓你知道如何滿足學生的需求。

教學建議

尼腓二書第4～5章

尼腓表明自己對主的信賴；主將尼腓人與拉曼人分開；尼腓人過著幸福的生活

將下表中的資料寫在白板上，或作成講義。

尼腓二書第4章	尼腓二書第5章
1. 閱讀章前綱要，並準備用自己的話來概述該章內容。 2. 閱讀尼腓二書4：19，並說明在你看來，「知道自己信賴的是誰」這句話是什麼意思。 3. 再看一次你在經文研讀日記中所寫的第1天，指派作業4中的內容，並準備分享你希望用哪種方式來增加自己對主的信賴。	1. 閱讀章前綱要，並準備用自己的話來概述該章內容。 2. 閱讀尼腓二書5：27，並說明在你看來，「過著幸福的生活」這句話是什麼意思。 3. 再看一次你在經文研讀日記中所寫的第1天，指派作業6中的內容。準備分享尼腓人的一個行為或態度，並談談做出同樣的行為或擁有同樣的態度，怎樣影響了你的幸福。

將全班分成兩半。請一半的學生準備教導尼腓二書第4章的資料，請另一半準備教導尼腓二書第5章的資料。

將每位被指派到尼腓二書第4章的學生，與一位被派到尼腓二書第5章的學生配成一組。請學生和同伴分享自己為該指派作業所準備的資料。

尼腓二書第6～8章

雅各預言以色列的分散和聚集，並引述以賽亞的預言，談到救主會忠於約民

提醒學生，尼腓二書第6～9章是雅各第一天對人民講道的內容。尼腓二書第10章延續了他第二天的教導。在尼腓二書第6章中，雅各預言猶太人會拒絕主並被分散。請學生閱讀尼腓二書7：1-2，並請他們用自己的話，重述這段經文的意思。

尼腓二書第9章

雅各教導，救主的贖罪如何拯救我們脫離墜落的影響及罪惡的後果

分享以下泰福．彭蓀會長所說的話：

「正如人在飢餓的時候才會真的想吃東西一樣，他也要等到知道為什麼需要基督時，才會渴望獲得基督的救恩。

「一個人除非了解並接受墜落的教義，以及墜落對全人類造成的影響，否則他就無法充分且正確地知道為什麼需要基督。對於這項重要的教義，世上其他任何一本書的解釋都遠不如摩爾門經的解釋來得精闢」（參閱「摩爾門經與教義和聖約」，1987年7月，聖徒之聲，第68頁）。

請學生想像有朋友問道：「為什麼我們需要救主?」請全班根據自己在尼腓二書第9章所學，準備回答這個問題。請他們複習尼腓二書9：7-10，19-22來找答案。請學生分享自己對該問題的答案。

為了幫助學生更了解耶穌基督如何能拯救我們脫離墜落的影響，讀出學生用本第6單元：第3天，尼腓二書9：10-27的課程資料中，約瑟．斐亭．斯密會長所說的比方。可以考慮請一位學生將斯密會長所述的內容畫在白板上或紙上。若是選擇請學生畫在白板上或紙上，可以請他也說明一下所畫的內容。

請學生想想，要是因為自己所作的選擇而落入深坑，與神隔離，會有怎樣的感受。說明要不是有耶穌基督的贖罪，就不會有機會悔改、不會有希望，也不會有人能脫離罪惡的這些後果。

請一位學生讀出尼腓二書9：21-23，並請幾位學生用自己的話加以說明。學生也許會用不同的字眼，但要確定以下這項真理是清楚的：**透過耶穌基督的贖罪，我們能夠克服自己罪惡的後果**。

說明大家聚在一起的一個好處，就是能有機會分享感覺與見證。請學生分享有關自己對耶穌基督及其贖罪的感覺與見證。如果他們在分享時有點困難，可請他們閱讀自己為第3天，指派作業4，寫在經文研讀日記上的內容。你可以在他們的見證之外，再加上自己的見證。

請全班想像有人患了重病。然後討論以下問題：

- 這個人必須先了解自己需要去尋求協助，這一點為什麼很重要?
- 這個人也必須了解要怎麼做來獲得協助，這一點為什麼也很重要?
- 如果這人雖然了解他需要尋求協助，卻不了解要怎麼做才能獲得協助，會有何後果?

問學生，他們知不知道必須做些什麼，才能獲得贖罪的祝福。提醒他們，他們已讀過尼腓二書9：23，42-52，也找到了一些能幫助我們歸向基督、能在生活中邀請祂贖罪犧牲的大能的行為和態度。請他們複習所劃記的經文，以及他們在經文研讀日記中所列，能引導我們歸向救主的內容（第4天，指派作業1）。請學生分享這些行為和態度中的某一項或某幾項怎樣使得他們更接近救主。分享你的這個見證：跟隨這些經文中所教導的原則，會幫助我們得到贖罪的全部祝福。

尼腓二書第10章

雅各鼓勵人民要歡欣並歸向主

和學生一起閱讀尼腓二書10：23-24。提醒學生，他們在第3天的指派作業6，曾接受邀請，決心要去做一件事，來與神的旨意和諧。鼓勵他們徹底實踐這項邀請。

請學生分享他們從本週所讀各章中還獲得了哪些其他的見解。時間允許的話，在結束本週的課程時，一起唱出或讀出聖詩「令我驚奇」（聖詩選輯，第116首）或是另一首有關耶穌基督贖罪的聖詩。針對歸向救主的重要性以及贖罪祝福的真實性，分享你的見證。

下一單元（尼腓二書第11～25章）

學生下週在研讀尼腓二書第11～25章時，會認識到以賽亞所說的一些話，他如何看到我們這時代的情形，並根據所看到的事向我們提出警告。他的某些警告與我們的媒體、我們的服飾、我們的生活方式，以及我們的態度有關。鼓勵學生在閱讀尼腓二書第11～25章時，就算不能了解每個字的意義，也要盡量去找出這些內容。

第31課

尼腓二書第11章和第16章

導言

在尼腓二書第11章中，尼腓表明了他對以賽亞話語的喜愛。他也見證，雅各和以賽亞都見到了「救贖主，就如同我看見過祂一樣」（尼腓二書11：2）。尼腓二書第16章記載的是以賽亞所述，他「看見主坐在……寶座上」，他的罪得潔淨，並蒙召擔任先知的經過（見尼腓二書16：1，5-8）。尼腓和雅各都教導，將以賽亞的寫作比作我們自己是很重要的（見尼腓一書19：23；尼腓二書6：5；11：2），而且主也說：「以賽亞的話是偉大的」（尼腓三書23：1）。尼腓二書第11章記載了尼腓對於記錄以賽亞的預言所作的說明，因此可算是為尼腓二書第12～24章中有關以賽亞的話作了介紹。尼腓二書第25章則是這幾章的結尾，記載了尼腓針對如何了解以賽亞的話所提出的勸告（見本書第35課）。

教學建議

尼腓二書第11章

尼腓表明自己喜愛作這項見證：救恩來自於耶穌基督

請三位學生針對上次上課的情形，各自默默寫下一個句子。不要讓他們互相比較或討論所寫的內容。爲了說明有一個以上證人的好處，請那三位學生讀出自己所寫的句子。第一位學生讀出自己的句子後，問全班，這句話是不是完整地代表了上次上課的情形。然後請第二位學生分享自己的句子，又問，這句話是不是完整地代表了上次上課的情形。第三位學生讀出後，再提出同樣的問題。

- 擁有多位證人有哪些好處？

說明主召喚先知在世人面前作祂的證人。鼓勵學生想一想，聆聽先知爲耶穌基督作見證，對自己而言有什麼意義。

將以下這句話寫在白板上：*研讀先知對耶穌基督的見證，能夠增強我們對耶穌基督的信心，使我們因祂而歡欣。*

請一位學生讀出尼腓二書11：2-3。

- 根據這段經文，尼腓、以賽亞和雅各都經歷了哪些事，使他們能成爲耶穌基督的特別證人？
- 在你看來，許多先知都對耶穌基督有見證爲什麼很重要？（亦見摩賽亞書13：33-35）

請學生瀏覽尼腓二書11：4-6每一節經文的第一行，找出尼腓在每節經文中一再重述的一個詞句。

- 「喜愛」某事指的是什麼意思？（你可以說明，喜愛某事，指的是不僅單單喜歡某事，或對某事感興趣，而且有著更深的感受，意謂著歡喜和滿足。）

請學生默讀尼腓二書11：4-7，找出尼腓喜愛的一些事。然後將全班分爲兩人一組。請學生分享哪些詞句最讓他們印象深刻，以及爲什麼。也請他們分享自己喜愛的事，或有哪些事會讓他們因耶穌基督而喜樂。

讀出尼腓二書11：8，請學生找出尼腓記錄以賽亞的寫作的一個原因。

- 尼腓希望自己的人民和將來閱讀摩爾門經的人在讀到以賽亞的話時，都會體驗到什麼？

了解以賽亞

無論是教師或學生，都可能覺得摩爾門經中以賽亞的話很難懂。十二使徒定額組的培道．潘會長承認，我們在研讀摩爾門經時，可能會覺得這幾章就像個障礙一樣。但他接著說：「不要停止研讀！繼續唸下去，即使你所能明白的非常有限，也要把這些難以理解的舊約預言讀完。就算只是走馬看花，有點印象而已，也要讀下去」（參閱「我靈魂的事情」，1986年7月，*聖徒之聲*，第52頁）。

以下列舉尼腓將以賽亞的寫作納入自己紀錄中的幾個原因：

1. 以賽亞就像尼腓及雅各一樣，見過救主（見尼腓二書11：2-3；亦見尼腓二書16：1-5，這裡有以賽亞在異象中見到救主的描述）。
2. 尼腓喜愛爲基督作見證，而以賽亞也爲基督作見證（見尼腓二書11：4，6；亦見尼腓二書17：14及19：6-7，以賽亞預言救主的兩個例子）。
3. 尼腓喜愛主的聖約（見尼腓二書11：5）。而以賽亞的預言與主的聖約有關。例如，他預言了後期時代的聖殿事工（見尼腓二書12：1-3）。

說明在本課和接下來的三課中，學生會研讀和討論尼腓二書第12～24章中的以賽亞的話。鼓勵學生在這幾章中找出一些能增強他們對救主的見證，和幫助他們能因救主而歡欣的眞理。請學生從這幾章中選出一些自己喜愛的章節，來和家人朋友分享。

尼腓二書第16章

以賽亞被召喚為先知

說明全班接下來要讀尼腓二書第16章，因爲其中包含了以賽亞所記的一個異象，他在這異象中蒙召喚成爲先知。爲了幫助學生準備好了解這個異象，說明以賽亞的寫作包括了具有象徵意義的語言。這些經文裡有大量的標記、象徵，和比喻的表達方式。指出在學生先前讀到的一節經文中，尼腓說：「從世界開始以來，神賜予人類的一切，都象徵著〔耶穌基督〕」（尼腓二書11：4）。使用標記和象徵是經文在教導主的救世使命時所用的方式之一。

將下列字詞寫在白板上：*衣裳、各有六個翅膀的撒拉弗（天使）、煙雲、紅炭。*

問學生，在看到或聽到這些字詞時，他們會想到什麼。簡短討論過後，說明以賽亞在記述自己蒙召擔任神先知的經過時，使用了這些字詞。（試著幫助學生了解以賽亞的用意。小心不要過度分析那些象徵語言的含意，而是要幫助學生看出如何將以賽亞的信息應用於自己的生活中。）

請一位學生讀出尼腓二書16：1。（如果學生有後期聖徒版的詹姆士王欽定本英文聖經，可以請他們翻到以賽亞書第6章，其中所附註腳及研讀資料有助於增加對本課所討論各段經文的理解。）

說明在這節經文中，衣裳一詞指的是外袍的褶邊或下擺。

請一位學生讀出尼腓二書16：2-3。說明「撒拉弗」指的是住在神面前的天使。

- 撒拉弗的六個翅膀可能代表什麼？（可以建議學生閱讀教義和聖約77：4來找線索。翅膀象徵著活動和行動的能力。）
- 哪些字詞指出了撒拉弗對主的態度？
- 你曾在什麼時候曾覺得自己對神有類似的態度？

請一位學生讀出尼腓二書16：4及啓示錄15：8。請全班找出「充滿了煙雲」一詞的意義。（你可能必須幫助學生了解，煙雲代表著主的蒞臨、能力和榮耀。）考慮建議學生將啓示錄15：8寫在自己經文尼腓二書16：4旁邊的空白處。

請一位學生讀出尼腓二書16：5。請全班從中找出一些詞句來描述以賽亞在主面前的感受。（如果學生有後期聖徒版的詹姆士王欽定本英文聖經，可以請他們查閱以賽亞書6：5，註腳a和b。）

- 在你看來，以賽亞所說：「我完了；因爲我是嘴唇不潔的人」是什麼意思？（你可能必須說明，在以賽亞書6：5中，滅亡了〔或「完了」〕一詞譯自希伯來文，其原文的意思是「被剪除」，而嘴唇不潔指的是以賽亞意識到自己和他的人民都有罪。以賽亞是在表明他覺得自己不配稱站在主的面前。）

給學生一點時間想一想爲什麼以賽亞會有這種感覺。說明有幾位先知在接受召喚時，都曾表示自覺能力不足。賓塞·甘會長描述他接到總會會長團小路賓·克拉克會長來電，告知他已被召喚到十二使徒定額組時的情形：

「『克拉克弟兄啊！不會是我吧？你不是說我吧？一定是搞錯了，我一定是聽錯了。』這時，我一個沒坐好，竟跌坐到地上。……

「『克拉克弟兄啊！這太不可能了。我這麼軟弱渺小，能力有限又不能幹』」（Edward L. Kimball and Andrew E. Kimball Jr., *Spencer W. Kimball: Twelfth President of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* [1977], 189）。

幫助學生了解，連以賽亞這位正義的人在主面前都覺得自己「完了」、「不潔」，我們之中有誰站在神的面前時，不覺得自己不配稱呢？

將以下眞理寫在白板上：***我們可以透過耶穌基督的贖罪，滌淨一切的不配稱。***

可能的話，向學生展示一塊木炭，或一片燒過的木頭。問學生，要是這木炭或木頭剛剛才從火爐裡拿出來，會是什麼樣子。

- 人要是觸摸到一塊熾熱的木炭，會發生什麼事？

讀出尼腓二書16：6-7。請學生一邊跟著默默閱讀，一邊找出以賽亞和一塊紅炭的經驗。（如果有後期聖徒版的詹姆士王欽定本英文聖經，可以請學生查閱以賽亞書6：6，註腳a和以賽亞書6：7，註腳a和b。）

- 根據尼腓二書16：7，天使象徵性地拿一塊紅炭觸碰以賽亞的嘴唇，是什麼意思？（可能必須說明，紅炭象徵淨化。在以賽亞的異象中，天使用紅炭觸碰以賽亞的嘴唇，代表主淨化以賽亞一切的不配稱，並寬恕他的罪。）

給學生幾分鐘時間想想自己曾在什麼時候感受到耶穌基督贖罪的淨化力量。

請學生默讀尼腓二書16：8-13。請一位學生概述主針對以賽亞在人民當中的傳道使命，說了些什麼。（你可能必須說明，主告訴以賽亞，他向叛逆的以色列人所傳的道大多會遭到漠視，但他仍應繼續傳道，直到「土地完全荒廢」爲止。換句話說，「只要時光繼續，或是大地仍在，或是地面上還有一個人待拯救」〔摩羅乃書7：36〕，主就會仁慈地透過祂的僕人，繼續祂拯救的使命。）

說明以賽亞成了主耶穌基督及其福音的有力證人。見證：救主是眞實的，祂能寬恕我們的罪；當我們在生活中經歷到贖罪的力量時，也能成爲救主的證人。

注釋及背景資料

尼腓二書16：2-3。天使有翅膀嗎？

「神的天使從來沒有翅膀」（約瑟·斯密，*History of the Church*, 3:392）。那麼，爲什麼以賽亞所描述的天使有翅膀呢？布司·麥康基長老說明，這樣的描述是象徵性的。他說：「向他顯示的神聖人物都帶著翅膀，只是要象徵他們是有『能力，能活動、能行動等等』（教約77：4），其他人得到異象時也是一樣的情況」（*Mormon Doctrine*, 2nd ed. [1966], 703）。

第32課

尼腓二書第12～15章

導言

以賽亞譴責當時人民的邪惡，以及在末世時許多人的邪惡。他警告人民要慎防稱惡為善，稱善為惡。他也強調福音會在末世復興，並談及聖殿的重要含意，以及保持潔淨、不沾染世俗罪惡的重要。有關以賽亞的更多資料，見本書第21課。

讓學生保持專注

以下建議能幫助你在上課時讓學生保持專注：（1）幫助學生看出如何將課程應用在生活中。（2）教導時的聲調要有抑揚頓挫等變化。（3）與學生保持眼對眼的接觸。（4）可能的話，教導時在教室中四處走動。

教學建議

尼腓二書第12～15章

以賽亞區分邪惡的以色列人及正義的以色列人

為了幫助學生了解今天課程的上下文，在開始上課時，就提醒他們，他們在前一課學到以賽亞蒙召為先知。今天他們要學的是有關以賽亞所教導的人民。

幫助學生了解，以賽亞在描述他那時代主的約民的行為時，也是在形容我們這時代的某些人。十二使徒定額組的達林·鄔克司長老說明：「以賽亞書裡有眾多預言似乎都會一再應驗。一個似乎論及以賽亞時代人們的預言，或論及他們下一代景況的預言，往往有另一層象徵的意義，似在描述全盛時期的各樣事件。……不僅如此，這同一個預言還有其他的意義，或應驗在其他地方，似乎關係到救主第二次來臨時的事件。以賽亞的許多預言具有多重意義的這項事實，更凸顯出我們必須尋求聖靈的啓示，來幫助我們解讀這些預言」（“Scripture Reading and Revelation,” *Ensign,* Jan. 1995, 8）。

上課前，將下表畫在白板上或作成講義。每一欄都要留下足夠空間讓學生書寫。

	尼腓二書12：5-12，17-19；13：8-9	尼腓二書13：16-26
哪些態度和作為反映出這些人的罪？		
這些人因為犯罪，將會遭到什麼後果？		

說明這張表能幫助學生看出，當人們的生活違反所立的聖約時，他們的行為會造成哪些後果。

將全班分為兩半。請一半的學生研讀尼腓二書12：5-12，17-19；13：8-9。請另一半研讀尼腓二書13：16-26。請學生閱讀指定的經文，找出此表左欄兩個問題的答案，如果此表是畫在白板上，就請各組中的一位學生將其答案寫在適當的欄位內，如果此表已作成講義發下，就請學生將答案寫在自己的講義上。

向第二組說明，以賽亞預見了在他那時代及將來各世代，世俗婦女衣著奢華、行為放蕩的後果。尼腓二書13：16-26描述了他所見到的事。儘管以賽亞特別提到「錫安的女子」，但他的話也適用於男人。（你可以指出，尼腓二書14：1中的預言，並非關於多重婚姻，而是在描述男人死在尼腓二書13：25-26所述的戰場後，許多女人都成了寡婦的情形。）

給學生時間回答表上所列的問題後，問：

- 這些人犯了什麼罪?（答案可能包括驕傲、拜偶像、世俗、虛榮等。）哪些詞句指出那些人犯了這些罪?這些罪造成了哪些後果?
- 以賽亞談到該地「滿了偶像」（尼腓二書12：8）。今日有哪些形式的偶像?

在進行這項討論時，讀出以下賓塞·甘會長的勸告：

「今日的偶像或假神形式繁多，如服裝、住家、事業、機器、汽車、遊艇和無數其他使人偏離通往神性之路的物質。……許多青年在他們應當先去傳教時，決定要去上大學。學位、財富和由此而來的安全，顯得太需要了，以致於傳道退居於次要地位。……許多人崇拜狩獵、垂釣旅行、假期、週末野餐和郊遊。有人則把運動競賽、棒球、美式足球、鬥牛或高爾夫球當作偶像。……世人崇拜的另一種偶像就是權力和聲望」（參閱寬恕的奇蹟，第34-35頁）。

- 以賽亞預言，有些人的穿著方式會顯露出驕傲和追求世俗。我們要如何避免追求世俗的態度和作法?

在白板上，寫下有禍了一詞。說明有禍了一詞指的是憂傷和痛苦。古代先知有時會用這個詞來強調犯罪的後果。（學生可能記得曾在尼腓二書9：27-28看到過這個詞。）請學生聽你讀出尼腓二書15：18-23。（可以鼓勵學生劃記出有禍了這個詞，並劃記出那些會帶來憂傷痛苦的行爲與態度。也可以建議學生將有禍了的定義寫在這些經文旁邊。）

- 在你看來，尼腓二書15：20的含意爲何?
- 你曾經見到今日的人們用怎樣的方式「稱惡爲善，稱善爲惡」?

告訴學生，他們現在會讀到一群人遵守聖約的記事。請一位學生讀出尼腓二書14：2-4。請其餘學生找出以賽亞怎樣形容這群人。

- 可以從哪些詞句看出這群人不同於我們剛才看到的那群人?（考慮將學生的回答寫在白板上。）

請學生默讀尼腓二書14：5-6，找出以賽亞所述，能提供靈性保護的三個地方。確使學生都能找到並了解以下這些詞：住處（房屋或家宅），會眾（集會場所，如分會、支會，或支聯會），以及會幕（聖殿）。說明：「白日有煙雲，黑夜有火光」，指的是摩西和他的人民在曠野時從主接受到的保護和指引（見出埃及記13：21-22）。這些話提醒我們可以從主那兒得到的保護和指引。也要指出，以賽亞將聖殿比作避暑的庇護所和「躲避狂風暴雨之地」。

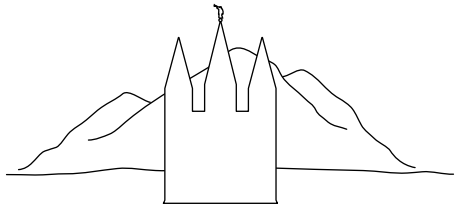
- 你何時曾在自己家中或在教會裡感受到主的保護或指引?
- 你何時曾在聖殿裡找到靈性上的安慰或保護?
- 哪一種人會在第5-6節所描述的那種家宅居住，並在那樣的教會和聖殿中進行崇拜?
- 我們可以做些什麼來使自己的家宅、分會或支會，成爲抵禦世俗的庇護所?

在概述第12～15章的內容時，說明我們會在這幾章中學習到：**遵守我們所立的聖約會帶來靈性保護的祝福，而破壞聖約則會讓我們失去主的保護**。向學生保證，他們可以在自己的生活中創造出尼腓二書14：5-6中所描述的那種環境。

尼腓二書12：1-5；15：26

以賽亞預言，聖殿及主的教會要在末世建立

將以下高山和聖殿的簡圖畫在白板上：



- 高山和聖殿有何類似之處?（可能的答案包括：這兩者都很崇高、壯麗，都會鼓舞我們望向天際。）

請學生默讀尼腓二書12：2-5，找出神應許會在末世建立什麼，並且這會如何造福人們的生活?

- 「主的山」一詞指的是什麼?（這個詞特別指的是鹽湖聖殿，但也可指主在末世所建立的其他聖殿。）
- 在末世時代，會有哪些祝福來自於「主〔的〕殿」?（學生可以找到的一項原則是：**神建立聖殿是要將祂的道教訓我們，並幫助我們行祂的路。**〔見尼腓二書12：3〕）
- 聖殿如何幫助我們行走在主的道路上?

讀出以下戈登・興格萊會長談到聖殿的重要性時所說的話：

「這些獨特奇妙的屋宇和裡面主理的教儀代表了最高的崇拜儀式。這些教儀是我們信仰最深奧的表現。我要極力說服你們要生活配稱，以持有聖殿推薦書，並請你們視之爲珍貴的資產，盡力到主的殿中，分享其中的靈性和祝福」（「傳道、聖殿、管家職務」，1996年1月，*聖徒之聲*，第57頁）。

- 聖殿會如何幫助我們避免尼腓二書第12～15章中所描述的邪惡所造成的後果?（答案可能包括以下各項：訂立和遵守聖殿聖約能使我們和我們的家庭更有力量對抗邪惡。經常去聖殿崇拜會提醒我們記得救主、祂的贖罪犧牲，以及我們所立的聖約。我們生活配稱，能持有聖殿推薦書，就有希望獲得永生的祝福。這希望會鼓舞我們繼續過著正義的生活。）
- 聖殿如何鼓舞你、祝福你?

請一位學生讀出尼腓二書15：26。請全班從中找出一個詞來描述主會「豎立」什麼，來聚集末世的人們。說明*大旗*一詞指的是一面用來當作集合點或當作集合信號的標幟、旗幟或旗標，尤其是在作戰的場合。

- 以賽亞所預言，向各民族豎立的「大旗」指的是什麼?

讀出以下約瑟・斐亭・斯密會長所說的話：

「這面大旗就是這最後一次建立起來的，耶穌基督後期聖徒教會；這教會絕不會再被破壞，也不會交至他人手中。這是自從救贖主被高舉在十字架上，成就無限而永恆的贖罪以來，世人所見過的最偉大事件。這件事對人類深具意義，而從那之後，就再沒有發生過任何更重要的事了」（*參閱救恩的教義*，共三卷〔1954-1956〕，第三卷，第208頁）。

- 耶穌基督後期聖徒教會在哪些方面是一面向各民族豎立的「大旗」?
- 你的生活中有哪些祝福是因爲你成爲本教會成員而來的?
- 想想你身爲本教會成員所接受到的一切祝福，以及你所學習到的各項眞理。你可以跟他人分享哪一項眞理，來幫助他們聚集到這一面向各民族豎立的「大旗」?

見證：主已祝福我們、協助我們在這末世過著成功的生活。祂必祝福並聖化那些歸向祂的人。我們若訂立並遵守與祂所立的聖約，祂就必協助我們行祂的道。

第33課

尼腓二書第17～20章

導言

在尼腓二書第17～20章，尼腓記寫了以賽亞所述，如何試著說服猶大王及其人民信賴主，而不要信賴世俗聯盟的經過。以賽亞以象徵和預兆的方式，預言了他自己那時代的事件、耶穌基督的降生，以及惡人在主第二次來臨時的滅亡。

教學建議

尼腓二書第17～18章；19：1-7

猶大王國的人民沒有信賴耶穌基督

開始上課時，請學生盡量列舉用來描述耶穌基督的各樣頭銜。將他們的回答寫在白板上。然後請他們閱讀尼腓二書17：14。將以馬內利這頭銜加到白板上所列的項目中，如果已列在其中，則將之圈起來。請學生在馬太福音1：23，或經文指南，找出這個詞的意義。

- 以馬內利這個頭銜是什麼意思？（「神與我們同在」）

指出以賽亞所說的這項有關以馬內利的預言，其中最重要的一項含意記載於馬太福音1：18-25。請一位學生讀出這段經文。

- 以賽亞所說的有關以馬內利的預言如何應驗？
- 你何時曾在生活中看出主確實就是以馬內利（即「神與我們同在」）？

說明尼腓二書19：6-7是最爲人所知的幾個有關救主的預言之一。讀出這段經文。指出這段經文提到了耶穌基督的幾個頭銜。（如果這些頭銜中任何一項尚未列在白板上，就加上去。）

- 這些頭銜中哪一項最能描述你對救主的感覺？爲什麼？

在教導本課其餘部分之前，要針對尼腓二書第17～18章給學生一些歷史背景資料。說明這兩章經文一再提及猶大、以色列和亞蘭這三個小國及其國王，也提到了亞述帝國力圖征服這三個比較小的國家。經文指南中的聖經地圖，編號1，3，5是與這兩章有關的地理區域。請學生翻到這些地圖，或許會有幫助。也可以展示以下圖表（改編自Victor L. Ludlow, *Isaiah: Prophet, Seer, and Poet* [1982], 140），來幫助學生了解這兩章的前後脈絡。上課時若有必要，可隨時參照此圖表。

國家	猶大	亞蘭	以色列
首都	耶路撒冷	大馬士革	撒馬利亞
領土或主要支派	猶大	亞蘭	以法蓮
領袖	大衛家的亞哈斯（王）	利汛（王）	利瑪利的兒子，比加（王）

將聯盟一詞寫在白板上。

- 何謂聯盟？（可能的答案包括結盟、聯合、協約，或盟約。）
- 一個國家會爲了哪些原因去尋求與其他國家組成一個聯盟？

說明先知以賽亞在猶大國傳道的期間，以色列王和亞蘭王都希望猶大國的亞哈斯王能與他們結盟，對抗強大的亞述帝國。亞哈斯王拒絕，以色列和亞蘭就攻打猶大，企圖迫使其與之結盟，並另立他人作王（見尼腓二書17：1，6）。尼腓二書第17～18章描述先知以賽亞給亞哈斯王的勸告，當時亞哈斯王正在想辦法要如何保護猶大，對抗以色列、亞蘭及亞述的威脅。

請一位學生讀出尼腓二書17：1-2。

- 在你看來，亞哈斯「他的心和人民的心就都跳動，好像林中的樹被風吹動一樣」這句話是什麼意思?（亞哈斯和他的人民在受到以色列國及亞蘭國攻打後，都很害怕，不知道該怎麼辦才好。）

說明亞哈斯由於畏懼以色列國和亞蘭國，因此考慮要和亞述結盟，以保護自己的王國（見列王紀下16：7）。以賽亞告訴亞哈斯，如果他信賴主，而不是信靠政治結盟，主就會保護猶大國。

請一位學生讀出尼腓二書17：3-8。（說明冒煙的火把頭指的是燒盡的火炬。主其實是在說：「不必因受到攻擊而恐慌，這兩個王已經沒什麼火了。」以色列和亞蘭已用盡了力量。他們很快就會被亞述擊潰，不再成爲猶大的威脅。）

請幾位學生輪流讀出尼腓二書17：9，17-25。請全班在他們讀的時候，找出主所揭示，如果猶大的人民信靠政治結盟而不信賴主，會發生什麼事。

- 根據這幾節經文，如果亞哈斯不信賴主，會發生什麼事?（猶大會被毀滅。）

請一位學生讀出尼腓二書17：10-12。（你可能需要說明，以賽亞指示亞哈斯向神要求一個徵兆時，其實是在敦促亞哈斯針對他的問題去尋求主的忠告。而亞哈斯拒絕，就表示他不需要神的幫助，只想依靠自己的判斷。）

請一位學生讀出尼腓二書17：13-14。指示學生再次注意以馬內利一詞（在尼腓二書17：14），其意義是「神與我們同在」。

- 亞哈斯在國家發生危機時希望神能與他同在，對他來說這爲什麼很重要?
- 轉向主而非只信靠自己的智慧，對我們來說爲什麼很重要?

向學生讀出尼腓二書18：5-8。讀到第6節時，說明西羅亞一詞有時候指的是耶穌基督。讀到第8節時，指出猶大的頭或稱首都，是耶路撒冷，來說明「直到頸項」的意思。以賽亞預言，亞述將逼近到耶路撒冷城牆，換句話說，就是逼近到該城的頸項。後來有185,000名亞述士兵前去攻打耶路撒冷，駐紮在該城牆外，應驗了這項預言。當時主派出天使摧毀了這支進攻的軍隊，保護了祂的人民。（見列王紀下19：32-35）

請學生默讀尼腓二書18：9-10，找出主對那些要聯合起來攻打猶大的人提出什麼警告。

- 那些要攻打猶大的人會有什麼後果?
- 根據尼腓二書18：10，爲什麼這些國家會被摧毀?

提醒學生，亞哈斯王畏懼以色列和亞蘭的威脅，想要與亞述的軍隊聯合起來。請學生默讀尼腓二書18：11-13。

- 主針對猶大是否應成立同盟（加入亞述）一事，說了些什麼?
- 以賽亞告訴人民要信靠誰?

爲了幫助學生將這幾章經文應用在自己生活中，問：

- 信靠世俗的力量和影響力而不信靠主，會有哪些危險?（鼓勵學生想一想，有哪些情況會誘使他們出於害怕而作決定。）
- 你何時曾經想轉向其他源頭，但後來轉向神來尋求力量?神如何幫助了你?你從那次的經驗中學到什麼?

見證：**只要我們信賴神，神就會與我們同在，甚至在我們遭遇困難與害怕的時候。**（可以將這項原則寫在白板上。）

尼腓二書19：8-21；20：1-22

以賽亞描述惡人在主第二次來臨時的毀滅

在概述尼腓二書第19～20章的歷史背景時，說明亞哈斯拒絕了以賽亞的忠告，選擇與亞述同盟（見列王紀下16：7-20）。猶大成了一個附庸國，要向亞述進貢來換取保護，以抵抗亞蘭及以色列的威脅。正如以賽亞預言的，亞述最後征服了這幾個小國——主前732年征服了大馬士革（亞蘭），主前722年征服了撒馬利亞（以色列）。亞述也在主前701年侵吞了耶路撒冷以外的整個猶大。

說明當亞述征服了亞蘭和以色列，又包圍猶大的首都耶路撒冷時，亞哈斯已經不是猶大的王了。當時在位的是正義的國王希西家。由於希西家信賴主，耶路撒冷城在受到亞述軍隊圍城時，蒙得了主的保護。主的一位天使在夜裡擊殺亞述軍營。到了早晨，只見亞述軍隊的185,000名士兵都死了（見列王紀下19：34-35；歷代志下32：21；以賽亞書37：36）。

尼腓二書第19～20章所記有關以賽亞的預言，著重在那將藉著亞述而臨到以色列和猶大的懲罰。以賽亞警告以色列，他們很快就要被毀滅、俘虜，又預言在那之後，猶大也會受攻擊。尼腓二書第17～18章所記有關彌賽亞的預言，會延續到尼腓二書第19～20章。尼腓二書第19章詳述有關以馬內利的預言；以賽亞應許會有新的光和新的領袖：即歷史上的希西家，以及預言中的彌賽亞。這是預言具有雙重含意的一個例子，也是象徵語法的一個例子，意即用一個事件來預言將來的某個事件。以賽亞在尼腓二書第20章所預言的亞述的毀滅，正象徵著惡人在救主第二次來臨時的毀滅。

將以下參考經文寫在白板上：尼腓二書19：12，17，21；20：4。請學生找出一句在這些經文中一再重複出現的話，並將該句話寫在白板上。（「雖然如此，祂的怒氣還未轉消，祂的手仍舊伸出。」）說明這些經文談的是如果人們反叛主又拒絕悔改時，所會面臨的後果。這些話表達了主對那些繼續留在罪中的人感到不悅。

說明其他的經文章節也用類似的話來描述主對悔改的人所顯示的慈悲。祂雖是一位公正的神，但祂對歸向祂的人也懷著無限慈悲。請一位學生讀出尼腓二書28：32。然後讀出以下十二使徒定額組傑佛瑞．賀倫長老的話：

「對於所有認爲自己已經迷失、毫無指望，或是認爲自己已經錯得太多、太久的人；對於所有受困在生命寒冬的某段荒野，擔心自己的手推車已毀、無法前行的人，這次大會要重申耶和華那句一再重覆的堅定信息，即『祂的手仍伸不縮』〔見以賽亞書5：25；9：17，21〕。祂說：『儘管……他們……不認我』，『我〔仍〕會……向他們伸出手臂……』；『然而，主神說，如果他們悔改而歸向我，我仍會憐憫他們；萬軍之主神說，我整天都伸出手臂』〔尼腓二書28：32〕。祂的慈愛永遠長存，祂的手仍伸不縮。祂的愛就是基督純正的愛，那愛永不止息，甚至當其他的支持力量都消失時，祂仍會繼續憐憫我們〔見摩羅乃書7：46-47〕」（參閱「這地上又來了先知們」，2006年11月，*利阿賀拿*，第106-107頁）。

請學生用自己的話分享一項從這些經文中學到的眞理。（要確定學生都了解：**耶穌基督是一位公正而慈悲的神。祂的慈悲遍及所有悔改並遵守祂的誡命的人。**

- 你要如何將這項原則應用在生活中？

以賽亞預見主的人民在末世會轉向祂，不再依賴不敬神的聯盟來獲得安全及平安。請學生閱讀以賽亞書10：20。你可以說明，倚靠一詞意指倚賴、信靠，或信賴某事或某人。向學生保證，我們若信賴主，就無須害怕那將在第二次來臨前降到大地居民身上的懲罰。

概述

有時候你無法教完當天所指定的整段經文。不必氣餒。遇到涵蓋好幾章的大段經文時，你可能需要概述一些事件、故事梗概，甚或教義等。經文的章前綱要、課本中的資料，以及你自己的研讀心得，都有助你準備好有效率地概述。

第34課

尼腓二書第21～24章

導言

摩爾門經中以賽亞的許多預言都與末世有關。他預言了福音的復興、先知約瑟·斯密、第二次來臨，以及惡人的毀滅。他預見了主會在末世「向列國豎立大旗」，以聚集祂的人民（見尼腓二書21：11-12）。以賽亞也見證主會勝過撒但，並將引入千禧年這個平安喜樂的時代。

作見證

見證是一項簡單而直接的信仰宣言。你在準備教導每一課時，要祈求聖靈協助你知道何時要為所討論的真理作見證。你可能會在一堂課中，受到提示作好幾次見證，而不僅僅在結束時才作見證。

教學建議

尼腓二書21：1-5，10-12

以賽亞預見耶穌基督的福音會在後期時代復興

展示圖片：摩羅乃在約瑟·斯密的房裡向他顯現（62492；福音畫冊〔2009〕，編號91）。說明當摩羅乃第一次向約瑟·斯密顯現時，「引述了以賽亞書第十一章，說那快要應驗了」（約瑟·斯密——歷史1：40）。以賽亞書第11章中的預言亦記載於尼腓二書第21章。

請學生默讀尼腓二書21：1。請他們注意這句「從耶西的本必發一嫩枝」，然後請他們默讀尼腓二書21：10。請他們注意這句「耶西的根」。你可以建議學生將這兩句話標記起來。說明先知約瑟·斯密曾針對這兩句話獲得一項啓示。請學生翻到教義和聖約113：1-6。讀出這段經文。在你讀出來之前，請學生跟著閱讀，並找出這兩句話的意義。你可以將其意義寫在白板上，如下所示。可以鼓勵學生將這些意義寫在自己的經文上。

耶西的本——耶穌基督

嫩枝——基督的一個僕人，「他被賦予極大的能力」

耶西的根——後期時代的一個人，他將持有聖職和「國度的權鑰」

請一位學生讀出以下十二使徒定額組布司·麥康基長老的話。請全班聽聽看，「嫩枝」和「耶西的根」指的是誰。

「我們說，這裡所指的先知就是約瑟·斯密，這麼說會有錯嗎？他接受聖職、獲得國度的權鑰，並在我們的福音期豎起一面旌旗，來聚集主的人民。而他不也正是『基督手中的一位僕人』嗎？這個僕人『部分是耶西的後裔，也是以法蓮或約瑟家族的後裔，他被賦予極大的能力』」（*The Millennial Messiah: The Second Coming of the Son of Man* [1982], 339–40）。

請一位學生讀出尼腓二書21：10，12。請全班找出那些與約瑟·斯密、福音的復興，及主的教會有關的字詞。在這位學生讀出來之前，可以提醒全班，大旗一詞指的是一面用來當作集合點或當作集合信號的標幟、旗幟或旗標。

- 約瑟·斯密的事工如何應驗了這個有關耶西的根的預言？
- 身爲本教會的成員，我們今天用哪些方式聚集？我們用哪些方式舉起大旗，讓他人知道要到哪裡聚集？

見證：**主已經透過先知約瑟·斯密復興了祂的福音和祂的教會，現在正在末世聚集祂的人民。**

尼腓二書21：6-9；第22章

以賽亞描述千禧年

請學生想像有位別的教會的朋友問他們，關於千禧年，他們相信些什麼。請學生默讀尼腓二書21：6-9及22：1-6，找找看他們可能會在這類談話中分享哪些眞理。請他們將想法寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中。爲了幫助他們討論所找到的內容，提出以下的一些或全部問題：

- 關於千禧年間大地的情況，可從尼腓二書21：6-8的描述看出什麼？
- 根據尼腓二書21：9，爲什麼在千禧年間，大地會成爲和平之地？（幫助學生了解，**在千禧年間，大地將成爲和平之地，因爲大地屆時將充滿主的知識。**）
- 主的知識能如何幫助我們現在過著更平安的生活？
- 在尼腓二書22：1-6，以賽亞描述了人們在千禧年間的崇拜態度。我們在現代可以如何培養那樣的態度？
- 千禧年的哪些層面是你希望在目前的生活中也能擁有的？（鼓勵學生想想自己可以做些什麼，以便在生活中接受到一些這樣的祝福。）

尼腓二書第23～24章

以賽亞教導，惡人必滅亡，而主會憐憫祂的人民

說明在尼腓二書第23章，以賽亞預言了巴比倫的毀滅，並將之比爲惡人在救主第二次來臨時的毀滅。請學生閱讀經文指南，「巴比倫」這一項。說明在某些經文章節中，巴比倫一詞通常指的是世界上的邪惡。以賽亞預言，必有巨大的毀滅臨到在巴比倫和末世時代的惡人身上。

爲了幫助學生找出惡人在末世的結局，請他們默讀尼腓二書23：1，5-9，11，15，19及22。

說明以賽亞在提及路西弗（或稱撒但）的墜落時，也是在描述惡人滅亡的景況。請一位學生讀出尼腓二書24：12-16。

- 這幾節經文裡的哪些詞句顯示出撒但的傲慢？
- 尼腓二書24：16如何描述我們若能看透撒但的眞面目會有的感覺？

請一位學生讀出以下泰福．彭蓀會長的話：

「在前生的會議中，『早晨之子』路西弗因驕傲而墜落（見尼腓二書24：12-15；亦見教約76：25-27；摩西書4：3）。……在前生會議中，耶穌基督支持天父的計畫，路西弗則想要以自己的意見與天父抗爭（見摩西書4：1-3）。他希望得到至高的榮耀，勝過其他人（見尼腓二書24：13）。簡言之，他驕傲的欲望就是想推翻神（見教約29：36；76：28）」（「愼防驕傲」，1989年7月，聖徒之聲，第3-4頁）。

請學生注意主在尼腓二書23：22結尾所說的話：「我必憐憫我的人民，但惡人必滅亡。」可以鼓勵學生在自己經文中劃記出這句話。（注意：這一節經文的最後這一句話並沒有出現在聖經以賽亞書相對應的那節經文裡。這意味著銅頁片上有些資訊是聖經中沒有的。）

- 在你看來，在主的人民當中是什麼意思？

請幾位學生輪流讀出尼腓二書24：1-7，24-27，每人讀一兩節。請大家找出主對祂的人民作了什麼應許。鼓勵他們彼此分享自己的發現。可以考慮請一位學生將這些發現寫在白板上。

- 這些經文與那些因爲他人的邪惡而受苦的人分享了什麼信息?
- 你在這些經文中看到了哪些幸福和希望的證據?

確定學生都了解：**主必憐憫祂的人民，但惡人必滅亡**。幫助學生了解，尼腓二書第21～24章中的以賽亞的預言，反映出摩爾門經的一個主要信息，那就是：服從的人會昌盛，不服從的人則會滅亡。見證：我們今天在期待千禧年來臨的時候，可以生活在正義之中並昌盛。

注釋及背景資料

尼腓二書21：1。「從他的根必生一枝條」

十二使徒定額組的布司·麥康基長老說明了尼腓二書21：1所提到的枝條的意義。他說：

「『耶和華說：「日子將到，我要給大衛興起一個公義的苗裔〔枝條〕；祂必掌王權……」』（耶利米書23：3-6）。這就是說，那位將在千禧年親自在世上統治的王，將出自大衛家的枝條。祂將在地上施行審判和公義，因為祂是主耶和華，就是我們稱作基督的主。大衛的枝條指的就是基督，這一點極為清楚。我們現在可以看出，祂也稱為大衛，是新的大衛、永恆的大衛，並且祂將永遠坐在祂先祖的寶座上進行統治〔見耶利米書30：8-9〕」（*The Promised Messiah: The First Coming of Christ* [1978], 193）。

補充教學建議

尼腓二書21：9。「主的知識要充滿遍地」

請一位學生讀出尼腓二書21：9。分享以下十二使徒定額組達林·鄔克司長老的話：

「現在是知識爆炸的時代，有關這世界和其中居民的各樣知識與日激增。可惜世人在認識神、認識祂為其兒女所定的計畫上，卻沒有同樣的進展。就此而言，世界需要的不是更多的學問和技術，而是更多的正義和啓示。我期盼能早日見到以賽亞所預言的那日子，那時，『認識耶和華的知識要充滿遍地』（以賽亞書11：9；尼腓二書21：9。）（參閱「旁的聲音」，1989年7月，聖徒之聲，第28頁）。

- 根據鄔克司長老的話，這世界需要的是什麼?
- 我們可以如何協助促使以賽亞的預言應驗?

第35課

尼腓二書第25章

導言

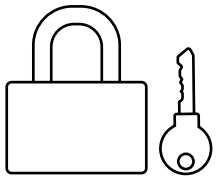
尼腓繼續強調以賽亞所作預言的重要，並說明每個擁有預言之靈的人終將了解並感激以賽亞的話。他談到自己寫作的目的是要「勸我們的子女和弟兄相信基督並與神和諧」（尼腓二書25：23）。他邀請所有的人相信耶穌基督，且「盡能、盡意、盡力並用整個靈魂崇拜祂」（尼腓二書25：29）。

教學建議

尼腓二書25：1-8

尼腓教導，我們若擁有預言之靈，就能了解以賽亞的話

展示一個需要用鑰匙開啓的鎖頭（或在白板上畫一個鎖頭和一支鑰匙）。指出當人們想要安全保管貴重的物品時，通常會將它鎖起來。他們可能只持有一支鑰匙，也可能將備用鑰匙交給一個信任的朋友或家人。



說明尼腓雖知道以賽亞的預言「極有價值」（尼腓二書25：8），但他並沒有祕而不宣，甚至還教給大家一個祕訣（鑰匙），讓每一個想要解開以賽亞話語含意的人都能使用。請一位學生讀出尼腓二書25：4的第一句。請全班找出了解以賽亞話語的祕訣（鑰匙）爲何。

- 你找到了什麼祕訣？（「預言之靈」）。

爲了幫助學生了解擁有「預言之靈」有何意義，讀出以下出自經文指南的話：

「預言是由神聖的靈感話語或寫作組成，那是人經由聖靈的啓示而得到的。對耶穌的見證乃是預言之靈（啓示錄19：10）。預言可能有關過去、現在，或未來。預言的人講出或寫下神要他知道的事，好使他自己或別人受益。個人可爲自己的生活得到啓示或預言（經文指南，「預言」，scriptures.lds.org）。

幫助學生看出，如果他們（1）尋求聖靈的引導，（2）對耶穌基督有見證，並且渴望學習祂的事，他們就會更了解以賽亞的話。當他們用這種方式來閱讀以賽亞的話，不斷地探求他的預言怎樣爲救主作見證時，他們就能學到神爲了使他們或他人獲益而要他們知道的事。

指出尼腓也談到了可以使我們更加了解以賽亞話語的其他建議。請學生默讀尼腓二書25：1，找出爲什麼許多尼腓人認爲以賽亞的預言很難了解。

- 你找到了什麼？（他們不知道「有關猶太人中預言的方式」）。
- 根據你所讀過的以賽亞的話，古代猶太人的預言有哪些特色？（答案可能包括：以賽亞和其他先知都用了象徵和詩體文字。）
- 爲什麼知道這種預言方式，在你閱讀以賽亞的話語時會有幫助？

說明另一項有幫助的建議可在尼腓二書25：5-6找到。請一位學生讀出這段經文。請全班找出尼腓的哪些經驗幫助他了解以賽亞的話。

- 在你看來，爲什麼曾經住在耶路撒冷一事幫助了尼腓？根據你所讀到的以賽亞的話，你認爲，爲什麼「見過猶太人的事情」，並「熟悉（耶路撒冷）周圍的地區」對尼腓很有幫助？
- 我們可以做些什麼來增加對這些事的認識？（我們可以研讀古代以色列的文化、歷史及地理。）

向學生讀出尼腓二書25：7-8。讀的時候要指出，當我們看出以賽亞的預言都已應驗的時候，這些預言對我們就會極有價值。爲了說明這項眞理，問：

- 我們在過去幾天所讀的預言中有哪些已經應驗了？（學生可能記得的預言有：鹽湖聖殿〔見尼腓二書12：2-3〕、耶穌基督的誕生〔見尼腓二書19：6〕，以及約瑟·斯密〔見尼腓二書21：1，10〕。）看到這些預言都已應驗後，這些預言在哪些方面就變得更有意義了？

在總結這一部分的課程時，表明你相信學生若尋求預言之靈，他們就會越來越了解以賽亞的話。指出他們可以透過研讀古代猶太人的預言方式及古代以色列人的文化、歷史與地理，來增進他們的理解。

尼腓二書25：9-19

尼腓預言有關猶太人的分散和聚集

概述尼腓二書25：9-19，說明尼腓預言了有關猶太人、他們在耶路撒冷的故鄉及其周圍地區的事。他說，在耶路撒冷毀滅後被俘到巴比倫的猶太人會回到他們「繼承的土地」（見尼腓二書25：9-11）。耶穌基督，即彌賽亞，會住在他們當中，但許多人會拒絕祂並將祂釘在十字架上（見尼腓二書25：12-13）。在救主死亡及復活之後，耶路撒冷會再次被毀滅，猶太人則會被分散並受到其他民族嚴懲（見尼腓二書25：14-15）。他們最後終究會相信耶穌基督和祂的贖罪，而主會將他們「從迷失和墜落的狀態中」復興起來（見尼腓二書25：16-19）。

尼腓二書25：20-30

尼腓為耶穌基督作見證

請學生想想，要是有人說後期聖徒不相信耶穌基督，他們可以如何回應。可以請一兩個學生簡短談談別人質疑他們是否相信耶穌基督的經驗。學生在閱讀及討論尼腓二書25：20-30時，請他們找出有哪些經文可以用來回應這樣的情況。

請學生在尼腓二書25：28-29中，找出何謂「正道」。等他們找到「那正道就是相信基督，不否認祂」時，在白板上寫出：爲什麼相信耶穌基督是正道。然後請學生查考尼腓二書25：20，23-26，找出相信耶穌基督是正道的原因。請他們將答案寫在白板上你所寫的標題下方。答案可能包括下列：

救恩唯有靠著耶穌基督才會來到。

由於耶穌基督，我們在盡力而爲後，就能藉著恩典得救。

透過救主的贖罪，我們的罪可以獲得赦免。

請一位學生讀出尼腓二書25：23及尼腓二書10：24。指出這兩節經文所提到的和諧一詞，指的是使人或事彼此相合或互相一致。

- 在這兩節經文中，先知都鼓勵我們要與神和諧。你認爲這句話是什麼意思？

尼腓二書25：23，26是精通經文章節。可以鼓勵學生在自己的經文上劃記出來。參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這些經文。

說明這兩節經文都有*恩典*一詞。恩典是天父透過祂的兒子耶穌基督而賜予的一項恩賜。經文中所用的*恩典*一詞，主要是指經由耶穌基督的慈悲和愛心而來的一種能賦予力量的能力及靈性上的醫治。

- 關於恩典與我們的努力之間的關係，尼腓二書10：24及25：23有何教導？

請學生將以下這問題的答案寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，藉以應用所學。你可以將這問題寫在白板上。

- 對你而言，藉著恩典得救是什麼意思？

爲了幫助學生了解尼腓在尼腓二書25：24-25中所說的：那律法對他的人民而言已成爲死的，說明他指的是摩西律法。摩西律法及其儀式、禮儀、象徵及誡命，包括動物祭，在尼腓的時代仍在實施。尼腓和其他人都知道該律法將因耶穌基督的贖罪而成全。在贖罪之後，救主的門徒就無須再遵守摩西律法了。當時忠信的尼腓人雖知道這律法有一天會被取代，卻仍繼續服從該律法。

當尼腓說這律法對他和其他人而言都已成爲死的時，他的意思是指這律法無法拯救他們。他們當時遵守這律法，是因爲他們要服從，也因爲他們知道這律法在指引他們歸向那位會帶給他們救恩的耶穌基督。

- 關於爲什麼應該遵守誡命，我們可以從尼腓二書25：23-26中學到什麼？
- 你會做些什麼來「談論基督」，並「因基督而快樂」？（尼腓二書25：26）你會做些什麼來幫助他人相信基督？

請學生分享他們找到了哪些章節，可以幫助他們回應他人所說的這句話：後期聖徒並不相信耶穌基督。請他們談談爲什麼他們喜歡那些章節。

針對今天所討論的各項眞理表達你的見證。你也可以給學生機會來爲這些眞理作見證。

鼓勵學生分享見證

當學生聽到彼此在為福音真理作見證時，他們對福音原則的了解會增加，也會更渴望將這些原則應用在生活中。你可以用下列這些詞句開頭來問問題，鼓勵學生在上課時分享見證，像是：「你是如何獲得有關……的見證」，或「你何時第一次知道……」，或「你會如何說明或見證……」。每當有學生為一項真理作見證後，你可以問：「還有誰能為這項真理作見證？」

精通經文——尼腓二書25：23，26

注意：考慮在這堂課的最後採用以下的教學建議。如果這堂課沒有時間運用這個建議，可以在另一堂課使用，作爲複習。

爲了幫助學生記憶這段精通經文裡尼腓二書25：26這節經文，將以下的詞句寫在白板上：

談論

快樂

傳揚

預言

記錄

好使我們的子孫……

去哪裡……

尋求……赦免

請學生用白板上的提詞來背誦尼腓二書25：26。反覆唸過幾次之後，問班上有沒有人願意嘗試背出這節經文。然後請其餘學生不看白板，一起背出這節經文。結束時，可以提議：當父母、領袖及教師努力勸勉我們要仰望救主時，仔細聽他們的話是很重要的。

發給每位學生一張紙。請學生寫一封信給他們未來的子孫，鼓勵他們要以耶穌基督爲生活的中心。學生可以將這封信放在自己的經文中保存起來，在日後使用。

自修班課程

尼腓二書第11～25章（第7單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓二書第11～25章（第7單元）時，所學到的教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓二書第11～16章）

以賽亞描述古代以色列人的驕傲和邪惡，以及那等候著他們的審判。他也預言了要在末世興建的一座聖殿，並教導說，神建立聖殿來教導我們祂的道，幫助我們行祂的路。以賽亞見到主，他的罪得到潔淨。學生從以賽亞的經驗中學習到，我們可以透過耶穌基督的贖罪，滌淨我們的不配稱。

第2天（尼腓二書第17～20章）

以賽亞責備猶大國沒有信賴天父和耶穌基督。學生學習到，我們信賴神時，即使遭遇艱難和恐懼，神也必與我們同在。以賽亞描述了惡人在救主第二次來臨時的毀滅，並教導說，耶穌基督是一位公正而慈悲的神，並且祂的慈悲遍及所有悔改並遵守祂誡命的人。

第3天（尼腓二書第21～24章）

學生在這一課學習到，耶穌基督將以公義審判，並且最後會在末世透過先知約瑟．斯密復興祂的教會、聚集祂的人民。尼腓也喜愛以賽亞的這項預言：在千禧年間，平安與主的知識將充滿遍地。要鼓勵學生思索這項真理，並想想他們可以如何為這時期作更好的準備。

第4天（尼腓二書第25章）

尼腓在概述以賽亞寫作的主要信息時，複習了一些簡單的真理，談到神在人類兒女中的事工：耶穌基督是全天下唯一「世人可以靠著得救」的名字（尼腓二書25：20），並且我們唯有仰望耶穌基督，才能獲得罪的赦免。尼腓希望每個人都知道，如果我們「盡力而為」，耶穌基督就會賜給我們恩典——即神聖的幫助和力量（見尼腓二書25：23）。

導言

學生在這週讀到了被尼腓選入自己寫作中的以賽亞書各章。十二使徒定額組的培道．潘會長在談到這幾章以賽亞書時，說：「不要停止研讀！繼續唸下去，即使你所能明白的非常有限，也要把這些難以理解的舊約預言讀完。就算只是走馬看花，有點印象而已，也要讀下去。就算只是不知所云地盯著書上的字看過去，也要讀下去」（參閱「我靈魂的事情」，1986年7月，聖徒之聲，第52頁）。

你本週在跟學生上課時，要鼓勵他們耐心地研讀以賽亞的話。你也可以請他們分享以賽亞的寫作如何幫助他們因神的良善而「歡欣快樂」（尼腓二書11：8）。

教學建議

尼腓二書第11～25章

尼腓引述以賽亞有關耶穌基督的預言

展示一個擴音機或在白板上畫出來。請一位學生讀出尼腓二書25：13。請全班找出尼腓「頌揚」了什麼。說明尼腓在尼腓二書第11～15章中記錄以賽亞的話，原因之一就是要讓那些閱讀了尼腓的話語的人在生活中頌揚耶穌基督的名，以及祂的使命和贖罪。

請一位學生讀出尼腓二書11：4-8。請全班找出一些詞句，指出尼腓引述以賽亞的話有哪些目的。

學生在家研讀時，被要求將尼腓二書25：20-30中出現的「基督」名稱一一劃記出來。請他們翻到尼腓二書25：28-29，找出在這些經文中重複出現的一句話。（「那正道就是相信基督，不否認祂。」）

問學生：你生活中有哪些經驗教導了你，相信並跟隨耶穌基督是生活的正道？

以下所列是學生本週在尼腓二書第11～25章中所讀到的各項真理、教義和原則。將以下九句話寫在白板上或列在講義中發給每位學生。請學生閱讀所列各項，並在引述的經文章節中找出這些真理、教義和原則。

了解以賽亞的教導對我們這時代的意義

1. 神建立聖殿來教導我們祂的道，幫助我們行祂的路（見尼腓二書12：2-3）。
2. 我們可以透過耶穌基督的贖罪，滌淨我們的不配稱（見尼腓二書16：5-7）。

3. 只要我們信賴神，即使遭遇艱難和恐懼，神也必與我們同在（見尼腓二書17：4，7，14）。
4. 耶穌基督是一位公正而慈悲的神。祂的慈悲遍及所有悔改並遵守祂誡命的人（見尼腓二書19：12，17，21；20：4）。
5. 主已經透過先知約瑟．斯密復興了祂的福音和祂的教會，現在正在聚集祂末世的人民（見尼腓二書21：10，12）。
6. 在千禧年間，大地將成為和平之地，因為大地屆時將充滿主的知識（見尼腓二書21：6-9）。
7. 主必憐憫祂的人民，但惡人必滅亡（見尼腓二書23：22）。

尼腓的教導

8. 由於耶穌基督，我們在盡力而為後，就能藉著恩典得救（見尼腓二書25：23）。
9. 透過救主的贖罪，我們的罪可以獲得赦免（見尼腓二書25：26）。

給予足夠的時間後，提出下列問題：

- 你從以賽亞和尼腓的這些教導中，看到了哪些主題？（可能的主題有：天父差遣祂的兒子耶穌基督將救恩和平安賜給祂的兒女。無論在任何情況下，我們都可以信賴神。聖殿教導我們有關神的事。）
- 這九句話中，你覺得哪一句對你最有意義？為什麼？

將以上所列的各項教義或原則分別指派給每位學生，請他們進行以下的活動：

1. 閱讀引出該教義或原則的那段經文章節。
2. 回答這問題：這項教義或原則能怎樣幫助你「喜愛」主的事？（見尼腓二書11：4-6）
3. 想想看在哪種情況下，具有這項教義或原則的知識可以帶給你希望和力量。

請學生分享自己的想法。他們分享時，你可以問：「還有誰對剛才教導的事有見證或感想？」讓學生分享感想與見證，能在他們自己及他們同儕的心中證實那些真理。感謝他們的參與。

請一位學生讀出尼腓二書25：13。請全班跟著看經文，找出尼腓為什麼喜愛頌揚主的名。請學生講述自己的發現。

請一位學生讀出以下多馬．孟蓀會長的見證：

「我相信我們沒有任何人能完全了解基督在客西馬尼園裡為我們所做的一切事情的意義，但是我在這一生中每天都對祂為我們所作的贖罪犧牲心懷感激。

「在最後關頭，祂大可以轉身離開，但是祂沒有。祂降至萬物之下，使祂能拯救萬物。由於做了這些事，祂使我們能有來生的生命；祂把我們從亞當的墜落中贖回來。

「我從靈魂深處由衷地感謝祂。祂教導我們怎樣生活，祂教導我們怎樣死得其所。祂為我們帶來了救恩」（「臨別時刻」，2011年5月，利阿賀拿，第114頁）。

問：你在尼腓二書25：13中尼腓的話，和孟蓀會長的話中，看到了哪些類似之處？

結束今天的課程時，請學生談談年輕的後期聖徒可以用哪些方式來頌揚主的名。學生回答後，鼓勵他們每天都要頌揚主的名。

下一單元（尼腓二書第26～31章）

學生在下一單元會讀到尼腓有關後期時代的一些預言。尼腓見到假教會和祕密幫派充斥。他也見到主會行一件「奇妙又奇妙的事」（尼腓二書27：26），並且許多人會因為已經有了聖經而拒絕摩爾門經。此外，尼腓還闡述了基督的教義。

第36課

尼腓二書第26章

導言

尼腓預言將來有一天復活的耶穌基督會造訪他的後裔，而在這次經驗後，他們會在正義中生活三個世代。然而，令尼腓憂傷的是，在他第四代的後裔中，有些人會偏離正義、拒絕彌賽亞，最後遭致毀滅。尼腓警告生活在末世的人要慎防驕傲、祕密幫派及祭司權術。他教導，主愛所有的人，並邀請他們歸向祂。

教學建議

尼腓二書26：1-13

尼腓預言他的人民會因為拒絕耶穌基督而被毀滅

在白板上寫：*神的懲罰*。

- 你看到或聽到這句話時，會想到什麼？

說明儘管許多人在看到這句話時，會有負面的想法，但其實神的懲罰會帶給許多人祝福。在尼腓二書第26章中，我們讀到公道會帶給惡人和義人哪些後果。

爲了建立起尼腓二書第26章中主要信息的背景脈絡，說明尼腓提到了在耶穌基督誕生、死亡及復活時，會出現許多徵兆。他預言有許多人會在救主死亡後不久滅亡，因爲他們將住在他們之間的先知及耶穌基督的忠信門徒趕出去。他也預言即使有了復活救主的造訪，他的許多後裔仍「選擇黑暗的工作，而不選擇光明」，因此被毀滅。（見尼腓二書26：1-11）

請一位學生讀出尼腓二書26：7。請全班找出尼腓對人民毀滅的異象作何反應。請學生分享他們所找到的事情。你可以建議他們標記出尼腓在這段經文結尾所說的這句話：「您的道是公正的。」

- 對你而言，「您的道是公正的」這句話有何意義？（你可能需要解釋說，一個公正的人總是公平待人。）

幫助學生了解，依照神的公道，惡人要爲自己的行爲受懲罰。然後說明，依照神的公道，義人要因自己的行爲得酬償。在作此說明時，可以請學生閱讀教義和聖約130：20-21。請學生閱讀尼腓二書26：8-9，13，找出尼腓所說，他正義的後裔會得到哪些祝福。

- 在第8節和第13節中，哪些詞句描述了義人的行爲？
- 你曾經在何時親眼見到第13節所提到的那些祝福？主用哪些不同的方式向我們顯現？

將以下原則寫在白板上：*我們若運用對耶穌基督的信心，祂就會藉著聖靈的力量向我們顯現*。

- 知道這項眞理會如何增進你對耶穌基督的信心？

尼腓二書26：14-33

尼腓預言末世的景況，並邀請所有的人歸向基督

概述尼腓二書26：14-19，說明尼腓預言，摩爾門經會在末世時代問世，那時會有許多人心存驕傲、不信神。

請學生想想他們曾經因爲絆到東西而跌倒的情形（或請他們想像在黑暗中因碰到障礙物而絆倒的情形）。請他們安靜地查考尼腓二書26：20-21，找出人們在末世會因哪些障礙物而絆倒。

- 根據尼腓二書26：20-21，尼腓見到了哪些會讓外邦人絆倒的障礙物？
- 撒但還會用哪些其他的障礙物來讓人們絆倒？

說明撒但除了在我們的路上放置「絆腳石」讓我們遠離神之外，還企圖捆綁我們。舉起一條線，並請學生瀏覽尼腓二書26：22，找出尼腓所寫的一個類似的物件。請一位學生到班級前面。用一股線繩將他的雙手鬆鬆地綁在一起，然後請他掙斷那條線繩。重覆這過程，這次將線繩在他手腕上捆繞數次。繼續這樣做，直到這學生無法掙斷線繩爲止——警告這學生要小心，不要傷到自己。（如果沒有線繩，可以請學生想像這個示範。）請學生研讀尼腓二書26：22，找出這節經文與剛才的示範有何關聯。

- 在尼腓二書26：22中，「直到……捆住他們」這句話有何重要含意？關於撒但的手段，這節經文教導了你什麼事？
- 你曾經見到撒但怎樣用「亞麻繩」牽引人們？（亞麻是製造亞麻布的材料。）
- 在你看來，這些罪惡（亞麻繩）中，哪些對你這年紀的人是最危險的？

提醒學生，撒但會引誘我們去做黑暗的工作，好捆綁我們，使我們遠離正義的道路。說明尼腓二書第26章的最後幾節經文顯示出了撒但的道路與神的道路之間的對比。請學生默讀尼腓二書26：23-24。

- 根據這些經文，主是如何工作的？主所做的每一件事都是爲了什麼目的？（你可以建議學生把尼腓二書26：24中教導以下這一點的部分劃記出來：**主所做的每一件事都是爲了世人的益處**。）

請學生回顧一下自己曾經一度覺得沮喪或覺得遠離主的時候。爲了幫助學生感受到尼腓所談的主的愛的信息也適用於他們的生活，請他們查考尼腓二書26：24-28，33。你可以建議他們劃記出所有的人、任何人和沒有人，以及那些含有這類意思的地方。請學生用幾分鐘時間再讀一次含有這些字詞的句子。

請每位學生轉向班上另一位學生，簡短討論一下我們可以從這些經文中了解到什麼。學生彼此分享見解後，考慮邀請幾位學生分享他們所談的主要內容。這次討論應該可以得出一個主要內容，那就是：**主愛所有的人，並邀請所有的人歸向祂、領受祂的救恩**。可以將這句話寫在白板上，也可以請學生將下列問題的答案寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中。

- 你曾經在生活中的什麼時候體認到主的良善？
- 這點能如何幫助你知道主愛所有的人並邀請所有的人歸向祂？

結束時，請一位學生讀出尼腓二書26：25，33。在他讀之前，建議所有的學生把最能鼓勵自己的詞句標記出來。爲了幫助學生看出這些經文可以怎樣應用在其他方面，讀出以下總會會長團，迪特·鄔希鐸會長的話：

「我希望我們會歡迎和關愛神所有的兒女，包括那些穿著、外表、言談或行事風格與我們不一樣的人。讓別人覺得自己不如人，是不對的。讓我們提攜周遭的人，伸出歡迎的手，讓我們特別用親切、愛心和仁愛來對待教會中的弟兄姊妹，好讓他們有終於找到家的感覺。……

「看來我們只有用我們極爲希望他人對待我們的方式來待人，才是正確合宜的。

邀請學生付諸行動

有效的教導通常包括邀請學生將所學的原則付諸行動。如果學到了某項福音原則，卻沒有付諸行動，這樣的學習就不完整。付諸行動的邀請可以來自教師，也可以來自聖靈，而聖靈的邀請甚至會更有力。

「我並不是說我們要在個人生活中或在這世上認同罪惡或忽略邪惡。不過，我們有時由於太熱心，反而分不清楚罪和罪人的差別，我們太急於定罪，而且缺乏愛心。……

「……讓我們懷著愛心向其他人敞開我們的心，伸出援手，因爲每個人都各自走在艱難的道路上」（參閱「你們是我的手」，2010年5月，利阿賀拿，第68-69頁）。

- 我們可以用哪些方式應用尼腓二書26：33及鄔希鐸會長的教導?

請學生想想自己可以做哪些事來關心其他遭遇困境的人，幫助他們感受到主的愛?

補充教學建議

尼腓二書26：29-31。尼腓針對祭司權術的罪提出警告

將下列名字寫在白板上：歇雷、尼賀、柯力何。問學生，他們對這些人有哪些認識。如果學生在回答方面有困難，就簡短說明這些人都企圖誘使人們不再相信耶穌基督。他們都犯了祭司權術的罪。

尼腓警告他的人民和生活在末世的我們，要提防祭司權術。請一位學生讀出尼腓二書26：29-31。請全班聽聽看，祭司權術的定義為何。

- 涉入祭司權術的人有什麼目的?

十二使徒定額組的羅素．培勒長老警告說，祭司權術也會發生在本教會。請一位學生讀出他的這項忠告：

「讓我們提防假先知和假教師，男女都要提防，因為他們雖自稱是在宣講本教會的教義，卻企圖傳播虛假的福音；他們為了吸引跟隨者，就舉辦各式的研討會、出版各式的書籍和雜誌，來挑戰教會的基本教義。要提防那些言論及著作與神真正的先知對立的人，還有那些積極想改變他人信仰，但是卻不顧人們永恆福祉的人。他們就像摩爾門經中的尼賀和柯力何一樣，靠著詭辯來欺瞞、引誘別人接受他們的看法。他們更『使自己成為世上的光，以謀取世上的利益和讚美；這些人不會謀求錫安的福祉』（尼腓二書26：29）」（參閱「提防假先知和假教師」，2000年1月，利阿賀拿，第73頁）。

- 本教會的成員可能會怎樣落入祭司權術的陷阱?
- 根據尼腓二書26：30，什麼可以預防祭司權術?（幫助學生了解，我們可以藉著對所有的人懷著仁愛之心，來避免祭司權術的罪。）

第37課

尼腓二書第27章

導言

尼腓經常引述以賽亞的話來預言主會在末世進行一件「奇妙又奇妙的事」。這項偉大的事工就是耶穌基督福音的復興。而尼腓預言的重點則是摩爾門經的問世。尼腓預言，會有見證人看到摩爾門經，並見證其真實性。他也見證，摩爾門經會在後期時代，在主的事工中扮演著至為重要的角色——會成為給世人的一件奇妙禮物。（注意：尼腓二書第27章與以賽亞書第29章有許多近似之處。在後期聖徒版的英文聖經，以賽亞書第29章的註腳中記載了一些對於研讀這兩章都有助益的見解。）

教學建議

尼腓二書27：1-5

尼腓預言，在末世全地都將遍滿邪惡

展示以下物件：一罐除臭劑，一支牙膏，一塊或一盒肥皂。說明這每一樣東西都能用來解決某個問題。請學生指出這每一樣東西各要解決什麼問題。（你可以選用其他能解決特定問題的物品。）

說明尼腓在尼腓二書第27章中，預言到一些會存在於我們今天的問題。他教導說，人們會因爲他們的罪惡而在靈性上絆倒、他們會在靈性上變得盲目，並且他們會拒絕眾先知。尼腓也預言了主會怎麼做來解決這些問題。

請幾位學生輪流讀出尼腓二書27：1-5。請全班找出有哪些詞句描述末世的一些問題。請幾位學生分享所找到的詞句。爲了幫助學生分析這些詞句，可以提出下列問題：

- 在你看來，「沉醉於罪惡」是什麼意思？
- 尼腓二書27：3把末世的一些人比作飢餓的人夢見在吃東西，又像口渴的人夢見在喝東西，但醒來後仍覺得靈魂十分空虛。我們可以從這件事學到什麼？（在夢中吃喝無法帶來持久的滿足，也無濟於事，因爲醒來後仍舊感到飢餓口渴。同樣地，那些「攻擊錫安山的」也不會有持久的滿足，更無法完成任何有意義的事。）
- 在你看來，「你們閉上了眼」這句話是什麼意思？

爲了幫助學生找出尼腓二書27：1-5中的福音眞理，請他們概述自己從這些經文中學習到了什麼。將他們的回答寫在白板上。確使學生都了解：**在末世會有許多人充滿罪惡並拒絕先知。**

- 你認爲，知道這項預言並知道它已經應驗，爲什麼很重要？

尼腓二書27：6-23

尼腓預言摩爾門經問世

請學生默讀尼腓二書27：6-7。請他們找出主在末世會提供什麼來協助解決人們靈性上的問題。

- 主會提供什麼？
- 這本書會有哪些內容？

能幫助分析的問題

運用分析的問題，可以鼓勵學生思考正在研讀的經文的含意。你應當經常在學生熟悉經文之後，即提出這類的問題。分析的問題通常以類似下列的話作為開頭：「在你看來（你認為），為什麼」，或「在你看來（你認為），……是什麼」。例如，你可以問：「在你看來（你認為），這個詞（或這句話）是什麼意思？」

- 在你看來，這些經文描述的是什麼書?（爲了幫助學生回答這個問題，可以建議他們查閱尼腓二書27：6，註腳b所列的參考經文。你也可以說明，「已睡之人」指的是已過世的眾先知，他們所寫的紀錄後來成了摩爾門經。）

舉起一本摩爾門經。說明主讓這本書問世，是爲了協助糾正末世的各種問題，並將光明帶給黑暗的世界。主向古代眾先知啓示了有關摩爾門經問世的各項細節。尼腓將這些細節記載在尼腓二書第27章。說明有一個類似的預言記載在以賽亞書第29章。（可以說明，有些人在質疑摩爾門經時，會問爲什麼聖經沒有提到這本書。指出以賽亞書第29章中的預言顯示出聖經確實爲摩爾門經作了見證。）

請一位學生讀出尼腓二書27：12-14。請全班找出尼腓所說，誰會被允許見到這本書。

- 那三位被允許「藉著神的大能」見到摩爾門經的人是誰?（奧利佛．考得里、大衛．惠特茂及馬丁．哈里斯。見摩爾門經，「三位證人的證詞」。）

指出尼腓提到其他「少數幾個」人也會被允許見到這本書。

- 你認爲，這些其他的證人指的是誰?（你可能要提醒學生，摩爾門經還有另外八位證人。見摩爾門經，「八位證人的證詞」。）

指出尼腓二書27：14提到，主會「經他認爲人數適當的證人口中」，來「確立他的話」。

- 在你看來，尼腓所說，證人會確立神的話，這句話是什麼意思?（凡從摩爾門經獲得並接受神的話的，都會與他人分享，並見證其眞實性。）
- 這些證人可能是哪些人?
- 爲了幫助學生了解到自己也能成爲摩爾門經眞實性的證人，可以請他們將自己的名字寫在尼腓二書27：14旁邊空白處。本教會的每個成員，包括你在內，可以如何協助確立摩爾門經中的眞理?
- 你曾在何時與他人分享自己對摩爾門經的見證?

追蹤

要定期請學生針對過去的邀請及指派作業提出報告。這能讓學生分享正面的經驗，也會激勵某些學生想去完成你所提出的邀請。這也能讓你特別注意到，學生在按照那些邀請及指派作業採取行動時，發生了哪些好事。

你可能已在前面的課程中鼓勵過學生與他人分享自己對摩爾門經的見證。若是如此，就請幾位學生分享他們做了些什麼，藉此追蹤該項指派作業。鼓勵學生繼續找機會與他人，包括其他信仰的人，分享自己對摩爾門經的見證。

將以下圖表放在白板上：（爲了節省時間，可以在上課前先放好。）

	尼腓預言此人會做的事	此人的名字	預言的應驗 約瑟．斯密——歷史1：63-65
第一個人（「沒學問的人」） 尼腓二書27：9，15，19			
第二個人（「另一個人」） 尼腓二書27：15，17			
第三個人（「有學問的人」） 尼腓二書27：15-18			

將學生分成兩人一組。說明每一組都要研讀一個有關摩爾門經問世的預言，以及該預言實現的情形。請學生將這張圖表抄在自己的經文研讀日記或隨堂筆記上，然後根據所提供的參考經文寫出答案。（你可能會要解釋，約瑟・斯密——歷史1：63-65中的文字一詞，指的是刻在金頁片上的文字，而摩爾門經就是從這金頁片譯成的。）學生完成後，請他們和全班分享自己的答案。

- 根據尼腓二書27：15及約瑟・斯密——歷史1：64，馬丁・哈里斯將此書中的話帶給哪一個有學問的人？（查理・安東。）
- 從哪些方面來看，約瑟・斯密這樣沒有受過正式教育的人可能比查理・安東這樣的學者更適合翻譯摩爾門經？

請學生默讀尼腓二書27：20-21，找出一句在這兩節經文中重覆出現的話。（「我有能力完成我自己的事工。」）

- 「我有能力完成我自己的事工」這句話對你而言有什麼意義？
- 福音的復興和摩爾門經的問世如何證實了神有能力完成祂自己的事工？
- 這些經文教導了哪些原則？（在學生分享意見時，要強調：**摩爾門經的問世是神在後期時代完成祂事工的一個方式。**）
- 這項預言的應驗如何使你對摩爾門經，對它在復興主的教會一事上的任務有更堅強的見證？

尼腓二書27：24-35

尼腓預言，耶穌基督的復興福音及摩爾門經會帶來正面的影響

讀出尼腓二書27：24-26，並請學生跟著看自己的經文。

- 你們記得以前聽過這些話嗎？如果聽過，是在哪裡聽到的？（如果學生在回答方面有困難，說明主在聖林中向約瑟・斯密說話時，曾說過類似的話；見約瑟・斯密——歷史1：19。）

舉起一件你在開始上課時所展示的東西，提醒學生，這件東西是是爲了解決某個特定的問題而製造的。

- 在尼腓二書27：25中，主說後期時代的人們當中會存在著哪些問題？（可以將學生的回答寫在白板上。）

提醒學生，尼腓二書27：5也提到了後期時代其他靈性上的問題。（可以將罪惡、靈性上的瞎子，以及拒絕先知加到白板所列的內容上。）

- 摩爾門經和耶穌基督福音的復興如何有助於解決這些問題？

請學生默讀尼腓二書27：29-30，34-35，找出主所說的，復興的福音和摩爾門經會如何祝福後期時代的人們。請一位學生將這些祝福列在白板上。

- 根據尼腓二書27：29，摩爾門經會幫助「瞎子的眼……從迷濛黑暗中得以看見」。你認爲這句話是什麼意思？

幫助學生了解：**摩爾門經和耶穌基督的復興福音，會爲那些研讀並接受這些事的人帶來喜悅和理解力。**鼓勵學生在摩爾門經中爲自己的各樣挑戰找出解決的方法，並與他人分享自己對摩爾門經的見證。

第38課

尼腓二書第28章

導言

尼腓預言了後期時代一些充滿挑戰的情況，包括會建立起許多教會，及其虛假的教訓和驕傲。他教導了如何辨認虛假的教義和世俗的態度，並針對撒但會用哪些方式試圖誘使我們偏離正義，提出了警告。

教學建議

尼腓二書28：1-19

尼腓描述我們這時代的假教會和謬誤的觀念

在白板上畫一些在你的文化中常見的警告標誌。例如，可以畫一個交通號誌或一個代表某些物質十分危險或有毒的符號。

- 這些標誌的目的爲何？

說明摩爾門經能幫助我們看到那些針對危害靈性的影響力所提出的警告標誌。泰福·彭蓀會長說明，摩爾門經的目的之一就是在揭露魔鬼和基督的其他敵人在後期時代會如何工作。請一位學生讀出以下彭蓀會長的話：

「摩爾門經讓基督的敵人無所遁形、擊破錯誤的教義並……加強基督的謙卑跟隨者的力量，去對抗魔鬼在今日施展的邪惡詭計、計謀和教義。摩爾門經中的叛教者和我們今天的叛教者很像。神已預知所有的事，因此祂將摩爾門經如此設計，使得我們能夠認出謬誤，並知道如何去對抗我們這時代在教育、政治、宗教和哲學上的各種錯誤觀念」（參閱「摩爾門經是神的話」，1975年8月，聖徒之聲，第42頁）。

- 摩爾門經如何讓基督的敵人無所遁形？（摩爾門經包含一些人企圖誘使他人偏離對基督的信仰的記載。它讓我們看出他們的錯誤和虛假的觀念。）
- 摩爾門經如何讓我們更有力量來對抗魔鬼？

見證：**摩爾門經揭發魔鬼的虛假觀念，增強我們的能力去對抗魔鬼的邪惡計謀。**說明學生將在尼腓二書第28章看到一個這樣的例子。本章包含了尼腓有關後期時代的一個預言。尼腓在這項預言中警告我們，將有各樣虛假的教導在我們這時代盛行。

請學生安靜地查考尼腓二書28：3-9，找出尼腓針對虛假的教導提出了哪些警告。指出尼腓二書28：7-9是一段精通經文。可以鼓勵學生用某個特定的方式將這段經文標記起來，以便能很容易地找到。學生有充分時間研讀這段經文後，請幾位學生到白板前面。請他們每一個人都寫出這段經文中一個虛假的教導或觀念，並寫出是在哪節經文找到的。然後問其他學生是否在這段經文裡還注意到其他的虛假教導或觀念。如果有，就請他們把它加到白板上。

爲了幫助學生討論這裡的一些虛假的教義及觀念，提出下列問題：

- 現代有哪個例子能反映出這其中一個虛假的觀念？（要確定班員在回答這個問題時，不提到某些特定教會的名稱。）
- 這項虛假的觀念怎樣阻礙人們跟從天父的計畫？

請一位學生讀出尼腓二書28：12-14。請全班找出尼腓的警告，他說在末世時代有許多教會和許多人會因爲驕傲和假教義而變得如何。

📖 **尼腓二書28：7-9是一段精通經文。參考本課後面的教學建議來幫助學生精通這段經文。**

- 驕傲和虛假的教導會對人產生哪些影響?
- 爲什麼「基督的謙卑信徒」沒有被驕傲和邪惡引入歧途?我們要如何避免被「世人的教訓」欺騙?(你可能必須說明,「世人的教訓」指的是人的教導,這些教導與主的教導截然不同。)

請學生默讀尼腓二書28:15-16,19,找出虛假的教導有何後果。

- 你在這幾節經文中看到哪些詞句描述了驕傲和虛假教導的後果?

尼腓二書28:20-32

尼腓針對撒但會如何企圖欺騙我們提出警告

和學生分享以下故事:

培道·潘會長有一次奉派到非洲出差時,到了一處野生動物保護區觀賞動物。他注意到有個淺水坑,旁邊的動物都顯得十分緊張。當他問嚮導,那些動物爲什麼不喝水時,嚮導答說,是因爲有鱷魚。潘會長回憶道:

「我想他一定是在開玩笑,於是一本正經地問他:『到底是怎麼回事?』他的答案還是:『鱷魚』。

「我說:『怎麼可能?任誰都看得出來,那裡沒有鱷魚啊。』……

「我想,他看得出來我不相信他,於是決定給我一個教訓。我們驅車前往另一個地點,車子停在泥潭上方的堤岸,我們可以向下俯瞰。『就在那裡,』他說:『你自己看吧。』

「除了泥巴和一點點水,以及躲在遠處的膽小動物之外,我沒看見任何東西。然後,我忽然看到了——一隻大鱷魚,埋伏在泥潭中,等著毫無戒心的動物在耐不住口渴時,前來喝水。

「頓時之間,我徹徹底底地相信了!當他看見我願意聽他說話時,便繼續此番教訓。『園區內到處都有鱷魚』,他說:『不僅是在河中,只要有水的地方,附近就會有鱷魚,你最好相信。』……

「另一次去非洲時,我跟另外一位園區管理員談起這番經驗。……

「他於是指給我看曾經發生悲劇的地點。從英國來的一個年輕人在旺季時到當地的旅館工作,雖然不時地一再受到警告,他仍然走出隔離住所的圍牆,查看那水深不及他運動鞋高度的一灘淺水。

「『他還沒踏出第二步,』管理員說:『就讓一隻鱷魚咬住了,我們束手無策,無法救他。』」(「靈性的鱷魚」,2002年10月,*利阿賀拿*,第10-11頁)。

- 是什麼使得這位年輕人淪爲鱷魚的獵物?他原本可以怎樣避免這場悲劇?(藉著服從他所得到的警告。)

請一位學生讀出以下潘會長的忠告:

「在人生的道路上,那些走在你們前面的人已經稍微探查過水池,並且高聲警告你們有鱷魚了。不只是那龐大的灰色爬蟲會把你咬成碎塊,靈性的鱷魚甚至比善於僞裝的非洲爬蟲更危險至極,更擅於騙人、更不易察覺。

「這些靈性的鱷魚會扼殺或摧殘你的靈魂,牠們能夠摧毀你及那些愛你的人內心的平安。這些都是我們所要警告的,今生中幾乎每一處池水都有牠們出沒的蹤跡」(「靈性的鱷魚」,第11頁)。

- 潘會長故事中的鱷魚在哪些方面與撒但的誘惑和伎倆類似?我們接受到的哪些警告能幫助我們避免靈性上的危險?

讀出尼腓二書28:19,讓學生跟著看。然後在白板上寫:*撒但企圖用……抓住我們*。

說明尼腓接著在預言中談到了在後期時代,撒但會用哪些伎倆來對付我們。將學生分爲兩人一組。請各組閱讀尼腓二書28:20-29,找出可以用哪些方法完成白板上的句子。

運用故事

故事可以增加趣味,幫助學生藉著聆聽他人的經驗來參與學習過程,從而專注在課程中。故事也可以幫助學生看出福音原則如何應用在人們的生活中。

幾分鐘後，請各組報告他們如何完成白板上的句子。進行這項討論時，要確使學生都了解：**撒但使用許多伎倆試圖控制我們，例如激起我們的怒氣、安撫我們、哄騙我們、諂媚我們。**

- 有哪些例子顯示出撒但企圖「煽動〔人們〕惱怒美好的事物」？怒氣會如何使人們無法區分什麼是良善、什麼是邪惡？
- 在你看來，爲什麼「在錫安中安逸無慮」，認爲不需要再進步的人會有危險？爲什麼撒但能夠「小心翼翼地〔領著這樣的人〕下地獄」？
- 哄騙某人是什麼意思？（言不由衷地恭維讚美。）在你看來，爲什麼哄騙能使某些人遠離主？
- 爲什麼撒但要企圖讓人們相信他並不存在？
- 我們可以做哪些事來防止發怒？我們可以如何防止那種一切都是安然無恙的感覺？我們可以如何防止受到哄騙？

在結束本課時，告訴學生，尼腓二書第28章的結尾包含了從主而來的最後警告及保證。請學生默讀尼腓二書28：30-32。

- 主尊重我們的選擇權，和我們在向祂學習時所做的努力。根據尼腓二書28：30，祂在教導我們時，是「律上加律，令上加令」地進行的。對你而言，這是什麼意思？根據這節經文，那些說自己「已經足夠的」，會怎麼樣？
- 主在尼腓二書28：32中對否認祂的人說話。在你看來，主在這節經文中所說的：「我會日復一日地向他們伸出手臂」是什麼意思？（在這節經文中，主談到了自己的慈悲憐憫，祂也說，只要我們努力跟從祂的旨意，即使我們過去曾拒絕過祂，祂仍願意每天向我們伸出援手。幫助學生了解：**主對所有悔改而歸向祂的人都是慈悲的。**

將以下這句話寫在白板上：*由於我今天學習到的事，我要……*。請學生在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中完成這句話，寫出他們因爲研讀了尼腓二書第28章中尼腓的預言，而想要做的事。可以請幾位學生和全班分享他們所寫的內容。要確定他們都了解，他們不應覺得自己有責任分享太過隱私或個人的想法或經驗。

見證：有了主的引導和力量，我們就能克服誘惑。並且，即使犯了罪，只要眞誠悔改，主仍會憐憫我們。

精通經文——尼腓二書28：7-9

說明：人們有時會爲自己找藉口，說大家都這麼做，或是可以將來再悔改。將全班分爲幾個小組。請各組一起閱讀尼腓二書28：7-9，找出與這些錯誤觀念有關的詞句。請學生在自己的小組中討論以下問題（可以在上課前將這些問題寫在白板上）：

- 犯一點「小罪」有什麼危險？
- 神會因爲我們犯的罪比較微小，或因爲我們不是經常犯罪，就判定我們無罪嗎？（請學生閱讀教義和聖約1：31，以獲得更多的見解。）
- 一個人可能會如何「因人的話佔他便宜」？我們有時候可能會如何「挖坑陷害鄰人」？

請各組用現代用語將這段經文重新寫過，看看今天的人會怎樣說服年輕人跟從這些愚蠢的教義。

請學生想想，他們曾經何時在面對來自學校、媒體，或友人的虛假觀念時，仍保持了自己的靈性力量。請他們將這些經驗寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記上。考慮請幾位學生分享所寫的內容。

注意：可以在課程中介紹到這段精通經文時採用這個建議，也可以在課程結尾時採用。

第39課

尼腓二書第29～30章

導言

尼腓預言了有關福音在後期時代的復興，而主說這將是「一件奇妙的事工」（尼腓二書29：1）。尼腓見證，到了末世，所有的經文都會一起效力，顯示出神記得自己的兒女。他預言會有許多人拒絕摩爾門經，但相信的人都集合到教會裡。此外，他還教導，神的約民是指那些悔改而相信神子的人。

教學建議

尼腓二書第29章

尼腓預言，在末世會有許多人拒絕摩爾門經

請學生想像，學校裡有位朋友很眞誠地問道：「爲什麼摩爾門會有另一本聖經?」你可以請那些曾被問過這類問題的同學舉手，然後請其中幾位分享他們當時是怎麼回答的。

說明尼腓爲這個問題提供了一些答案；他記錄了主所說，摩爾門經在後期時代福音復興，也就是主稱爲「一件奇妙的事工」中所扮演的角色。請學生默讀尼腓二書29：1-2，找出主的話在末世時會如何。（主的話會「傳給」尼腓的後裔，也會「以嘶聲傳到大地各端」。）泰福·彭蓀會長解釋說：「我們這些本教會的成員，尤其是傳教士們，都應該成爲『發嘶聲的人』，用我們的話語和見證，將摩爾門經傳揚到大地各端」（參閱「摩爾門經是神的話」，1975年8月，聖徒之聲，第43頁）。

說明尼腓二書29：2中的大旗一詞，指的是一件用來集合人民，使之團結一致的東西。（見第32課，大旗一詞的解釋。）

- 根據尼腓二書29：2，那個會傳「到大地各端」、用來聚集主的人民的「大旗」是什麼?（摩爾門經——即尼腓後裔的話語。）
- 根據尼腓二書29：1-2，主提供更多的經文，例如摩爾門經，其目的爲何?（幫助學生了解：**主提供更多經文作爲第二個證人，並藉此將人民聚集到祂的聖約中**。）

在白板上，寫出以下十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老的話（摘自*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 4.）：

「摩爾門經就神的聖約和祂對這世上兒女的愛，作了最卓越的聲明。」（傑佛瑞·賀倫長老）

說明在尼腓二書第29章，外邦人指的是不屬於以色列家族的人。猶太人則指的是以色列家族的人，包括李海一家人及其後裔。請學生默讀尼腓二書29：3-6，找出有些外邦人對於有更多的經文會作何反應。

- 有些人對於有更多的經文會作何反應?
- 主對那些作出這類反應的人說了些什麼?

說明尼腓針對人們對摩爾門經的反應所作的預言已經應驗了。今天的人們往往因爲已經有了聖經而對摩爾門經存疑。

指派學生以兩人一組的方式研讀尼腓二書29：7-11。請他們找出主在聖經之外，又賜予其他經文的目的。幾分鐘後，請他們分享所找到的內容。可能

的答案包括：（1）主記得所有的人，並將祂的話傳給各民族（見第7節）；（2）主對每個民族都講述一樣的信息，而摩爾門經是聖經中眞理的第二個證人（見第8節）；（3）主是永遠都一樣的，並且祂按自己的意思發言（見第9節）；（4）神的事工尚未完成，祂將繼續講話來完成祂的事工（見第9節）；（5）人們不應認爲聖經已包含主所有的話，也不應認爲主沒有讓更多的話被記載下來（見第10節）；以及（6）主吩咐各民族的人都要把祂的話記錄下來（見第11節）。爲了幫助學生概述及應用他們從本課的這部分所學到的內容，提出以下的一個或全部問題：

- 我們可以如何運用尼腓二書第29章來解除人們對摩爾門經這另一本經文的疑慮？
- 這些經文如何增加了你對摩爾門經的感激與認識？

再次將學生分成兩人一組。請他們練習回答這問題：「爲什麼摩爾門擁有另一本聖經？」請一個人提出這問題，讓另一個人回答。然後請他們互換角色，重覆這項討論。活動結束時，你可以鼓勵學生想想，在他們所認識的人當中，有哪些人可能會在討論這些原則時獲益；也請他們尋求聖靈的指引，知道要怎樣去跟這些人談。

在結束本課的這一部分時，要確使學生了解：**主記得所有的人，也會將祂自己的話傳給他們。**

學生練習

你請學生練習解釋福音眞理，就是在給他們機會更深入了解那些眞理，並準備好教導他人福音。（記住，在運用這項教學方法時要保持平衡。教師不應全權交由學生教導全班。）

尼腓二書30：1-8

尼腓預言摩爾門經在末世所扮演的角色

說明尼腓在教導了神會記得以色列家族之後，就警告人民不要自認爲會比外邦人更正義。他也提醒他們，所有的人都能成爲神的約民。請一位學生讀出尼腓二書30：2，並請全班找出我們必須做哪兩件事，才能成爲神的約民。請學生分享自己的發現。要確定他們都了解：**我們若悔改、相信耶穌基督，就能成爲神的約民。**

說明：在尼腓二書30：3中，尼腓描述了主在末世用來聚集祂人民到聖約中的一個方式。請學生默讀尼腓二書30：3，找出這個過程。（主使摩爾門經問世。許多人會相信這本書並與他人分享。）你可以指出，尼腓特別提到了摩爾門經中的話語會傳給「我們後裔的遺裔」，意即李海的後裔。

鼓勵學生默讀尼腓二書30：4-8，找出一些詞句來顯明人民在接受摩爾門經後，會如何蒙得祝福。

- 李海的後裔學習到自己祖先的事之後，會在哪些方面蒙得祝福？
- 關於摩爾門經帶給所有人的影響，這些經文教導了些什麼？

要確定學生都了解：**摩爾門經能幫助所有的人認識耶穌基督並遵行祂的福音。**可以將這句話寫在白板上。

- 我們可以做些什麼來協助他人透過摩爾門經認識耶穌基督？
- 摩爾門經如何幫助了你認識救主？

請學生講述自己在分享摩爾門經方面的一個經驗。鼓勵學生祈求有機會與他人分享摩爾門經。

尼腓二書30：9-18

尼腓預言千禧年間大地上的景況

說明尼腓也預言了有關千禧年——即救主第二次來臨後的1,000年。

在概述尼腓二書30：9-10時，說明在主第二次來臨時，惡人都會被毀滅。請學生默讀尼腓二書30：12-18，找出對千禧年間的生活所作的描述。請學生想像自己要在千禧年間寫一篇新聞報導，描述所發現的一個情況。請他們爲該篇報導寫出標題，並互相分享這些標題。

- 根據你在尼腓二書所讀到千禧年的情況，哪一項是你最期待的？爲什麼？

指示學生注意尼腓二書30：18中的這句話：「撒但在一段長時期內無法再操縱人類兒女的心。」你可以建議學生在自己的經文中標記出這段話。

- 知道正義終將勝過邪惡一事，爲什麼會有幫助？

學生回答後，見證：**撒但在千禧年間沒有力量控制人心，正義與和平將普及於世上**。請一位學生讀出以下總會會長團，喬治·肯農會長的話。請全班聽聽看，爲什麼撒但在千禧年間將沒有力量。

「談到撒但被捆綁一事。撒但會被神的權能捆綁，但他只會因神的人民決心不聽從他、不受他管轄，而被人民的這種決心捆綁。只要有人願意受他管轄，主就不會捆綁他，也不會從世上取走他的能力，因爲那是違反救恩計畫的。剝奪人的選擇權會違背神的目的。根據我們的紀錄，在這片大陸上曾有一個時期，人民十分正義，以致撒但在他們當中沒有力量。有將近四個世代都在正義中度過。他們生活純潔、無罪而終。那是因爲他們拒絕屈服於撒但。紀錄上並沒有說，撒但在那段時期，在大地的其他地方也沒有力量。根據我們所有已知的歷史，只要有人甘願聽從撒但，撒但就都有力量控制他們。但在這片土地上，他曾經沒有了力量，眞正地受到捆綁。我相信在千禧年間也會是如此。我作此推論，正如我根據剛才所述紀錄上的快樂情況而推論一般。我想，在撒但被完全捆綁之前，惡人都會被毀滅」（in Conference Report, Oct. 1897, 65）。

- 千禧年間撒但會怎樣被捆綁？

鼓勵學生過正義的生活，好使敵人無法操縱他們。

補充教學建議

尼腓二書29：12-14。擁有更多的經文紀錄有哪些祝福？

請學生默讀尼腓二書29：12-14，找出在後期時代，當神命令要記錄下來的所有話語傳遍世界各地時，會發生什麼事？

- **在你看來，世界上各民族將如何因為擁有彼此的紀錄而蒙福？**

十二使徒定額組的尼爾·麥士維長老教導，以後還會出現其他的紀錄來為耶穌基督作見證。他說：

「遺失的寶貴經書仍有待問世。現存經文裡提到的就有二十本以上。卷冊浩繁驚人的或許要屬以色列各失散支派的紀錄（見尼腓二書29：13）。要是沒有這部寶貴的摩爾門經——它為基督作第二個見證，那麼我們甚至對將會問世的基督的第三個見證也一無所知。這第三套神聖紀錄將完成一部完整的真理三合一。屆時，就像那位完美的牧羊人所說的：『我的話也要合而為一』（第14節），『他們要合成一群，有一位牧人』（尼腓一書22：25），把人類歷史上所有基督的福音期都焊接起來（見教約128：18）」（參閱「神仍要啓示」，1987年1月，聖徒之聲，第45頁）。

第40課

尼腓二書第31章

導言

在耶穌基督誕生前許多年，尼腓獲得了一個有關救主受洗的啓示。尼腓在告訴他的人民這項啓示時，教導了他所稱的「基督的教義」——也就是說，為了獲得永生，我們必須運用對耶穌基督的信心、悔改我們的罪、受洗、接受聖靈，並持守到底。

教學建議

尼腓二書31：1-13

尼腓教導，我們接受洗禮，就是在跟隨救主的榜樣

開始上課時，向學生提出以下的問題：

- 關於你自己的洗禮，你還記得些什麼？你在受洗時有什麼感受？

說明當學生受洗時，他們是在跟隨一個一直存在於耶穌基督福音中的樣式。尼腓用了一個特定的詞來稱呼這個樣式。請學生在尼腓二書31：2及尼腓二書31：21中找出這個詞。等他們找到「基督的教義」這個詞之後，問：

- 尼腓二書31：2，21中的哪些詞句暗示了「基督的教義」很重要？（答案可包括「我必須講幾句」、「沒有別的道路」，及「唯一而眞實的教義」。）

展示圖片：施洗約翰爲耶穌施洗（62133；福音畫冊〔2009〕，編號35）。請學生默讀尼腓二書31：5-9，找出一些描述耶穌基督爲何要受洗的詞句。（你可以建議他們將這些詞句劃記下來。）幾分鐘後，請學生讀出他們找到的詞句。

- 在你看來，「盡諸般的義」是什麼意思？（學生回答後，你可以說明，這句話的意思是遵守各樣誡命。約瑟F.・斯密會長曾說，「盡諸般的義」，就是「遵行律法」〔in Conference Report, Apr. 1912, 9〕。）

請一位學生讀出尼腓二書31：10-12。

- 這些經文如何說明了受洗的重要？（尼腓教導，受洗是來自天父的一項誡命，我們必須受洗才能接受聖靈的恩賜，所以我們在努力跟隨耶穌基督時，也必須受洗。）

請學生概述他們從尼腓二書31：5-12學到的教義和原則。他們在分享時，要確定他們都了解以下各項原則：

耶穌基督立下了服從的完美榜樣，讓我們跟隨。

我們必須跟隨耶穌基督、接受洗禮，並接受聖靈。

耶穌基督雖然無罪，卻仍然受了洗，以盡諸般的義。

請一位學生讀出尼腓二書31：13。指示學生注意以下這幾個詞句：「全心全意」、「在神前不僞善，不欺騙」，及「眞心」。可以建議他們將這幾句話標記出來。

- 在你看來，這幾個詞句是什麼意思？（你可能必須指出，這三個詞句是指我們在運用對救主的信心、悔改我們的罪以及跟隨救主的榜樣時，都必須眞誠。）

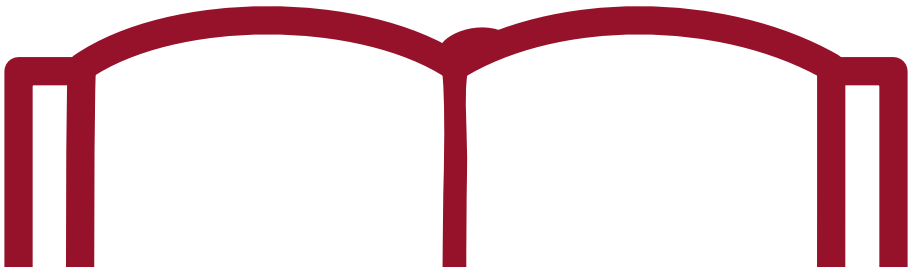
爲了幫助學生更加了解如何在各種情況中跟隨救主的榜樣，提出類似下列的一些問題：

- 這幾個詞句可以如何應用在每天研讀經文及參加教會聚會等活動上?
- 「說出祈禱文」，和「全心全意」地祈禱，這兩者之間有何不同?
- 吃聖餐麵包，和「眞心」領受聖餐麵包，這兩者之間有何不同?
- 說你爲自己所做的事感到抱歉，和「全心全意」地悔改，這兩者之間有何不同?

尼腓二書31：14-21

尼腓教導，我們在受洗後，必須接受聖靈並繼續跟隨救主的榜樣

說明：尼腓談到一扇開往一條路的門。請一位學生讀出尼腓二書31：17-18。等他讀完後，在白板上畫一幅類似以下的簡圖：



- 根據尼腓二書31：17，那扇門是什麼?（悔改和洗禮。將悔改和洗禮寫在大門下方。）悔改和洗禮爲何就像一扇門?
- 根據尼腓二書31：18，那條路會通往哪裡?（永生。將永生寫在那條路的盡頭。你可能要說明，「永生」一詞指的是高榮國度中的超升。）
- 尼腓教導，我們受洗後會接受聖靈的恩賜（見尼腓二書31：13-14）。根據尼腓二書31：17-18，聖靈會爲我們做什麼?（幫助學生了解，**聖靈爲父與子作見證，並帶來罪的赦免**。）
- 透過聖靈來接受父與子的見證，對我們而言爲什麼是必要的?

爲了幫助學生了解聖靈在赦罪一事上的任務，你可能必須說明何謂「火與聖靈的洗禮」（尼腓二書31：13-14；亦見第17節）。請一位學生讀出以下十二使徒定額組大衛·貝納長老的話。請全班仔細聽，接受火與聖靈的洗禮是什麼意思。

「洗禮的門會引領我們走上窄而小的路。……

「我們受到命令和指示，要在生活中藉著聖靈的聖化力量來改變我們的墜落本質。墨林·羅慕義會長教導說，聖靈的火的洗禮『讓〔我們〕棄肉慾而就靈性。它能潔淨、醫治並淨化靈魂。……對主耶穌基督的信心、悔改和水的洗禮都是準備接受〔火的洗禮〕的先決條件，獲得〔火的洗禮〕才是終極目標。接受〔這火的洗禮〕，就是藉著耶穌基督的贖罪之血來洗淨我們的衣服』（*Learning for the Eternities,* comp. George J. Romney [1977], 133; see also 3 Nephi 27:19–20）。

「因此，當我們重生並努力一直有祂的靈與我們同在時，聖靈就會聖化並滌淨我們的靈魂，如同用火鍛鍊一樣（見尼腓二書31：13-14，17）。最後，我們就能毫無瑕疵地站在神面前了」（參閱「手潔心清」，2007年11月，利阿賀拿，第81頁）。

- 根據貝納長老和羅慕義會長所說，「火的洗禮」會爲我們做什麼?
- 我們還可以透過聖靈的影響力獲得哪些祝福?
- 你如何「努力一直有祂的靈」與你同在?

畫圖說明

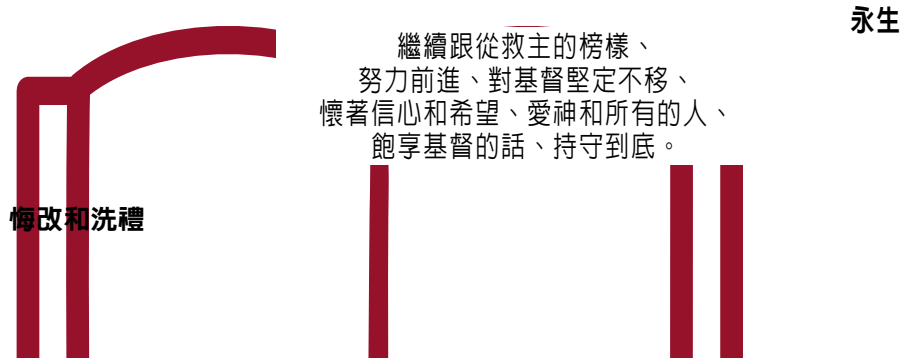
在白板上畫圖說明，能幫助學生了解抽象的概念。你在白板上畫圖時，要記住簡單的圖通常比複雜的圖更好。最好在學生抵達教室前先練習畫幾次。如果你不習慣在白板上畫圖，可以考慮請一位學生替你畫。

• 你曾經在何時感受到聖靈在你生活中發生作用?

說明在尼腓二書31：18，窄這個字指的是狹小、精確、嚴格，而且不容有誤差。尼腓用這個字來描述我們在洗禮後，爲了獲得永生所必須走上的那條路。請學生靜靜思考以下問題：

• 我們受洗後要做哪些事，才能留在那條通往永生的路上?

學生在思考這個問題時，請他們到尼腓二書31：15-16，19-21找答案。可以建議他們標記出那些說明我們必須做些什麼才能獲得永生的詞句。他們在回答時，將他們的答案寫在白板上。你畫的圖看起來應該像這樣：



要確定學生都了解：**我們若遵行基督的教義，就能獲得永生。**

尼腓二書31：19-20是一段精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這段經文。

結束本課時，請一位學生讀出尼腓二書31：20。指出：尼腓二書31：19-20是一段精通經文。可以鼓勵學生用特別的方式將這段經文標記出來，以便日後能很容易地找到。請他們在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，回答以下的一個問題：

• 根據你在本課所讀的內容，哪些事讓你對獲得永生懷有希望?

• 你在洗禮時所立的聖約如何影響了你的生活?

精通經文——尼腓二書31：19-20

分享以下十二使徒定額組李察·司考德長老的話：

「熟背經文能帶來偉大的力量。熟記一節經文就是與一位新朋友深交。這就像是新認識一個人，而這個人會在我們需要的時候提供協助、給予靈感及慰藉，激勵我們作必要的改變」（「經文的力量」，2011年11月，*利阿賀拿*，第6頁）。

在一張海報（或一張紙）上，寫：*我已背熟尼腓二書31：19-20*。將這海報放在學生會看到的地方。向學生提出挑戰，要他們自行或與家人一起背熟這段經文。請他們在未來幾天背熟這段經文的時候，在海報上簽名。如果他們是和家人一起背的，也可以將家人的名字寫在海報上。記得要根據個人的能力和情況調整此一挑戰，好使每位學生都能成功。

分享你的見證：能熟記像尼腓二書31：19-20這樣蘊含了希望話語的經文，是很有價值的事。

注意：由於今天課程的性質和長度，你可以在改天時間較多時，再使用這項活動。

自修班課程

尼腓二書第26～31章（第8單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓二書第26～31章（第8單元）時，所學到的教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓二書第26～27章）

學生讀到尼腓所作有關末世的預言。他們學習到主所做的每一件事都是為了世人的益處，並且主愛所有的人，祂邀請所有的人歸向祂、領受祂的救恩。學生也發現到這項真理，即摩爾門經的問世是神在後期時代達成祂事工的方式之一。此外，他們還學習到，摩爾門經和復興的福音會給研讀和接受它的人帶來喜悅和理解力。

第2天（尼腓二書第28章）

在研讀尼腓針對盛行於末世的各項假教訓所提出的警告時，學生學習到摩爾門經能揭發魔鬼的虛假觀念，使我們更有力量抵擋他邪惡的計謀。此外，他們也學習到撒但如何試圖運用各種伎倆來勝過我們，例如激起怒氣、安撫我們、哄騙我們、諂媚我們等。

第3天（尼腓二書第29～30章）

學生學習到主提供經文來聚集人民到祂的聖約中，並且摩爾門經能協助所有的人認識耶穌基督並遵行祂的福音。主向尼腓顯示，末世會有許多人拒絕摩爾門經。學生有機會想想自己的生活，想想在千禧年時，由於撒但無法再操縱人們的心，並且各處將充滿正義與和平，屆時他們的社會會有何不同。

第4天（尼腓二書第31章）

本日強調了以下有關基督教義及救主榜樣的各項真理：耶穌基督藉著服從天父所有的誡命而盡了諸般的義，我們則必須藉著受洗和接受聖靈來跟隨耶穌基督服從的榜樣。聖靈為父與子作見證，並帶來罪的赦免。我們若依據基督的教義生活，必能獲得永生。

導言

本課在強調天父所做的每一件事都是為了世人的益處，並且是出於祂對兒女的愛。本課也論及摩爾門經如何揭發那盛行今日的撒但的虛假教訓，以及永生會如何臨到那些跟從基督教義的人。

教學建議

問學生，他們在研讀經文時有沒有得出任何想法或見解，想在你開始上課之前和全班分享。鼓勵學生把在研讀時想到的任何問題提出來。邀請他們在閱讀及沉思經文和指派作業時，寫下所得到的屬靈印象。這樣做會在他們生活中邀來啓示之靈。

請學生協助你在白板或在一張紙上列出以下問題的一些答案：如果你知道自己在世的時間即將結束，而你能寫一封信給你的後代和讓世上其他的人讀，你會選擇將哪些主題納入你的信息中？

請學生很快地瀏覽一下尼腓二書第26～31章和他們自己的經文研讀日記，看看尼腓在生命即將結束之際，談到了哪些主題。將他們的發現與白板上所寫的答案作個比較。尼腓最後的勸告是為我們這些生活在末世的人寫的；其中提供的線索，可以協助我們辨認真理、避開撒但的絆腳石，並跟從耶穌基督的教義。

尼腓二書第26章

尼腓在預言了有關他人民的毀滅後，還預言了有關末世的事，並邀請所有的人歸向基督

請學生閱讀尼腓二書26：29-31，找出尼腓警告我們要提防撒但的哪一個伎倆。等幾位學生答出所找到的答案後，提出下列問題：

- 根據尼腓二書26：29，何謂祭司權術？
- 有些人行使祭司權術，他們的動機可能是什麼？
- 主期望我們在教會中工作時，要本著什麼動機去做？就你所知，誰是這樣做的好榜樣？

複習尼腓二書26：23-28，33，及第1天，指派作業3。問：主的工作是出於什麼動機？

等幾位學生回答後，請全班回答下列問題：

- 在尼腓二書26：23-28，33中，哪些詞句教導了我們：**主愛所有的人，祂邀請所有的人歸向祂並領受祂的救恩**，以及**主所做的每一件事都是為了世人的益處**？
- 我們要學習以愛護他人為動機，而不是以貪婪或渴望他人的讚美為動機，這一點為什麼很重要？
- 在你看來，我們在教會中工作時，如何能夠更加仁愛、有愛心，也更加像基督一樣？

尼腓二書第28章

尼腓警告我們要提防為撒但所騙

告訴學生，在尼腓二書第28章中，尼腓繼續揭發魔鬼教的虛假觀念。複習尼腓二書28：3-9所描述的「虛假、空洞、愚蠢的教義」，並向學生提出下列問題。他們可以提出上週寫在自己經文研讀日記中的答案。

- 「因人的話佔他便宜」是什麼意思？（尼腓二書28：8）。（例子可包括嘲笑他人，任意對他人的話斷章取義或渲染誇大。）
- 今天的人會在哪些方面「挖坑陷害鄰人」（尼腓二書28：8）？
- 試圖對主隱瞞自己的罪或在暗中行事，會有什麼危險？（見尼腓二書28：9）
- 在你看來，尼腓二書28：3-9中的哪一項虛假教訓對今日的青少年危害最大？你為什麼認為它會造成危害？青少年會怎樣被這項虛假教訓引誘？（見第2天，指派作業1）

複習尼腓二書28：20-23，以及第2天課程中，培道．潘會長有關靈性鱷魚的故事。請學生和全班分享自己畫在經文研讀日記中的警告標誌（第2天，指派作業5），來描述他們認為今天的青少年必須提防哪些靈性上的危險。

問：在你看來，當尼腓結束紀錄之際，在所有可能寫的事情中，他為什麼要記寫有關撒但各種的騙術及伎倆？（你可以見證：我們仔細研讀摩爾門經時，就會獲得協助和力量來對抗撒但的各種伎倆。）

尼腓二書第31章

尼腓教導，救主如何為我們立下完美的榜樣

畫一個有一條路通過一扇大門的簡圖。請學生閱讀尼腓二書31：17-18，找出尼腓如何運用這個路和大門的意象，來強調那條歸向耶穌基督的唯一道路。然後提出下列問題：

- 根據這幾節經文，這扇大門和這條路分別代表什麼？（大門代表悔改、洗禮和接受聖靈。）
- 根據你個人在研讀尼腓二書第31章時所學到的，為什麼接受聖靈被稱為「火的洗禮」？（見尼腓二書31：13；亦見第17節。）

請一位學生讀出尼腓二書31：19-21。請學生找出我們在通過那扇「門」後，還必須做些什麼。在學生根據自己的發現回答後，提出下列問題：

- 在你看來，尼腓所寫的「這就是基督的教義」，指的是什麼？（尼腓二書31：21）
- 根據你今天所讀的內容，你認為天父希望你做些什麼，來幫助自己在那窄而小的路上前進？（可以鼓勵學生在回答這個問題時設立一個目標。）

下一單元（尼腓二書第32章～摩爾門經雅各書第4章

你喜歡吃東西嗎？在下一單元，學生會學到「飽享基督的話」是什麼意思（尼腓二書32：3）。當人民開始受愛財之心或一些違犯貞潔律法之人的影響時，先知應該如何糾正他們？注意雅各如何處理這些問題。

第41課

尼腓二書第32章

導言

尼腓在教導了那條「通往永生的窄而小的路」（尼腓二書31：18）之後，他的人民想知道在開始走上那條路之後，應該做些什麼。他在回答他們的問題時，鼓勵他們要「飽享基督的話」並「常常祈禱」（尼腓二書32：3，9）。他向他們保證，如果他們做這些事，聖靈就會幫助他們知道應該怎麼做。

教學建議

尼腓二書32：1-7

尼腓勸告我們要透過耶穌基督的話語和聖靈的提示來尋求神的指引

請學生想想自己曾否有過向人解釋從一地到另一地該走哪條路的經驗。請他們說說爲什麼給予這樣的指示很容易、或很困難？

提醒學生，他們在前一課讀到了尼腓給予他人民的指示。他在分享過這些指示後，說：「這就是那條道路」（尼腓二書31：21）。爲了幫助學生複習所學到的，提出下列問題：

- 我們若跟從尼腓的指示，這些指示會帶我們到哪裡去？（永生；見尼腓二書31：20）
- 根據尼腓二書31：17-18，我們要如何開始走上那條通往永生的道路？

說明：尼腓二書第32章是尼腓在尼腓二書第31章所作教導的續篇。請學生在尼腓二書32：1中找出尼腓人民就尼腓所教導的事提出的一個問題。請幾位學生用自己的話提出這個問題。（要確定學生都了解，人民想知道在開始走上這條通往永生的道路之後，他們還應該做些什麼事。）

請一位學生讀出尼腓二書32：2-3。請全班找出尼腓如何回答人民的問題。指出：尼腓二書32：3是一節精通經文。可以鼓勵學生用特別的方式將這段經文標記起來，以便能很容易地找到。

- 尼腓二書32：3中有哪些詞句描述出我們應當如何接受基督的話？飽享跟淺嘗有何不同？
- 在你看來，飽享基督的話是什麼意思？
- 根據尼腓所說，飽享基督的話會有何結果？
- 我們可以在哪些地方找到耶穌基督的話？（答案可包括經文、現代先知的話語，以及聖靈的啓發。）

要確定學生都了解：**我們飽享基督的話時，基督的話就會告訴我們所有當做的事。**

爲了幫助學生想想自己在飽享基督的話方面做得如何，讀出以下各項，每讀一項就暫停一下。請學生將這些項目寫在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中，或寫在一張紙上。

1. 個人經文研讀
2. 聖餐聚會
3. 總會大會
4. 家庭經文研讀
5. 福音進修班

尼腓二書32：3
是一節精通經文。可參考課程結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

6. 家人家庭晚會
7. 亞倫聖職定額組聚會或女青年班級
8. 個人祈禱

請學生想想自己在這每一個項目中尋求耶穌基督的話方面做得如何？請他們針對每一項，寫下飽享、淺嘗，或飢餓。例如，有位學生也許會飽享個人經文研讀，但卻只淺嘗總會大會。一個在聖餐聚會中不專心的學生，也許會在該項目旁邊寫下飢餓。

請學生選出一個目前自己正處於「淺嘗」或「飢餓」狀態的活動，並請他們設立目標來幫助自己在那個項目上更加「飽享基督的話」。（可以鼓勵他們想想和這些目標相關的對神盡職或個人進步目標。）

爲了幫助學生更了解在尋求從聖靈而來的個人指示上，自己負有哪些責任，請他們默讀尼腓二書32：4-7。然後請他們和一位同伴討論下列問題。（可以將這些問題印成講義或在上課前寫在白板上。）

- 在你看來，第4節中的「祈求」和「叩門」各是什麼意思？根據尼腓所說，那些沒有祈求或沒有叩門的人會有什麼後果？
- 尼腓應許我們在接受聖靈時，會得到哪些祝福？
- 尼腓爲什麼爲他的人民悲傷？

表明你確信：學生在飽享基督的話時，聖靈就會幫助他們跟隨永生之道。

尼腓二書32：8-9

尼腓勸告我們要常常祈禱

說明尼腓接下來強調，我們可以做到一件事來接受耶穌基督的話。請學生默讀尼腓二書32：8，找出尼腓所說，我們應當做的是哪件事。他們找到答案後，提出下列問題來幫助他們思考祈禱的重要：

- 在你看來，爲什麼聖靈會希望我們祈禱？
- 在你看來，爲什麼撒但不要我們祈禱？撒但會用哪些方式企圖說服人們不要祈禱？

尼腓二書32：8-9是一段精通經文。可參考課程結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

請一位學生讀出尼腓二書32：9。指出尼腓二書32：8-9是一節精通經文。可以鼓勵學生用特別的方式將這段經文標記起來，以便能很容易地找到。

- 我們應該多常祈禱？在你看來，「常常祈禱」是什麼意思？

分享以下十二使徒定額組大衛·貝納長老的話（可能的話，影印這段引文給學生，讓他們可以跟著看並專心注意貝納長老的話。影印時，要注意這段引文在經過簡短的討論之後，會繼續使用接下來的部分，要一併影印那部分。）請學生注意聽貝納長老針對如何「常常祈禱」給我們的勸告。

「我們在自己的個性、行爲或個人屬靈成長方面，都可能有一些事情需要在早上的祈禱中與天父商量。……

「在一天的過程中，我們繼續在心中祈禱，祈求神持續提供協助和指引。……

「我們注意到在我們這麼做的日子裡，我們遇到一些場合是原本會讓我們想出口傷人的，而我們卻沒有說；或者原本會讓我們容易動怒的，我們卻也沒有發怒。我們察覺到來自天上的幫助和力量，並謙卑地體認到我們的祈禱得到了答覆。甚至在察覺出這些祝福的那一刻，我們會默默獻上感謝的祈禱」（參閱「常常祈禱」，2008年11月，利阿賀拿，第40-41頁）。

爲了幫助學生思考這項勸告，問：

- 想想看在今天或最近這幾天是否有哪個時刻，你原本可以遵從貝納長老的這項建議，但卻沒有做到？（你可以請學生靜靜思考這項問題，不用出聲回答。）

繼續讀出貝納長老的勸告：

「一天結束時，我們再度跪下來向天父回報。我們回顧當天發生的事情，並爲我們所獲得的祝福和幫助獻上由衷的感激。我們會悔改，並且透過主的靈的幫助來找出可行的方法，使我們明天可以變得更好。因此，晚上的祈禱是以早上的祈禱爲基礎加以延續。晚上的祈禱同時也是爲有意義的早上祈禱作準備。

「早晚的祈禱，以及一天當中所有其他的禱告，並非互不相干的個別事件。相反地，這些禱告可以在一天當中環環相扣，甚至延續許多天、許多星期、許多個月，甚至許多年。這麼做有助於我們履行經文中要『常常禱告』的訓誡（路加福音21：36；尼腓三書18：15，18；教約31：12）。這種有意義的祈禱最能幫助我們獲得神爲祂忠信兒女所預備的最高祝福」（參閱「常常祈禱」，第42頁）。

爲了幫助學生了解尼腓二書32：9的最後部分，說明這裡的聖化一詞與「獻納」相同，意爲：「奉獻，使之成聖或成爲正義」（經文指南，「獻納，獻納律法」，scriptures.lds.org）。

- 爲什麼在我們「爲主做任何事」時，都應當祈禱？
- 在你看來，祈求主聖化我們所做的事，以造福我們的靈魂，是什麼意思？
- 貝納長老的勸告能如何幫助我們過更聖化的生活？

見證：**我們若常常禱告，就有能力去做主要我們做的一切，以造福我們的靈魂。**

爲了概述學生在本課所討論的內容，分享以下七十員史賓塞·孔迪長老所說的話：

「你們可能正面臨有關傳教、選擇未來職業、及最終關於結婚的抉擇。當你們研讀經文和祈禱尋求指引時，你們或許不會實際看見白紙黑字般的答案，但是當你們研讀時，你們會得到明晰的感覺和提示，並且，就如神所應許的，聖靈『必指示你們所有當做的事』〔尼腓二書32：5〕」（參閱「成爲我們同胞的極大助益」，2002年7月，利阿賀拿，第50頁）。

精通經文——尼腓二書32：3

問學生，如果他們每次吃東西時，都背誦一次尼腓二書32：3，那麼他們認爲自己需要多長時間就能背熟這節經文。給他們挑戰，要他們在接下來幾天中，每次吃飯時都複習一次這節經文——飽享基督的話。等他們背熟這節經文後，請他們報告自己在這過程中一共吃了幾餐飯。

精通經文——尼腓二書32：8-9

問學生，他們曾否試著在一整天或一整個星期中，心裡都隨時帶著一個祈禱。請他們分享這樣的經驗。請全班想想在接下來的24小時中，他們可以怎樣「常常祈禱」。挑戰他們做這件事，並在下一堂課開始時報告其經驗。

注意：如果這堂課沒有時間運用這些教學建議，考慮在以後上課時再用這些作爲複習。

注釋及背景資料

尼腓二書32：2。說天使的語言是什麼意思？

有人或許會想知道，「說天使的語言」是什麼意思。培道·潘會長教導，說天使的語言「就是可以用聖靈的力量說話」（「聖靈的恩賜：每位成員都應當知道的事」，2006年8月，利阿賀拿，第21頁）。

第42課

尼腓二書第33章

導言

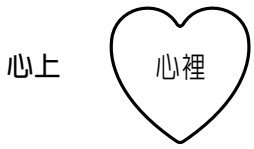
尼腓在結束其紀錄時說，他所寫的話是在為耶穌基督作見證，也是為了勸人們行善並持守到底。他說，儘管他的話是在「在軟弱中」寫的，但對於閱讀這些話的人來說，這的話會「極有價值」，且會「變得有力」（見尼腓二書33：3-4）。他見證，他所寫的是「基督的話」，而人們要為如何回應這些話向神負責。（見尼腓二書33：10-15）

教學建議

尼腓二書33：1-2

尼腓教導，聖靈的力量會將真理帶到我們的內心

將以下的圖畫在白板上：



- 一項信息去到一個人的心上，跟一項信息進到一個人的心裡，兩者之間有何不同？

請一位學生讀出尼腓二書33：1。然後請學生安靜地想想以下的問題：

- 在你看來，聖靈會將眞理帶到我們心上，而不是帶進我們心裡的這件事爲什麼有很重要的意義？

學生在思考這個問題時，讀出以下十二使徒定額組大衛·貝納長老的話。說明貝納長老這段話談論的是尼腓二書33：1。

「請注意，聖靈的力量會將信息帶到人的心上，但這信息不見得就會進入人的心裡。教師能用極大的靈性力量有效地講解、示範、說服並見證，然而，信息的內容及聖靈的見證最終只有在聽講者的允許下才會眞的深植在他的心裡」（參閱「藉著信心尋求學識」，2007年9月，利阿賀拿，第17頁；“Seek Learning by Faith” [address to CES religious educators, Feb. 3, 2006], 1, si.lds.org）。

請一位學生讀出以下七十員傑瑞·倫德長老的話：

「爲什麼只是帶到心上？因爲個人的選擇權是如此神聖，以致天父雖然擁有無比的權能，也不會強迫一個人的心。……神讓我們擔任守門人，守護我們自己的心。我們必須出於自己的自由意志，敞開心懷來接受聖靈」（參閱「敞開心懷」，2008年5月，利阿賀拿，第33頁）。

- 是什麼決定一項信息能否進入一個人的心中？
- 你曾在何時感受到一項福音信息進入到你的心中？關於你當時內心的狀況而言，這件事告訴了你些什麼？

請學生默讀尼腓二書33：2，找出當人們硬起心時，會用什麼方式回應聖靈。

- 硬起心來的人會表現出哪些行爲和態度？

- 對你來說，尼腓二書33：2的信息是什麼？（學生可能會回答，我們可以選擇要對聖靈的啓示敞開我們的心，還是關閉我們的心。要確定他們都了解：**我們敞開心懷時，來自聖靈的信息才能進入我們心裡**。）

繼續上課之前，給學生一些時間安靜地想想他們自己內心的狀況，找出他們是否正在容許眞理的信息進入他們心裡。

尼腓二書33：3-15

尼腓說明他記錄的目的，並希望他的讀者會相信基督

將以下內容寫在白板上：

尼腓二書33：3——我不斷爲……禱告

尼腓二書33：4——我知道……

尼腓二書33：6——我以……爲榮

尼腓二書33：7——我愛……

請學生默讀尼腓二書33：3-7，找出尼腓對閱讀他話語的人有何期望。請幾位學生到白板前面，用自己的話或用尼腓的話，來完成這些句子。（白板上有些詞句的答案不止一個。）

- 我們可以如何鞏固自己對耶穌基督及對祂的贖罪的見證？

請五位學生輪流讀出尼腓二書33：10-14。請全班跟著看，並從尼腓的告別語中找出對自己具有意義的詞句。可以建議學生將這些詞句標記出來。

- 哪些詞句對你具有意義？爲什麼？
- 如果人們相信基督，就會對摩爾門經有何感覺？（見尼腓二書33：10）
- 尼腓警告，拒絕他話語的人會發生什麼事？（學生在回答這個問題時，你可以建議他們也想一想，如果他們相信並跟從了尼腓和其他先知的話語，他們到主的面前時會有何感覺。）

請學生默讀尼腓二書33：15，並想想尼腓最後的這句話：「我必須服從。」然後給他們幾分鐘回顧尼腓一書和尼腓二書，找出尼腓服從的一些例子。幾分鐘後，請學生分享他們的發現。答案可包括離開耶路撒冷、回耶路撒冷取銅頁片、再次回耶路撒冷請以實瑪利一家加入他們，記寫兩套頁片、跟從利阿賀拿上的指示、造船、旅行到應許地、與拉曼及雷米爾分開，以及在正義中帶領人民。學生舉例時，你可以把它列在白板上。

將以下詞句寫在白板上：*我必須……*

請學生在自己的經文研讀日記或隨堂筆記中完成這個句子。向他們表明你確信他們會選擇服從。針對尼腓的話可以增強他們對耶穌基督的信心，使他們更有能力行善一事，分享你的想法。

尼腓二書複習

花點時間幫助學生複習尼腓二書。請他們想想自己在福音進修班中及個人經文研讀時，從這本書學到了些什麼。必要時，鼓勵他們瀏覽尼腓二書，來幫助他們記起所學。請他們準備分享，尼腓二書中有哪些地方，曾像尼腓說的那樣，鼓舞他們行善並對耶穌基督有信心（見尼腓二書33：4）。給予充分的時間後，請幾位學生分享其想法與感受。

分享以下這段引文，其中談到了我們有責任閱讀摩爾門經，也談到在履行這項責任後，我們的生活就會蒙得祝福。

鼓勵學生說出眞理

學生若能經常有機會分享自己的想法與感受、說明福音原則，並為真理作見證，就會因此受益。十二使徒定額組的李察·司考德長老說：「學生在說出真理的時候，這些真理就會在他們心靈深處得到證實，並增強他們個人的見證」（參閱「了解並奉行真理」，〔2005年2月4日，對CES宗教教育者所作的演講〕，第3頁，si.lds.org）。然而，儘管給學生機會去分享很重要，但不應讓學生有壓力或被強迫的感覺。

約瑟・斐亭・斯密會長曾說：「在我看來，本教會的任何成員，除非一再閱讀摩爾門經，並經過充分思考，因而能夠見證這確實是一部全能者所啓示的紀錄，且其中的歷史都是眞實的，否則決不會感到滿足」（in Conference Report, Oct. 1961, 18）。

戈登・興格萊會長教導，本教會成員如果閱讀摩爾門經，「〔他們的〕生活和家中必更加充滿主的靈。〔他們〕必更有決心遵守祂的誡命，〔他們〕必獲得更堅強的見證，知道神的兒子確實活著」（「勇敢忠誠的見證」，2005年8月，利阿賀拿，第6頁）。

結束本課時，可以考慮分享你的個人經驗，來見證尼腓在本章所說的話已經如何在你的生活中應驗。

導言

雅各書

為什麼要研讀這部書？

學生研讀雅各書，可以從一位對耶穌基督有堅定信心的人那裡學到一些重要的事。雅各一再地為救主作見證，並邀請他的人民和能讀到他的話的人悔改。雅各教導並示範了努力履行主的召喚的重要，也警告他的人民要慎防驕傲、財富和淫亂的危險。雅各還引述及評論了徐納斯所說的橄欖樹的比喻，這比喻不但說明了救主辛勤不倦地努力要促成神所有兒女的救恩，也把神與以色列家族往來的情形做了一個總覽。雅各在面對反基督者歇雷的時候，示範了如何以正義的方式回應那些對我們的信仰有所質疑或批評的人。

誰寫了這部書？

李海和撒拉亞的第五個兒子雅各寫了這部書。他在一家人旅行前往應許地的期間在曠野中出生。雅各在年少時曾「由於〔他〕哥哥的粗暴，……飽經痛苦和憂傷」（尼腓二書2：1）。然而，主應許雅各，神必「聖化〔他的〕苦難，使〔他〕獲益」，而且他的日子要用來「事奉〔他〕的神」（尼腓二書2：2-3）。雅各在年輕時曾看到救主的榮耀（見尼腓二書2：3-4）。尼腓按立雅各作尼腓人的祭司和教師（見尼腓二書5：26），後來又將尼腓小片託付給他（見雅各書1：1-4）。雅各是位忠信的聖職領袖和教師，他努力工作，勸他的人民相信基督（見雅各書1：7）。他接受了關於救主的啓示，體驗過天使的施助，聽見主的聲音（見雅各書7：5），也看到了他的救贖主（見尼腓二書11：2-3）。雅各是以挪士的父親，並在臨終前將頁片交給以挪士。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

尼腓指示雅各要「為基督，也為我人民的緣故」（雅各書1：4）記錄神聖的教導、啓示和預言。雅各遵從這項指示，把他認為「最寶貴的」（雅各書1：2）寫作保存下來。他寫道：「我們……努力工作，把這些話刻在頁片上，希望我們心愛的弟兄和我們的子孫能以感謝的心來接受這些話，……我們就是為了這個目的才寫下這些事，好讓他們知道我們認識基督，在祂降臨的好幾百年前就盼望祂的榮耀」（雅各書4：3-4）。雅各以下的這句話提到了他這些寫作的一個中心思想：「為何不談談基督的贖罪，並得到關於祂的全部知識……呢？」（雅各書4：12）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

雅各書大約是從主前544年，也就是尼腓把尼腓小片交給雅各時開始，並到雅各臨終前將頁片交給兒子以挪士時結束。雅各記寫這些紀錄時住在尼腓地。

這部書有哪些特色？

雅各書提供了有關尼腓過世後，尼腓人統治的資訊。尼腓膏立一個繼位者做人民的國王和統治者，而雅各和弟弟約瑟則繼續擔任他們的靈性領袖。這部書的另一個特色是，雅各譴責未經許可而實行的多重婚姻。雅各書第2章是摩爾門經中唯一提到這個話題的地方。雅各書也包含了摩爾門經中篇幅最長的一章，雅各書第5章，這一章收錄了徐納斯的橄欖樹比喻。此外，雅各書還記載了摩爾門經的先知第一次直接警告尼腓人要避免驕傲，而驕傲正是讓尼腓民族最後遭致毀滅的罪惡（見雅各書2：12-22；摩羅乃書8：27）。雅各書也記載尼腓人當中首次出現了一個反基督者。

大綱

雅各書第1章 雅各遵從尼腓的命令去保存神聖的紀錄。尼腓死後，雅各和約瑟在人民之中施助，教導他們神的話。

雅各書第2～3章 雅各在聖殿中講話，警告尼腓人要慎防驕傲、愛財和淫亂。

雅各書第4～6章 雅各為基督作見證，並引述徐納斯的橄欖樹比喻。他鼓勵人民悔改，接受主的慈悲，並為審判作準備。

雅各書第7章 雅各在主的幫助下，讓反基督者歇雷無言以對。他提及尼腓人和拉曼人之間的衝突，並將尼腓小片交給以挪士。

第43課

雅各書第1章～雅各書2：11

導言

尼腓死後，尼腓人在新國王的統治下，開始「有點沉迷於各種惡行中」（雅各書1：15）。雅各和弟弟約瑟由尼腓按立，成為人民的祭司和教師，他們努力工作，勸人民悔改並歸向基督。雅各遵從尼腓的命令，在尼腓小片上記錄神聖的教導、啓示和預言。

教學建議

雅各書1：1-8

雅各記錄神聖的真理，並努力幫助他人歸向耶穌基督

請學生列舉聖職領袖的各種職位稱號。（答案可能包括：先知和使徒、總會持有權柄人員、支聯會會長、主教和定額組會長。）請幾位學生簡短分享，聖職領袖曾在哪些方面，透過聖職服務祝福了他們的生活。

說明尼腓按立了弟弟雅各和約瑟，成爲人民的祭司和教師（見尼腓二書5：26雅各書1：18）。尼腓臨終前，將包含人民紀錄的頁片交給雅各保管。

請學生默讀雅各書1：1-4。請他們找出，尼腓命令雅各要將哪些內容記錄在頁片上，以及爲什麼要記錄這些內容。（你可以建議學生把尼腓給雅各的指示劃記下來。）學生有足夠的時間閱讀後，邀請幾位學生告訴班上其他同學他們所找到的事情。

如果學生們沒有提及，就指出雅各書1：4中的這句話——「爲我人民的緣故」。

- 「爲我人民的緣故」這句話是什麼意思？（爲他們的益處。）

請一位學生讀出雅各書1：5-6。請全班找出主給雅各和約瑟什麼啓示，來幫助他們教導人民。（你可以解釋，「極度的憂慮」是指他們非常擔心這些人民。）

- 主給了雅各和約瑟什麼啓示？（主向他們顯示尼腓人在未來會發生的事，也透露了有關基督來臨的一些細節。）
- 雅各和約瑟知道這些事，對於他們教導人民有什麼幫助？

將勸這個字寫在白板上。請學生默讀雅各書1：7-8，找出雅各和約瑟想勸人民做什麼事。（你可以建議學生把他們找到的事劃記下來。）請幾位學生在白板上寫出他們所找到的一件事。

請學生們從白板上所列的事情當中，指出一兩句他們想更深入了解的話。學生指出想知道的話時，問問其他學生是否可以幫忙解釋這些話。在進行這項討論時，下列的定義或許會有幫助：

「進入祂的安息」——進入主的安息，是指在今生享有平安、在來生獲得「〔神〕完全的榮耀」（教約84：24）。

「沉思〔基督〕的死亡」——沉思的一個定義是，認眞地觀察或省思。雅各寫下他想勸人們「相信基督、沉思祂的死亡」時，他的意思可能是希望他們能認眞省思耶穌基督的贖罪，明白其重要，並獲得個人的見證。

「承受祂的十字架」——這句話是指我們願意除去一切的不虔敬和各樣世俗的慾望，並遵守主的誡命（見約瑟．斯密譯本，馬太福音16：26〔英文版馬太福

艱深字詞的定義

幫助學生了解經文中的艱深字詞，學生就更能將經文的教導應用在自己的生活中。在為艱深字詞下定義時，查字典或是研究這同一個字詞在經文中出現的其他地方，會有幫助。

音16：24，註腳*d*〕；路加福音9：23；尼腓二書9：18）。這也是指我們在跟隨救主時願意忍受和犧牲。

「擔負世人的羞辱」——這句話是指儘管承受著耶穌基督的門徒經常受到來自世俗的壓力、羞辱及反對，卻仍然遵守誡命。

請學生摘要說明，關於聖職領袖的責任，他們從雅各書1：1-8學到了什麼。在學生分享意見時，強調**聖職領袖努力工作，來幫助我們歸向基督**。（你可以把這項原則寫在白板上。）

- 我們的聖職領袖如何努力工作來幫助我們歸向基督？

給學生幾分鐘，請他們在經文研讀日記中寫下，先知或其他聖職領袖曾經在他們從雅各書1：7-8中看到的一兩個方面，給過他們哪些幫助。請幾位學生分享他們寫下的內容。（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

雅各書1：9～2：11

雅各針對人民的邪惡提出警告

鼓勵學生在這堂課剩餘的時間中沉思下列的問題：

- 教會領袖爲什麼要警告我們避免犯罪？

雅各記載，他的哥哥尼腓過世後，人們開始沉迷於某些惡行中。請學生默讀雅各書1：15-16請他們找出雅各擔憂的三件事。（學生回答後，你可以在白板上寫出*淫亂*、*愛世俗和驕傲*這幾個詞。）

請學生默讀雅各書1：17-19，找出雅各和約瑟做了什麼事來幫助他們的人民。請他們報告所找到的事。請一位學生將他們的答案寫在白板上。

- 在你看來，蒙得「主的差遣」是什麼意思？（雅各書1：17）。（了解主要我們去做的事。）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老所說的話。請全班注意聽，教會領袖爲了準備在總會大會上作教導，會用哪些方法去尋求蒙得「主的差遣」：

「各位或許知道（如果不知道的話，你應該要了解這件事）——在〔總會大會上〕演講的人，無論男女，除了極少數的情況外，都沒有事先被指定主題。每位演講者都要禁食和祈禱，研讀和尋求，寫寫停停，然後重新下筆，直到有把握那就是主希望他（她）在此時的這場大會上所要講的主題，……他們每個人都哭過，擔心過，並熱切地尋求主的帶領來引導他們的思緒和措辭」（「列國的旌旗」，2011年5月，*利阿賀拿*，第111頁）。

- 總會大會的演講者做哪些事來尋求蒙得「主的差遣」？
- 教會領袖努力要教導我們主希望我們知道的事，知道這點爲什麼很重要？將這點謹記在心，對我們在聆聽他們教導時的態度會有什麼影響？
- 根據雅各書1：19，雅各和約瑟的責任是什麼？（學生回答時，要確定他們了解，**聖職領袖被賦予神聖的職責，要教導神的話並警告人們防範罪惡**。你可以把這項眞理寫在白板上。）
- 有父母和教會領袖警告我們避免邪惡的態度和行爲，爲什麼是一項祝福？
- 雅各用哪些話來描述他們應該如何教導？如果他們不善盡責任，會有什麼後果？

請學生想想：如果他們和雅各一樣，居於領導職位而且蒙得靈感要呼籲人民爲淫亂、愛世俗和驕傲而悔改，他們會覺得如何。將全班分成兩人一組，請每組的兩個人輪流讀出雅各書2：1-3，6-7，10-11。請他們找出有哪些詞句顯示雅

各對於呼籲人民悔改這項工作的感覺。給予充分的時間後，請幾位學生與班上其他同學分享他們所找到的事情。

- 這些詞句顯示雅各對呼籲他的人民悔改這件事有何感覺?（要確定學生了解，雅各雖然知道他的責任艱難，卻仍然履行了此項責任，因爲他關心人民，也因爲他要服從神的命令。）

課程結束時，請學生在經文研讀日記中寫出（1）最近教會領袖教導了他們什麼，他們要如何將這項教導應用在生活中，或者（2）他們如何在班級或定額組會長團的召喚上、在家庭教導教師的責任上，或在其他的領導機會中應用他們今天所學到的事。（你可以把這兩句指示寫在白板上。）鼓勵學生遵從聖職領袖的忠告。最後，爲本課所教導的原則作見證。

注釋及背景資料

雅各書1：19。「我們確曾為主光大我們的職務」

多馬．孟蓀會長曾解釋光大召喚的意思：

「光大召喚是什麼意思呢?意思就是要增強其尊嚴並加強其重要性，使召喚在所有人眼中，既可敬又可佩，而且還要擴大及鞏固它，使天上的光能夠透過召喚散發出來讓其他人看到。

「人要如何光大召喚呢?只要履行與其有關的服務即可。一位長老若要光大被按立為長老的召喚，就要學習長老的職責並加以履行。對長老、執事、教師、祭司、主教，以及每個擁有聖職職位的人而言，皆是如此」（「服務的神聖召喚」，2005年5月，利阿賀拿，第54頁）。

雅各書1：19；2：2。「讓這人民的罪都報應在我們頭上」

在教會中有領導職責的人都負有一項嚴肅的責任。雅各教導，領袖若疏忽職守、沒有向他們蒙召喚去帶領的人教導神的話，他們就要為這些人的罪負一部分的責任。約翰．泰來會長在對聖職弟兄演講時，闡述了雅各所說的這項責任：

「如果你沒有光大召喚，神會要你為那些本可因你盡責而得救的人負責」（總會會長的教訓：約翰．泰來〔2001〕，第164頁）。

總會會長團的壽．白朗會長後來對泰來會長的這番話發表了看法：

「這番話是一項挑戰。如果我因為犯罪或疏忽，而失去我在日後可能擁有的，我個人必定會受苦，而且我所愛的人肯定也會跟著我受苦。但是，如果我殆忽身為主教、支聯會會長、傳道部會長或總會持有權柄人員的職責，如果我們任何人未能教導、帶領、引導或協助，使那些在我們的指導和管轄之下的人獲得拯救，那麼，如果他們的迷失是由於我們失職所致，主就會要我們為此負責」（1962年10月，Conference Report，第84頁）。

雅各書2：8。「神……的話，……能治癒心靈創傷」

當福音學習者對於新的資訊有疑惑或困擾時，最好的方法是向那通曉萬事的神尋求解答，而不是在網路上廣泛搜尋或從反教會的資料中找答案。直接向神求問答案，不但顯示我們對祂有信心，也讓我們能直接透過聖靈接受答案。我們也應該去查考經文以及後期時代的先知和使徒所說的話，這些話能回答困難的問題，並醫治心靈的創傷。下列經文教導我們在遇到難解的問題和疑慮時，應該怎麼做、到哪裡去找答案：

雅各書2：8——「神……的話，……能治癒心靈創傷。」

聖經雅各書1：5-6——「你們中間若有缺少智慧的，應當求……神，主就必賜給他……只要憑著信心求。」

摩羅乃書10：5——「藉著聖靈的力量，你們可以知道一切事情的真實性。」

第44課

雅各書2：12-35

導言

雅各忠於他身為聖職領袖的責任，去呼籲他的人民悔改，並警告他們不要犯下驕傲、淫亂的罪行。他教導了這兩項普遍的罪行會招致的危險和後果。

教學建議

雅各書2：12-21

雅各指責他人民的驕傲

在白板上寫出以下幾個詞：*金錢*、*智能*、*朋友*、*才能*、*福音知識*。請學生想想主在這幾方面已經賜給他們的祝福。鼓勵他們在研讀雅各書第2章時，沉思他們對這些祝福有什麼感覺。

請一位學生讀出雅各書2：12-13。請其他學生跟著讀，並找出許多尼腓人在追求些什麼。

學生回答後，指出雅各告訴他的人民，他們已經透過神「保佑的手」獲得了許多財富。你可以解釋*保佑的手*就是指神。

- 我們要記得所有的祝福都來自天父，這一點爲什麼很重要？
- 根據雅各書2：13，許多尼腓人爲什麼驕傲自大？

請一位學生讀出以下總會會長團迪特·鄔希鐸會長所說的話。請全班注意聽鄔希鐸會長對於驕傲自大的意思所提出的見解：

「在根本上，驕傲犯的是比較的罪，因爲驕傲在剛開始的時候往往是：『你看，我有多好，我做了多少好事』，而結論通常就是『所以，我比你好。』……

「這是『感謝神讓我比你更特別』的罪。基本上，就是希望別人誇獎和羨慕他。這是自我美化的罪」（「驕傲與聖職」，2010年11月，*利阿賀拿*，第56頁）。

鼓勵學生靜靜地想想他們是否曾犯過這樣的罪，認爲自己比別人好。

請一位學生讀出雅各書2：14-16。請全班一起找出哪些詞句說到驕傲的後果。請他們報告所找到的事。

- 你認爲，驕傲爲什麼有力量「毀了〔我們的〕靈魂」？（雅各書2：16）。

請學生默讀雅各書2：17-21。請他們找找看有哪些詞句在教導我們如何克服驕傲以及對物質財富的不當態度。你可以建議他們把找到的詞句劃記下來。他們研讀了這些經文後，請他們從找到的話中選出一句。給幾位學生機會，說明他們所選的詞句能如何幫助我們克服驕傲或對物質財富的不當態度。（你也可以建議學生讀下列各段經文，當作這項活動的一部分：列王紀上3：11-13；馬可福音10：17-27；尼腓二書26：31；阿爾瑪書39：14；教約6：7。）

- 在你看來，尋求神的國是什麼意思？經由基督獲得希望又是什麼意思？
- 尋求神的國以及經由基督獲得希望，會如何影響我們對錢財和物質的態度？

請學生想想，他們會如何向今天沒有來上課的學生概述雅各書2：12-21的重點。給兩三位學生機會分享他們會怎麼說。學生們可能會說出不同的眞實原則。要確定他們了解，**我們應當先尋求神的國，再尋求任何其他的利益**。給學生時間在經文研讀日記或隨堂筆記中寫出，他們可以用哪種方法運用主賜給他們的祝福和機會，來建立神的國度和造福他人的生活。

教導貞潔律法

要以尊重、正面、明確的態度和方法來教導貞潔律法。只要忠於課程資料並遵從聖靈的指引，就能夠幫助學生了解他們需要做什麼來遵守貞潔律法。

雅各書2：22-35

雅各譴責違反貞潔律法的人

在白板上寫出以下泰福．彭蓀會長所說的話：

「這個時代最猖狂的罪是……」

先請學生思考彭蓀會長會如何總結這句話，然後再讀以下這段話：

「這個時代最猖狂的罪是性犯罪。先知約瑟曾說，性犯罪將帶給以色列的長老們，比其他的罪更多的試探，更大的打擊和更多的困難」（*The Teachings of Ezra Taft Benson*〔1988〕，第277頁）。

請學生默讀雅各書2：22-23，28，找出雅各用哪些詞句來描述性罪的嚴重。（你可能需要說明淫亂一詞指的是性罪。）請學生分享他們找到的詞句。

讀出以下這段引自鞏固青年小冊子的話來幫助學生了解貞潔律法。請學生注意聽他們應避免哪些行爲。

「主爲性的純潔所訂下的標準很明確，而且不會改變，就是不能在婚前發生任何性關係，而婚後要對配偶完全忠貞。……

「不要做任何會導致性罪的事情。要尊重他人，不可視他人爲滿足淫蕩私慾的工具。在結婚前不可以有激情的親吻，不要壓在他人身上，或觸碰對方身體神聖隱私的部分，無論該部分是否有衣服遮蓋都不可。不要做任何會激起性慾的其他事情。不要激起自己身體的慾望」（鞏固青年，〔小冊子，2011〕，第35-36頁）。

指出，根據雅各書2：23-24，雅各時代的一些人試圖爲自己的性罪找藉口。

- 今日的人們如何試圖爲性罪找藉口？
- 青少年可以做哪些事使自己能禁得起性的誘惑？（答案可能包括：祈禱尋求力量，結交良朋益友，選擇有益身心的娛樂，以及避開可能產生誘惑的情況或場所。）

你可以指出，尼腓人的罪行之一是實行未經許可的多重婚姻。請學生默讀雅各書2：27-30。在他們讀之前，你可能要先說明妾這個字指的是也和男子合法結婚的婦女，但她的地位不如妻子。

- 根據雅各書2：27，關於有不只一個妻子，「主所說的話」是什麼？（務必清楚說明，主從太初起就命令男人應當娶一個妻子。亦見教約49：15-16。）

說明未經許可的多重婚姻是淫亂的一個例子，也是性罪。在神眼中，性罪是非常嚴重的罪。

- 根據雅各書2：30，主的人民在什麼時候會獲准實行多重婚姻？（在主命令這麼做的時候。）

指出在歷史上的某些時期，主曾命令祂的人民實行多重婚姻。例如，在舊約時代，亞伯拉罕和撒拉（見創世記16：1-3；教約132：34-35，37）以及他們的孫子雅各（見教約132：37）都實行了多重婚姻。在復興教會的早期，從先知約瑟．斯密開始，也實行過一段時間（見教約132：32-33，53）。

讀出雅各書2：31-35，強調性罪會造成家庭毀滅。請學生一邊讀，一邊找出淫亂有哪些後果。指出，雖然雅各的這些話只針對男人，但是貞潔律法對於女人而言同樣重要。

- 根據雅各的看法，一個家庭成員違反貞潔律法會對整個家庭帶來什麼影響？這一點如何讓我們更明白違反貞潔律法爲什麼是如此嚴重的罪？
- 有些年輕人辯解他們可以違反貞潔律法，因爲他們的行爲並沒有傷害到其他人。一個人的淫亂如何可能影響到其他的人？

在結束討論有關性罪的後果之前，可考慮讀出以下十二使徒定額組李察·司考德長老的話。請學生注意聽性罪有哪些後果。

「在婚姻永恆誓約以外的親密舉動則是主所禁止的，因爲這會破壞神的目的。在神聖的婚約裡，這種關係是合乎祂的計畫的。任何其他的嘗試都有違祂的旨意，並且會在情緒上和靈性上造成嚴重的傷害。現在當事人或許還看不出，但他們以後會知道的。性的不道德阻礙了聖靈的影響，讓人無法得到聖靈鼓舞、啓發和授與權力的能力。性的不道德造成身體和情緒上強烈的刺激，遲早會變成一種不可遏制的慾望，使犯罪的人犯下更嚴重的罪」（參閱「作正確的選擇」，1995年1月，聖徒之聲，第42頁）。

請學生複習雅各書2：28開頭的部分，找出主喜悅什麼。（你可以建議學生將所找到的話劃記下來。要確定他們了解**主喜悅貞潔**。

- 根據我們今天所討論的內容，你認爲主爲什麼喜悅貞潔？

考慮展示你的全家福照。見證因爲你奉行主的貞潔律法，你和家人得到了哪些祝福。強調生育子女的能力是來自天父的一項奇妙恩賜，這種能力要在祂制定的關係中運用。鼓勵學生保持純潔、潔淨，讓主能「喜悅〔他們的〕貞潔」（雅各書2：28）。

爲幫助學生分享他們對奉行貞潔律法的見證，可以問下列問題：

- 要是有人表示貞潔律法是過時且多餘的，你會對這個人說什麼？（學生回答這個問題時，請他們多爲遵守貞潔律法的祝福作見證，而不要只爲不服從該律法的危險作見證。）

告訴學生，你有信心他們能在道德上保持潔淨。強調如果他們已違反了貞潔律法，應該去尋求主教或分會會長的幫助，來幫助他們悔改，透過耶穌基督的贖罪而變得潔淨。

第45課

雅各書第3～4章

導言

在雅各書第3章，我們讀到雅各對他人民講道的總結。雅各簡短地安慰並應許那些心地純潔者。他也指責他的人民之中那些驕傲和不貞潔的人，警告他們若不悔改，會帶來什麼後果。雅各書第4章包含雅各受到靈感要為將來讀到他紀錄的人寫下的事情。他為耶穌基督的贖罪作見證，並勸誡他的讀者要藉著贖罪與父神和諧。他也警告，猶太人將會拒絕耶穌基督和祂明白的福音。

教學建議

雅各書第3章

雅各安慰、勸告那些心地純潔者，並敦促其他人悔改

請學生想一想，他們會給在下列情況中的人什麼忠告：

1. 有位女青年努力過著正義的生活，但卻因爲父親酗酒而承受痛苦。
2. 有位男青年盡全力奉行福音，但因父母離婚而遭遇一些考驗。
3. 有位女青年很努力要愛她的家人，但妹妹自私、不爲別人著想的行爲讓她在家裡感覺困難重重。

請學生默讀雅各書3：1的第一句話。請他們找出雅各在本章一開始是在對誰說話。

說明雅各直率地對驕傲和犯下性罪的人說完話後，接著將注意力轉向那些正義的人，這些人因爲別人的邪惡而遭受考驗。請學生默讀雅各書3：1-2。請他們找出雅各要心地純潔者做的四件事。

- 雅各勸告心地純潔者要做到哪四件事？（「用堅定的意志仰望神，用極大的信心向祂祈禱，……抬起你們的頭來，接受神令人愉快的話，並飽享祂的愛。」）雅各應許心地純潔者，只要他們保持忠信，就會獲得什麼？（會在苦難中得到安慰，在面對敵人時受到保護。）
- 你認爲我們可以做什麼來接受神的話？

在談到雅各應許心地純潔者的那個問題時，要確使學生了解，**神會在他們遭遇苦難時安慰他們**。你可能需要解釋，安慰一詞的意思是在某人悲傷或憂煩的時候讓他放心。要幫助學生思考和應用這項眞理，可以問：

- 主曾經如何安慰過你？
- 運用信心祈禱，曾如何在你遇到考驗時幫助過你？
- 在什麼時候，神的話曾讓你感受到祂的愛？

說明雅各對心地純潔者說完之後，開始對那些心地不純潔的人說話。

請一位學生讀出雅各書3：3-4。請全班一起找出雅各呼籲心地不純潔的人去做什麼。

- 雅各的人民若不悔改，會有什麼結果？

指出雅各談到，在這段時期，拉曼人比有些尼腓人更正義。請學生默讀雅各書3：5-7，找出拉曼人在哪些方面比有些尼腓人更正義。

- 拉曼人在哪些方面比有些尼腓人更正義?
- 關於家人關係，你從雅各書3：7學到哪些原則?（**夫妻要彼此相愛，父母要愛子女。**）
- 家人不彼此相愛，也沒有盡到自己對家庭的責任時，可能會產生哪些後果?

請學生默讀雅各書3：10，找出雅各特別給尼腓人中的父親們的那項警告。

- 雅各給尼腓人中的父親什麼警告?
- 在你看來，家人爲彼此樹立好榜樣爲什麼很重要?

把雅各書3：11-12讀給學生聽。你可能需要解釋，在第11節，「激起你們靈魂的能力」這句話指的是需要在靈性上覺醒。在雅各書3：12，「淫亂、色情」這些詞指的是性罪。在讀這幾節經文時，要強調性罪的「可怕後果」。此外，也要提醒學生記得雅各對心地純潔者的應許（見雅各書3：1-2）。幫助學生了解，要想得到那些應許的祝福，最好的方法就是一直保持心地純潔。然而，已經犯了性罪的人可以向主教或分會會長尋求幫助，來幫助他們悔改，透過耶穌基督的贖罪成爲潔淨，並獲得那些應許給心地純潔者的祝福。

雅各書第4章

雅各見證，我們可以透過耶穌基督的贖罪而與神和諧

上課前，把一張小型的耶穌基督圖片放在白板中央，在圖片四周寫一些字來代表一些可能使人偏離救主和祂的福音的事物。例如，你可以寫一些好事情，像是教育、運動和朋友——這些事都很重要，但不該成爲生活的主要重心。你也可以列出其他一些，像是色情、不正當的音樂和毒品之類，會傷害我們的靈性，使得我們遠離救主的事物。

請學生翻到雅各書4：14，說明這節經文中有「看目標看過了頭」這句話。十二使徒定額組的尼爾·麥士維長老教導，在這節經文中的「那個目標就是基督」（“Jesus of Nazareth, Savior and King,” *Ensign,* Dec. 2007, 45）。你可以鼓勵學生把這句話寫在經文中雅各書4：14旁邊。

分享這個解釋後，請一位學生讀出雅各書4：14-15。

- 你認爲「看目標看過了頭」是什麼意思?（將生活重心放在救主和祂的福音以外的任何事物上。）
- 根據雅各的說法，什麼樣的態度和行爲使得猶太人無法接受耶穌基督?

說明雖然雅各書4：14-15是雅各特別針對某些猶太人的罪行所說的，但是其中一部分內容對我們也適用，可以當作給我們的警告。爲了幫助學生明白如何應用這些經文，可以問下列問題：

- 人們爲什麼有時候不接受「明白的話」，反而去尋求那些他們無法了解的事物?忽視福音的簡單眞理會有哪些危險?
- 我們還可以在白板上加上哪些偏離救主和祂福音的例子?（把學生的回答加在你寫在白板上的那些字旁邊。）

擦掉你寫在白板上的字，然後寫出下列的問題：*我們怎樣才不會看目標看過頭，而一直專注於耶穌基督?*

將下列經文寫在白板上：*雅各書4：4-5；雅各書4：6-7；雅各書4：8-9；雅各書4：10；雅各書4：11-13*。說明在雅各書第4章，雅各分享了一些能幫助我們一直專注於耶穌基督的原則。指派學生兩人一組，從白板上所列的各段經文中找出這些原則。（根據學生人數的多寡，你可能需要將一段經文指派給多組學生，或者將多段經文指派給一組學生。）

幾分鐘後，請學生報告他們的答案。他們報告時，你可以問一些問題來幫助他們更深入思考他們在這些經文中學到的事。下列問題是根據所指派的經文章節而擬定的，可幫助你引導這項討論：

- 雅各書4：4-5。先知的見證怎樣幫助你一直專注於耶穌基督？你曾如何因他人對救主的見證而得到鞏固？雅各說，他的人民服從摩西律法，這能夠指引「〔他們的〕靈魂歸向」主。我們在接受聖職教儀和遵守誡命方面的努力，如何能指引我們的靈魂歸向主？
- 雅各書4：6-7。神賜給先知的啓示如何幫助我們獲得希望和對耶穌基督的信心？你所接受的個人啓示和靈性見證如何鞏固了你的信心？我們唯有藉由主的恩典才能夠做祂的事工，記住這點爲什麼很重要？
- 雅各書4：8-9。在你看來，能體會主的事工之「偉大奇妙」，爲什麼很重要？救主創造了大地，祂的這項事工如何影響你對祂的見證？對你來說，「不要藐視神的啓示」是什麼意思？我們可以如何向主表示我們重視祂所賜的啓示？
- 雅各書4：10。有哪些例子能說明，一個人可以做到「不要試圖勸告主，卻要接受由祂而來的勸告。」？
- 雅各書4：11-13。如第35課中提到的，*和諧*一詞的意思是彼此相合。贖罪如何幫助我們與天父和諧？雅各提醒我們教導贖罪的重要，他問道：「爲何不談談基督的贖罪……？」在我們與人分享見證、有其他機會教導福音時，如何能遵守這項原則？當我們分享見證時，使用人們能了解的方式去做爲什麼很重要？聖靈會用哪些方法幫助我們做到這一點？

要確定大家在經過這項討論後都明白下列這項眞理：**透過耶穌基督的贖罪，我們可以滿懷希望，與神和諧。**

分享你對救主和祂的贖罪心懷的感謝。見證耶穌基督應當成爲我們生活中的「目標」。課程結束時，請學生思考：在接下來幾天，他們會怎麼做來以救主爲中心。你可以建議他們在經文研讀日記中寫下他們的計畫。可考慮請幾位學生告訴大家他們計畫要怎麼做。

精通經文複習

反覆閱讀，能幫助學生記得精通經文章節的位置。鼓勵他們反覆閱讀的一個方法，是使用精通經文卡（項目編號32335；在si.lds.org也有PDF檔）。如果你無法取得這套卡片，就幫助學生製作自己的卡片，在卡片的一面寫出經文章節中的關鍵詞句，另一面寫出經文出處。把學生分成兩人一組，請他們花幾分鐘用這些卡片互相測驗。例如，一位學生讀出關鍵詞句，另一位學生就說出經文出處。請學生經常使用這些卡片互相測驗或自我測驗。

注意：本課的長度也許能允許你進行這項精通經文複習活動。你可以在課程一開始、課程的兩個單元之間或課程結束時進行這項活動。活動要簡短，以便能有足夠時間上課。有關其他的複習活動，請見本手冊附錄。

自修班課程

尼腓二書第32章～雅各書第4章（第9單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓二書第32章～雅各書第4章（第9單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓二書第32章）

學生在研讀尼腓二書第32章時學到：我們若飽享基督的話，基督的話就會告訴我們所有當做的事。他們也學到：當我們常常祈禱，我們就能夠去做那些主希望我們去做而又對我們的靈魂有益的事。本課邀請學生將他們關於常常祈禱所學到的事融入24小時的生活中。

第2天（尼腓二書第33章）

在本課有關尼腓最後的見證中，學生們學到：我們願不願意敞開心胸去接受聖靈的啓發是我們的選擇。他們也複習了尼腓一書和尼腓二書，並從中選擇一段曾啓發他們去行善或相信基督的經文章節。

第3天（雅各書第1～2章）

在雅各書第1～2章的課程中，學生學到：聖職領袖努力工作來幫助我們歸向基督，並且這些領袖已被賦予一項神聖的責任，要去教導神的話和針對罪惡提出警告。學生從研讀雅各對他人民的講道，學到了我們應當先尋求神的國，再尋求任何其他的利益。他們在經文研讀日記中寫下了一個方法，可以如何運用主已賜給他們的祝福和機會去建立神的國和造福他人的生活。他們也專注在這項真理：神喜悅人的貞潔，無論男女皆然。他們被要求去思考：遵守貞潔律法如何使家庭蒙福，並且使主喜悅。

第4天（雅各書第3～4章）

學生繼續研讀雅各的講道，他們也學到：神在心地純潔者遭受苦難時會安慰他們。本課的重點在於這項教義：我們可以藉由耶穌基督的贖罪而充滿希望並與神和諧。學生寫出了他們想為耶穌基督和贖罪作見證的個人理由。

導言

本課會幫助學生了解，尼腓曾為耶穌基督的使命作見證。學生將有機會分享雅各的話能如何幫助他們克服驕傲，並運用神所賜的祝福去建立祂的國度。他們將有機會運用在雅各書第2章中學到的原則，來討論遵守主的貞潔律法的重要性。他們將討論可以用哪些方法去找機會談論耶穌基督和贖罪。

教學建議

尼腓二書第32～33章

尼腓勸告我們要透過耶穌基督的話來尋求上天的指引

開始上課時，先問下列問題：

- 你最喜歡的一項運動或活動是什麼？
- 你必須經常練習哪些基本技能，才能在這項運動或活動中有優異的表現？
- 要是有人疏於練習那些基本技能，會怎麼樣？

告訴全班，有一些基本的動作可以邀請聖靈將來自天父的指引賜給我們。將下表寫在白板上，或作成講義。

祈禱	接受來自聖靈的指引	研讀經文
尼腓二書 32：8-9	尼腓二書 32：5；33：1-2	尼腓二書 32：3；33：4

請每位學生從這張表中選出一項動作，並閱讀相對應的經文章節。將全班分成兩人一組，或幾個小組。請學生們輪流分享祈禱、接受聖靈的引導和研讀經文，曾經如何幫助他們獲得來自神的指引。

你可以請學生報告一下，大衛．貝納長老針對常常祈禱這項命令所作的指示，曾經怎樣幫助過他們。你也可以問他們，他們把常常祈禱所學到的事運用了24小時後，他們的祈禱有何改善。（這些是第1天的指派作業。）

雅各書第1～2章

雅各指責他的人民愛財、驕傲和淫亂

將以下這句話寫在白板上：因爲有些人擁有的……比別人多，他們可能就認爲自己比別人好。

請學生建議各樣的字詞來完成這句話。可能的答案包括：金錢、財富、音樂才能、運動技能、天賦能力、學歷、智力、成長機會、福音知識和物質。請學生安靜地沉思一下，這句話配上所建議的任何一個字詞，是否曾經就是他們真實的寫照。

提醒學生，雅各是因為愛他的人民並且服從主的命令，才針對他人民的弱點和罪行提出警告的。請學生閱讀雅各書2：12-13，並請他們建議會如何完成白板上的這句話，來形容雅各傳道期間的一些尼腓人。

請學生閱讀雅各書2：17-21，找出有哪些忠告可以幫助他們克服驕傲。（他們可能已經在個人研讀時將這些忠告劃記下來了。）請學生分享他們找到的忠告，並請他們說明這項忠告能如何幫助他們克服驕傲。

說明這幾節經文教導下列的真理：**我們應當先尋求神的國，再尋求任何其他的利益**。請幾位學生各自分享他們運用主所賜的祝福和機會來建立神國和祝福他人生活的一個方法。

為了幫助學生複習雅各針對性的純潔所作的教導，請他們想像一下有人問到他們為什麼要遵守貞潔律法。請學生讀雅各書2：28-35來幫助他們回答這個問題。提醒他們曾在個人研讀中學過以下的真理：**主喜悅貞潔**，或許會有幫助。他們也研讀了這幾節經文所述的淫亂的後果。請學生說說，根據雅各書2：28-35，他們會如何回答這個問題。

問：根據雅各書2：27，關於有不只一個妻子，「主所說的話」是什麼？（務必清楚說明，主已命令男人應當只娶一個妻子。）

指出在歷史上的某些時期，主曾命令祂的人民實行多重婚姻。例如，在舊約時代，亞伯拉罕和撒拉（見創世記16：1-3；教約132：34-35，37）以及他們的孫子雅各（見教約132：37）都實行了多重婚姻，在復興教會的早期，從先知約瑟．斯密開始，也實行過一段時間（見教約132：32-33，53）。然而，主已於1890年命令祂的先知惠福．伍終止一夫多妻制（見教約，正式宣言一）。

給學生時間想一想，他們現在選擇保持貞潔和潔淨，如何使主和其他人喜悅。請他們說明，現在遵守貞潔律法，如何在當下和未來，都使他們以及他們的家人蒙福。說明遵守貞潔律法曾如何使你和你的家人蒙福。

雅各書第3～4章

雅各鼓勵他的人民悔改，並對於能回到神的面前懷著希望

把一張小型的耶穌基督圖片放在白板中央、海報或紙張上。在圖片四周寫一些字來代表一些事物，這些事物可能使人偏離救主和祂的福音。請學生翻到雅各書4：14，說明這節經文中有「看目標看過了頭」這句話。問他們，這節經文中所說的「目標」指的是什麼。（十二使徒定額組的尼爾．麥士維長老教導，這節經文中的「那個目標就是基督」〔“Jesus of Nazareth, Savior and King,” *Ensign*, Dec. 2007, 45〕），分享了這個解釋後，請一位學生讀出雅各書4：14-15。

問：你認為「看目標看過了頭」會是什麼意思？（把救主和祂的福音以外的事物當作生活的中心。）

請學生閱讀雅各書4：4-12，找出雅各為什麼相信耶穌基督，以及他覺得讓他人知道贖罪很重要的一些理由。要確定大家在做過這項討論後都明白下列這項真理：**透過耶穌基督的贖罪，我們可以滿懷希望，與神和諧**。

分享你對救主和祂的贖罪心懷的感謝。見證耶穌基督應當是我們生活中專注的「目標」。課程結束時，請學生思考：在接下來幾天，他們會怎麼做來以救主為中心。

下一單元（雅各書第5章～奧姆乃書）

問學生：何謂反基督者？你會怎麼回應一個反基督者？你在讀下一單元的經文時，要注意雅各在面對反基督者歇雷時，說了什麼、做了什麼。另外，找出以挪士因為全心全意尋求主，日以繼夜地祈禱，而獲得了哪些祝福。看看尼腓人因為哪些原因離開了他們的第一個繼地去加入繆萊克人。

第46課

雅各書5：1-51

導言

雅各在教導他的人民時，引述了園生和野生橄欖樹的比喻，這個比喻最初是一位名叫徐納斯的先知所作的，收錄在銅頁片中。雅各用這個比喻教導：主會努力把救恩帶給所有的人類——甚至於那些曾與祂立約又遠離祂的人。因為雅各書第5章的篇幅較長，這一章分成兩課。

教學建議

雅各書5：1-14

雅各引述徐納斯的話，把以色列家族比作一棵園生的橄欖樹

可考慮在本課一開始先讀出以下幾個年輕人的例子，他們都不肯定主是否願意寬恕他們的罪：

- 有位年輕的聖職持有人養成了一種罪惡的習慣。他相信別人都可以獲得寬恕，但對於主會不會接受他的悔改卻感到懷疑。
- 有位女青年違反了誡命。她感覺愧疚，覺得自己糟透了，並不確定神是否仍然愛她。

請學生沉思下列問題，但不必說出答案：

- 你們是否曾經感到懷疑，不知道主願不願意寬恕你們的罪？

說明雅各預言到猶太人會拒絕耶穌基督（見雅各書4：15）。他也教導，即使人們拒絕祂，耶穌基督仍然會繼續爲祂人民的救恩而努力（見雅各書4：17-18）。爲說明這項眞理，雅各引述了一位名叫徐納斯的先知所作的比喻。比喻就是用象徵的角色、物體和動作來教導眞理。學生研讀這個比喻，可以學到的重要教訓是：耶穌基督願意幫助那些背棄祂的人。

請一位學生讀出雅各書5：1-2，並請全班一起找出徐納斯是在對誰說話（以色列家族）。你可能需要解釋，在舊約先知雅各與神立約時，神將他改名爲以色列。「以色列家族」指的就是雅各的後裔以及所有已經受洗並與主立約的人。

- 在這個班級中，誰是以色列家族的成員？（你可能需要說明，凡是已經受洗的教會成員都是以色列家族的一員。他們都是雅各書第5章比喻中的一份子。）

請一位學生讀出雅各書5：3。請全班找出徐納斯在他的比喻中用什麼來代表以色列家族。學生報告所發現的事情後，說明在古代以色列徐納斯生活的地方，橄欖樹非常有價值。橄欖可以吃，橄欖油可以烹調、治病、當作燈油。橄欖樹需要相當多的照顧和努力才能結出好果子。指出，在這個比喻中，園生橄欖樹種在果園裡，而果園正代表了這個世界。

- 根據雅各書5：3，園生橄欖樹開始發生什麼狀況？樹的凋零象徵著什麼？（鼓勵學生用註腳3d來回答這個問題。）
- 叛教是什麼？（背離主和祂的福音。）

請學生默讀雅各書5：4-6。請他們想想，果園主人是誰，還有他翻土、修剪和培植的動作可能代表什麼。然後請他們說明他們認爲這些象徵物所代表的意義（你可能需要幫助他們了解，果園主人代表耶穌基督。翻土、修剪和培植的動作代表主在努力幫助我們接受祂贖罪的祝福，也代表眾先知在努力教導、呼籲人們悔改。）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組傑佛瑞・賀倫長老的話：

「雅各記載的這個比喻，從一開始要談的就是關於基督。……果園主人和他的工人努力地鞏固、修剪、淨化橄欖樹，想盡辦法要讓這些樹結出果子的一整章記事，雖則描述的是以色列人的分散與重聚的歷史，但其實這些勞動卻蘊藏著贖罪的更深層意義」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 165）。

爲幫助學生看出這個比喻在說明主對他們的關心，可以教他們將經文中提及橄欖樹的地方用自己的名字取代。你可以用以下雅各書5：7的例子作示範：「我很難過要失去〔你的名字〕了。」說明當我們在雅各書第5章中一些有意義又適當的地方放上我們的名字，就更能明白主對我們的關心。

展示以下圖表。說明此表列的是徐納斯比喻中各個象徵的意義。（你可以將下表作成講義，或請學生抄寫在經文研讀日記中。）

雅各書第5章：園生和野生橄欖樹的比喻	
象徵	**可能的意義**
園生橄欖樹	**以色列家族，神的約民**
果園	**世界**
凋零	**罪和叛教**
主和果園主人	**耶穌基督**
修剪、翻土、培植	**主為幫助人們獲得祂贖罪的祝福所作的努力**
果園主人的僕人	**主的先知**
枝條	**不同族群的人**
野生橄欖樹	**外邦人——尚未與主立約的人。在這比喻的後半部，原本的橄欖樹變野，代表以色列家族中有一部分的人叛教。**
接枝和栽種枝條	**主的約民的分散和聚集。此外，野生枝條接到園生橄欖樹，代表有些人歸信成為主的約民。**
焚燒枝條	**神對惡人的審判**
果子	**人的生平或作為**

請一位學生讀出雅各書5：7，9-10，請全班一起找出果園主人接著做了什麼事來拯救園生橄欖樹。請學生報告他們發現的事。（你可能需要說明，接枝是把一棵樹的枝條接到另一棵樹上。這些經文中提到的接枝，代表主爲幫助外邦人藉由洗禮和歸信成爲祂的約民所做的努力。焚燒枝條代表主在審判以色列家族中最邪惡的成員。）

請一位學生讀出雅各書5：11。請全班一起找出，哪些話證明果園主人對園生橄欖樹的樹根感到擔憂。請學生報告所發現的事。

提醒學生，雅各書5：6說，園生橄欖樹已經開始長出一些小嫩枝。請一位學生讀出雅各書5：8，13-14。請全班一起找出主人怎麼處理這些嫩枝。你也可以請他們想一想，李海家庭的旅程如何也是果園主人在雅各書5：8，13-14中所採取的行動的一個例子。

雅各書5：15-40

果園主人和他的僕人辛勤工作，要讓果園結出好果子

將全班分成兩組。指派第一組研讀雅各書5：15-28，第二組研讀雅各書5：29-40。請學生在研讀時做以下的事（你可以將這些指示寫在白板上）：

1. 摘要說明果園裡發生的事，以及這些事可能代表的意義。
2. 找出有哪些詞句說明果園主人在努力保全園生橄欖樹（或稱原樹）及其枝條。

學生有足夠時間研讀被指派的經文後，請他們摘述果園裡發生的事，並說明可能代表的意義。從研讀雅各書5：15-28的學生開始。以下是摘述和釋義的範例。

雅各書5：15-28。發生的事：所有被接上的枝條都結出了好果子。然而有一根枝條，雖種在果園裡的好地上，卻同時結出園生果子和野生果子。這可能代表的意義：果園裡大部分地方的好果子或園生果子，代表在基督及其使徒的時代生活在世上的義人。那根結出一部分園生果子和一部分野生果子的枝條，代表李海正義和邪惡的後裔。

雅各書5：29-40發生的事：果園裡所有的果子都變壞了。這可能代表的意義：果子全部變壞代表了大叛教，這段期間緊接在基督的使徒在塵世傳道後，此時耶穌基督圓滿的福音已在世上喪失了。

等兩組都摘述完畢後，問：

- 哪些詞句顯示出主人努力要保全園生橄欖樹及其枝條？這說明主對祂的約民有何感覺？
- 我們討論完這個比喻後，你對耶穌基督這位果園主人有了什麼認識？（在這些經文教導的多項眞理中，學生都應了解的是：**主愛我們，並爲我們的救恩而辛勤工作**。）
- 本課一開始曾提到兩個年輕人不確定主是否願意寬恕他們的罪。那兩個例子和橄欖樹的這個比喻有何關聯？

雅各書5：41-51

主人為他的果園感到憂傷

請幾位學生輪流讀出雅各書5：41-42，46-50。（你可以指出，在雅各書5：48中的「果園的高處」這句話可能是指驕傲。）請全班一起找出有哪幾句話說明了主人對他果園的愛和關心，以及他在這些樹不結好果子時的憂傷。請學生分享這些經文中的哪句話對他們特別有意義，並說明這些話爲何深具意義。學生分享了之後，問全班：

- 主人對果園的照顧，如何代表主對我們的愛？
- 在經文或你的實際生活中，有哪些例子可以說明，主即使在人們背離祂之後，依然繼續愛他們、關心他們？

課程結束時，提醒學生，主人想把所有的樹砍下來，是因爲儘管祂做了一切能做的事，這些樹上的果子還是都變壞了（見雅各書5：49）。

- 你認爲這位主人會放棄他的果園嗎？爲什麼？

學生回答了之後，向全班讀出雅各書5：51。見證：主愛我們，並且在幫助我們歸向祂、行正義的努力上，展現了極大的慈悲和耐心。說明下一課會討論主人爲拯救他的果園所作的最後努力。

第47課

雅各書5：52-77；雅各書第6章

導言

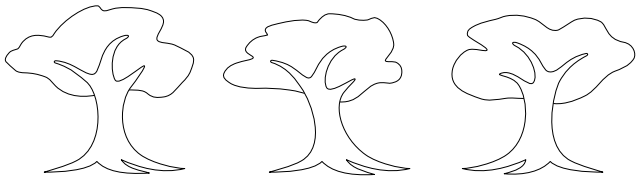
在前一課，學生開始學習徐納斯的園生和野生橄欖樹的比喻。在本課中，他們將研讀這比喻的最後部分，談到果園主人和他的僕人盡最後一次努力，幫助果樹結出好果子。他們也將研讀雅各書第6章，雅各在這章經文中解釋這個比喻，並勸誡他的人民悔改。

教學建議

雅各書5：52-60

在園生和野生橄欖樹的比喻中，果園主人拯救這些樹、幫助它們結出好果子

上課前，在白板上畫三棵樹。



提醒學生，在前一課，他們開始學習雅各書第5章中園生和野生橄欖樹的比喻。在該課的最後，果園裡所有的樹都結出了野果子（見雅各書5：30-42）。這代表了大叛教。

指派學生兩人一組進行討論

讓學生在兩人小組中工作，可以給他們機會「彼此教導國度的教義」（教約88：77）。在決定分派哪兩個學生在同一組時要審慎小心——有的學生若放在同一組會互相幫助，有的卻會讓彼此分心。

爲了複習前一課，將全班分成兩人一組。請各組討論要如何回答下列未完成的句子（你可以把這些句子寫在白板上）：

1. 果園主人代表……
2. 果園主人爲拯救他的樹所做的努力，代表……
3. 我從果園主人所說的話或所採取的行動中，學到關於耶穌基督的一件事情是……
4. 果園裡的樹和果子都變壞之後，主人決定……

等每組學生討論過這些句子後，請全班一起很快地複習一下各組的回答。在學生說出前兩句的回答時，務必確定他們都清楚明白，果園主人代表耶穌基督，他努力拯救果樹是代表救主努力幫助人們轉向祂。學生在完成第三個句子時，可能會提出各種不同的寶貴教訓。核對第四句話的答案時，請學生查閱雅各書5：51，這節經文說，主人決定再寬限果園「一些時候。」

說明今天的課程涵蓋了這比喻的最後部分，這部分代表末世時代，包括福音的復興。

指出果園主人決定用移接更多枝條的方式來拯救果園。請幾位學生輪流讀出雅各書5：52-58。請全班一起找出主人做了什麼來鞏固枝條和根部。（幫助學生了解，果園主人將原樹的枝條接回母樹——母樹代表以色列家族。然後他把這棵樹上的枝條接到其他的原樹上。他也把結了最苦果子的枝條丟進火裡。你可以用白板上的那些樹來講解這件事。例如，你可以把一棵樹的枝條擦掉，在另一棵樹上畫一根新的枝條。）

請一位學生讀出雅各書5：59。請全班聽聽果園主人希望這些舉動會對樹根產生什麼作用。

- 主人希望樹根會怎麼樣？（他希望樹根能「吸收力量」。）

提醒學生，在這時候，所有的樹都在結壞果子，代表整個世界都在叛教的狀態中。說明如果樹根能吸收力量，那麼整個果園的枝條都會改變，「使好的勝過壞的」（雅各書5：59）。

要確定學生了解，這幾節經文在教導**福音聖約的影響能讓天父的兒女克服罪並行正義。**

- 福音聖約能在哪些方面鞏固我們？你所立的聖約爲你的生活帶來了什麼影響？（你可以分享你對這項原則的感想和見證。）

雅各書5：61-77

果園主人和他的僕人一起在果園工作

請學生默讀雅各書5：61-62，找出果園主人指示他的僕人去做什麼，以及他爲什麼要他們這麼做。

- 這比喻一開始提到的僕人代表主的先知。在雅各書5：61中提到的僕人可能代表著誰？（幫助學生了解，這些僕人可以代表教會所有的成員：先知和使徒、總會和地方的教會領袖、傳教士、家庭教導教師、探訪教師，以及任何參與主的事工的人。）
- 在雅各書5：61-62中的*我們*這個字眼有什麼重要意義？（主在和我們一起工作；祂沒有撇下我們，讓我們獨自做祂的事工。）
- 根據雅各書5：62，這些僕人被召喚去工作的時間點有什麼特別？（這是主人「最後一次」修剪果園。眾先知將這「最後一次」稱爲「圓滿時代的福音期」。例見以弗所書1：10和教約128：20。）

爲幫助學生看出比喻的這部分如何與他們有關，請一位學生讀出以下七十員迪恩·拉森長老所說的話：

「〔現在〕正是神和祂的僕人要盡最後和最大的力量將眞理傳給萬民的時候，也是讓已失去眞正身分的古代以色列人後裔返回正道的時候。……

「你們在這偉大事工已奠定根基的時候來到世上。福音已作最後一次的復興，教會已在世界大部分的地方建立。世界舞台已爲要上演的最後一幕戲作好準備，你們是這幕戲中的重要角色，你們列身於果園最後一批工人之中。……這就是你們蒙揀選去作的服務」（參閱「高貴的一代」，1983年7月，*聖徒之聲*，第54頁）。

- 知道你在這最後的工作期蒙召喚和主一起工作，對你有何影響？
- 在參與主的事工的過程中，你曾在何時感覺到祂在和你一起工作？
- 你有哪些機會爲主服務，幫助他人結出「好果子」？（學生可能會提到他們的教會召喚和指派；他們有責任幫助家人、朋友和他人更接近救主；他們將來有機會擔任全部時間傳教士來爲主服務。）

在白板上寫*雅各書5：70-75*。介紹這幾節經文時，說明這些經文在教導我們有關主和祂僕人之間的關係，也描述出主和祂的僕人一起工作時所能成就的事。請學生默讀這些經文，然後選出他們最喜歡哪一節經文對主和祂僕人之間關係所作的描述。給學生時間閱讀後，請幾位學生說出他們選的是哪節經文，喜歡它的理由，以及它如何能在他們爲主服務時幫助他們。

學生參與這項活動時，務必確定他們了解**主應許我們在與祂一起工作來完成祂的事工時，我們會感到歡樂**。爲加深學生對雅各書5：70-75的了解，可考慮問下列的一些問題：

- 果園主人對那些和祂一起工作的人作了什麼應許?（見雅各書5：71，75）你曾經在什麼時候因主的事工而感到歡樂?
- 你認爲，那些僕人「努力」、「盡最大努力」工作爲什麼那麼重要?（見雅各書5：72，74）在你爲主服務時，可以從這些話當中學到什麼?

在結束本課的這部分時，請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中回答以下的問題（你可以把問題寫在白板上）：

- 你在考慮爲主服務的一些機會時，會如何應用我們在雅各書第5章中討論的那些眞理?

學生有足夠的時間作答後，你可以請一兩位學生向全班讀出他們的回答。

雅各書第6章

雅各教導有關主的慈悲和公道，並邀請他的人民悔改

簡短介紹雅各書第6章，說明這章包含雅各對園生和野生橄欖樹比喻中的重要眞理所作的概述。

請一位學生讀出雅各書6：4-6。請班上一半的學生找出雅各希望他的人民學習關於主的哪些事情。（主記得祂的人民，祂「忠於〔他們〕」，祂「慈悲的臂膀伸向〔他們〕。」你可能需要解釋，在這段經文中，忠於一詞表示緊守住某事或某人。）請另一半學生找出雅各鼓勵他的人民在獲得這項知識後該做什麼。（不要硬起心來、悔改、「全心全意」歸向主並且「像神忠於〔他們〕一樣忠於祂。」）在學生們告訴全班他們所學到的事之後，問：

- 雅各怎樣描述主?對你而言，主「慈悲的臂膀伸向你」具有什麼意義?
- 透過園生和野生橄欖樹的比喻中關於主忠於你的描述，讓你對主有何認識?你能做什麼事來表示你也忠於主?

概述雅各書6：7-10，說明我們在「被神美好的話滋養」之後，不應該結出壞果子。我們應該聽從先知的話。雅各警告，我們若不悔改，將來就要在主的審判欄前爲我們自己的罪負責。鼓勵學生默讀雅各書6：11-13，並找出雅各最後的忠告。在他們分享所找到的事之後，問：

- 選擇現在就悔改並爲站在主面前接受祂的審判作準備，爲什麼是明智的作法?

確證**我們現在就藉著悔改和接受主的慈悲來爲接受審判作準備，乃是明智之舉。**

在本課結束時強調，悔改不僅讓我們爲最後的審判作準備，也讓我們現在就能爲主服務。向學生見證：主希望他們與祂一起服務、同享歡樂，同時希望他們遵守祂的誡命、悔改、接受祂的慈悲，以便能配稱這麼做。

補充教學建議

雅各書第5章。播放影片

教導第47課時，可播放摩爾門經DVD講介1-19中「橄欖樹的比喻」短片的最後部分。你可在進行本課第二單元時，討論完迪恩．拉森長老的話之後播放。

第48課

雅各書第7章

導言

雅各倚靠主和自己堅定不移的見證，戰勝了反基督者歇雷的錯誤觀念和爭論。他特別能從過去一些鞏固他對耶穌基督信心的經驗中汲取力量。他也倚靠聖靈的指引、對經文和衆先知話語的認識，以及對耶穌基督的見證。歇雷在要求看到徵兆來證明雅各的話時，被神擊打。雅各在結束他的紀錄時，描述尼腓人在鞏固自己來對抗拉曼人時，如何信賴主。雅各臨終前，將尼腓小片交給他的兒子以挪士。

教學建議

雅各書7：1-14

雅各在面對反基督者歇雷時仰賴主

上課前，在白板上寫出以下十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老的話（引自「基督徒的勇氣：門徒的代價」，2008年11月，*利阿賀拿*，第72頁）：

「今生最大的考驗之一就是當我們的信仰遭受質疑或批評的時候」（羅拔·海爾斯長老）。

請學生回想他們的信仰曾在何時遭人質疑或批評。請幾位學生分享他們當時的感受。你也可以簡短分享一個自己的親身經驗。

說明雅各書第7章敘述雅各與反基督者歇雷互動的經驗。（你可以解釋反基督者是「任何假冒眞實福音或救恩計畫，並且公然或私下反對基督的任何人或事」〔經文指南，「反基督者」〕。）歇雷找到雅各，要挑戰他的信仰。

請學生默讀雅各書7：1-5。請他們找出（1）歇雷想做什麼，以及（2）他打算如何達到他的目標。學生讀完後，請他們說說對歇雷有什麼認識。你可以問下列的一些問題來加強討論：

- 歇雷對人們造成了什麼影響？
- 你在雅各書7：1-5中看到哪些地方讓你想起自己的信仰遭受質疑或批評的經驗？（你在討論這問題時，可能需要幫助學生了解：並非所有質疑或批評你的信仰的人都有和歇雷同樣的動機。雖然有些人的確和歇雷一樣，處心積慮地要破壞別人的信仰，但有些人質疑我們的信仰，只是因爲好奇，或是因爲他們對我們信仰的看法受到了誤導。）
- 爲什麼有時候我們很難在像歇雷這樣的人面前，爲自己的信仰辯護？

將以下這些參考經文和敘述文字抄在白板上。（爲節省時間，你可以在上課前先抄好，也可以事先作成講義。）

1. 雅各書7：5	*a. 爲經文和先知的話語作見證。*
2. 雅各書7：8	*b. 將結果交在神手中。*
3. 雅各書7：10-11	*c. 倚靠聖靈的指引和力量。*
4. 雅各書7：12	*d. 想起過去一些曾經鞏固他的信心的經驗。*
5. 雅各書7：13-14	*e. 分享他透過聖靈得到的見證。*

請學生分享經驗

學生分享啓發人心的經驗，能邀請主的靈到教室中來。學生在傾聽同儕訴說經驗和見證時，不僅見證會增強，他們也會學到一些在生活中實踐福音的新方法。通常只要請一至三位學生分享經驗就夠了。要避免每天都請同樣的少數幾位學生分享，要盡量讓每位學生都參與。

說明白板上列的這些經文記述了雅各在歇雷質疑他的信仰時所作的回應。右邊的敘述文字代表雅各的回應，但是順序錯了，需要與相呼應的經文配對。請幾位學生輪流讀出雅各書7：5-14。請他們在每讀完一段參考經文後，先暫停一下。讓大家爲每段經文找出相對應的敘述文字。你可以請一位學生到白板前，把經文章節和可配對的敘述文字畫線連起來。（答案：1—d；2—c；3—a；4—e；5—b。）

學生完成配對活動時，問：

- 你們看得出我們剛才讀的這些經文中教導了哪些原則嗎?

如果沒有人提到這一點，要確定學生們明白**只要我們仰賴主，便能戰勝對我們的信仰所提出的挑戰**。（你可以把這項原則寫在白板上。）

說明雅各對歇雷所作的回應，給了我們一個在回應那些質疑或批評我們信仰的人時，可以遵循的榜樣。

下面的後續追蹤問題是用來幫助學生更深入地思考雅各用什麼方法來倚靠主。藉著回答這些問題，讓學生有機會說明並見證，在他們的信仰受到別人的挑戰時，類似的行動怎樣幫助了他們。這也能幫助他們學習到，日後他們的信仰受到挑戰時，該如何適當地回應。上課時可能問不完以下所有的問題，你可以只選其中幾個問題來討論。選擇問題時，要尋求聖靈的指引，並謹記著學生在一開始上課時所分享的經驗。你也可考慮問學生，他們希望多討論雅各的哪個行動。

- 雅各曾經歷的哪些事情使得他的信心不受動搖?（見雅各書7：5）
- 有哪些經驗鞏固過你的信心?（你可以先給學生一些時間去思考這個問題，然後再請他們回答。要讓他們知道，他們不必分享太過個人或隱私的經驗。）在有人質疑或批評你的信仰時，記得這些經驗能如何幫助你?
- 聖靈曾經在什麼時候幫助你回應他人對你的信仰所作的質疑或批評?（見雅各書7：8）
- 養成習慣每天研讀經文和後期時代先知的話語，能如何在他人質疑或批評你的信仰時，對你有所幫助?（見雅各書7：10-11）
- 你曾經在什麼時候向質疑或批評你信仰的人分享你的見證?（見雅各書7：12）結果如何?
- 當歇雷要求看到徵兆時，雅各將此事交在主的手中，而不是試圖去親自證明自己的見證是眞實的，這麼做爲什麼是明智的?（見雅各書7：14）這件事如何幫助你知道，你不需要向挑戰你信仰的人證明你的見證是眞實的?

問後續的追蹤問題

你提出後續的追蹤問題，能讓學生有機會說出他們所學到的事、加深他們的了解，並思考福音真理和他們的生活有何關聯。請留意不要只顧著問完一長串的追蹤問題。較好的作法通常是，只問幾個問題，然後給學生一些時間來審慎地回答。

雅各書7：15-27

歇雷在啞口無言之後，承認自己的罪，為真理作證，然後就死了，這使得尼腓群衆重新轉向主

讀以下羅拔．海爾斯長老的話：

「多年來我們學到，別人質疑我們的信仰並不是件新鮮事，這些挑戰似乎也不會很快消失。但是基督眞正的門徒會在對立之中見到機會。……

「……幸運的是，主知道那些指控我們的人的心，也知道我們怎樣能最有效地加以回應。由於眞正的門徒會尋求聖靈的指引，因此他們會得到所需的靈感來面對各種不同狀況。在各種情況中，眞正的門徒會用能邀來主的靈的方式加以回應」（參閱「基督徒的勇氣：門徒的代價」，第72-73頁）。

- 在你看來，「在對立之中見到機會」是什麼意思?（在學生回答時，幫助他們了解：我們在信仰受到挑戰時，用能邀來主的靈的方式來做回應，是會有好結果的。）

將學生分成兩人一組。請各組讀雅各書7：15-23，看看從雅各面對歇雷的這件事中產生出哪些好結果。全班讀完後，請幾位學生說說他們發現的事。可考慮使用下列的幾個問題來幫助學生分析這幾節經文：

- 你看到哪些證據證明雅各希望他面對歇雷的這個經驗能幫助其他人?（見雅各書7：22。幫助學生了解，雅各曾祈求尼腓群眾能親眼看到歇雷認罪和死亡。）
- 根據雅各書7：23，雅各面對歇雷的經驗最後對那些群眾產生了什麼影響?
- 我們能從雅各面對歇雷的結果中學到什麼眞理?（學生對這個問題可能有各種不同的回答。有些人可能會說出以下這些原則。）

  所有的先知都爲耶穌基督作見證。

  用能邀來主的靈的方式來回應別人對我們的信仰所作的質疑和批評，能幫助他人轉向主。

  先知能幫助我們認清並戰勝撒但的詭計。

  凡是背叛神、積極鼓吹反對眞理的人，都將面臨從主而來的嚴重後果。

  查考經文能幫助我們避免受騙。

學生找出如上所列的原則後，可考慮問後續的追蹤問題來幫助他們在生活中應用這些原則。

- 遵循這項原則過生活對你有何幫助?
- 明白這項原則如何讓你能夠幫助他人?
- 你會如何在生活中應用這項原則?

請學生在經文研讀日記中回答以下的問題：

- 你會開始做（或繼續做）哪一件事來幫助自己準備好面對別人對你的信仰所提出的挑戰?

分享見證：只要我們遵循雅各倚靠主的榜樣，就能成功地克服別人對我們的信仰所提出的挑戰。

雅各書複習

花點時間幫助學生複習雅各書。請他們思考他們在福音進修班和個人的研讀中，從這部書學到了哪些事。必要的話，請他們瀏覽雅各書的七章經文來幫助他們回想。請他們準備分享，雅各或他的寫作有哪些令他們印象深刻之處。你可以提醒他們，雅各是在（靠近紅海的）滿地富的曠野中出生，在尼腓地過世的。他也得到李海的祝福（見尼腓二書2：1-4），並且見到救主（見尼腓二書11：3）。他的哥哥尼腓把他的一些講道收錄在尼腓小片（見尼腓二書第6～10章）。給予充分的時間後，請幾位學生分享他們的想法和感覺。可考慮就雅各的榜樣和教導如何祝福了你的生活，分享你的見證。

導言

以挪士書

為什麼要研讀這部書？

以挪士書說明，耶穌基督的贖罪有滌淨人們的罪、使他們潔淨的能力。以挪士熱烈地祈禱，在獲得罪的赦免之前，在神面前內心掙扎。之後，他為尼腓人和拉曼人的靈性福祉向神祈求，並終其一生為他們的救恩而努力。學生研讀以挪士書，可以從中找到有關祈禱、悔改和啓示的重要教訓。他們也能學到，人在獲得贖罪的祝福後，會渴望與他人分享那些祝福。

誰寫了這部書？

以挪士書是以挪士所寫的，他是雅各的兒子，李海和撒拉亞的孫子。以挪士記載，他的父親「照著主教養、告誡我們的方式」（以挪士書1：1）教導他。以挪士在生命即將結束時寫道，他已在他所有的日子中宣講「基督的真理」（以挪士書1：26）。以挪士臨終前將尼腓小片交給他的兒子雅龍（見雅龍書1：1）。以挪士在總結他的紀錄時說到他為能站在他的救贖主面前的那天感到快樂，他說：「那時我必滿懷喜悅地見祂的面，祂會對我說：你這蒙福的人，到我這裡來，在我父的家裡，已為你預備了地方」（以挪士書1：27）。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

以挪士從他父親手中收下尼腓小片時，答應只將他認為最寶貴的事情刻寫在頁片上，這些事情包括神聖的教導、啓示和預言（見雅各書1：1-4；7：27）。以挪士知道他的人民，也就是尼腓人，最後會被消滅。他祈求主保全尼腓人的紀錄，「日後能傳給拉曼人，這樣，他們或許能得到救恩」（以挪士書1：13）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

以挪士在結束他的紀錄時表示，那時自李海離開耶路撒冷，已過了179年（見以挪士書1：25）。由此推算，他寫作的日期大約在主前544年（雅各結束紀錄時）到主前421年之間。以挪士寫這份紀錄時住在尼腓地。

這部書有哪些特色？

以挪士書介紹了一種模式，這模式顯示出一個人如何能接受耶穌基督贖罪的祝福並與其他人分享這些祝福。首先，以挪士受到了耶穌基督福音的教導（見以挪士書1：1，3），然後，他體會到他需要救主，並祈求得到寬恕（見以挪士書1：2-4）。接著，在他的罪獲得寬恕之後，他祈禱並努力工作，要將救恩帶給別人（見以挪士書1：5-27）。這個模式在整本摩爾門經中一再出現。其中的實例包括阿爾瑪（見摩賽亞書17：1-2；18：1-2）、小阿爾瑪和摩賽亞的兒子們（見摩賽亞書第27～28章），以及拉摩那王和他的人民（見阿爾瑪書第18～19章）。

此外，以挪士書首度詳盡地描述了拉曼和雷米爾後裔叛教的情形（見以挪士書1：20）。這部書也提到尼腓人當中「有許多先知」，雖然如此，大多數的尼腓人卻「非常倔強」，需要不斷喚醒他們「要敬畏主」（以挪士書1：22-23）。

大綱

以挪士書1：1-8以挪士祈求獲得罪的赦免，由於他對耶穌基督的信心，他得到了寬恕。

以挪士書1：9-18以挪士為尼腓人和拉曼人祈求，並懇求主保全尼腓人的紀錄。

以挪士書1：19-24以挪士描述拉曼人的邪惡和尼腓人的倔強。他和其他先知為這些人的救恩而不斷努力。

以挪士書1：25-27以挪士總結他的紀錄，寫下他透過救贖主所得到的永生的保證。

第49課

以挪士書

導言

以挪士沉思他父親的話語後，祈求獲得罪的赦免，他的罪因此得赦。接著他為尼腓人和拉曼人的靈性福祉祈求，並終其一生為他們的救恩努力。

教學建議

以挪士書1：1-8

以挪士沉思他父親的話語後，祈求並獲得罪的赦免

在白板上寫*我的靈魂飢餓*這幾個字。請學生回想他們曾經感到非常饑餓的某個時刻。

- 你會用什麼字眼來形容自己飢餓時的感覺？（學生可能會形容飢餓是一種空虛、痛苦、軟弱或渴望得到飽足的感覺。）
- 當一個人說「我的靈魂飢餓」，他可能是指什麼？（一種靈性上空虛、痛苦、軟弱或渴望得到飽足的感覺。）

請學生回想他們的靈魂曾經感到飢餓的某個時刻。說明他們今天要研讀一個靈魂飢餓的人所經歷的事。展示一張以挪士祈禱的圖片（62604；福音畫冊〔2009〕，編號72）。

- 你對圖片中的這位人物有何認識？（如果學生不知道，說明這是以挪士的圖片，他是李海和撒拉亞的孫子，雅各的兒子。他父親臨終前將尼腓小片交給他〔見雅各書7：27〕。）

請一位學生讀出以挪士書1：1，3。請全班找出雅各對以挪士有什麼影響。請幾位學生告訴班上同學他們找到了什麼。

將下表展示在白板上。（爲節省時間，可在上課前將此表放在白板上。）此表的作用是要幫助各組學生在研讀以挪士書1：2-8時，專注在以挪士這項經驗的不同細節上。

以挪士渴望什麼	以挪士做了什麼	以挪士做了之後的結果
以挪士書1：2 以挪士書1：3	以挪士書1：2 以挪士書1：4 以挪士書1：8	以挪士書1：5 以挪士書1：6 以挪士書1：8

說明以挪士在沉思他父親的教導時所經歷的靈性感覺，促使他做了一些事，這些事也相對地在他的生命中產生了一些結果。

將全班分成三組。讀出以挪士書1：2-8。讀的時候，請第一組找出有哪些詞句顯示以挪士的渴望。請第二組找出以挪士所做的事。請第三組找出以挪士的渴望和行動所產生的結果。（指出表中所列的經文包含了與各組的指派有關的資料。）

等你讀完以挪士書1：2-8之後，請第一組學生報告他們找到了哪些談到以挪士的渴望的詞句，同時請他們把所提到的詞句寫在白板上。你可以鼓勵學生在自己的經文中劃記這些詞句。學生可能會提及這些詞句：「我獲得罪的赦免」，「永生」和「聖徒的喜樂」。

第一欄寫好之後，請大家很快看一下以挪士書1：4開頭的部分。請全班找出，當以挪士的父親所說的「關於永生和聖徒的喜樂的話，深深印在〔他〕心中」（以挪士書1：3）時，他經歷了什麼事。學生們應注意「我的靈魂飢餓」這句話。（你可以鼓勵學生在自己的經文中劃記這句話。）

在一大段經文中找出細節

要學生從一大段經文中找出好幾個細節，會讓有些人感到很吃力。為幫助這些學生，可將全班分成幾組。指示每組在這一大段經文中各找出一個不同的細節。這可幫助學生在讀這些經文時專注在主要的概念上。這樣做也給他們機會彼此教導他們在經文中找到的重要細節。

- 想到先知有關永生、聖徒的喜樂的教導，怎麼會讓人的靈魂飢餓呢?（這些教導可以幫助人渴望配稱與主同在，並渴望獲得因奉行福音而來的快樂。）

指出，以挪士還渴望他的罪能獲得赦免。說明「我的靈魂飢餓」這句話可能是指一個人由於犯罪而在靈性上感受到的空虛，也可能是指一個人渴望能更接近主並向祂學習。

- 罪爲何會使我們感到靈性空虛?（罪使聖靈從我們身上隱退，使我們感到與主產生了距離。）

爲了幫助學生將以挪士的經驗比作自己，請他們默想他們是否也有像以挪士所描述的那種靈性飢餓的感覺。

爲了幫助全班學生看出以挪士做了哪些事來解除靈性上的飢餓，請第二組的學生報告他們所發現的事並將答案寫在白板上。答案應包括以下這些：「在神前掙扎」，「用熱烈的禱告……向祂呼求」以及「對……基督〔運用〕信心。」

- 爲什麼會用「在神前掙扎」這句話來形容一個人努力要獲得罪的赦免?（指出以挪士不是要奮力與神掙扎，而是在祈禱中在神面前掙扎。這種掙扎指的是以挪士努力向天父表明他眞誠地渴望且願意在生活中做必要的改變來悔改。）用掙扎來形容我們爲悔改所做的努力，爲什麼是很貼切的?
- 在以挪士書1：4中，你看到哪些證據能證明以挪士是很眞誠地在尋求獲得罪的赦免?（你可能須要幫助學生了解，祈求是指懷著極大的渴望、謙卑地請求。）
- 我們在尋求獲得主的寬恕時，可以用哪些方式表達我們的眞誠?（你可以指出，我們的禱告可能不需要像以挪士的那樣長，但是一定要眞誠。）

爲了幫助全班學生看到以挪士那麼做之後的結果，請第三組的學生報告他們所發現的事並將答案寫在白板上。答案應包括下列幾項：「你的罪得赦了」，「我的罪已抹掉了」以及「你的信心使你潔淨了」。（你可以說明，使人潔淨是指從罪中被醫治或成爲純潔。）

- 根據以挪士書1：7-8，是什麼使以挪士能獲得寬恕並變得潔淨?（他對耶穌基督的信心。）
- 關於使罪獲得赦免的過程，我們可以從以挪士的經驗中學到什麼?（除了學生可能提及的其他眞理之外，要確定他們了解**只要我們運用對耶穌基督的信心，我們的罪就會被寬恕，我們也會變得潔淨**。爲什麼需要運用對耶穌基督的信心才能獲得這些祝福?（是耶穌基督贖了我們的罪。也唯有透過祂的贖罪，我們才能變得潔淨。）
- 根據以挪士書1：5-6，以挪士如何知道自己已獲寬恕?（你可以指出，以挪士書1：5中所提到的聲音是一個進入以挪士心中的聲音〔以挪士書1：10〕。）
- 你如何得知自己的罪已獲得赦免?

在討論上述最後的那個問題時，要讀以下總會會長團迪特·鄔希鐸會長所說的話：

「一旦我們眞心悔改，基督就會卸下我們身上爲罪所背負的重擔。我們會知道自己已獲寬恕並且被潔淨了。聖靈會向我們證實此點，祂是聖化潔淨者。在一切蒙寬恕的見證中，再沒有比這更大的見證了」（「平安返航點」，2007年5月，利阿賀拿，第101頁）。

- 在我們眞心悔改之後，基督會卸下我們因罪而感到愧疚的重擔，知道這點爲什麼會有幫助?

請學生靜默地思考以下的問題：

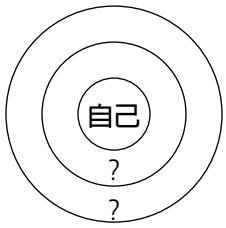
- 你曾經在何時感覺到主已寬恕你的罪?
- 你曾經如何對耶穌基督的贖罪運用信心?
- 你怎麼知道你已獲寬恕?
- 你最近感覺過主的寬恕嗎?

見證：我們若運用對耶穌基督的信心並眞心悔改我們的罪，就會獲得寬恕。由於救主的緣故，我們的罪會被抹掉，我們可以變得潔淨。

以挪士書1：9-27

以挪士為尼腓人和拉曼人的靈性福祉祈求，為他們的救恩努力

將下圖畫在白板上。說明以挪士爲自己祈禱之後，將他祈禱的內容擴大到爲他人的福祉而懇求。指派學生兩人一組進行活動。請各組學生輪流讀出：以挪士書1：9-14。請他們找出以挪士爲哪兩群人祈禱，以及他分別爲他們祈求什麼。學生在報告他們所學到的事情時，在該圖的問號旁邊分別寫上尼腓人和拉曼人。



- 根據以挪士書1：14，拉曼人圖謀對尼腓人做什麼?
- 我們從以挪士爲拉曼人祈禱一事，對他有何認識?

讀以下豪惠・洪德會長所說的話。請學生聽聽看這些話和以挪士的經驗有何關聯：

「每當我們在生活中感受到贖罪的祝福時，我們不禁會關心其他人的福祉。……

「個人歸信與否的一項重要指標是：他與別人分享福音的渴望有多少」（*The Teachings of Howard W. Hunter,* ed. Clyde J. Williams [1997], 248–49）。

- 這段話和以挪士的經驗有何關聯?（以挪士現身說法：**當我們親身體驗到耶穌基督贖罪的祝福後，就會想要幫助他人獲得救恩**。你可以鼓勵學生把這項原則寫在自己的經文中。）

請學生默讀以挪士書1：12，15-20，找出以挪士所做的事如何顯示出祈禱、信心和努力三者之間的關係。

- 你認爲在信心中祈禱是什麼意思?
- 根據以挪士書1：12，19-20，以挪士如何在祈禱中以及在祈禱後，顯示出他的努力?
- 我們可以從以挪士的榜樣學到關於祈禱的什麼事?（學生應該要能明白**主會根據我們的信心和努力來回答我們的禱告**。

爲了幫助學生思考他們可以用哪些方式來效法以挪士的榜樣，把以下幾句聲明寫在白板上，或作成講義發給他們。請學生選擇其中一句聲明，並在經文研讀日記中完成它。

1. *我和以挪士一樣，渴望獲得罪的赦免。我會藉著……，向主表達這是我眞心的渴望。*
2. *和以挪士一樣，我渴望幫助我的家人和朋友歸向基督。我要努力幫助的人是……。爲了幫助此人，我會……。*
3. *以挪士爲被視爲其敵人的拉曼人祈求。我也要像以挪士一樣，向那些惡待我的人表達主的愛。我做這件事的一個方法是……*

學生都寫完之後，請一位學生讀以挪士書1：26-27。請全班找出以挪士因爲他的努力而體驗到喜樂的證據。學生報告了他們發現的事之後，鼓勵他們去完成他們在經文研讀日記中所寫下的事情。見證：運用對耶穌基督的信心，會讓我們體驗到寬恕和喜樂，我們也會有更大的渴望去幫助他人歸向基督。

導言

雅龍書

為什麼要研讀這部書?

學生在研讀雅龍書時，會看到神遵守承諾，賜福給服從祂誡命的人。他們也會學到，在雅龍的時代，尼腓人的國王、先知、教師及祭司怎樣努力協助人們悔改、避免滅亡。

誰寫了這部書?

以挪士的兒子雅龍寫了這部書。雅龍就像他的父親，也像他的祖父雅各及曾祖父李海一樣，擁有預言和啓示之靈（見雅龍書1：2）。他寫完紀錄後，將頁片交給他兒子奧姆乃。

這部書是為誰寫的?為什麼?

雅龍說，他「照〔他〕父親以挪士的命令」記寫，「以保存〔他們的〕家譜」（雅龍書1：1）。他也指出，他的紀錄「所寫的內容是為了造福〔他的〕弟兄拉曼人」（雅龍書1：2；亦見以挪士書1：13-18）。雅龍並未記載自己的預言和啓示，因為他相信他祖先所寫的紀錄已充分「揭示了救恩的計畫」（雅龍書1：2）。不過，他描寫了尼腓人的領袖在他傳道期間所作的各項努力。這些領袖都是「對主有強大信心的人」（雅龍書1：7），他們不斷敦促人們悔改、服從誡命（見雅龍書1：3，5，10-12）。雅龍觀察到，當人們選擇跟從正義領袖的忠告時，就會昌盛，並且有能力鞏固自己來對抗拉曼人。他見證：「主對我們祖先說的話應驗了，祂說：只要你們遵守我的誡命，你們必在此地昌盛」（雅龍書1：9；亦見尼腓一書2：19-20）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的?

雅龍書涵蓋了大約59年的時間，自主前420年到主前361年左右（見以挪士書1：25；雅龍書1：13）。這部書是在尼腓地寫的。

這部書有哪些特色?

雅龍書是摩爾門經裡最短的一部書。這部書提到了尼腓文明發展的細節，說他們「人口激增，遍佈地面」（雅龍書1：8）。他們也享有豐富的資源，精於製作木器和鐵器，擅長建造建築物，以及製造機械、工具及武器（見雅龍書1：8）。

大綱

雅龍書1：1-2雅龍接受頁片，說明他記寫的目的。

雅龍書1：3-12雅龍記載主信守承諾，在尼腓人遵守祂的誡命時，祝福他們並使其昌盛。他見證救主在塵世傳道之前，就有能力拯救人們脫離罪惡，讓人們「相信祂……，就像祂已來臨一樣」（雅龍書1：11）。

雅龍書1：13-15雅龍說，尼腓人與拉曼人之間戰事的紀錄已記載於尼腓大片。他將小片交給兒子奧姆乃。

導言

奧姆乃書

為什麼要研讀這部書?

學生在研讀奧姆乃書時，會知道主保護了正義的尼腓人，帶領他們到柴雷罕拉地（見奧姆乃書1：7，12-13）。他們也會知道還有其他族群——繆萊克人（或柴雷罕拉人）及雅列人——也曾由主帶領來到應許地。

誰寫了這部書?

奧姆乃書是以下這五個人寫的：奧姆乃、艾曼龍、凱密希、阿賓納頓、亞瑪力。奧姆乃是雅龍的兒子、李海和撒拉亞的玄孫。他說自己是個「惡人」，並未「遵守主的……誡命」（奧姆乃書1：2）。艾曼龍（奧姆乃的兒子）、凱密希（艾曼龍的弟弟）、阿賓納頓（凱密希的兒子）分別加了幾句話。阿賓納頓的兒子亞瑪力寫了奧姆乃書的大部分，是最後一個在尼腓小片上記寫的人。他將頁片託付給便雅憫王。

這部書是為誰寫的?為什麼?

奧姆乃說，他「奉父親雅龍之命，……寫幾句話，以延續〔他們的〕家譜」（奧姆乃書1：1）。這段話暗示了奧姆乃是為了使他後裔受益而記寫。奧姆乃書接下來的三位作者都沒有針對特定的讀者說話，也沒有載明他們記寫的目的。但亞瑪力邀請所有的人「歸向基督，……也要領受祂的救恩」（奧姆乃書1：26），由此可見他很關心讀者的救恩。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的?

奧姆乃書這幾位作者寫作的年代大約在主前361年至主前130年之間。前四位作者是在尼腓地寫的，亞瑪力則是在柴雷罕拉地記寫其紀錄。

這部書有哪些特色?

奧姆乃書是尼腓小片的最後一部書。這部書涵蓋的年代比尼腓小片中其他任何一部書的年代都長。在整本摩爾門經中，只有尼腓四書和以帖書涵蓋的年代比奧姆乃書長。

奧姆乃書也談到摩賽亞王一世統治的細節；他是便雅憫王的父親、摩賽亞王二世的祖父。摩賽亞王一世帶領正義的尼腓人離開尼腓地，並加入柴雷罕拉人（見奧姆乃書1：12-23）。奧姆乃書談到主如何在李海一家離開耶路撒冷後不久，也引導柴雷罕拉人（亦稱為繆萊克人）離開耶路撒冷到應許地去（見奧姆乃書1：15）。

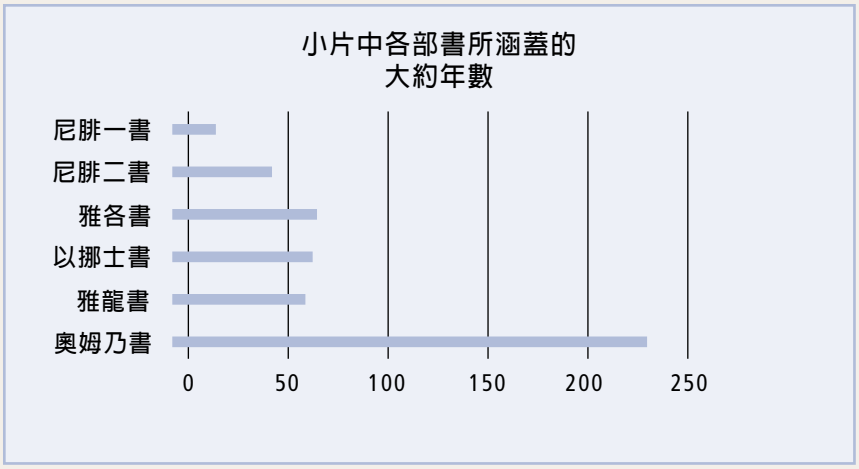
奧姆乃書是摩爾門經各書中，第一次提到雅列人的地方。這書也提到有些尼腓人離開柴雷罕拉，返回尼腓地，這是摩賽亞書第7～24章所述各項事件的預告。最後，奧姆乃書介紹了便雅憫王，並說明亞瑪力為何要將神聖的紀錄託付給他（見奧姆乃書1：25）。

大綱

奧姆乃書1：1-3奧姆乃敘述了尼腓人與拉曼人之間太平和戰亂的日子。

奧姆乃書1：4-11艾曼龍、凱密希和阿賓納頓記寫尼腓小片。在這段時期，尼腓人處於叛教的狀態中。

奧姆乃書1：12-30亞瑪力記寫了摩賽亞王和便雅憫王統治期間所發生的重大事件。他邀請所有的人歸向基督。



第50課

雅龍書和奧姆乃書

導言

雅龍書和奧姆乃書記載了尼腓小片的最後記事。雅龍從他父親以挪士那兒得到頁片後，記錄了尼腓人在大約60年間經歷的各項艱難和祝福。然後他將頁片交給兒子奧姆乃。奧姆乃書包含了五位保管尼腓人紀錄之人的寫作，涵蓋的年代共計約230年。奧姆乃書的最後一位作者亞瑪力在結束其紀錄之際，提出了這項邀請：來「歸向基督，……把你整個靈魂當獻祭獻給祂」（奧姆乃書1：26）。

展示教會領袖的照片

在教導教會領袖的話語時展示他們的照片，能幫助學生熟悉這些蒙主召喚為先知、先見和啓示者的人，也會使學生對他們的話語更感興趣。如果你計畫要引述總會大會某篇演講的內容，可考慮播放數位影片或音效檔，這些都可在 LDS.org 找到。

教學建議

雅龍書1：1-15

雅龍描述尼腓人如何在遵守主的誡命期間昌盛

讀出以下總會會長團迪特·鄔希鐸會長的話。可能的話，在讀的時候，展示一張鄔希鐸會長的照片：

「我記得在我準備接受戰鬥機飛行員的培訓時，我們在軍事基礎訓練裡花了很多時間進行體能鍛鍊。我到現在還是不太確定在培訓飛行員時，爲什麼無休無止的跑步被視爲是這麼必要的準備功夫。總之，我們當時總是跑個沒完。

「我在跑步時開始注意到一件事；老實說，那件事讓我覺得很困擾。一而再地，我老是被一些人超越，那些人又抽煙、又喝酒，做盡所有違反福音的事，特別是智慧語。

「我記得當時我心想：『不對呀！我不是應該可以奔跑而不困倦的嗎?』可是我卻很困倦，而且還被根本不遵守智慧語的人超越。我承認，當時我很困惑，我問自己：『這項應許到底是不是眞的?』」（「繼續忍耐」，2010年5月，利阿賀拿，第58頁）。

請學生想想自己是否也曾同樣感到困惑，不知道主是否會履行祂的承諾，或會用什麼方式履行承諾，來祝福遵守祂誡命的人。

在白板寫下應驗一詞，然後請學生說明這個詞的意思（是指證實或證明某件事是眞實的）。說明：以挪士的兒子雅龍在提及一項賜給他祖先的應許時，用了應驗一詞。請學生默讀雅龍書1：9，找出主的哪一項應許已經應驗了。（可以建議學生在經文中將這項應許標記出來。）要確定學生都找到這句話：「只要你們遵守我的誡命，你們必在此地昌盛。」

將以下參考經文及問題寫在白板上。（爲了節省時間，可以在上課前先在白板上寫好。）

雅龍書1：4-5，8	有哪些例子可以看出尼腓人如何服從、如何蒙福?
雅龍書1：7，10-12	領袖和先知如何協助尼腓人服從並昌盛?
奧姆乃書1：5-7	神的應許後來如何用不同的方式應驗了?

將學生分成三人一組。將白板上的參考經文分別指派給各組中的某個人。請學生默讀指派給自己的參考經文，找出相關問題的答案。然後給小組裡的每個人一兩分鐘時間，概述自己所讀的內容，並回答指定的問題。請一兩位學生爲全

班概述自己在研讀及討論這些經文後，學到了哪一項眞理。學生提出答案時，要確定他們都了解：**我們若服從神的誡命，就必昌盛。**

- 根據你從尼腓人的經驗所學到的，神會用哪些方式祝福那些服從祂誡命的人？

爲了強調這項原則，提醒全班鄔希鐸會長懷疑主在智慧語中所作的應許是否會應驗的那個經驗。然後讀出他其餘的話：

「我的答案並未立即出現。但是漸漸地我學到，神的應許並不一定如我們所願地立刻實現，或者按照我們希望的方式出現，而是根據祂的時間表、按照祂的方式。多年之後，除了因服從神的種種律法會立即獲得屬靈祝福外，我也明顯地看到遵守智慧語的人獲得屬世祝福的證據。回顧以往，我確切地知道，主的應許或許不是每次都立即出現，但必然會實現」（「繼續忍耐」，第58頁）。

邀請學生思考下列問題：

- 主曾經在何時因你遵守祂的誡命而祝福你，或使你昌盛？關於主和祂的應許，你可以根據自己的經驗來分享哪些見證？

專注在教義和原則上

提供歷史和地理的資料，可能在釐清你所教的經文的背景及前後脈絡方面很重要，但課程仍應專注在協助學生找出、了解及應用福音的各項教義和原則上。要留心不要因為花費太多時間講述歷史及地理，而忽略了奧姆乃書中所教導的教義。

奧姆乃書1：1-30

幾位紀錄保管人記述尼腓人的歷史

簡短介紹奧姆乃書，說明這是雅龍的後代子孫所寫的，涵蓋了大約230年的時間。請學生瀏覽奧姆乃書，找出在雅龍之後，負責保管尼腓小片的那幾個人的名字。爲了幫助學生迅速找出這些名字，可考慮提供以下參考經文：奧姆乃書1：1，4，8，10，12，25。

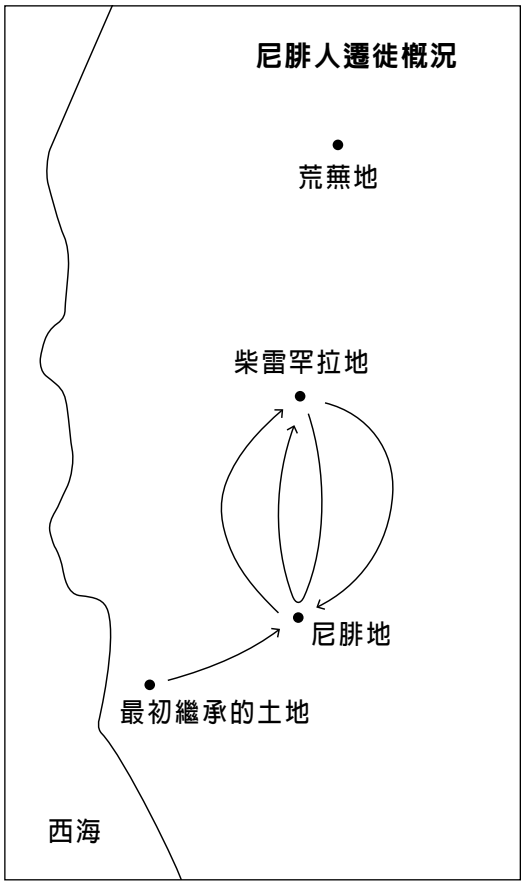
說明奧姆乃書描述了摩爾門經人民歷史上的幾個重要事件。這部書提到了柴雷罕拉的人民（亦稱爲繆萊克人）及柯林德茂（最後一個雅列人），並簡短地敘述了尼腓人如何遷徙至柴雷罕拉，加入繆萊克人。你可以請學生參考摩爾門經書籤上的編年表（項目編號32336 265），並幫助他們找出有關尼腓人與繆萊克人合併的記載。同時請學生在書籤上的「雅列人」標題下方，找出柯林德茂的名字。

在白板上畫出本頁所示的地圖，但不要畫出箭頭。鼓勵學生將這地圖抄在經文研讀日記或隨堂筆記中。

提醒學生：在尼腓的時代，尼腓人與拉曼人分開後，定居在一處稱爲尼腓地的地方。在地圖上，從最初繼承的土地處畫一個箭頭到尼腓地。請學生默讀奧姆乃書1：12-13，找出尼腓人是怎麼來到柴雷罕拉地的。在學生說出他們的發現時，從尼腓地畫一個箭號到柴雷罕拉地。指出奧姆乃書1：12-13教導：**主會爲義人提供指引。**

請一位學生讀出奧姆乃書1：14-19。請全班找出尼腓人和他們在柴雷罕拉地所發現的人民之間有何異同之處。請幾位學生說說他們學到的事。

概述奧姆乃書1：20-22，說明柴雷罕拉的人民遇見柯林德茂，他是雅列國僅存的兩個人中的一個（另一個是先知以帖）。在地圖上指出荒蕪地，並說明這是在雅列人被毀滅後，「骸骨分散」所在的北部地方（奧姆乃書1：22）。告訴學生，他們讀以帖書時，會學到雅列人的事蹟。可以鼓勵學生將雅列人一詞寫在自己經文上，奧姆乃書1：20-22的旁邊。



從柴雷罕拉地畫一個箭頭，先到尼腓地，然後轉回柴雷罕拉地。再從柴雷罕拉地畫另一個箭頭指向尼腓地。問學生，他們能否說明這兩個箭號各代表什麼。如果他們需要協助，就概述奧姆乃書1：27-30，說明有兩群人想從柴雷罕拉地回到尼腓地去。第一群人失敗後，返回了柴雷罕拉地。亞瑪力在結束紀錄時，提到他不知道第二群人後來怎麼了。告訴學生，他們讀到摩賽亞書時，會知道這群人的事蹟，他們就是曾倪夫的人民。可以鼓勵學生將*曾倪夫的人民*一詞寫在自己經文上，奧姆乃書1：29-30的旁邊。

說明摩爾門經並未聲稱這是居住在古代美洲大陸的所有民族的紀錄。除了雅列人、繆萊克人及李海一行人之外，可能還有其他一些族群也來到美洲大陸。

說明亞瑪力在結束紀錄時，爲那些會讀到他話語的人寫下一項重要的邀請。請學生默讀奧姆乃書1：25-26中亞瑪力的這項邀請，找出一個他重複了三次的建議。（可以鼓勵學生將找到的答案劃記下來。）

- 對你而言，歸向基督是什麼意思?

指出亞瑪力在邀請我們歸向基督的同時，也勸告我們要做一些特定的事。將以下內容寫在白板上：

歸向基督，並（也要）……

請學生再讀一次奧姆乃書1：25-26。請幾位學生用這段經文中的話來完成白板上的句子。

- 根據奧姆乃書1：26，我們做了這些事會蒙得什麼祝福?（幫助學生了解：**我們若歸向基督並持守到底，就必得救**。可以將這項原則寫在白板上。）

請學生從白板上所列的句子中選出一句。請他們在經文研讀日記中，針對他們可以如何用那個方式歸向基督，寫出一篇可在聖餐聚會用的短講，或擬出一份講稿大綱。建議他們的演講可以包括：（1）讀出奧姆乃書1：25-26，並用自己的話來解釋他們所選的那個句子，（2）讀出其他可以使那句話更清楚或更有意義的經文，（3）從自己的生活或認識之人的生活中，分享一個相關的經驗，或（4）分享自己的想法、感受，及見證。（可以將這些建議寫在白板上、作成講義發給學生，或唸出來讓學生寫在經文研讀日記上。）

給學生六七分鐘準備講稿。請幾位學生在全班面前分享其演講。（如果時間不夠，可考慮請一些人在下一堂課開始時分享其演講，或在將來作爲課程靈修的一部分。也可以鼓勵學生在家人家庭晚會，或在與家人、朋友談話時分享這篇演講。）結束時，分享你的這個見證：我們若歸向基督並持守到底，就必得救。

精通經文複習

介紹學生認識幾條新的精通經文。介紹時，將一些參考經文寫在白板上，請學生在自己的經文中找出這些章節並加以閱讀。也可以鼓勵學生用特別的方式將這些經文劃記起來，以便日後能很容易地找到。爲了幫助學生記得這些參考經文及關鍵詞，可考慮使用本手冊結尾的附錄中所述的「經文追捕」活動。

注意：可以改天時間較多時再使用這項活動。

自修班課程

雅各書第5章～奧姆乃書（第10單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀雅各書第5章～奧姆乃書（第10單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（雅各書第5～6章）

學生在讀到雅各書第5章的橄欖樹比喻時，所著重的原則是：主愛我們，而且為了我們的救恩而勤奮工作。學生也記錄下關於主對他們的愛，以及他們從雅各書第5章學到的事。在雅各書第6章中，學生學到：現在就悔改和接受主的慈悲，藉此為審判作準備，是明智的。

第2天（雅各書第7章）

學生讀到雅各面對反基督者歇雷的經過。他們學習到，只要倚靠主，便能戰勝對我們的信仰提出的挑戰。他們也從雅各的榜樣學習到，只要我們的見證奠基在啓示和真實的靈性經驗上，我們的信心就不會動搖。此外，學生也見到以下這項原則的實例：用能邀來聖靈的方式來回應別人對我們的信仰所作的質疑或批評，能幫助他人轉向主。學生寫下了他們會如何應用雅各書7：15-23所提的一項原則。

第3天（以挪士書）

學生從以挪士的榜樣學習到，我們運用對耶穌基督的信心時，我們的罪就能獲得寬恕，我們也能變得潔淨。他們也學習到，一旦親身體驗到耶穌基督贖罪的祝福，就會想要幫助他人獲得救恩。學生寫下了一個可以應用這些原則的方法。

第4天（雅龍書及奧姆乃書）

學生在研讀雅龍書及奧姆乃書時，找到了以下這項真理：我們若服從神的誡命，就必昌盛。他們記寫了主如何因為他們遵守祂的誡命而祝福他們。學生也簡短地研讀了尼腓人遷徙至柴雷罕拉地的經過，認識了柴雷罕拉人、雅列人，以及一群回到尼腓地的尼腓人（曾倪夫的人民）。學生學到了以下這項原則：我們若歸向基督並持守到底，就必得救。他們在結束這一課時，針對亞瑪力鼓勵我們歸向基督的方式之一，寫了一份一、兩分鐘的演講稿。

導言

學生在這一課會有機會想想主對他們的愛，正如雅各書第5章裡所顯示的。如果時間許可，也可以用雅各書第5章教導，身為主的僕人的他們擔負著哪些責任。學生將能夠討論雅各書第7章裡的一些真理，這些真理能在他人質疑或批評他們的信仰時給予他們幫助。他們也會有機會告訴全班，自己如何應用了從以挪士書所學的內容。此外，學生可以分享他們所準備的演講，談談我們可以如何聽從奧姆乃的邀請，歸向基督。如果你想這麼做，事先聯絡幾位學生，請他們準備向全班演講，可能會有幫助。

教學建議

雅各書第5～6章

雅各引述橄欖樹的比喻，來說明主為了我們的救恩而努力工作

提醒學生，在橄欖樹的比喻中，園生橄欖樹的枝條被分散到果園四處。這代表神的約民，即以色列家族成員，分散在世界各地。但到了最後，果園裡所有的樹還是都變壞了（見雅各書5：46）。說明這代表大叛教時期。

請學生默讀雅各書5：61-62，找出主指示祂的僕人（祂的先知）去做什麼事來幫助那些樹再次結出好果子。然後提出下列問題：

- 在你看來，這些「僕人」可能是指誰？（教會領袖、傳教士，以及所有的教會成員。）
- 這些僕人被召喚去工作的時機有何獨特之處？

簡短說明，這些努力代表著以色列的聚集。為了幫助學生明白他們也是蒙召喚在主的果園工作的僕人，讀出以下七十員迪恩．拉森長老的話。請學生聽聽看，他所說的「果園中最後的一批工人」，指的是誰。

「〔現在〕這個時期正是主和祂的僕人最後一次盡其最大努力的時候，要將真理的信息傳給地上萬民，並要收回那已忘記其真正身分的古代以色列人的遺裔。……

「你們來到這世上時，這偉大事工的根基已安放妥當。福音已最後一次復興。這教會幾乎在世界各角落都已建立起來。舞台也已準備好，就要上演最後一幕。你們正是這幕戲的主角。你們是果園中最後的一批工人。……你們就是被揀選去做這事工的」（參閱「高貴的一代」，1983年7月，聖徒之聲，第54頁）。

提出下列問題：

- 拉森長老所說，蒙召喚到果園工作的僕人，或「最後的一批工人」，指的是誰？
- 你有哪些機會為主服務，協助他人結出「好果子」？

全班一起讀出雅各書5：71。請學生找出主對那些和祂一起工作的人作了什麼應許。問學生，他們曾經在何時因為努力為主服務而感受到祝福。

雅各書第7章

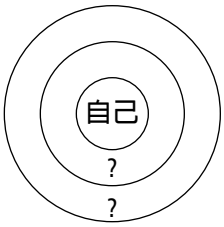
雅各倚靠主來面對歇雷，並引導尼腓群眾轉向主

注意：在雅各書第7章中，學生學習到雅各如何駁倒了一個名叫歇雷的反基督者就對耶穌基督的信心一事所提出的爭論。雖然本課的重點不在於雅各與歇雷的這個經驗上，你仍然可以請學生概述這件事，並指出他們從雅各的榜樣中學到哪一項真理。你可以特別強調以下這項真理：**我們的見證若奠基在啓示和真實的屬靈經驗上，我們的信心就不會動搖**。

以挪士書

以挪士獲得罪的赦免之後，為其他人祈禱，並為他人的救恩而努力

把這張圖表畫在白板或一張紙上。請學生說明這與以挪士的經驗有何關聯。



將學生分成三組。（如果班上人數很少，可以一個人一組。）請第一組閱讀以挪士書1：4-6，並準備說明我們從以挪士為自己所作的祈禱中，可以學習到哪一項真理。請第二組閱讀以挪士書1：9-10，並準備說明我們從以挪士這部分的祈禱中，可以學習到哪一項真理。請第三組閱讀以挪士書1：11-14，並準備說明我們從以挪士這部分的祈禱中，可以學習到哪一項真理。然後每一組請一個人分享該組所準備的內容。請學生複習經文研讀日記中，第3天的指派作業9，並請幾位學生分享他們會選擇如何應用以挪士書中的那些真理。

雅龍書和奧姆乃書

幾位紀錄保管人對尼腓人的各樣艱難和祝福所作的記述

如果學生對於不同的民族遷徙到西半球土地一事有疑問，可以跟他們討論學生用本中與奧姆乃書1：1-30有關的資料，包括總會會長團安東尼．伊文斯會長所說的話。

請學生複習他們所準備的有關歸向基督的演講（第4天，指派作業4）。如果時間許可，可以請幾個學生向全班作演講。如果你已事先請學生作演講，請一定要保留足夠的時間給他們。

務必感謝學生的參與。要見證天父和耶穌基督愛你的每一位學生，並向他們保證，只要他們全心歸向基督，必定會在祂的國度中得救。

下一單元（摩爾門語～摩賽亞書第6章）

在下一單元，學生會讀到神的一位天使向便雅憫王顯現，指示他，並告訴他要對人民說些什麼（見摩賽亞書第3章）。便雅憫王將這些話傳達給他的人民後，他們的心中經驗到了巨大的變化。

導言

摩爾門語

為什麼要研讀這部書？

透過研讀摩爾門語，學生會更有信心，相信「主知道……所有的事」（摩爾門語1：7），並相信祂會引導祂的僕人去達成祂的目的。從歷史的角度來看，這部書是銜接尼腓小片（尼腓一書～奧姆乃書）和摩爾門節錄的尼腓大片（摩賽亞書～尼腓四書）之間的一座橋樑，幫助學生更了解摩爾門在編纂摩爾門經時，節錄了哪些紀錄。它也引導學生認識了便雅憫王的信心和各樣成就。

誰寫了這部書？

摩爾門寫了這部書。他是一位先知、紀錄保管人，也是節錄及編纂摩爾門經的人。他也是一位正義的父親和尼腓人的軍事領袖。先知摩羅乃是他的兒子。

這部書是為誰寫的？為什麼？

摩爾門是為將來的讀者寫的，他希望他的寫作和他兒子摩羅乃的寫作「或許對他們有益」（摩爾門語1：2）。更明確地說，他是為了拉曼人的益處而寫的。他在談到拉曼人時，說：「我求神眷顧我的弟兄，使他們能重新認識神，是的，認識基督的救贖，使他們能再成為可愛的民族」（摩爾門語1：8）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

摩爾門寫這部書的時間大約在主後385年，在他「目睹〔他〕人民尼腓人幾乎全部毀滅」（摩爾門語1：1）之後。摩爾門並未記載這部書是在何處寫的。

這部書有哪些特色？

這部篇幅簡短的書打斷了摩爾門經開頭幾部書的編年順序。是摩爾門在亞瑪力完成奧姆乃書的500多年後才寫的。在這部書裡，摩爾門簡短地說明了他如何編纂及節錄他人民的紀錄。為了解他的說明，要記住主曾吩咐尼腓去製作兩套頁片，而這是為了一個「特殊」而「睿智」的目的（見尼腓一書9：3，5）。其中一套頁片，即通稱的大片，載有尼腓人的世俗歷史，而另一套頁片，即通稱的小片，則是一套神聖紀錄，記載了尼腓人的講道、啓示和預言（見尼腓一書9：2-4；雅各書1：3-4）。

摩爾門在節錄完尼腓大片的一部分內容後，才發現尼腓小片（見摩爾門語1：3）。在主的靈引導下，他將小片收錄在他所節錄的大片中。他這麼做是按照主的旨意，是「為了一個睿智的目的」而做的（見摩爾門語1：4-7）。

許多年後，這項啓示的原因才顯明出來。約瑟．斯密開始翻譯摩爾門經時，他最先譯的是摩爾門所節錄的尼腓大片，即世俗歷史。而擔任先知此一翻譯階段抄寫員的馬丁．哈里斯，卻遺失了116頁的手稿。主向約瑟．斯密啓示說，惡人已取得那些頁片、變更了譯文（見教約10：8-10）。如果約瑟重新翻譯同一內容，那些人就會說，因為他無法再用同樣的詞句翻譯那書，所以他不是先知（見教約10：11-19）。主告訴約瑟不要再翻譯那一部分，卻要翻譯摩爾門收在他所節錄之大片中的尼腓小片（見教約10：30-45）。因此，摩爾門語讓我們看出主如何預備道路，來挫敗惡人的計謀；祂不但收錄了與失去的手稿同一時期的經文，而且這些經文還提供了「使〔主的〕福音更加明白的事情」（見教約10：45）。十二使徒定額組的傑佛瑞．賀倫長老教導：「要是有一天有人能找到遺失的摩爾門經116頁原稿，那當然會是一件令人興奮的事。但無論那稿件裡面包含的內容是什麼，它對摩爾門經的目的，都不會比小片中所記載的教訓……更重要或更基本」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 35–36）。

摩爾門除了針對編纂他人民神聖紀錄一事分享見解之外，還簡略地敘述了便雅憫王的服務（見摩爾門語1：10-18）。這項敘述有助於將尼腓小片與摩爾門節錄的大片連接起來。奧姆乃書，也就是尼腓小片最後一部書的結尾，曾提到便雅憫王（見奧姆乃書1：23-25）。而摩賽亞書，也就是我們所擁有的、摩爾門節錄自大片的第一部書，一開始便是談到便雅憫王的統治和傳道接近尾聲（見摩賽亞書1：1，9）。

大綱

摩爾門語1：1-9摩爾門發現尼腓小片，並將這些小片收錄在他節錄的大片中。

摩爾門語1：10-18摩爾門概述便雅憫王統治的情形

導言

摩賽亞書

為什麼要研讀這部書？

學生在研讀摩賽亞書時，會讀到對耶穌基督之使命所作的有力見證。他們也會學到主怎樣拯救人們脫離罪的束縛或肉體上的壓迫。此外，學生還會學到，便雅憫王、阿賓納代及阿爾瑪等人所作的正義努力如何為他人帶來了極大的祝福。反之，學生也會看出，曾倪夫及他的兒子挪亞王這樣的人所作的不良選擇如何為他們自己和人民帶來了負面的後果。

誰寫了這部書？

摩爾門編纂並節錄了其他幾位作者的紀錄，成為摩賽亞書。這部書是以便雅憫王之子摩賽亞之名為名。摩賽亞是一位先知、先見、啓示者和國王，在大約主前124年到主前91年間統治柴雷罕拉地。他以祖父摩賽亞之名為名，他的祖父也是柴雷罕拉地的國王（見奧姆乃書1：12-13，19）。

摩爾門摘錄幾份紀錄加以編纂，成為摩賽亞書。他節錄並引述摩賽亞在尼腓大片上所記寫的紀錄，該紀錄詳述了尼腓人在柴雷罕拉地的歷史（見摩賽亞書第1～7章；第25～29章）。他也摘錄了曾倪夫的紀錄，該紀錄敘述曾倪夫的人民從離開柴雷罕拉到返回該地為止的歷史（見摩賽亞書第7～22章）。此外，摩爾門還引述並節錄了阿爾瑪的部分寫作。阿爾瑪保存阿賓納代的話，並記寫他自己人民的紀錄（見摩賽亞書17：4；18，23-24）。

這部書是為誰寫的？為什麼？

摩爾門在摩賽亞書中並沒有針對特定的讀者說話，也沒有說明他為什麼要寫這部書。但摩賽亞書對於摩爾門經的首要目的，亦即見證耶穌是基督和顯明主的聖約，卻是貢獻良多（見摩爾門經標題頁）。摩賽亞書收錄了兩篇針對耶穌基督的使命所作的精湛講道：分別是摩賽亞書第2～5章中便雅憫王所說的話，和摩賽亞書第12～16章中阿賓納代所說的話。此外，摩賽亞書也一再描述與主訂立聖約及遵守聖約是多麼重要（見摩賽亞書5：5-9；18：5-10；21：31-32；24：13-15；25：16-18；26：20）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

用來編纂摩賽亞書的原始紀錄，大約是在主前200年到主前91年間寫成的。摩爾門節錄這些紀錄的時間大約在主後345年到主後385年之間。摩爾門並未寫明他在什麼地方編纂這部書。

這部書有哪些特色？

摩賽亞書是摩爾門經中，從尼腓大片節錄出來的第一部書。這部書教導了有關先見的各項能力（見摩賽亞書8：13-18；28：10-17）。此外，摩賽亞書也用獨特的方式敘述了幾群尼腓人各自的經歷和旅程；這幾群人包括在柴雷罕拉地的人、在尼腓地受曾倪夫、挪亞和林海統治的人，以及那些和阿爾瑪一起從尼腓地逃出來的人。要知道更多有關這幾群人的事蹟，可以參考本書後面的附錄中，有關摩賽亞書第7～24章所記載的幾趟旅程的概況。

摩賽亞書描述了林海和阿爾瑪所率領的人加入柴雷罕拉地的尼腓人的經過（見摩賽亞書25：1-13）。它也詳述了耶穌基督的教會在柴雷罕拉全地的管理情形（見摩賽亞書25：14-24；26）。最後，摩賽亞書還首度提到法官的統治（見摩賽亞書第29章）。

大綱

摩賽亞書第1～5章便雅憫王指派兒子摩賽亞繼承王位，並陳述自己在位統治的情形。便雅憫教導有關耶穌基督的事，並邀請人民與神立約。

摩賽亞書第6～8章摩賽亞開始統治。艾蒙和另外15人到尼腓地尋找曾倪夫人民的後裔。艾蒙遇見曾倪夫的孫子林海王，得知那些人是怎樣被帶入束縛的。

摩賽亞書第9～17章記述了曾倪夫人民的歷史。曾倪夫死後，他的兒子挪亞在邪惡中統治。阿賓納代為耶穌基督作見證，勸告挪亞王和人民悔改。阿賓納代被處以火刑而死。

摩賽亞書第18～20章挪亞王的一位祭司阿爾瑪悔改了。他教導福音，和跟隨他的人一起逃入曠野。拉曼人攻擊並奴役在尼腓地的尼腓人。挪亞為人民所殺，並由其子林海繼任為王。

摩賽亞書第21～22章林海和人民悔改了。主拯救他們脫離束縛，由艾蒙帶領他們到柴雷罕拉地。

摩賽亞書第23～24章阿爾瑪和跟隨他的人建立希蘭城。他們受拉曼人束縛，遭到挪亞王以前的祭司艾繆倫和其兄弟迫害。主拯救阿爾瑪和他的人民，並引導他們去柴雷罕拉地。

摩賽亞書第25～29章尼腓人在摩賽亞的統治下團結一致，並由阿爾瑪管理教會。阿爾瑪的兒子阿爾瑪（常被稱為小阿爾瑪）和摩賽亞的幾個兒子歸信了。摩賽亞死前制定了法官統治制度。

第51課

摩爾門語～摩賽亞書第1章

教學建議

導言

摩爾門語這部書銜接了尼腓小片和摩爾門所節錄的尼腓大片，是摩爾門在耶穌基督誕生後將近400年寫成的。他在這部書中說明他尋求神的指示，因而受聖靈引導，知道要將哪些資料收錄到他的紀錄中。他也提到便雅憫王，並針對便雅憫王為何能對人民產生重大的影響一事提供寶貴的見解。摩賽亞書第1章包含便雅憫王對他的兒子們所作的一些教導。他教導他們，經文能幫助我們記得神和遵守祂的誡命。

摩爾門語1：1-11

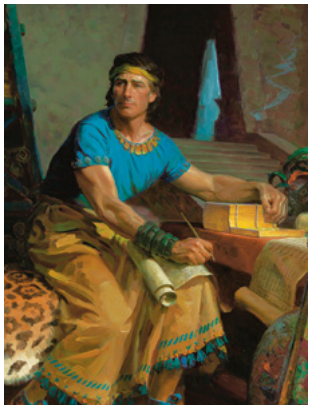
摩爾門見證，神為了一個睿智的目的而保全了各種紀錄

請學生想想聖靈曾經提示他們去做某件事的一個情況。可以請他們將這個經驗寫在經文研讀日記或隨堂筆記中。爲了幫助他們想起這類經驗，可以簡短地分享一個你自己的經驗。讓學生知道，你會在本課的後段請一些學生和全班分享他們的經驗。

向學生說明，今天他們會讀到一個人的例子，這個人雖然不完全明白爲什麼要那樣做，仍然跟從了聖靈的提示。

請學生翻到摩爾門語，並（在章前綱要處）找出摩爾門記寫該書的大約年代。請他們將該年代與奧姆乃書及摩賽亞書的年代作一比較。

- 根據這幾個年代，我們可以學到有關摩爾門語的什麼事？



展示圖片：摩爾門節錄頁片（62520；福音畫冊〔2009〕，編號73）。請一位學生讀出摩爾門語1：1-2。幫助學生了解，摩爾門是在摩爾門經中大部分事件都發生後，才寫了摩爾門語這部書。說明摩爾門語不但幫助我們了解摩爾門經是從許多不同的紀錄編纂而成的，也讓我們知道，這個編纂的過程是由啓示在引導。

爲了幫助學生看出摩爾門語、尼腓小片，以及摩爾門所節錄的尼腓大片，如何集結在摩爾門經中，可考慮向學生展示本書後面附錄中，標題爲「各種頁片與已出版摩爾門經之間的關係」的圖表。也可以在上課前準備好以下的視覺輔助教材：

將兩本書和一張紙組合在一起。其中一本書的厚度是另一本的兩倍。在比較薄的那本書的書脊上貼一張紙條，寫上尼腓小片。在比較厚的那本書的書脊上貼一張紙條，寫上摩爾門所節錄的尼腓大片。在那張紙上，寫摩爾門語。

在課堂上使用這個視覺輔助教材時，先舉起代表摩爾門所節錄的尼腓大片的那本書。說明尼腓大片上的紀錄是摩爾門經內容的主要來源。約瑟·斯密將摩爾門所節錄的這份紀錄翻譯成摩賽亞書、阿爾瑪書、希拉曼書、尼腓三書，及尼腓四書。

請學生默讀摩爾門語1：3。請他們找出摩爾門在節錄完一部分尼腓大片後，發現了什麼。在學生報告所發現的事時，幫助他們了解：「這些頁片」指的是尼腓小片。舉起代表尼腓小片的那本書。說明約瑟·斯密從這部紀錄，翻譯了尼腓一書到奧姆乃書。

請學生閱讀摩爾門語1：4-6，看看摩爾門對尼腓小片有何感想?

- 摩爾門喜愛尼腓小片上的什麼?
- 摩爾門如何處置尼腓小片?

將那本較薄的書放在那本較厚的書上面，來說明摩爾門將尼腓小片納入他所節錄的尼腓大片中。

請一位學生讀出摩爾門語1：7。請全班找出摩爾門爲什麼要將尼腓小片納入他所節錄的尼腓大片中。

- 爲什麼摩爾門要將小片收到他所節錄的大片中?（因爲他跟從了聖靈的提引。）當時他完全了解爲什麼應該這麼做嗎?

幫助學生看出，摩爾門了解尼腓小片可能很重要的幾個理由。他知道這些小片具有極大的屬靈價值，而且他很喜愛裡面所載的有關耶穌基督的各項預言（見摩爾門語1：4-6）。然而，他並不完全知道爲什麼除了那涵蓋同一歷史時期的大片之外，還必須收錄這些小片。（有關摩爾門當時所不知道的一個原因，請見本書中摩爾門語的導言。）

請學生再次默讀摩爾門語1：7，找出摩爾門所教導，與主有關的教義。要確定他們都了解：**主知道所有的事**，並且**主能夠透過我們去達成祂的旨意。**

- 這些教義如何幫助了摩爾門去按照所接受的提示去做?
- 在你接受到聖靈的提示時，這些眞理對你會有怎樣的幫助?

鼓勵學生複習他們在上課一開始時所寫或所想的情況。請幾位學生談談他們所接受到的提示，他們如何按照那些提示去做，做了以後的結果如何。（要確定學生都了解，他們不必覺得自己有義務分享太過私密或個人的感覺或經驗。）在學生分享經驗時，你可以提出以下一些問題：

- 你當時知道，遵從這項提示的話，每一件事的結果會是怎樣嗎?
- 是什麼讓你有決心和信心去按照那提示去做?

舉起那本代表摩爾門從大片中節錄內容的那本書，上面放著代表尼腓小片的那本書。然後舉起代表摩爾門語的那張紙。

- 摩爾門語和這兩部紀錄放在一起時，應該放在哪個位置?

學生回答時，將那張代表摩爾門語的紙放在兩部書中間。說明摩爾門語就好比一座橋樑，銜接了尼腓小片和摩爾門所節錄的尼腓大片之間的故事情節。

請一位學生讀出摩爾門語1：8。請全班找出摩爾門按照聖靈的提示將尼腓小片納入自己所編纂的紀錄時，他希望會有什麼樣的結果。

向學生強調，今年到目前爲止，他們所研讀的摩爾門經內容（尼腓一書～奧姆乃書），都是因爲摩爾門聽從聖靈的提示，將小片納入他的紀錄而得到的。

- 摩爾門服從聖靈的提示，如何使你的生活因此蒙受祝福?
- 尼腓一書到奧姆乃書中有哪些教導，是你很感激能擁有的?爲什麼你很感激能擁有這些教導?
- 想想摩爾門如何樂意地服從聖靈的提示。我們如果也樂意地服從聖靈的提示，會對我們的生活造成什麼影響?這樣的態度對其他人的生活會有什麼影響?（說明只要我們服從聖靈的提示，主就能透過我們造福其他的人。）

見證：我們忠於聖靈的提示時，主會「啓發〔我們〕照祂的旨意去做」（摩爾門語1：7）。

摩爾門語1：12-18

便雅憫王在地面上建立和平

將*從紛爭到和平*寫在白板上。說明：摩爾門語1：12-18介紹了便雅憫王的統治。這位義人在擔任先知和國王時面臨到許多阻礙。請學生兩人一組，和同伴一起閱讀摩爾門語1：12-18。請他們找出便雅憫王和其他先知做了什麼來建立地面上的和平。

給學生時間閱讀之後，請每位學生在經文研讀日記中寫一句話來概述便雅憫王和人民做了些什麼來化紛爭爲和平。請幾位學生將自己的那句話寫在白板上。學生所作的概述可能是以下這類的話：

我們跟從受靈啓發的先知的領導，就能建立和平。

我們憑藉著主的力量，可以克服各樣挑戰。

我們都蒙召喚要盡最大努力建立和平。

指示學生注意，摩爾門在摩爾門語1：17中說，便雅憫王和「許多聖潔的人……以神的大能與權柄宣講神的話」。說明在接下來幾課中，學生會讀到便雅憫王的一篇講道，這篇演講正呈現出他教導的力量和權柄。

> ***讓學生用自己的話表達***
>
> **當學生說出他們在經文中所找到的原則和教義時，不要僅僅因為他們的措詞與本書所用的不同，就說他們的答案不對。然而，如果學生的陳述在教義上有誤，你有責任溫和地幫助他們改正。這樣做可以提供他們一個重要的學習經驗，同時保持一種愛和信任的氣氛。**

摩賽亞書1：1-18

便雅憫王教導他的兒子們明白經文的重要

請學生想像一下自己從來不知道有關經文的事。

- 如果你從未擁有過經文，你的生活會是什麼樣子？
- 哪些眞理是你的生活中最不能缺少的？

簡短介紹摩賽亞書。說明這部書一開頭就顯示出便雅憫王渴望他的幾個孩子能繼續從經文中學習（見摩賽亞書1：2）。便雅憫王在教導兒子時，說明了要是他們不曾獲得經文，他們的生活會是多麼不同。

請幾位學生輪流讀出摩賽亞書1：3-8。請全班找出尼腓人在哪些方面因爲擁有經文而受到祝福。請學生報告他們的發現。

- 便雅憫王相信，經文會在哪些方面協助他的兒子們？
- 便雅憫王認爲查考經文和遵守神的誡命之間有何關係？（學生在回答時或許會用不同的說法，但他們應當看出以下這項眞理：**查考經文能幫助我們知道並遵守誡命**。你可以建議學生將這項眞理寫在他們自己經文上，摩賽亞書1：3-8的旁邊。）
- 研讀經文曾在何時幫助你遵守誡命？

分享你的這個見證：經文是眞實的，而且能幫助我們遵守誡命。

將以下的問題寫在白板上。（可以在上課前先寫好。）

便雅憫王計畫要宣布有關他兒子摩賽亞的什麼事？

關於使人民與他人有所區分的那「一個名稱」，便雅憫王怎麼說？

爲什麼那時的尼腓人還沒有被拉曼人毀滅？

便雅憫王要求摩賽亞保管哪些物品？

請學生用一分鐘時間，看看他們可以在摩賽亞書1：10-18中，找到以上多少個問題的答案。

在學生簡短回答過這些問題後，指出他們會在接下來的幾課中讀到便雅憫王的講道。在這講道中，他給了他的人民「一個名稱，〔而且〕除非他們犯罪，這名稱永不被塗掉」（摩賽亞書1：12）。

第52課

摩賽亞書第2章

導言

便雅憫王到了晚年，希望能再對人民作最後的一次講道。他的這個講道記載在摩賽亞書第2～5章，正是本課及第53-55課的主題。在講道一開始，他談到他在人民之中所做的事工，強調我們在為人服務時，就是在為神服務。他也為遵守神的誡命的人所處的快樂狀態作見證。

為長篇講道作概述

本課程對如摩賽亞書第2～5章這類先知所作的長篇講道，特別關注。這些講道通常會用好幾課來討論。為這樣的講道作一簡短概述可能會有幫助。以今天的課程來說，這樣的概述可幫助學生更加認識便雅憫王講道的目的，也更加認識人民在聽這講道時，心中所經歷到的那種「巨大的變化」（見摩賽亞書5：2）。

教學建議

注意：如果你選擇在本課一開始就概述便雅憫王的講道，以下的摘要或許會有幫助。

便雅憫王晚年時，在柴雷罕拉聖殿附近對他王國的人民講話。他談到了自己爲人民所做的服務以及如何在神前問心無愧，並宣布他的兒子摩賽亞將成爲人民的新國王。便雅憫王在摩賽亞書第2～5章所記載的這篇最後的講道中，針對許多主題分享了信息，包括爲人服務的重要、我們永遠虧欠天父、耶穌基督的塵世使命及贖罪、脫離自然人的必要、相信神以獲得救恩、分享財物以援助窮人、保有罪的赦免，以及透過信心和不斷行善來成爲基督的兒女。其中值得注意的是，摩賽亞書第3章中提及便雅憫王從一位天使那裡接受了一項信息。

摩賽亞書2：1-9

家人聚集在一起，準備接受便雅憫王的話

將下列問題寫在白板頂端：*是誰？在哪裡？是什麼？爲什麼？*

請學生默默查考摩賽亞書2：1-6，找出能解答白板所列各項問題的細節。他們讀完後，請幾位學生到白板前面，盡其所能地在每項問題下方列出各項細節資料。（你可能需要說明，那些人爲了準備接受便雅憫王的話，都按照摩西律法獻了祭。他們在獻祭時，向神表達了感謝，並將自己奉獻給神。）

請學生默讀摩賽亞書2：9，找出描述便雅憫王希望人民在聆聽他的話時怎麼做的詞句。

- 從你找到的詞句看來，你認爲便雅憫王對於自己的信息感覺如何？
- 根據摩賽亞書2：9的最後部分，便雅憫王相信，如果人民開啓耳朵和心扉來傾聽他的信息，會發生什麼事？
- 你認爲，向那些蒙召喚來教導的人開啓耳朵和心扉是什麼意思？

鼓勵學生在研讀便雅憫王的信息及聆聽後期時代先知的話語時，都要記住便雅憫王的這項邀請。

摩賽亞書2：10-28

便雅憫王教導了有關為神服務和彼此服務的重要，也教導了有關我們對神永遠的虧欠

向學生展示圖片：便雅憫王向人民演說（62298；福音畫冊〔2009〕，編號74）。提醒學生，便雅憫王叫人民聚集，是爲了要宣布他兒子摩賽亞將繼任爲王，並爲了要給人民「一個名稱，使他們得以與主神帶離耶路撒冷的各民族有所區分，並高於那些民族」（見摩賽亞書1：9-12）。

向全班讀出摩賽亞書2：10-15。請學生找出能顯示出便雅憫王關心的是爲人民服務，而不是自己的地位或聲望的一些詞句。請學生每聽到一句這樣的話，就舉手表示。當他們舉手時，就停下來，請他們說明他們找到了什麼，而那句話又顯明了有關便雅憫王的什麼事。

在討論時，分享以下豪惠·洪德會長所說的話：

「不要過分擔心身分地位。……受到賞識固然重要，但是我們要重視的是正義，而非受人讚揚；是服務，而非身分地位。」（參閱「致教會中的婦女們」，1993年1月，聖徒之聲，第88頁）。

請學生默讀摩賽亞書2：16-17，找出便雅憫王希望人民學到什麼。要幫助學生看出：**我們在爲他人服務時，就是在爲神服務**。將這句話寫在白板上。指出：摩賽亞書2：17是一條精通經文。可以鼓勵學生將這段經文用特別的方式劃記起來，以便日後能很容易地找到。

> **摩賽亞書2：17**
> **是一條精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。**

請學生想一些自己爲他人服務的經驗。

- 你在爲他人提供這服務時，爲何也是在爲神服務？
- 別人曾在何時透過服務造福了你的生活？他們在爲你服務時，如何也是在爲神服務？

請幾位學生輪流讀出摩賽亞書2：18-24，34。

- 爲什麼便雅憫王要稱自己和他的人民是「無用的僕人」？（你可能必須說明，當獲得大於付出時，才能獲利或稱爲有用。對天父而言，我們都是無用的僕人，不能使祂獲利，因爲祂賜給我們的祝福，在價值上遠超過我們爲祂作的服務。）
- 你接受到的哪些祝福讓你覺得自己虧欠了神？
- 爲什麼領悟到我們「永遠虧欠」神，是件很重要的事？（答案可能包括，當我們領悟到自己虧欠神時，我們的感激之心會增加，會更渴望遵守誡命，也會更想爲人服務。）

說明在摩賽亞書2：34中，獻上一詞意指付出或提供。請學生想想自己可以如何向天父「獻上自己和所有的一切」。見證：我們若遵守神的誡命，努力提供眞誠的服務，祂就會祝福我們。

摩賽亞書2：29-41

便雅憫王勸告人民要服從神

將*警醒*一詞寫在白板上。請學生談談他們曾經在哪些時候看到用這兩個字寫的，或傳達這個意思的標誌。指出這類的警告可以保護我們，甚至可以拯救我們的生命。

請學生默讀摩賽亞書2：32-33，36-38，找出便雅憫王告訴人民要警醒注意哪些事。你可能需要說明，在摩賽亞書2：33中，有禍了一詞指的是哀傷和悲慘。

- 便雅憫王給了人民哪些警告？
- 我們怎麼察覺到自己正在跟從錯誤的靈？及早辨認出這一點爲什麼很重要？
- 根據摩賽亞書2：38，死在罪中的人會有何後果？

你可以強調摩賽亞書2：36中的這項教導：人會因爲自己的行爲而離開主的靈。十二使徒定額組的大衛·貝納長老曾提到認清我們可能離開主的靈是很重要的，他說：

「我們……應努力分辨自己是否已『離開主的靈，使主的靈在〔我們〕裡面無處可容，不能指引〔我們〕走智慧的道，使〔我們〕蒙福、昌盛、得到保護』（摩賽亞書2：36）。……

「……假如我們所想、所看、所聽或所做的事會使我們遠離聖靈，我們就應該停止去想、去看、去聽或去做那件事。舉例來說，假如某一種娛樂會使我們遠離聖靈，這種娛樂肯定不適合我們。由於聖靈與粗俗、殘暴或不道德是不相容的，所以這類的事情顯然也不適合我們。有些活動是我們知道應當迴避的，若執意去做，就會讓我們與主的靈疏離，像這樣的活動也絕對不適合我們」（參閱「使我們得以常有祂的靈與我們同在」，2006年5月，*利阿賀拿*，第30頁）。

- 根據貝納長老所說，哪些事會使我們遠離聖靈？
- 我們怎麼知道自己已遠離了聖靈？

將*記住*及*想想*這兩個詞寫在白板上，*警醒*一詞的旁邊。

請一位學生讀出摩賽亞書2：40-41。請全班找出便雅憫王希望人民想想哪些事，又希望他們記住哪些事。在學生回答時，你可以將以下這項眞理寫在白板上，以強調便雅憫王的教導：***我們若遵守誡命，就會在屬世和屬靈兩方面蒙得祝福***。

- 你曾經在什麼時候親眼目睹或親身體驗到因服從主的誡命而來的快樂？

見證學生今天討論的這些事情是眞實的。結束時，鼓勵學生立下明確的目標，要在某個對自己而言很困難的領域更加服從，或力圖改進（女青年）「個人進步」，或（男青年）「對神的職責」中提到的某個領域。

精通經文——摩賽亞書2：17

請學生閱讀摩賽亞書2：17，馬太福音22：36-40，及馬太福音25：40。馬太福音中的經文有助於說明及澄清摩賽亞書2：17的意義，使之更易於了解。可以鼓勵學生用以下方式作一個經文鏈：將馬太福音22：36-40寫在摩賽亞書2：17旁邊，將馬太福音25：40寫在馬太福音22：36-40旁邊，然後將摩賽亞書2：17寫在馬太福音25：40旁邊。

請幾位學生談談他們在爲他人服務時，感覺是在爲神服務的一些經驗。

請學生在下次來福音進修班上課之前，爲某個人服務。建議他們準備分享這項指派作業的經驗（但要確定他們都了解，他們不必覺得自己有義務分享太過私密或個人的經驗。）

你也可以給學生一項挑戰，要他們在下一次上課前熟記摩賽亞書2：17。

見證：我們眞誠地爲他人服務，就是在爲主服務。

注意：由於這一課的性質和長度，你可以改天時間較多時，再使用這項活動。

注釋及背景資料

摩賽亞書2：33，38-39。「永恆的懲罰」，「撲不滅的火」，及「永無休止的痛苦」

便雅憫王針對反叛神的後果提出了警告，他使用了「永恆的懲罰」（摩賽亞書2：33），「撲不滅的火」（摩賽亞書2：38），及「永無休止的痛苦」（摩賽亞書2：39）等詞句。若要更明瞭這些詞句的意義，請見主在教義和聖約19：6-12中所說的話。

第53課

摩賽亞書第3章

導言

便雅憫王繼續對人民演講，他提到有一位天使曾對他講到關於耶穌基督的使命。便雅憫王見證：有罪的人可以透過對耶穌基督的信心及悔改而獲得救恩。他也教導：藉著耶穌基督的贖罪，人若順服神聖之靈的勸導，就能「脫離自然人，……而成為聖徒」（摩賽亞書3：19）。

教學建議

注意：如果你曾在前一課鼓勵學生熟記並應用摩賽亞書2：17，可考慮在今天找個時間給他們機會分享這方面的經驗。要小心不要花太多時間進行這項複習。要留足夠的時間討論摩賽亞書第3章中的教義和原則。

摩賽亞書3：1-10

便雅憫王傳達了一位天使所說，有關耶穌基督贖罪的話

展示一個空玻璃杯和一壺水。請一位學生示範，他會倒多少水到那個杯裡，給一個只想嘗嘗水的滋味的人。然後請這位學生示範，他會倒多少水給一個想要喝到夠的人。請學生想想以下這個問題：

- 如果這些水代表著喜悅，你會希望自己的杯裡裝多少？

向學生說明：摩賽亞書第3章中的教導會幫助他們看出要怎樣才能充滿喜悅。

請一位學生讀出摩賽亞書3：2-5。請全班找出便雅憫王在摩賽亞書第3章所講述的信息是從何而來的。

強調：摩賽亞書第3章包含了一位天使所宣布的「大喜的好信息」（摩賽亞書3：3）。請幾位學生輪流讀出摩賽亞書3：5-10。請全班找出一些能幫助他們更了解耶穌基督使命的詞句。可以鼓勵學生將這些詞句標記出來。請幾位學生分享他們所找到的詞句。

- 摩賽亞書3：7幫助你了解哪些有關救主使命的事？
- 在你看來，爲什麼那位天使說這是一個會帶來極大喜悅的信息？

請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中寫一句話來概述摩賽亞書3：5-10的內容。給他們足夠時間寫完之後，請幾個人分享所寫的內容。學生所作的概述應顯示出他們了解天使的這項教導：**耶穌基督受苦是爲了讓我們能脫離罪而獲救。**

你可以用以下這個問題來進一步探討學生所提出的回答：

- 你想到救主爲你做的事情時，心裡有什麼樣的感覺？

爲了幫助學生更加了解救主受苦的情形，分享以下十二使徒定額組，雅各·陶美芝長老的話：

「基督在園裡的苦痛，其劇烈和因由，不是人們有限的智力所能度量的。……祂掙扎呻吟；其痛苦的重負，不是世上任何人所能想像得到的。那不只是身體上的痛苦，亦不只是心理上的慘痛，祂所忍受的那種折磨使祂每個毛孔裡流出血來；那種靈性苦痛，只有神才能經歷。……在那個痛苦的時辰，基督遭遇且克服了『世界之王』撒但所能使用的一切恐怖手段。……雖然人類無法理解，事情卻是眞實的，而且令人驚駭；救主當時的確將人類的罪，從亞當到世上最後一人的罪，都背負在自己的身上。」（耶穌是基督，第605-606頁）。

問一些能請學生分享感覺與見證的問題

為了幫助學生準備好分享他們的感覺與見證，可考慮問一些問題，來幫助他們想起與所討論的原則或教義有關的經驗。你可以說：「你怎麼知道……的？」或「你什麼時候曾感受到……？」然後請他們分享他們的經驗與感覺。他們接受這項邀請時，能讓聖靈向他們及他們的同學見證真理。

摩賽亞書3：11-27

便雅憫王見證：藉著耶穌基督的贖罪，我們可以脫離自然人，成為聖徒

告訴學生，便雅憫王談到了天使所說的幾種不同的人，以及耶穌基督的贖罪如何適用在每一種人身上。將以下的問題寫在白板上。請學生默讀摩賽亞書3：11-13，16，找出下列問題的答案：

贖罪如何適用於：

那些不知道福音就去世的人？

那些反叛神、故意犯罪的人？

那些在達到負責年齡前就去世的小孩？

給予充分的時間後，請學生分享他們對這些問題的答案。（爲了幫助他們回答第一個問題，可以請他們閱讀教義和聖約137：7-10。爲了幫助他們回答第三個問題，可以請他們閱讀摩羅乃書8：8，17及教義和聖約29：46-47。）

讀出以下十二使徒定額組，達林·鄔克司長老針對贖罪對天父所有兒女都能發揮功效一事所說的話：

「我們……讀到『祂的血也要贖……那些不知道神對他們的旨意就去世的人，或那些無知地犯罪的人』（摩賽亞書3：11）。同樣地，『基督的血，也贖〔小孩〕』（摩賽亞書3：16）。贖罪的復活力量和潔淨力量是賜給所有人的這項教導，駁斥了所謂神的恩典僅拯救少數選民的說法。祂的恩典是遍及所有人的。摩爾門經的這些教導擴展了我們的眼界，也使我們更加理解到神的愛包容萬民、祂的贖罪效力亦遍及所有各處的人」（參閱「所有各處的人」，2006年5月，*利阿賀拿*，第77頁）。

- 關於贖罪如何適用於我們，我們可以從摩賽亞書3：12學到哪項原則？（**我們若運用對耶穌基督的信心並悔改，就會從我們的罪惡中獲救。**）
- 根據這節經文，那些選擇不去運用對耶穌基督的信心也不悔改的人，會發生什麼事？

摩賽亞書3：19
是一節精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

指出：摩賽亞書3：19是一節精通經文。可以鼓勵學生將這段經文用特別的方式劃記起來，以便日後能很容易地找到。也要請學生注意在摩賽亞書3：19中，天使用了「自然人」一詞。爲了幫助學生了解這個詞的意思，讀出以下摘自經文指南的這項解釋：

自然人是一個「選擇受情感、渴望、口腹之慾、肉體感官的影響而不跟從神聖之靈提示的人。這樣的人能了解屬世的事物而非屬靈的事物。因爲亞當和夏娃墜落，所有的人都成了俗慾和必死的。每個人都需要經由耶穌基督的贖罪而重生」（經文指南，第57頁，「自然人」，scriptures.lds.org）。

將以下各項問題寫在白板上。請學生安靜查考摩賽亞書3：19，找出這些問題的答案。

天使如何描述自然人與神的關係？

根據這節經文，我們要如何脫離自然人？

指出：藉著耶穌基督的贖罪，一個人不僅可以不再是一個「自然人」，還可以「成爲聖徒」。救主除了能拯救我們脫離自己的罪惡之外，還能把我們變成更好的人，比我們單靠自己的力量所能做到的更好。祂能幫助我們變得更像祂。爲了幫助學生了解這一項教義，讀出以下十二使徒定額組，大衛·貝納長老的話：

「要登上耶和華的山，站在祂的聖所，就須要手潔又心清〔見詩篇24：3-4〕。

「容我建議，我們可以藉著脫離自然人，透過救主的贖罪來克服罪和邪惡在生活中的影響力，來讓我們的手潔淨。而當我們得到祂堅強的力量來行善和變得更好時，我們的心也就純淨了。我們所有配稱的願望和好作爲，雖然是必要的，但仍無法造就出潔淨的手和純淨的心。唯有耶穌基督的贖罪具有潔淨和救贖的力量，能幫助我們克服罪，又具有聖化和使人堅強的力量，能幫助我們成爲更好的人，比我們單單倚靠自己的力量所能做到的更好。無限的贖罪對於我們每個人內心中邪惡的部份和聖潔的部份都同具功效」（參閱「手潔心清」，2007年11月，利阿賀拿，第82頁）。

爲了幫助學生把從摩賽亞書3：19學到的教義概述出來，問：

- 你在摩賽亞書3：19中找到了哪些福音眞理?

學生可能會舉出這節經文中的幾個教義，包括：

自然人是神的敵人。

順服神聖之靈的勸導，就能脫離自然人。

藉著基督的贖罪，我們可以脫離自然人而成爲聖徒。

請學生在經文研讀日記中回答以下的一個問題。（可以在上課前先將這些問題寫在白板上，也可以作成講義，或慢慢地唸出問題，讓學生寫在經文研讀日記中。）

- 你可以做什麼來更充分地順服「神聖之靈的勸導」?你會在往後的這一週中做些什麼來改進你生活中的這部分?
- 在摩賽亞書3：19所列，屬於小孩的特質中，有哪一項是你最需要培養的?你會在往後的這一週中做些什麼來幫助自己培養這項特質?

爲了幫助學生更了解、更感謝救主的贖罪，向他們讀出摩賽亞書3：23-26。說明第26節中的這句「神的憤怒之杯」，指的是那些故意犯罪而不悔改的人最終的苦果。然後請一位學生讀出教義和聖約19：16-19。請學生注意聽第18節中的那個杯字。

- 耶穌基督做了什麼，好讓我們不必喝那「神的憤怒之杯」?（祂自己飲下了那苦杯，承擔了我們罪的懲罰。我們若眞的悔改，就可以不必遭受那種懲罰。）

結束時，爲本課所討論的眞理分享你的見證。

精通經文——摩賽亞書3：19

爲了幫助學生記住摩賽亞書3：19，將他們分成兩人一組。請他們和同伴一次一個字地輪流讀出摩賽亞書3：19。請他們這樣重複地練習幾次。爲了讓活動有些變化，可以改爲每人每次讀兩、三個字。

這項重複記誦的活動能幫助學生熟悉這節經文的內容，也會讓他們更容易背出整節經文。挑戰他們去自行背完摩賽亞書3：19。

注意：由於這一課的性質和長度，你可以改天時間較多時，再使用這項精通經文活動。

第54課

摩賽亞書第4章

導言

那些人民深受便雅憫王教導的感動，因此悔改了，並得到了罪的赦免。他們「充滿喜樂」，擁有「良心的平安」（摩賽亞書4：3）。便雅憫王繼續教導他們、幫助他們了解必須做些什麼才得「保有罪的赦免」（摩賽亞書4：12）。他在教導時將他們比作乞丐，須仰賴神賜予的救恩。他也警告他們要防備那因疏於注意思想、言語和行為所導致的危險。

教學建議

摩賽亞書4：1-8

便雅憫王的人民獲得罪的赦免，充滿喜悅和平安

請學生想想以下這問題：

- 我們怎麼能知道自己的罪已獲得赦免？

讀出以下海樂·李會長的話：

「不管你是誰、在什麼地方，一旦你盡一切所能地悔改了你的罪，並盡全力去補償和復原；如果那是一件會影響你在教會中的身分的事，而你已見過適當的持有權柄人員，那時，你就會想要得到答覆，證實主是否已接受了你。你若在內省時，尋求良心的平安，且獲得了這平安，你就可以藉此知道，主已接受了你的悔改」（參閱「你們站在聖地上」，1974年3月，聖徒之聲，第44頁）。

提醒學生，便雅憫王分享了一位天使所說，有關如何獲得罪的赦免的話。你可以特別提醒學生，天使說的，有關自然人是神的敵人，以及那些在死前沒有悔改自己的罪的人所會面臨的後果（見摩賽亞書3：19，23-27）的那些話。

請學生默讀摩賽亞書4：1-2，找出便雅憫王的人民對天使的話所作的回應。請幾位學生分享他們所找到的詞句。如果學生需要幫助才能了解何謂「肉慾的狀態」，就說明肉慾是靈性的相反詞。「肉慾的狀態」指的是我們肉體的欲望，而不是我們在靈性上想與主更加接近的渴望。你可以請學生閱讀阿爾瑪書41：11，並請他們用自己的話說明什麼是「肉慾的狀態」。為了幫助學生了解「連地上的塵土還不如」這句話，請他們閱讀希拉曼書12：4-8。然後請他們用自己的話說明，一個拒絕聽從主的忠告的人，為什麼會被形容為連地上的塵土還不如。要確定他們都了解，天父並不認為祂的兒女比地上的塵土還不如。

指出：那些人體認到自己有罪後，他們悔改，並表達他們對耶穌基督和祂贖罪的信心。請一位學生讀出摩賽亞書4：3。請全班留意，那些人是如何知道自己的罪已獲得赦免的。

- 根據摩賽亞書4：3，已經被主寬恕的人會有哪些感覺？
- 那些人獲得罪的赦免，是因為「他們對……耶穌基督有極大的信心」。他們的哪些行為顯明了這樣的信心？（見摩賽亞書4：1-2）
- 用你自己的話來說，關於獲得罪的赦免，我們可以從摩賽亞書4：1-3學習到什麼？（一個可能的答案是，**只要我們運用對耶穌基督的信心、真誠悔改，就會獲得罪的赦免**。你可以請學生把摩賽亞書4：1-3中用來強調此一原則的關鍵字詞標記出來。）

讀出以下十二使徒定額組尼爾·安德森長老的話；這些話概述了我們必須做些什麼，才能獲得罪的赦免：

「只要誠實認罪，盡力彌補所傷害的人，並藉著遵守誡命來棄絕罪，我們就已走在獲得寬恕的道路上了。經過一段時間後，我們會覺得苦惱的傷痛在逐漸消逝，除去『我們心中的罪過』（阿爾瑪書24：10），並帶來『良心的平安』（摩賽亞書4：3）。

「對那些眞心悔改但似乎無法感到解脫的人，我要說：請繼續遵守誡命。我向你們保證，解脫會在主認爲適宜的時間來到。治療也需要時間」（參閱「悔改……讓我治癒你們」，2009年11月，*利阿賀拿*，第42頁）。

請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中，寫下他們在討論摩賽亞書4：1-3時，學到了哪些有關悔改的事。也請他們寫下他們在尋求罪的赦免時，可以如何運用對耶穌基督的信心。

向學生說明：便雅憫王見到人民有了悔改的態度後，就提醒他們，他們是如何地仰賴著主。請幾位學生輪流讀出摩賽亞書4：4-8。請全班找出，便雅憫王希望人民在獲得罪的赦免後，了解什麼事。

- 根據這些經文，那唯一「可以讓〔我們〕得救」的「條件」是什麼？

學生回答過這個問題後，請他們再默讀一遍摩賽亞書4：4-8，找出那些描述得到救恩之人的字詞。你可以建議他們將這些字詞標記出來。考慮提出下列問題：

- 在你看來，「努力遵守〔主的〕誡命」是什麼意思？
- 哪些行爲能表明一個人「信賴主」？
- 你曾經在哪些方面見到過「神的良善」和祂「無比的大能」？

指出：悔改和服從是需要我們本身付出相當的努力和工作的。然而，無論我們怎麼努力工作，要是沒有耶穌基督的贖罪，我們就絕對無法獲得罪的赦免和救恩的恩賜。

摩賽亞書4：9-30

便雅憫王教導如何保有罪的赦免

將*保有罪的赦免*寫在白板上。告訴學生，便雅憫王在人民獲得罪的赦免後，就教導他們要如何保有（或保持）那種清潔純淨的狀態。

- 爲什麼知道這點，對於我們每一個人也很重要？

請學生默默查考摩賽亞書4：9-11，找出我們必須做些什麼才能保有罪的赦免。給予充分的時間後，請學生分享所找到的內容。考慮將他們的答案寫在白板上。答案可能包括：我們必須記住神的偉大、謙抑自己、天天祈禱，並懷有堅定的信心。

考慮提出下列問題來幫助學生更加理解，並應用所讀的內容：

- 便雅憫王教導，我們必須「相信神」（摩賽亞書4：9）。他也談到了嘗受神的愛，並一直記住「神的偉大」（摩賽亞書4：11）。哪些經驗曾幫助你體認到神是眞實、有大能的，而且祂很愛你？
- 記得神的大能、良善和愛，會怎樣影響我們服從祂的意願？

向學生讀出摩賽亞書4：12。請他們在這節經文中，找出有哪些祝福會臨到那些按照摩賽亞書4：5-11的教導去做的人。

向學生說明：摩賽亞書4：13-16記載了便雅憫王對保有罪的赦免之人的描述。將全班分成三組，請第一組查考摩賽亞書4：13，第二組查考摩賽亞書4：14-15，第三組查考摩賽亞書4：16。請每位學生自行閱讀所指派的經文章節，找出便雅憫王所述，力求保有罪的赦免之人擁有哪些態度和特質。

給予充分的時間後，請學生報告其發現。他們報告時，要向他們強調這項眞理：**我們若在神前謙抑自己，努力培養基督般的品格，就能保有罪的赦免。**每提到一項態度或特質，就提出以下兩個問題中的一個或兩個，來幫助學生應用所學：

- 在你看來，爲什麼這種態度（或特質）有助於保有罪的赦免?
- 你在何時見過這種態度（或特質）的例子?

便雅憫王用了一個很有力的比喻，這比喻能幫助學生感激自己從主接受到的祝福，並能鼓勵他們去培養在摩賽亞書4：13-16所讀到的那些特質。請學生默讀摩賽亞書4：16-23。

- 根據便雅憫王的看法，我們爲什麼都是乞丐?
- 這樣的認識如何能幫助我們對他人更有同情心?
- 對於那些無法施捨給乞丐，或是那些能給的不多的人，便雅憫王在摩賽亞書4：24-26提出什麼忠告?
- 在今日的教會裡，繳交禁食捐獻如何幫助我們跟從摩賽亞書4：26中的忠告?青少年可以如何參與禁食捐獻?（答案可能包括：他們可以禁食，有的人可以繳交禁食捐獻，而世界上某些地區的亞倫聖職持有人則會協助從支分會成員那裡收取禁食捐獻。）

指出：由於我們被要求去做的好事那麼多，有時候要在生活中找到平衡並不容易。請一位學生讀出摩賽亞書4：27。

- 在你看來，所有的事都要做得「明智而得體」是什麼意思?
- 這項忠告對你有何幫助?

請一位學生讀出摩賽亞書4：29-30。指出：摩賽亞書4：30是一節精通經文。可以鼓勵學生將這些精通經文用特別的方式劃記起來，以便日後能很容易地找到。

- 我們的思想、言語和行爲之間有何關係?我們可以做些什麼來留意自己?我們可以用哪些方式互相幫助?

考慮給學生幾分鐘時間，請他們在經文研讀日記中寫下摩賽亞書4：9-30中的原則怎樣幫助他們努力保有罪的赦免。見證：主愛他們每個人，而且祂切望他們都悔改並保有罪的赦免。

摩賽亞書4：30是一節精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

寫下靈感

十二使徒定額組的李察·司考德長老鼓勵學生把所得到的靈感寫下來。他說：「要……培養出能透過本身所見的事情，特別是透過聖靈提醒你們去感受的事情，來學習的技巧。……在一個穩妥的地方寫下你們從聖靈那裡所學習到的重要事情。你們會發現，當你們寫下這些珍貴的靈感時，往往就會獲得更多靈感」（參閱「獲得知識及明智運用知識的能力」，2002年8月，利阿賀拿，第12-14頁）。

精通經文——摩賽亞書4：30

爲了幫助學生看出摩賽亞書4：30中所述，思想、言語和行爲之間的關係，讀出以下泰福·彭蓀會長所說的話：

「要思想純淨。思想純淨的人不會做出骯髒的行爲。我們不但要在神前爲自己的行爲負責，也要爲控制自己的思想負責。我們當光明正大地生活，這樣，即使我們的思想行爲被投放在教會的螢幕上，我們也不會慚愧臉紅。古諺說得好：種下思想，就收穫行爲；種下行爲，就收穫習慣；種下習慣，就收穫品格，而品格決定了永恆的命運。『他心怎樣思量，他爲人就是怎樣。』」（1964年10月，Conference Report，第60頁；引自箴言23：7）。

說明光與黑暗無法同時占有同一空間。光會驅走黑暗。舉例來說，適當的音樂、提振人心的影像、健全的活動、純淨的思想和言語，都能在我們的生活中邀來聖靈，並將不配稱的思想逐出我們的腦海。幫助學生了解，他們可以藉著讓生活充滿光，來對抗黑暗。

- 我們可以做些什麼來保持思想、言語和行爲的純淨?

鼓勵學生擬出明確的計畫，來使生活充滿光。可以請他們將所擬的計畫寫在經文研讀日記中。

第55課

摩賽亞書第5～6章

導言

摩賽亞書第5章記載了便雅憫王對人民演講的結尾，而該篇演講的紀錄是從摩賽亞書第2章開始的。人民因為對便雅憫王的話有信心，因而經歷到內心巨大的變化。他們與神立下聖約，承受了耶穌基督的名。摩賽亞書第6章記載，便雅憫王將王位傳給了兒子摩賽亞，而摩賽亞則根據父親立下的榜樣統治。

教學建議

摩賽亞書5：1-4

便雅憫王的人民描述他們透過聖靈而經歷到的巨大變化

上課之前，將以下的問題寫在白板上：

你是否曾經覺得自己需要在靈性上有所改變？

關於這點，你做了些什麼？

如果你曾經歷過改變，你現在是否仍然保持著那項改變？

請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中回答這些問題。然後讀出以下十二使徒定額組，大衛．貝納長老的話：

「耶穌基督福音的本質，就是要求我們在本性上，有一種根本且永恆的改變，而這樣的改變必須透過我們仰賴『神聖彌賽亞的功勞、慈悲和恩典』（尼腓二書2：8）才能發生。我們若選擇跟隨夫子，就是選擇要有所改變——要在屬靈方面重生」（參閱「你們必須重生」，2007年5月，利阿賀拿，第20頁）。

可以建議學生將以下這句引文寫在自己經文中摩賽亞書5：2的旁邊，或寫在經文研讀日記中：我們若選擇跟隨夫子，就是選擇要有所改變（大衛．貝納長老）。

- 我們在選擇跟隨耶穌基督時，也選擇了要在哪些方面有所改變？

給學生幾分鐘時間複習摩賽亞書第2～4章。可以建議他們閱讀各章的章前綱要。問他們，關於這幾章的內容，他們記得些什麼。然後請他們默讀摩賽亞書5：1。

- 便雅憫王想知道他人民的哪些事？

請學生默讀摩賽亞書5：2-5，找出人民如何回答便雅憫王所提的問題。你可以在學生開始默讀之前，說明在第2節中的這個想字，指的是一個人的本性——意即該人心中的願望和性情。他們讀完後，提出以下問題來幫助他們分析這節經文：

- 這些人民針對自己心中想做的事，說了些什麼？
- 他們想做的事改變了，促成這項改變的是什麼？（他們相信便雅憫王所作，有關耶穌基督和贖罪的教導，而聖靈改變了他們的心。）

強調：內心的改變不僅是行爲上的改變而已。當我們經歷到內心的變化，就會成爲新的人，藉著救主的贖罪力量而改變。爲了幫助學生了解這項眞理，請一位學生讀出以下十二使徒定額組，大衛．貝納長老的話：

「耶穌基督的福音既深又廣，光是在生活中避免、克服和滌清生活中的罪和不良影響是不夠的；極爲重要的是，我們還需要做好事，作好人，並且變得更好。……這種巨大的變化，不是單靠我們勤奮努力或更加自律就能達成的，

而是透過主基督的贖罪，使我們在願望、動機和本性上有重大改變所帶來的結果。我們的靈性目標不單是要克服罪，還要克服犯罪的欲望；不單是要去除污點，還要去除罪的桎梏」（「手潔心清」，2007年11月，利阿賀拿，第81-82頁）。

- 在你看來，爲什麼我們需要耶穌基督的贖罪，才能眞正改變?

引導學生注意摩賽亞書5：2中的這句「因爲全能之主的靈」。你可能必須指出，全能一詞的意思是無所不能。

- 關於要如何在生活中經歷巨大的變化一事，我們可以從摩賽亞書5：2-4學到什麼?

在學生討論這問題時，要確定他們都了解：**我們若運用對耶穌基督的信心並接受聖靈，就能經歷內心巨大的變化。**

向學生說明：經歷內心巨大的變化是一個終生的過程，而不是單一事件。分享以下泰福．彭蓀會長所說的話：

「變得像基督一樣是一輩子的追求，而且其中的成長和改變往往是緩慢而不容易察覺的。……

「……眞正的悔改涉及心的變化，而不只是行爲的改變而已。……大多數的悔改並不一定有驚天動地或戲劇性的改變，而是按步就班、始終不二地朝著神的樣式前進」（「心中極大的改變」，1990年3月，聖徒之聲，第5頁）。

爲了幫助學生應用這項原則，並評估自己在經歷內心巨大變化方面的進步情形，請他們在經文研讀日記中回答以下的問題。（可以在上課前先將這些問題寫在白板上或作成講義，或是慢慢地唸出問題，讓學生寫在經文研讀日記上。）

- 你跟隨了救主以後，你心中的想法有了怎樣的改變?
- 你必須做些什麼，好讓主能繼續幫助你經歷這樣的變化?

給一兩位學生機會分享他們對這些問題的答案。要確定學生都了解，他們不應覺得自己有義務分享太過私密或個人的經驗或想法。

摩賽亞書5：5-15

便雅憫王的人民與神立約，並獲得一個新的名稱

請一位學生讀出摩賽亞書5：5。請全班找出便雅憫王的人民因爲內心有所改變，而願意去做什麼事?

- 那些人民透過耶穌基督的贖罪，心中的想法有了改變，因而願意去做什麼事?

爲了幫助學生增加對聖約的了解，給他們幾分鐘時間個別研究這個主題。可以建議他們研讀經文指南或忠於信仰裡的這個主題。給予充分的時間後，請學生分成兩人一組，互相用自己的話來解釋何爲聖約。

- 摩賽亞書5：5中的哪些詞句顯示出人民眞心想要與神立約並遵守這聖約?（答案可能包括「遵行祂的旨意」、「在……一切事上」，以及「在餘生的所有日子中」。）
- 摩賽亞書5：5中的哪些詞句會讓你想起每次領用聖餐時，我們重新立下的承諾?
- 在你看來，訂立聖約和遵守聖約會怎樣幫助我們繼續經歷到內心的改變?

請學生默讀摩賽亞書1：11。讓他們找出便雅憫王之所以要將人民聚在一起的一個原因。（爲了給他們一個名稱。）向學生說明：摩賽亞書5：7-15記載了便雅憫王爲答應給他人民的名稱所作出的解釋。給學生幾分鐘時間瀏覽摩賽亞書5：7-14，找出*名*、*名字*和*被稱爲*、*稱呼*這幾個詞。可以建議學生每看到這些詞的時候，就將之標記出來。

讓學生解釋

偶爾，可以請學生互相解釋一些教義和原則。這樣做能幫助學生增強信心、增加對耶穌基督福音的了解，也能幫助他們學會如何與人分享福音眞理。

請幾位學生談談他們名字的由來。例如，可以請他們談談他們的父母是如何決定替他們取這個名字的，或者，問問他們的名字是否有特殊的含意。然後問全班：

- 我們的名字（姓名）有什麼重要的意義?（在白板上概要寫出學生對這問題的回答。答案可能包括：名字是他人識別我們的方法，與我們的身分有關，是讓我們與他人有所區別的一個方法，而姓氏因爲與家族有關，通常帶著該家族的聲望和期許。）

請一位學生讀出摩賽亞書5：7-8。請全班找出便雅憫王給了他的人民什麼名稱，也請他們找出有哪些字詞顯示出該名稱很重要。可以鼓勵他們將這些字詞標記出來。

- 便雅憫王給了他的人民什麼名稱?
- 你注意到哪些字詞?關於基督的名稱，這些字詞教導了你什麼?
- 我們在什麼時候承受耶穌基督的名?（確定學生都了解：**我們訂立聖約、遵守聖約時，就是在承受耶穌基督的名。**）

學生在討論這些經文時，可能需要有人幫助他們了解這項教義：我們也可以成爲「基督的孩子」（摩賽亞書5：7）。你可以指出：父親是給予孩子生命的人。我們都是天父的靈體孩子。我們也是塵世父親的孩子，我們的父親和母親一起提供我們機會，帶著骨肉的身體到世上來。在提到摩賽亞書5：7時，約瑟·斐亭·斯密會長教導我們：耶穌基督也「成爲我們的父」，因爲祂「藉著爲我們做成贖罪，而賜給我們生命，即永生」。斯密會長解釋說：「我們藉著立約要服從祂，而成爲耶穌基督的孩子，成爲祂的子女」（參閱救恩的教義，布司·麥康基編，共三卷，第一卷，第28頁）。

- 請學生注意白板上用來描述名字（姓名）之重要意義的那些話。
- 白板上的那些話如何幫助我們了解到承受耶穌基督之名的重要意義?

請學生默讀摩賽亞書5：9-13，找出便雅憫王就承受耶穌基督的名一事，所提的更多忠告。可以建議學生在讀這些經文時，當作像便雅憫王親自在對他們講話一樣。將學生分成兩人一組，請他們根據所讀的內容，討論下列問題。（可以將這些問題寫在白板上，或作成講義發給他們。）

- 想想看，承受基督的名有何重要意義。在你看來，將基督的名銘記在心（寫在心上）是什麼意思?將基督的名銘記在心的人會有哪些祝福?
- 想一想你所認識的人中那些尊重基督之名的人。這些人都做些什麼來表示對基督之名的崇敬與愛。

請一位學生讀出摩賽亞書5：15。請全班找出有哪些行爲能讓人看出他們是遵守聖約的人。

- 我們可以問自己哪些問題，來評估自己在承受基督之名的方面做得如何?

針對承受基督之名對你的意義，分享你的感受。見證這件事在你生命中的重要性。

摩賽亞書6：1-7

摩賽亞開始以國王身分統治

請學生默讀摩賽亞書6：1-3，找出便雅憫王在解散群眾之前所做的事。

- 在你看來，將所有立下聖約之人的名字記錄下來爲什麼很重要?爲什麼便雅憫王要在人民中間任命祭司?

向學生說明：便雅憫王對人民說完話後，就將王國授予他的兒子摩賽亞。三年後，便雅憫王過世了。請一位學生讀出摩賽亞書6：6-7。請全班找出有哪些字詞顯示出摩賽亞跟隨了他父親的榜樣，幫助人民繼續經歷心中的巨大變化。

自修班課程

摩爾門語～摩賽亞書第6章（第11單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩爾門語～摩賽亞書第6章（第11單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩爾門語～摩賽亞書第2章）

學生從研讀摩爾門跟隨聖靈，將尼腓小片納入其紀錄中的這個經驗，學習到主通曉萬事。便雅憫王教導說，要不是尼腓人擁有經文，他們早就會在不信中衰落了，而查考經文則會幫助我們認識誡命、遵守誡命。他教導他的人民一些重要的原則，如：我們為人服務時，就是在為神服務。我們感覺虧欠神時，就會想要為人服務，我們的感激之心也會增加。我們若遵守誡命，就會在屬世和屬靈上蒙得祝福。

第2天（摩賽亞書第3章）

便雅憫王重述一位天使的話；這天使帶來了「大喜的好信息」，說主將來到塵世。學生學習到，在主來臨前的100多年前，就有預言提到耶穌基督將會受苦，好讓我們從自己的罪惡中得救。我們可以藉由運用對耶穌基督的信心並悔改，而從自己的罪惡中得救。我們若順服神聖之靈的勸導，就能藉著耶穌基督的贖罪，克服自然人。

第3天（摩賽亞書第4章）

便雅憫王的信息使得他的人民充滿了主的靈。學生學習到，我們若運用對耶穌基督的信心並真誠悔改，就會得到罪的赦免。便雅憫王教導人民，我們若在神前謙抑自己，努力培養基督般的特質，就能保有罪的赦免。

第4天（摩賽亞書第5～6章）

學生在讀到那臨到便雅憫王人民的改變時，學習到：我們若運用對耶穌基督的信心並接受聖靈，就會經歷到心中巨大的變化。便雅憫王的人民立約要行主的旨意、遵守祂的誡命，顯示出當我們訂立聖約、遵守聖約時，就是在承受耶穌基督的名。

導言

本課在幫助學生了解便雅憫王在過世前三年，給他幾個兒子和他人民的教導。便雅憫王教導人民，要如何藉著運用對耶穌基督的信心來獲得並保有罪的赦免。

教學建議

摩爾門語

尼腓和摩爾門表達對神的信賴

請一位學生讀出尼腓一書9：2-3，藉此提醒學生：尼腓受命製作了兩套頁片。幫助學生了解：在這段經文中，「這些頁片」一詞指的是尼腓小片，其中記載的主要是神聖的事物。請一位學生讀出尼腓一書9：4。請全班找出大片的目的（記載的是列王的統治和人民間的戰事）。

提醒學生，摩爾門在節錄尼腓大片時，在其他紀錄中發現到小片。他受到聖靈啓發，要將他在小片上找到的內容放在他所作的節錄中，儘管當時他並不明白為什麼要這樣做（見摩爾門語1：7）。

請班上一半學生查考尼腓一書9：5-6，找出為什麼尼腓會受命製作小片。請班上另一半學生查考摩爾門語1：6-7，找出為什麼摩爾門決定要將小片的內容收在他的節錄中。班員報告過後，問他們，尼腓和摩爾門所寫的這幾節經文教導了他們有關主的什麼事。（學生可能使用不同的詞句回答，但要確定他們都表達了這樣的認識：**主通曉萬事**）。

- 尼腓和摩爾門都提到的、日後那個「睿智的目的」是什麼？（主已知道在1828年時，要由小片取代那遺失的116頁摩爾門經手稿。見學生研讀指南第6單元，第1天。）
- 知道主通曉未來萬事能怎樣給你信心去服從所接受到的靈性提示？

如果你覺得需要在本課的這一部分多花點時間，就問學生能不能分享一些經驗，談談他們曾經怎樣感受到聖靈提示去做某件事，並且事後才知道那提示的目的為何。

摩賽亞書第1章

便雅憫王召集人民聚在一起

說明尼腓小片所記載的是從李海的傳道起，到摩賽亞王將尼腓人和柴雷罕拉人合併一起，並且摩賽亞的兒子便雅憫在正義中統治整個王國為止，這段期間尼腓人的歷史。便雅憫王受託照管神聖的紀錄。（見奧姆乃書1：23-25。）

便雅憫王臨終前幾年，要求他兒子摩賽亞將人民聚集在一起。請學生閱讀摩賽亞書1：10-11，找出便雅憫王要對人民講話的原因。（他要宣布摩賽亞將繼任為王，並且要給人民一個名稱）

摩賽亞書第2～6章

便雅憫王教導人民有關救主的贖罪

向學生展示圖片：便雅憫王向人民演說（62298；福音畫冊〔2009〕，編號74）。向全班讀出摩賽亞書2：12-19。請學生在聽到能顯示出便雅憫王品格的詞句時，就舉手表示。當有學生舉手時，就停下來，請他們說明所聽到的詞句為何，以及這詞句如何顯露出便雅憫王的品格。

你可以問學生，他們從摩賽亞書2：17學到什麼有關服務的事。（學生的回答應能反映出他們都了解：**我們在為人服務時，就是在為神服務**。）你也可以請學生背誦出摩賽亞書2：17這節精通經文。考慮請學生分享他們最近如何藉著為人服務來為神服務。

將以下經文章節寫在白板，或寫在一張紙上，但不要寫出括弧內的答案。指派每個學生複習其中一段經文。提醒他們：便雅憫王的講道著重的主題是：唯有「奉靠和經由基督、全能之主的名」，「人類兒女」才能「得到救恩」（摩賽亞書3：17）。以下每一段經文都教導了有關這個主題的一些事。

1. 摩賽亞書2：20-25，34（當我們知道自己虧欠神時，感激之心就會增加。）
2. 摩賽亞書3：7-11，17-18（耶穌基督受苦，好使我們能從自己的罪中獲得拯救。我們若經由悔改來運用對耶穌基督的信心，就能從自己的罪中獲得拯救。）
3. 摩賽亞書3：12-16，19-21（我們若順服神聖之靈的勸導，就能藉著耶穌基督的贖罪來克服自然人而成為聖徒。）
4. 摩賽亞書4：5-8，19-21，26（我們若在神前謙抑自己，努力培養基督般的特質，就能保有罪的赦免。）

給學生充分的時間後，讓他們向全班，或在小組中，報告所學到的事。然後請幾位學生分別選出其中一項原則，說明他們會怎樣把它應用在自己的生活中。

請一位學生讀出摩賽亞書4：1-3。請全班跟著看經文，找出人民如何回應便雅憫王的話。然後請另一位學生讀出摩賽亞書5：1-2，5-8。請全班找出我們如何承受主的名。要確定學生都了解這項原則：**我們訂立聖約、遵守聖約時，就是在承受耶穌基督的名**。你可以提醒學生：便雅憫王將人民聚在一起的原因之一，是要教導他們有關訂立聖約的事。他也按立了他的兒子摩賽亞為人民的國王（見摩賽亞書6：3）。

結束時，問學生有沒有人願意分享，他們對在受洗、承受耶穌基督的名時，有何感受。請他們想想以下的問題：

- 你個人可以如何運用便雅憫王演說中所提到的那些原則？
- 對你而言，承受耶穌基督的名是什麼意思？

你也可以為相信耶穌基督、倚靠祂的贖罪所得到的喜悅作見證。

下一單元（摩賽亞書第7～17章）

問學生：你是否願意捍衛耶穌基督，即使這樣做意謂著要被處死，也在所不惜？告訴學生，下週他們會讀到先知阿賓納代的教訓。鼓勵他們找出阿賓納代在知道自己會被處死的情況下，仍然願意告訴尼腓人哪些信息。

第56課

摩賽亞書第7～8章

導言

便雅憫王的兒子摩賽亞成為國王的約80年前，有個名叫曾倪夫的人從柴雷罕拉率領了一群尼腓人到尼腓地去定居，他們認為該地是「他們繼承的土地」（見奧姆乃書1：27-30）。摩賽亞王委派一個叫艾蒙的人，率領一小群人到尼腓地去查看曾倪夫一行人的下落。艾蒙和同行的人發現曾倪夫一行人的後裔在受拉曼人的奴役。曾倪夫的孫子林海是他們的國王。艾蒙的來到帶給林海和人民希望。林海問艾蒙能否翻譯他的人民所發現的24張金頁片上的鐫文。艾蒙說明，柴雷罕拉的國王，摩賽亞王，是一位先見，能夠翻譯那些古代的紀錄。

教學建議

摩賽亞書第7章

艾蒙發現李海尼腓地，得知林海王的人民如何陷入束縛

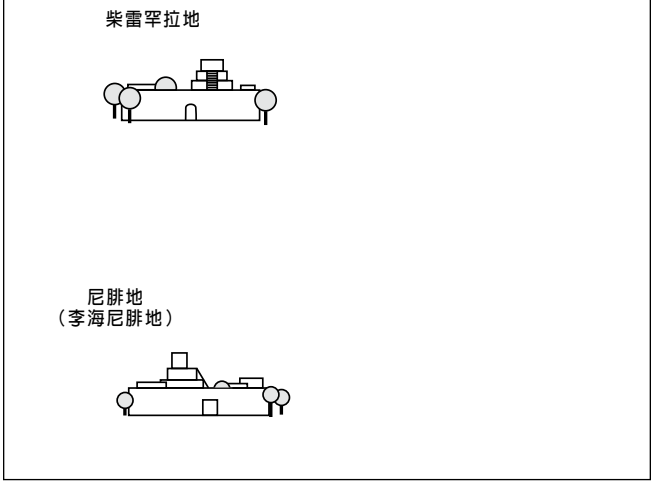
將以下文字寫在白板上：*悲歎：感到悔恨或憂傷*

人會因爲哪些原因而悲歎？

請一位學生讀出摩賽亞書7：24，並請其他班員跟著看。指出「這都是因爲罪惡」這句話。說明這節經文指的是因爲一群人不正義的選擇所導致的情況。請學生想想自己是否曾經爲了某個「因爲罪惡」所造成的情況而悲歎過。說明今天他們會研讀摩賽亞書第7～8章中一位名叫林海的國王的故事，以及他人民悔恨的原因。請學生找出林海鼓勵他人民做些什麼來克服憂傷。

請一位學生讀出摩賽亞書7：1。請全班找出這節經文提到的兩個地點。將本課所附的第一個圖表畫在白板上，請學生也同樣畫在經文研讀日記或隨堂筆記中。你在使用這個圖表時，要說明除了發生在美洲大陸的事件以外，本教會對於摩爾門經中的地理位置並未發表任何正式聲明。

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



注意：學生在研讀摩賽亞書的過程中，會在自己的圖表上增添更多細節。爲了確使他們都有足夠空間容納這些細節，請依照圖表所示的畫在白板上，並在學生開始畫之前，指出所預留的多餘空間。（完整的圖表列於本手冊結尾部分的附錄中。）

說明李海一家抵達應許地後，就定居在尼腓地（有時又稱爲李海尼腓地，或最初繼承的土地）。李海死後不久，主吩咐尼腓帶著所有願意跟從他的人一起逃往曠野。尼腓的人民繼續住在尼腓地，但和跟隨拉曼及雷米爾的人是分開的。許多年後，主吩咐一群尼腓人逃離尼腓地。這群人最後定居在一處稱爲柴雷罕拉的地方，位於尼腓地的北部。

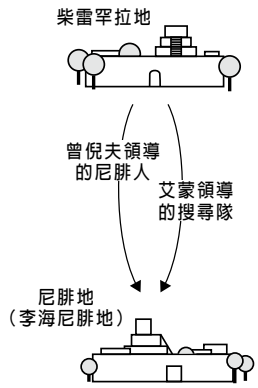
幾個世代之後，有位名叫曾倪夫的人率領一群尼腓人到尼腓地，要「擁有他們繼承的土地」（見奧姆乃書1：27-30）。曾倪夫先前曾和另一群人去過那裡，但未能取得該地（見摩賽亞書9：1-2）。請學生畫一個箭頭，從柴雷罕拉延伸至尼腓地，並標上「曾倪夫領導的尼腓人」。這群人離開柴雷罕拉的時間約在摩賽亞成爲國王之前80年。

請學生再次瀏覽摩賽亞書7：1，找出摩賽亞希望知道的事。他們報告後，請他們閱讀摩賽亞書7：2-3，找出摩賽亞做了什麼來得到這問題的答案。請學生畫第二個箭頭，從柴雷罕拉延伸到尼腓地，代表艾蒙領導的搜尋隊的旅程，並照著標記出來。

概述摩賽亞書7：4-11：說明艾蒙找到了曾倪夫的人民所住的城市，而統治他們的是曾倪夫的孫子林海。林海見到艾蒙一行人在城牆外面時，以爲他們是他已逝父親挪亞的邪惡祭司，就叫他的衛兵把他們抓起來並關進監牢（見摩賽亞書21：23），兩天後才去審問他們。請學生默讀摩賽亞書7：12-15，找出林海在得知艾蒙的身分和來處時作何反應。

- 爲什麼林海在得知艾蒙來自柴雷罕拉地時會這麼高興？

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



再次指著白板上的悲歎一詞。概述摩賽亞書7：16-19：說明林海王將人民集合起來，好向他們介紹艾蒙、告訴他們造成他們憂傷和悔恨的原因，並幫助他們知道可以歸向誰以獲得拯救。

將原因一詞寫在白板上，悲歎定義的下方。請幾位學生輪流讀出摩賽亞書7：20-28。請全班找出林海所說，造成他人民經歷磨難憂傷的一些作爲。（告訴學生以下這點或許會有幫助：摩賽亞書7：26所提的先知是阿賓納代，他在林海的父親挪亞統治時被燒死了。）讀過這幾節經文後，請幾位學生在白板上原因一詞的下方，列出他們發現的事。

- 看來，造成這些人民憂傷的主要原因是什麼？（罪惡）

請學生默讀摩賽亞書7：29-32。請他們從中選一個詞句顯示出林海深知人民的罪惡和他們的憂傷之間的關係。（你可能必須說明，糠秕指的是穀粒與麥桿分離後所留下的碎屑。在摩賽亞書7：30中，「收……糠秕」一詞，意思是獲得一些沒有用的東西。）請幾位學生讀出並說明所選的詞句。

- 能認出犯罪的後果對我們有何幫助？

請一位學生讀出摩賽亞書7：33。請全班找出林海勸告他的人民要做什麼事？

- 關於認清自己的罪並爲自己的罪感到憂傷，我們可以從林海和他的人民學到哪些原則？（在學生找出這章經文裡的眞理時，要幫助他們了解：**認清自己的罪並爲自己的罪感到憂傷，能引導我們歸向主而獲救**。可以將這項原則寫在白板上。）

爲了幫助學生更了解這項原則，請他們想像有個自己所愛的人因爲犯了罪而感到悔恨，並想要悔改、歸向主，但卻不確定該怎麼做。見證：在摩賽亞書7：33，林海給他人民的忠告中，談到了一些可用來克服那因罪而來的憂傷與悔恨的關鍵。請學生默默查考摩賽亞書7：33，找出有哪些詞句可以幫助人知道如何「歸向主」。（可以建議學生把這些詞句標記出來。）

給予充分的時間後，請幾位學生分享他們覺得印象最深刻的一些詞句。請他們每個人用下列方式說明自己所選詞句的意義：（1）用他們自己的話來解釋，

（2）舉一些例子，說明某人在努力應用該詞句所述之原則時，採取了哪些行動或態度。

請學生想想自己曾否犯了罪而沒有悔改，以致可能爲自己或爲所愛之人帶來憂傷及悔恨。請學生在經文研讀日記中針對以下這問題寫出一個答案：

- 你要如何將摩賽亞書7：33應用在你今天的生活中?

分享你的這個見證：我們若全心全意歸向主，祂就必拯救我們脫離那因我們犯罪而來的悲歎哀傷。

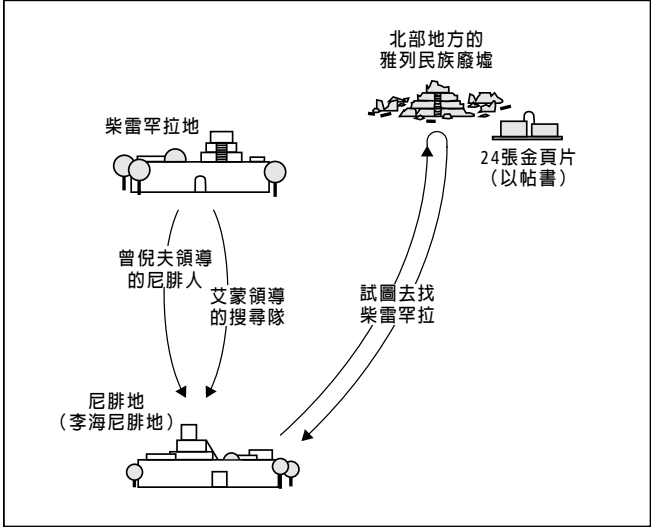
摩賽亞書第8章

艾蒙得知24張金頁片；他告訴林海有位先見能翻譯頁片上的鐫文

請兩位學生到班級前面來。將其中一位學生的眼睛矇起來，然後在教室地上四處擺放一些書籍、紙張，或其他不會造成傷害的東西。請第二位學生用口頭指示，來幫助第一位學生順利越過教室，不致碰到地上的任何東西。然後要第二位學生蒙起眼睛。將地上的東西重新擺放過後，請第一位學生給予指示。但這次，蒙上眼睛的那位學生卻要故意不理會那些指示。（要在上課前先私下告訴這位學生，請他別去管那些指示。）

- 在我們看不到的時候，聽從一位看得見的人的指示，有何重要?

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



概述摩賽亞書8：5-12：說明在艾蒙抵達之前，林海曾派了一支探險隊到柴雷罕拉求援。那群人在曠野迷了路，沒有找到柴雷罕拉，卻找到了一個滅亡文明的廢墟，並發現了24張刻有鐫文的金頁片。（你可以說明，林海人民所發現的廢墟正是雅列文明的全部遺跡。取自那24張金頁片的雅列人紀錄，被收錄在摩爾門經中，稱爲以帖書。）如本頁所示，將這段旅程加到白板上的圖表中，也請學生同樣加到自己的圖表上。向學生說明：林海王希望能了解那24張頁片上所鐫刻的內容。他問艾蒙是否知道有誰能翻譯那些鐫文。

請一位學生讀出摩賽亞書8：13-15中，艾蒙所作的回答。請全班找出艾蒙用哪個頭銜來稱呼一個能夠翻譯這類紀錄的人。請學生默默查考摩賽亞書8：16-19，找出先見所具有的其他能力。請幾位學生說出其發現。

將以下這句話寫在白板上：*主賜予先知、先見和啓示者，來使全人類獲益。*

- 我們今天在世上有幾位先見?（十五位——總會會長團和十二使徒定額組的成員。）
- 先知、先見及啓示者爲我們揭示了哪些事?（如果學生回答有困難，就問他們，先見在有關婚姻與家庭、教育、娛樂和媒體，或性的純潔方面，揭示了哪些事。）
- 你的生活如何因著現代的先知、先見及啓示者而蒙得祝福?

你可以談談先知、先見及啓示者如何造福了你的生活。邀請學生自行閱讀並沉思一篇總會會長團或十二使徒定額組的一位成員，在最近一次大會上的演講，然後跟從其中的忠告。

第57課

摩賽亞書第9～10章

導言

在便雅憫王統治期間，曾倪夫從柴雷罕拉率領了一群尼腓人到尼腓地去定居在拉曼人中間。摩賽亞書第9～22章包含了這些人經歷的記事。拉曼人的國王讓曾倪夫的人民定居在他們中間，是因為他私底下想要奴役他們。拉曼人錯誤的傳統和對尼腓人的仇視終於導致了戰爭。曾倪夫的人倚靠主求取力量，因而能夠將拉曼人從他們的土地上驅逐出去。

教學建議

摩賽亞書9：1-13

曾倪夫帶領一群尼腓人回到尼腓地

請學生回想一個自己熱切地想要某樣東西的時候。請幾個人談談這些經驗。說明今天他們會學到有個人因爲非常想要某樣東西，以致無法看清這願望可能帶來的後果。

請學生看看他們在前一課開始畫的那幅旅程圖。提醒他們，有位名叫艾蒙的人率領了一群人從柴雷罕拉啓程後，在尼腓地發現了林海和他的人民。（你可以說明：摩爾門經談到了兩個名叫艾蒙的人。一個是學生今天所學的人，另一個是摩賽亞的兒子，他後來成爲拉曼人中一位偉大的傳教士。學生會在摩賽亞書第27章開始讀到他的事蹟。）請學生翻到摩賽亞書第7～8章，看看出現在書頁下方或章前綱要中的日期（大約主前121年）。請學生將這日期與摩賽亞書第9章中的日期（大約主前200年，早了約80年）作一比較。問他們有沒有人能說明這些日期爲什麼會有如此突然的改變。

向學生說明：從摩賽亞書第8章到摩賽亞書第9章，故事的發展回溯到80年前，林海王的祖父曾倪夫的事蹟。請一位學生讀出摩爾門在摩賽亞書第9章開頭部分，對曾倪夫之紀錄所作的引言。然後請另一位學生讀出摩賽亞書9：1-2。

請學生在自己的圖表上再加一個箭頭，代表第一群人從柴雷罕拉到尼腓地的旅程。指出曾倪夫也在這群人中。正如本頁圖表所示，這支箭號應顯示出這群人也回到了柴雷罕拉，並應標記爲「有些尼腓人試圖取回尼腓地」。（要看完整的圖表，見本書結尾的附錄。）

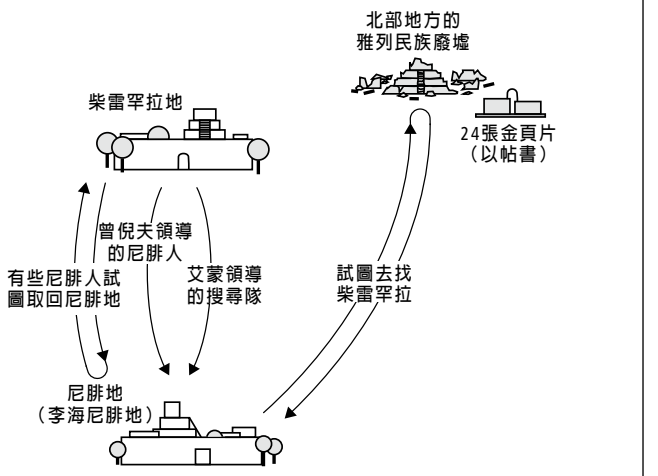
請另一位學生讀出摩賽亞書9：3-4。請班上其他學生跟著一起看，找出（1）曾倪夫極想獲得什麼？以及（2）他遲於記起什麼？

- 何謂過分熱中？（過度渴望或沉迷於追求某事。）
- 在你看來，遲於記起主是什麼意思？

向學生說明：由於曾倪夫過分熱中，又遲於記起主，因此犯下錯誤。請學生閱讀摩賽亞書9：5-7，10，找出是什麼錯誤。

- 曾倪夫由於過分熱中地渴望獲得尼腓地，以致無法看清什麼事？

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



註腳及章前綱要中的日期

向學生指出那出現在摩爾門經每頁下方（或在章前綱要中）的大約日期，來協助確立那些書頁中所描述事件的歷史背景。學生熟悉這些日期之後，就會看出摩爾門經所述各項事件之間的關係，和與歷史上其他事件的關係。

- 在作決定時，懷著過度的渴望會有什麼危險?
- 在作決定時，沒有與主商量會有什麼危險?

在概述摩賽亞書9：11-13時，告訴學生：12年後，曾倪夫的人民開始興旺昌盛，這使得拉曼國王越來越不安，害怕無法奴役他們，因此他「煽動人民與〔曾倪夫的人民〕作戰」（摩賽亞書9：13）。

摩賽亞書9：14～10：22

拉曼人企圖奴役曾倪夫的人民

將以下詞句寫在白板上：*學校課業、抗拒誘惑、朋友間的問題、領袖職責、工作、家人間的衝突、各類運動*。（可以按學生的需求和興趣加上其他項目。）

請一位學生到全班面前，伸出雙臂。將一些小東西，如書籍或石塊等，放在這學生的兩隻手裡，並請他將這些東西舉起來。說明這些東西代表著白板上所列的一些挑戰。問全班：

- 在這些項目中，你希望在哪些地方獲得更多力量和支持?

在這學生的每隻手中，再分別加上一、兩樣東西。問全班：

- 你是否曾經感覺自己背負太多重擔，希望有更多能力或力量來應付這些挑戰?

請兩位學生到全班前面，幫忙扶住那舉著東西的學生的雙臂。說明今天課程其餘部分所談到的這群人就發現自己需要更多力量。建議學生在這整個課程中，找出他們可用哪些方法在生活中獲得更多力量。（請那些在班級前面的學生回到座位上。）

說明摩賽亞書第9章和第10章提到拉曼人兩次前來攻擊曾倪夫和他的人民。將以下圖表抄在白板上，但不要寫出括弧中的答案。告訴學生，他們將要查考這圖表中的經文章節，從中找出圖表上方所列問題的答案。請班上一半學生查考第一排中的經文章節，找出有關曾倪夫和他人民的答案。請另一半學生查考第二排中的經文章節，找出有關拉曼人的答案。從兩組中各請一位學生將他們找到的答案寫在白板上。

	這些人做了什麼來準備?	他們做了什麼來信靠主?	結果如何?
曾倪夫和他的人民	摩賽亞書9：14-16；10：1-2，7，9-10 （他們武裝起來，前去作戰。）	摩賽亞書9：17；10：19 （他們祈禱，並想起主曾拯救過他們的祖先。）	摩賽亞書9：18；10：20 （主增強了他們的力量，他們成功地將拉曼人驅逐出他們的土地。）
拉曼人	摩賽亞書10：6-8 （他們武裝自己，前去作戰。）	摩賽亞書10：11 （什麼都沒做。他們倚靠自己的力量。）	摩賽亞書10：19-20 （拉曼人被趕出那地，死了許多人。）

學生完成這圖表後，問：

- 你看出曾倪夫的人民和拉曼人之間，在準備作戰方面，有哪些相似和不同之處?
- 我們可以從這樣的比較中，學到哪些眞理?

將以下這原則寫在白板上：*只要我們竭盡所能，並信賴主，主就會增強我們的力量*。

再回到白板上所列的那些挑戰上，請學生想想剛才的實物教學示範。

- 在你看來，這一項原則可以怎樣應用在這些挑戰上?

考慮運用以下的例子來幫助學生想一想，他們在尋求力量時，可以怎樣盡自己的本分並信靠主。

1. 學校就快舉行一項重要的考試了，你希望有力量能考得好。
2. 你一直想擺脫一項壞習慣，卻覺得自己不夠堅強，無法獨自做到。
3. 你在家中遇到困難，你覺得要是沒有人幫助，你會無法掌控那隨之而來的強烈情緒。

請學生複習摩賽亞書9：18的前兩句話（到「對抗拉曼人」爲止）。（可以建議他們在自己的經文中標記出這幾句。）

- 你曾經何時體驗過這些話裡的眞理?

你可以分享自己的經驗，來顯明當我們盡力而爲、信賴主時，主就樂意增強我們的力量。

說明在曾倪夫和他的人民第二次前去作戰之前，他曾向人民解釋過爲什麼拉曼人會對尼腓人充滿仇恨。將發怒和遭到錯待兩詞寫在白板上，問學生有沒有人能說明這兩個詞的意思。（發怒的意思是非常生氣；遭到錯待指的是受到冒犯、受到不公平或不合理的待遇。）

爲了幫助學生了解：**因受到冒犯而生氣，放不下心中的怒氣，或拒絕寬恕他人，都可能影響到好幾個世代**，將學生分成兩人一組，並請各組閱讀摩賽亞書10：12-18。請他們找出拉曼和雷米爾的後裔繼續仇視尼腓後裔的原因。

同伴團一起讀完這些經文後，請他們討論以下問題的答案。（考慮在學生閱讀指定的經文時，將這些問題寫在白板上，或將這些問題作成講義發給各組學生。）

- 爲什麼拉曼人會這麼強烈地仇視尼腓人?
- 我們生氣或拒絕寬恕時，受到傷害的是誰?
- 一個人的怒氣會怎樣影響到他現在和未來的家人?

讀出以下七十員唐諾．賀史東長老的話。請學生聽聽看，當我們被某人冒犯或對某人生氣時，我們可以怎麼做。

「如果你覺得受到不公平的對待，無論冒犯你的是你的家人、朋友、教會成員、教會領袖或生意夥伴，或者是因爲所愛的人死亡、健康因素、財務困境、虐待或習癮等問題；請用全部的力量，直接處理問題。……要毫不遲延地立即歸向主。運用你對祂的一切信心，讓祂分擔你的重擔，讓祂的恩典減輕你的負荷。……絕不要讓任何屬世情況使你在靈性上喪失能力」（參閱「歸向主」，2010年5月，利阿賀拿，第80頁）。

請學生沉思以下每一個問題。（可以鼓勵學生將答案寫在經文研讀日記或隨堂筆記中。）

- 你有沒有任何被錯待的感覺，會是對某人懷著怒氣?
- 在你努力寬恕他人時，可以向誰求助?你如何去避免在將來受到冒犯和生氣?

請學生想想他們寬恕人的一個經驗。請幾位學生分享他們在寬恕他人、放下受冒犯或生氣的感覺時，是什麼感受。考慮分享你自己的見證，談談你怎樣尋求主的幫助去寬恕他人。

第58課

摩賽亞書第11章～12：17

導言

由於挪亞王的驕傲和荒淫無度的生活，把他的許多人民帶入了邪惡，主差遣先知阿賓納代去警告挪亞和他的人民。阿賓納代警告他們說，他們若不悔改，就會被奴役。那些人民選擇不理會這警告，挪亞王則下令將阿賓納代關入監獄。

依照學生需求修改課程

大多數課程所包含的經文真理，都無法讓你在所分配到的時間內講解完畢。你在研讀經文和課程時，要尋求聖靈的引導，以便知道課程中要學習和討論的教義和原則裡，哪些對你的學生最為重要。聖靈會幫助你依照學生需求去調整每個課程。

教學建議

摩賽亞書11：1-19

挪亞王帶領人民走入邪惡

上課前，將以下問題寫在白板上：

如果你的父母表示他們覺得，你的某些朋友在帶壞你，你會怎麼回應？

如果有位教會領袖說，你最喜歡的某項活動在阻礙你的靈性成長，你會怎麼回應？

如果先知發言反對某一項你喜歡的娛樂，你會怎麼回應？

請學生默默沉思這些問題。然後問：

- 爲什麼這些情況讓你爲難？
- 在這類情況下，你可以做什麼來跟從父母或領袖的忠告？
- 爲什麼即使必須在生活中作出困難的改變，正義的人仍然願意服從忠告？

說明在本課中，學生會學習到一群不願意服從先知忠告的人的事蹟。

爲了給本課的來龍去脈做個鋪陳，提醒學生，曾倪夫先前率領一群人到尼腓地，但在該地受到拉曼人奴役。曾倪夫雖因過分熱中而導致他受拉曼人的騙，但他是個好人，並且他教導人民要信賴主。曾倪夫死前，將王國授予他的兒子挪亞。（見摩賽亞書第9～10章。）

說明挪亞是個邪惡的人。爲了顯示出他的邪惡如何影響到人民，將全班分成兩組。請第一組閱讀摩賽亞書11：1-2，5-7，請第二組閱讀摩賽亞書11：14-19。請各組找出說明挪亞王的邪惡如何影響到人民的細節。提出類似以下的問題，來幫助學生分析這些經文：

- 在你看來，爲什麼那些人民會願意支持挪亞的邪惡作爲？
- 爲什麼「虛妄諂媚的話」會導致人民受騙？（學生在討論這個問題時，你可以指出，諂媚是一種虛假的讚美，通常是爲了要擺佈受到讚美的人。）
- 從挪亞人民的這段記事，我們學到應當如何回應虛妄諂媚的話？（我們若相信他人所說的虛妄諂媚的話，就是在任由自己被人誤導。）
- 當我們四周的人都過著不正義的生活時，我們可以做些什麼？

摩賽亞書11：20～12：17

阿賓納代警告人民，他們若不悔改就會被奴役

請一位學生讀出摩賽亞書11：20

主做了什麼事來幫助挪亞的人民?（祂差遣一位先知呼喚他們悔改。）

將以下原則寫在白板上：*神差遣先知來幫助我們悔改並避免不幸*。說明主兩度差遣阿賓納代去警告人民。

將以下圖表抄在白板上。要在每段參考經文下方留下足夠空間來寫出其概要。

	阿賓納代的信息	人民的反應
第一次警告	摩賽亞書11：20-25	摩賽亞書11：26-29
第二次警告	摩賽亞書12：1-8	摩賽亞書12：9-17

爲了幫助學生了解阿賓納代的信息，請一半學生閱讀摩賽亞書11：20-25有關阿賓納代的第一次警告，並請另一半學生閱讀摩賽亞書12：1-8有關阿賓納代的第二次警告。請各組學生將阿賓納代的信息概要整理出來，並各請一位學生將其概要寫在白板上相關的經文章節下方。

- 你從阿賓納代的兩次警告中看出哪些差異?

爲了幫助學生看出這些差異，考慮請他們注意摩賽亞書11：20-25，以及這兩句一再出現的話：「除非他們悔改」及「除非這人民悔改」。可以鼓勵學生將這兩句話標記出來。然後鼓勵他們找出這幾句話，和摩賽亞書12：1-8中的話在措詞上有何差異。（幫助學生看出，那些人民要是在聽到第一次警告後就悔改，原本是可以避開這些後果的。但由於他們拒絕悔改，致使這後果在阿賓納代提出第二次警告時變得無法改變，而且更嚴重了。）

- 關於不聽從先知警告的後果，這些差異教導了你什麼?
- 執意犯罪且不悔改，會有哪些危險?

爲了幫助學生了解人民對阿賓納代的信息所作的反應，請一半學生閱讀摩賽亞書11：26-29，並注意人民及其國王對阿賓納代的第一次信息作何反應。請另一半學生閱讀摩賽亞書12：9-17，並注意他們對阿賓納代的第二次信息作何反應。請各組學生概述其反應，同時請一位學生寫在圖表內。

- 你認爲，人民爲什麼會用憤怒來回應想要幫助他們的阿賓納代?又爲什麼要爲那正引導他們走向不幸的挪亞王辯護?
- 在摩賽亞書11：29，我們讀到「人民的眼睛已盲目」。這些人怎麼會變得盲目、看不清眞理?

在學生討論這些問題的時候，幫助他們認出以下原則：**罪惡會蒙蔽我們，讓我們無法認清先知的話是眞實的**。說明，那些人因爲盲目，便以爲挪亞是朋友，阿賓納代是敵人，而事實正好相反。請學生靜默地思考以下的問題：

請學生在白板上寫字

學生在白板上寫字時，你可以面對全班，繼續進行討論。這會讓學生注意白板，同時也鼓勵參與。提醒學生，他們無須寫下整個回答，只需參照人們的回答，寫出幾個關鍵字即可。為了增加參與，你可以先請一位學生寫幾分鐘，然後給別的學生機會擔任抄寫員。

- 你曾否因別人糾正你而生氣，或爲自己的錯誤強辯，即使你明知他們是對的?
- 當家人、當地教會領袖及先知勸告你要如何服從神的話時，你可以做些什麼來接受他們的忠告?

指出有許多人都會鼓勵我們要根據神的話來生活。爲了幫助學生進一步思考如何用適當的方式回應他人要我們改變或悔改的忠告，回到你在上課前寫在白板上的三個問題。請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中，回答其中一個問題。他們有充分時間書寫後，請幾個人談談他們曾經因爲服從父母或領袖的忠告，而蒙得祝福的經驗。鼓勵他們尋求並遵從父母、當地教會領袖及先知的忠告。

精通經文複習

學生若能爲經文章節設計出自己的問題，對經文的理解就會增加。請全班學生一起合作，或在小組中合作，針對特定的精通經文寫下一些提示。（你可以選擇一些經文來讓學生學習或複習。）然後請他們把所寫的提示讀給你聽。如果你猜到正確的精通經文，你就得分。如果無法猜對，學生們就得分。

注意：如果這一堂課沒有時間，可以改天再進行這項活動。其他的複習活動，見本書結尾的附錄。

第59課

摩賽亞書12：18～14：12

導言

挪亞王和他的祭司審問先知阿賓納代時，阿賓納代斥責他們既沒有教導，也沒有遵守誡命。挪亞王命令他的祭司殺死阿賓納代，但神保護了阿賓納代，並賜予他能力繼續說完他的信息。阿賓納代引用以賽亞書來為耶穌基督和祂的贖罪作見證。

教學建議

摩賽亞書12：18～13：26

阿賓納代斥責挪亞王和他的祭司不去遵守和教導誡命

開始上課時，將以下的句子寫在白板上：

我知道遵行耶穌基督的福音是什麼意思。

我遵行耶穌基督的福音。

請學生默想一下，用這兩個句子來形容他們會有多正確，可用1分到10分來評估（10分代表形容得極為正確）。

- 你認為，能夠真誠地說出這兩句話為什麼很重要？

向學生說明，他們在討論阿賓納代的話時，會更了解認識福音並遵行福音的重要。提醒他們，在前一課中，他們討論到挪亞王和其祭司因為阿賓納代作了不利他們的預言，而將他關入監牢的記事（見摩賽亞書12：1-17）。概述摩賽亞書12：18-24：說明阿賓納代後來被帶到挪亞王和他的祭司面前。祭司審問他，想要攪亂他，以便用他的話來反對他。然後其中一人要他解釋一段經文的意思。

請學生默讀摩賽亞書12：25-30，找出阿賓納代為什麼要斥責挪亞和他的祭司。學生說出他們的發現後，問：

- 阿賓納代說，挪亞和他的祭司歪曲了主的道路（見摩賽亞書12：26）。換句話說，他們敗壞了神聖的事物，生活偏離了正道。挪亞和其祭司在哪些方面確實歪曲了主的道路？

為了幫助學生回答這個問題，你可以指出，那些祭司說救恩是由摩西律法而來（見摩賽亞書12：32）。然而，他們卻不遵守該律法中的十誡，也沒有教導人民要遵守誡命（見摩賽亞書11：1-15；12：27-29，37；13：25-26）。

指向白板上的那兩句話。

- 在你看來，如果以1分到10分來評估，用這每一句話來形容挪亞和其祭司會有多正確？

請一位學生讀出摩賽亞書12：31-33。請全班找出阿賓納代教導了挪亞和他的祭司哪一項原則。（他教導他們：**只要我們遵守神的誡命，就必得救。**）

分享以下七十員馬文·何曼長老所舉的例子。鼓勵學生聽聽看，認識誡命並遵守誡命有多麼重要。

「許多年前，有位返鄉傳教士堂堂地在聖餐聚會上站起來說，他從研讀經文知道福音是真實的，而且他願意為主和祂的教會捨命。兩星期後，他羞愧又畏懼地站在他所屬學生支會的主教面前，承認自己一時軟弱，喪失了貞潔；他在激

情中忘記了自己宣稱要爲主獻身的話。他雖然在學習神的話，卻沒有將研讀的內容實地應用在日常的作爲中，沒有切實過著基督般的生活。

「有位美麗的女孩很努力地通過一切規定，達成了女青年獎。她把個人目標認眞、謹愼地寫在自己的紀念冊上。她堅決地寫道，她將只和配稱的男子約會，並且要找到一個特別的人帶她去聖殿。但她到了十八歲，卻忘了自己的目標，和一個不是本教會成員的男孩私奔了。那些最愛她的人，包括她的父母、教師和朋友，都爲她流了許多眼淚。她已墜入那介於律法規定與眞實門徒身分之間的可怕空隙中」（“Eliminating the Void between Information and Application,” CES satellite training broadcast, Aug. 2003, 17, si.lds.org）。

- 爲什麼光是認識誡命並不足以讓我們有資格獲得救恩?

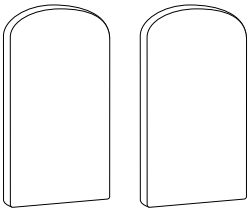
展示圖片：阿賓納代在挪亞王面前（62042；福音畫冊，編號75）。請學生描述圖片中所發生的事。（國王下令殺死阿賓納代，而主正在保護阿賓納代。）爲了幫助學生了解這件事，考慮請三位學生站起來，表演戲劇性的朗讀。一位學生擔任敘述員，第二位學生唸出挪亞王的話，第三位學生唸出阿賓納代的話。首先，請敘述員和飾演挪亞的學生分別唸出摩賽亞書13：1-2中自己的部分。然後請飾演阿賓納代的學生用摩賽亞書13：3-4的話來回答。然後由敘述員唸出摩賽亞書13：5-6，之後，再由飾演阿賓納代的學生唸完摩賽亞書13：7-11。

請學生注意摩賽亞書13：11。

- 在你看來，把誡命寫在我們心上是什麼意思?（幫助學生了解，若要把誡命寫在心上，就必須認識並遵行福音。）

指出在挪亞要殺阿賓納代之前，阿賓納代就已開始唸出一段經文，這段經文可能是國王和其祭司都很熟悉的，而且證明了他們的邪惡。請全班默讀摩賽亞書12：34-36，看看阿賓納代說給挪亞和其祭司聽的那段經文是不是很熟悉。幫助他們了解，阿賓納代開始唸的是十誡。

在白板上畫出兩塊空白的大石版。請一位學生將十誡中的一條誡命寫在其中一塊石版上。然後請他將白板筆傳給另一個學生，來寫下十誡中的另一條誡命。重覆這過程，直到學生把所能記住的都列出了爲止。請他們在摩賽亞書12：34-36及13：12-24中查對他們的答案。你可以鼓勵他們將這些經文及出埃及記20： 3-17（精通經文）中的十誡標記出來。



分享以下戈登・興格萊會長所說的話：

「十誡是耶和華用手指在石版上寫下的，是爲了以色列兒女的救恩和安全，是爲了以色列兒女的平安和快樂，以及爲了此後所有的後代」（「一份管家職務報告」，1992年1月，聖徒之聲，第51頁）。

鼓勵學生複習十誡，並默默思考自己在遵守這些誡命方面付出了多少努力。

戲劇性的朗讀

用戲劇性的方式朗讀經文可以幫助學生具體看出經文中的人物及事件。鼓勵學生將這經驗表現得愉快有趣，卻不減損經文故事的神聖性。

摩賽亞書13：27～14：12

阿賓納代教導經由耶穌基督的贖罪而來的救恩

將以下句子寫在白板上（你可以在上課先前寫好）。請學生想想，可以在空白的地方寫些什麼。

「在我們完全服從並做了一切好行爲後，要是沒有……，我們仍然無法從死亡或從自己罪惡的後果中得救。」

讀出以下達林・鄔克司長老的話：

「在我們完全服從並做了一切好行爲後，要是沒有那透過耶穌基督的贖罪而來的恩典，我們仍然無法從死亡或從自己罪惡的後果中得救。這在摩爾門經中說得很清楚。這部書教導我們：『救恩不單由律法而來』（摩賽亞書13：28）。換句話說，救恩不單由遵守誡命而來。……即使是那些試著盡心、盡能、盡意、盡力服從神、事奉神的人，也都是『無用的僕人』（摩賽亞書2：21）。世人並無法掙得自己的救恩」（“Another Testament of Jesus Christ,” *Ensign,* Mar. 1994, 67）。

在白板上句子的空白處寫下：那透過耶穌基督的贖罪而來的恩典。然後請幾位學生輪流讀出摩賽亞書13：28，32-35。請全班找出一些與鄔克司長老的話有關的詞句。請幾位學生分享其發現。（可能的答案包括：「贖罪」、「神的救贖」、「彌賽亞的來臨」，以及「神要親自降臨人類兒女中間」的這應許。）

說明阿賓納代在摩賽亞書13：28及第32節中所說的律法，指的是摩西律法；該律法包含了一套嚴格的誡命，對於獻祭、節慶及其他禮儀都有嚴格規定。神賜予摩西律法是爲了幫助以色列人記得神，並期待耶穌基督的贖罪。日子一久，許多以色列人不再了解耶穌基督的使命中還包括擔任他們的救主，他們以爲只要服從摩西律法就能得救。

- 阿賓納代見證：**除非藉著耶穌基督的贖罪，否則沒有人能得救**（見摩賽亞書13：28，32）。爲什麼了解這項眞理對我們很重要？

說明阿賓納代在對挪亞和其祭司說話時，引述了一些以賽亞所作，有關耶穌基督的預言。請學生默讀摩賽亞書14：3-12。請他們從中找出一些詞句來描述救主做了些什麼來促成他們的救恩。

學生花了幾分鐘研讀這些經文後，請他們分享其發現。可以考慮將他們的答案寫在白板上。爲了幫助學生想想救主爲他們承擔的痛苦憂傷，也爲了幫助他們想想救主爲他們的罪所受的苦，向他們讀出以下的話，並請他們在腦海中完成這些句子：

耶穌基督承擔了我的種種憂傷，例如……

耶穌基督受害又受傷都是爲了我的各種過犯，例如……

問學生，以下這句話對於他們有何意義：「因祂受的鞭傷我們得醫治」（摩賽亞書14：5）。你可能必須說明，鞭傷一詞特別指的是救主受到鞭打時，身體上留下的傷痕（見約翰福音19：1）。一般來說，這個詞指的是救主所受的一切痛苦。

學生分享過他們對這句話的感覺後，就見證：透過救主的受苦，和我們在遵守誡命上付出的努力，我們就能在今生獲得平安和寬恕，並在來生獲得救恩（見教約59：23；信條第3條）。邀請學生藉著遵守誡命來表明他們對救主的愛與感激。

第60課

摩賽亞書第15～17章

導言

阿賓納代繼續向挪亞王及其祭司講道，見證耶穌基督是救贖主。挪亞的一位祭司阿爾瑪相信了阿賓納代的話。挪亞王把阿爾瑪逐出宮庭，又命令屬下殺死他，但阿爾瑪逃脫了，並將他從阿賓納代那裡聽到的教訓記了下來。阿賓納代說完主差遣他去分享的信息後，挪亞王和其祭司威脅他說，要是他不收回那些說過的話，就要把他殺死。阿賓納代因為拒絕否認自己的見證而「被燒死」，並「以死印證他的話的真實」（摩賽亞書17：20）。

教學建議

摩賽亞書第15～16章

阿賓納代教導，耶穌基督是救贖主

給學生兩分鐘時間找出摩賽亞書第15～16章中所有的救贖一詞。可以建議學生將這個詞標記出來。說明當同一個詞一再出現在一段經文中時，可能代表這個詞在作者的信息中很重要。鼓勵學生在今天的課程中，注意阿賓納代的教導中有關救贖的部分。

爲了幫助學生了解耶穌基督是救贖主，將以下圖表畫在白板上：

指向標示著「罪犯」的人形，請學生想像自己犯了罪。他們被宣判要繳付一筆鉅額罰金作爲懲罰，而且自己沒有辦法用合法且誠實的方式來避免繳付罰金。問學生，他們在面臨這樣的懲罰時會有什麼感覺。然後請他們想像，有個家人或朋友自願爲他們繳付罰金。

- 你對這個人會有什麼感覺?

說明這位家人或朋友繳付了罰金，也就救贖了他們免受懲罰。救贖一詞指的是解除債務，或藉著繳付贖金來換取自由。可以鼓勵學生將這些定義寫在摩賽亞書第15章中，含有救贖一詞的某段經文旁邊。

將我們一詞寫在罪犯下方。將公道一詞寫在懲罰下方。說明由於我們都犯了罪，破壞了神的律法，我們就必須受懲罰。換句話說，我們必須滿足公道的要求。讀出以下十二使徒定額組李察・司考德長老的話。請學生聽聽看，破壞神的律法會有哪些後果：

「公道……要求每一條被破壞的律法都要償付代價。你們遵守神的律法，就會得到祝福，但是你們並沒有多餘的功勞足以用來抵償你們所破壞的律法。如果沒有好好解決，被破壞的律法就可以讓生命變得悲慘，使你們無法回到神的面前。」（參閱「贖罪是我們平安與幸福的保障」，2006年11月，利阿賀拿，第42頁）。

- 根據司考德長老的話，破壞神的律法會有哪些後果?

在學生尋找破壞神的律法的後果時，將罰金一詞從白板上擦掉，並在其位置上，寫下悲慘和從神的面前隔絕。請學生默讀摩賽亞書15：1，8-9。可以提出以下問題來幫助他們了解這段經文中的一些教義：

- 代求一詞指的是一個人介入兩個人或兩群人中間，來幫助他們調解——或是說，使他們彼此和睦共處。依你看，耶穌基督來爲我們「代求」是什麼意思?
- 你認爲，滿足「公道的要求」是什麼意思?

幫助學生了解，公道要求我們要爲自己的罪受懲罰。救主並沒有取消公道的要求，而是站在我們和公道之間，藉著爲我們承擔懲罰來滿足公道的要求。祂已付了救贖我們的代價，把我們從懲罰中釋放。在白板上的罪人和懲罰中間，放一幅救主的圖片（例如圖片：「主耶穌基督」〔64001〕）。

罪犯
我們

懲罰
公道
悲慘

從神的面前隔絕

請學生默讀摩賽亞書15：5-7，想想耶穌基督爲了救贖他們——站在他們與公道的要求之間，付出了怎樣的代價。

將以下內容寫在白板上：

那些選擇接受救贖的人	*那些拒絕接受救贖的人*
摩賽亞書15：11-12	*摩賽亞書16：2-5，12*

將全班分成兩半。請一半學生查考摩賽亞書15：11-12，找出選擇接受救贖的人有哪些特點。請另一半學生查考摩賽亞書16：2-5，12，找出拒絕接受救贖的人有哪些特點。給予充分的時間後，請第一組學生分享他們的發現。

- 根據摩賽亞書15：11-12，誰會從自己的罪中得到救贖?（要確定學生都了解：**耶穌基督爲那些聽從先知話語、相信祂的救贖大能，並悔改自己的罪的人，滿足了公道的要求。**）

說明救主付出的代價是一份屬於個人的禮物。任何人只要選擇悔改、努力遵守誡命及與主立的聖約，藉此讓自己有資格獲得救贖，就能接受到這禮物。

爲了強調贖罪在本質上是屬於個人的，請一位學生讀出摩賽亞書15：10。然後請學生注意這句「祂必看見祂的後裔」。可以建議學生將這句話標記出來。說明在這節經文中，後裔一詞指的是孩子。

- 我們曾在何時學到有關成爲「基督的孩子」一事?（提醒學生，便雅憫王曾針對這個主題講過一些話，載於摩賽亞書第5章。亦見第55課。）

可以建議學生將摩賽亞書15：10中「祂的後裔」一詞，替換爲自己的名字來把這節經文個人化。請他們思考一下這點對於他們有何意義。

- 這項教導如何影響到你對贖罪的了解?

請那些閱讀摩賽亞書16：2-5，12的學生分享所找到的，有關拒絕接受救贖之人的內容。爲了強調拒絕接受救贖的嚴重性，請所有學生默讀摩賽亞書16：5。

- 如果罪人一直留在罪中，拒絕悔改，那麼白板上的那個圖會變成怎樣?（在學生回答時，將耶穌基督的圖片從圖上移開。你可以強調：對於這樣的人，「他就像沒有被救贖一樣」。）

請學生閱讀教義和聖約19：16-17，來找出那些拒絕悔改也不接受救主之救贖的人會有什麼後果。可以鼓勵學生將教約19：16-17寫在自己經文中，摩賽亞書16：5的旁邊。

將救主的圖片放回白板上原來的位置。

- 你今天學到有關你的救贖主的哪些眞理?

學生答完這個問題後，就說明：阿賓納代在教導中，除了談到救主自願救贖我們脫離罪的懲罰之外，還談到救主救贖我們脫離死亡。請幾位學生輪流讀出摩賽亞書16：6-11。分享你的這個見證：**由於耶穌基督的贖罪，所有的人都會復活**。你也可以指出，義人會復活到幸福的境地。

請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中寫下他們對他們的救贖主的感覺，以及他們會做些什麼來讓自己能接受到祂所提供的救贖。

摩賽亞書第17章

阿爾瑪相信阿賓納代並被逐出；阿賓納代被燒死

問學生：

- 你曾否見過有人冒著困難、爲正義之事挺身而出的情況?當時發生了什麼事?

展示圖片：阿賓納代在挪亞王面前（62042；福音畫冊，編號75）。概述摩賽亞書17：1-6：說明在阿賓納代說完他的信息後，有位名叫阿爾瑪的祭司企圖說服國王相信阿賓納代所說是眞的，應該把他放了。但國王把阿爾瑪趕了出去，又派僕人追殺他。阿爾瑪藏了起來，寫下了阿賓納代的話。三天後，國王和其祭司就把阿賓納代處死了。

將學生分成兩人一組。請他們和同伴一起研讀以下這些經文：摩賽亞書17：7-10，有關阿賓納代的選擇，及摩賽亞書17：11-12，有關挪亞王的選擇。請他們將阿賓納代的選擇與挪亞王的選擇作一比較。也請他們討論下列的問題。（可以將這些問題寫在白板上。）

- 你認爲，爲什麼阿賓納代的話會對挪亞王造成那樣的影響?（見摩賽亞書17：11）。挪亞王的祭司又對挪亞王造成什麼影響?（見摩賽亞書17：12-13。）
- 我們可以從阿賓納代的榜樣學到哪些教訓?（學生可能提出的答案之一是：**我們可以在任何情況下都忠於神**。）

可能的話，提供學生一份以下戈登．興格萊會長所說的話：

「要剛強、維護正義。我們活在一個妥協的時代……。在我們每天遇到的各種情況中，我們都知道什麼是對的。……我們必須培養出能按照自己信念而行的力量」（參閱「建造自己的會堂」，1993年1月，聖徒之聲，第46頁）。

可以請學生將這句我要在各種情況下都忠於神寫在自己經文中，摩賽亞書17：9-12的旁邊。請學生注意摩賽亞書17：19中，阿賓納代最後的這句話：「神啊，請接納我的靈魂。」然後請一位學生讀出摩賽亞書17：20。

- 阿賓納代的最後這句話最讓你佩服的是什麼?

請學生在經文研讀日記中回答以下這問題：

- 你會做什麼以便在各種情況下都忠於神?

給予充分的時間後，請幾位學生分享所寫的內容。也問學生有沒有人要分享福音對自己的意義，以及他們過去在困難的時刻中曾經做了些什麼來忠於主。用你的見證來結束課程。

自修班課程

摩賽亞書第7～17章（第12單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩賽亞書第7～17章（第12單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩賽亞書第7～8章）

研讀摩賽亞書第7～8章時，學生學習的重點在於罪惡與束縛之間的關係。他們也從林海王的話語中學到，承認自己的罪和為罪感到憂傷，能引導我們歸向主、尋得拯救。艾蒙向林海保證，主會提供先知、先見及啓示者來造福世人。

第2天（摩賽亞書第9～10章）

學生學到更多有關一群稱為曾倪夫人民的尼腓人，定居在拉曼人中間的情形。曾倪夫和其人民前去對抗來攻打他們的拉曼人一事，正顯明了以下的真理：我們若盡全力去做並信賴主，主就必增強我們的力量。

第3天（摩賽亞書第11～14章）

挪亞王引導人民犯下憎行和邪惡。學生發現到，神會差遣先知來幫助我們悔改、避免悲慘，並獲得救恩。透過先知阿賓納代的教訓，學生學習到，只要遵守神的誡命，就必得救。他們也學習到，耶穌基督的贖罪是救恩的來源。

第4天（摩賽亞書第15～17章）

阿賓納代在殉教前，勇敢地宣稱，耶穌基督的贖罪為所有相信救主的救贖大能、悔改自己的罪並遵守誡命的人，滿足了公道的要求。阿賓納代也教導，由於耶穌基督的贖罪，所有的人都會復活。學生透過研讀這些教義，認真地思考了在各種情況下都要仰賴救主、忠於神是多麼重要。

導言

摩賽亞書第7～17章敘述了不同的幾個人和幾群人的旅程和經驗。曾倪夫選擇帶領一群尼腓人定居在拉曼人中間，這對兩個國家都造成了衝擊。例如，曾倪夫的人民和其後裔都經歷到考驗、叛教、受奴役、靈性上的重生，並獲得拯救。本課的第一個部分會給學生機會複習本週所讀到的人、地、事。本課的第二部分會幫助學生認出，先知阿賓納代給人民的信息的中心主題是：耶穌基督及其贖罪。而且阿賓納代願意為他的信息捨命。

教學建議

摩賽亞書第7～17章

複習歷史背景及教義

為了幫助你說明本課中的各項事件，複習學生研讀指南第12單元，第1天，摩賽亞書第7～24章的概覽。請學生閱讀摩賽亞書7：1-2，並請他們找出裡面所提到的兩個地方。請他們說明為什麼那幾群不同的尼腓人會想從一個地方旅行到另一個地方。

將這兩個地名寫在白板（或一張紙）的兩端。

柴雷罕拉地	尼腓地（李海尼腓地）

以下的問題或許有助於你和學生複習這些事件。在白板上寫下你們所討論到的人物名稱。你可以根據學生的回答，使用以下全部或一部分問題：

- 曾倪夫為什麼要離開柴雷罕拉地？（見摩賽亞書9：1-3。）
- 曾倪夫、挪亞和林海，這三人之間有何關係？（見摩賽亞書7：9。）
- 挪亞是個怎麼樣的國王？（見摩賽亞書11：1-5，11。）
- 神做了什麼來說服挪亞和其人民離開他們所做的大惡和憎行？（祂差遣先知阿賓納代去呼籲他們悔改。）
- 關於阿爾瑪，你可以告訴我們些什麼？（答案可包括：他是挪亞王的一個祭司，他相信並寫下了阿賓納代的話，以及他為了避免被殺而逃跑了。）

- 為什麼雖然摩西和以賽亞活著的年代比阿賓納代早很多，又住在世界另一個角落，但他們在這幾章中卻很重要？
- 為什麼林海要派43個人進入曠野？（林海和其人民受到拉曼人奴役，想求助於柴雷罕拉的人民。）他們沒有找到柴雷罕拉，卻發現了什麼？（他們發現了一個滅亡的文明和24張刻有文字的金頁片。）
- 艾蒙和另外15個人完成了什麼事？（他們是摩賽亞所派的人，要找出曾倪夫和其人民的下落。他們發現那些人的後裔正受到奴役，而且曾倪夫的孫子林海是他們的國王。）
- 當時誰是柴雷罕拉地的國王又是一位先知、先見及啓示者？（摩賽亞）為什麼他是先見這件事對林海來說具有重要意義？（林海得知摩賽亞可以翻譯24張金頁片上的文字。）

指出曾倪夫和其人民離開柴雷罕拉大約80年後，艾蒙和同行的人才抵達尼腓地。

幫助學生更了解歷史背景後，提醒他們，本週還讀到了另一位人物，而他的名字還沒有列在白板上。

請每位學生閱讀摩賽亞書16：6-8，找出這位人物的名字。告訴學生，雖然這個部分的摩爾門經記述了許多歷史事蹟，但也強調了耶穌基督的教義及從祂而來的救恩。

為了強調那透過耶穌基督而來的救恩有多重要，將下表畫在白板上，或作成講義。請學生兩個兩個的一起研讀該表內所列的經文章節，並討論所發現的內容。由於有些應用問題比較屬於私人的性質，學生可以自行決定是要把答案說給同伴聽，還是將答案寫在經文研讀日記中，或是默默思考那答案。

為了幫助學生回想他們在這經文活動以及他們本週的課程中所讀到的內容，問：本週所讀的原則和教義如何幫助你期待獲得你的罪的赦免？

給學生機會為耶穌基督作見證。

結束今天課程的一個方式是讀出摩賽亞書16：13-15並對我們需要救主的事實分享你的見證。另一個方式是向學生強調他們本週所學的兩項教義或原則：**耶穌基督的贖罪是救恩的來源**，以及**耶穌基督為所有願意悔改的人滿足了公道的要求**。

下一單元（摩賽亞書第18～25章）

摩賽亞書第18～25章告訴我們兩群人怎樣逃出敵人的奴役，安全返回柴雷罕拉。你會學習到神如何帶領這每一群人逃脫。一群人聽從基甸的計畫，讓衛兵喝醉，另一群人跟隨阿爾瑪，在拉曼人睡著時逃脫。是誰讓拉曼人睡著的？

經文	要尋找的內容	應用問題
摩賽亞書7：33	我們要如何從屬靈和屬世的束縛中得到解救？	在林海所強調的三項要點中，你覺得自己現在需要在哪一項上努力加強？
摩賽亞書 13：11	為什麼挪亞王和他的許多人民不了解耶穌基督的使命？	你生活中有哪些證據顯明有誡命寫在你的心上？你可以用哪些方式鑽研和教導正義？
摩賽亞書 14：3-7	有關救主的受苦和被人拒絕的一些深具意義詞句。	今天的人們用哪些方式藐視和拒絕救主？人們怎樣躲避祂？怎樣做相反的事？
摩賽亞書 15：6-9，11	耶穌基督「戰勝」什麼，「打斷」什麼；而由於救主的犧牲，我們得到什麼。	最近主在哪些方面為你作了調停？祂怎樣站在你和公道的要求之間？

第61課

摩賽亞書第18章

導言

阿賓納代死後，阿爾瑪在人民中祕密地教導阿賓納代的話。相信他的人聚集在摩爾門水流繼續學習。阿爾瑪宣講的信息是「悔改、救贖和對主的信心」（摩賽亞書18：7）。接受他的教導並悔改了罪的人，訂立了洗禮聖約。這些人忠於所立的聖約，並在屬世和屬靈上彼此幫助。

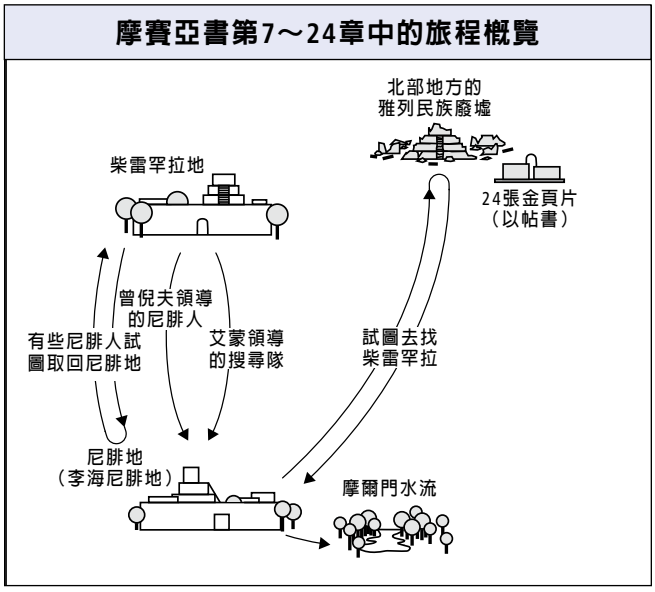
教學建議

摩賽亞書18：1-16

阿爾瑪教導人民並為人民施洗

展示圖片：阿賓納代在挪亞王面前（62042；福音畫冊；編號75）。指出圖片背景中的那些祭司。說明摩賽亞書第18章談的是挪亞王的一位祭司阿爾瑪的經驗。

請一位學生讀出摩賽亞書18：1，3-6。請全班找出阿爾瑪在聽了阿賓納代的見證後做了什麼。學生報告所學的內容後，請他們參考自己的摩賽亞書第7～24章旅程概覽那張圖。指示他們將摩爾門水流畫在適當的位置。（完整的圖表，見本書結尾的附錄。）



說明阿爾瑪教導的用意是在準備人民接受洗禮。請學生想一想自己的洗禮。為了幫助他們沉思他們的洗禮對他們的意義，可以提出類似以下的問題：

- 你可以記得自己受洗時的哪些細節？
- 你的父母、教師及領袖曾怎樣幫助你準備受洗？
- 你現在對於洗禮比起你在受洗那天，更能體會和感激哪些事？

說明阿爾瑪在摩爾門水流教導和施洗的故事，可以幫助我們更加了解洗禮聖約。

請學生默讀摩賽亞書18：2，7，找出阿爾瑪教導人民些什麼，來準備他們接受洗禮。

- 根據這些經文，阿爾瑪強調了哪些教義和原則？
- 在你看來，了解這些眞理會怎樣幫助人們準備好受洗？

爲了讓學生了解自己可以做些什麼來遵守洗禮聖約，並幫助他們體會及感激那將隨之而來的祝福，將以下這張表畫在白板上，但不要寫出下半部那些話及參考經文。

我願意……	*神應許……*
幫助他人承擔重擔，使重擔得以減輕（見摩賽亞書18：8）。 與哀者同哀（見摩賽亞書18：9）。 安慰需要安慰的人（見摩賽亞書18：9）。 隨時隨地，在所有的事上作神的證人（見摩賽亞書18：9）。 事奉神，遵守祂的誡命（見摩賽亞書18：10）。	使我能蒙神救贖（見摩賽亞書18：9）。 使我能在第一次復活中有分（見摩賽亞書18：9）。 使我能得到永生（見摩賽亞書18：9）。 祂會把祂的靈傾注於我（見摩賽亞書18：10）。

說明阿爾瑪在邀請人們受洗之前，對他們談到有哪些態度和行爲會顯示出他們已準備好與主訂立聖約並遵守這聖約。（可以提醒學生，聖約是神與人之間的協定，但神和人在這「協定中，雙方的行爲並不相等。神爲聖約提出條件，人則同意遵行神所要求的事。神便應許世人某些因服從而來的祝福」〔經文指南，「聖約」，scriptures.lds.org〕。關於近代對受洗條件所作的解釋，見教義和聖約20：37。）

將全班分爲兩半。請一半學生查考摩賽亞書18：8-11，找出阿爾瑪教導我們，在受洗時，應該願意做些什麼。請另一半學生查考同一段經文，找出我們若遵守所立的聖約，主應許要如何祝福我們。給學生時間研讀這些經文後，請幾個人到白板前面，在適當的欄位寫下他們的發現。

爲了幫助學生體會和感激他們的洗禮聖約，問：

- 第一欄所列的那些態度和行爲對你有什麼意義？
- 爲什麼第二欄所列的那些應許對你很重要？

請學生默默查考摩賽亞書18：12-16，找出阿爾瑪和其人民在立約要事奉主時，在哪些方面蒙得了祝福。請學生報告其發現。你可以指出，阿爾瑪在準備爲希蘭施洗時，充滿了主的靈，而在洗禮完成時，阿爾瑪和希蘭兩人都充滿了靈，這顯示出主已經開始履行聖約，將祂的靈傾注在人民身上了。

分享你的這個見證：**我們藉著訂立及遵守洗禮聖約，來接受主的靈和永生的應許。**

摩賽亞書18：17-30

阿爾瑪在人民中建立耶穌基督的教會

讀出以下總會會長團的亨利·艾寧會長說的話：

「從受洗那天起，透過我們生命中一些靈性的里程碑，我們與神相互立約。祂始終都遵守著祂透過祂所授權的僕人所作的承諾；而我們會不會與神立約並遵守這些約定，則是我們生命中至爲重要的考驗」（參閱「爲神作見證」，1997年1月，*聖徒之聲*，第33頁）。

請學生注意白板上的那張表。說明他們現在會學到阿爾瑪的人民如何根據洗禮聖約生活，又如何因此蒙受祝福。將學生分成兩組。請一組研讀摩賽亞書18：17-23，請另一組研讀摩賽亞書18：24-30。學生讀的時候，請他們分別找出阿爾瑪教導人民要過怎樣的生活，以便遵守洗禮聖約。請兩組中的每位學生，個別從另外那組選一個同伴來報告其發現；或從兩組中各選一位代表，向全班報告所學到的事。

- 你的洗禮聖約如何影響著你每天的生活方式？（考慮請學生在回答這個問題時，談談他們的洗禮聖約如何影響到他們對待家人的方式、他們所選的娛樂種類，或他們與同儕互動的方式。）

請學生複習摩賽亞書18：17，22，29，找出那些顯示出人民因爲遵守聖約而蒙福的字詞。將這些祝福列在白板上洗禮聖約圖表的下方。（你可能必須提醒學生，「神的兒女」〔摩賽亞書18：22〕一詞指的是我們透過耶穌基督的贖罪而成爲永生的繼承人〔摩賽亞書5：6-8，15〕。）

爲了讓學生看出：**偉大的祝福會臨到遵守洗禮聖約的人**，請學生注意白板上的表，並問：

- 你曾經看到你的朋友、家人或支會成員因爲遵守聖約而在哪些方面蒙得祝福？
- 主如何因爲你遵守洗禮聖約而祝福了你？

請爲遵守聖約如何爲你的生活帶來祝福作見證。

摩賽亞書18：31-35

屬於教會的人逃離挪亞王的迫害

概述摩賽亞書18：31-33，說明有一天，阿爾瑪和人民聚在一起聽主的話時，被挪亞王的僕人發現了。於是國王派了軍隊，要消滅他們。

請一位學生讀出摩賽亞書18：34。指出註腳*a*要讀者參照摩賽亞書23：1。（可請學生將這項註腳標記出來。）說明摩賽亞書18：34中的記事將會在摩賽亞書23：1繼續，也就是第19～22章記錄林海人民的經驗之後。請一位學生讀出摩賽亞書23：1-2。

- 阿爾瑪如何「得知」他的人民面臨到了危險？

將以下原則寫在白板上：*主能在義人有危險時提出警告*。（可以邀請學生將這項原則寫在摩賽亞書18：34旁的空白處。）爲了說明這項眞理，讀出以下十二使徒定額組尼爾·安德森長老所說的故事：

「我的朋友在聯邦調查局擔任特勤人員，他負責調查把非法毒品運入美國的組織性犯罪集團。

「有一次，他和另一位幹員前往一間公寓，他們相信有位惡名昭彰的毒梟在那間公寓裡販售古柯鹼。我的朋友描述事件的經過，說：

「『我們敲了那名毒梟的門。嫌犯打開門，一看到我們，就想要遮蔽我們的視線。但爲時已晚，我們已經看到了他桌上的古柯鹼。

「『坐在桌旁的一名男子和一名女子趕緊把古柯鹼收起來。我們必須阻止他們湮滅證據，所以我很快地將這名擋在門口的販毒嫌犯推到一旁。就在我將他推開時，我們兩人四目交會。奇怪的是，他看起來並沒有發怒或畏懼，反而在對我微笑。

「『他的眼神和令人卸除戒心的笑容讓我覺得他不會害人，所以我很快地離開他，開始往桌子的方向移動。嫌犯此時在我身後。就在那一剎那，有一種清晰有力的感覺閃入我的腦海：「愼防笑裡藏刀。」

「『我立即轉身面向嫌犯。他的一隻手已伸進他衣服前面的大口袋裡了。我直覺地抓住他的手，把他的手拉出口袋。就在那時，我赫然看到他手裡握著一把已經上膛的半自動手槍。經過一陣激烈扭打，我制服那人，奪下他的武器。』……

「……聖靈曾警告我的朋友避開身體上的危險，聖靈也會警告你們避開屬靈上的危險」（「愼防笑裡藏刀」，2005年5月，*利阿賀拿*，第46-47頁）。

告訴學生：主確實經常警告義人避開那即將到來的危險，但如果我們沒有在每次面臨危險情況時都感受到聖靈的警告，也不應就此認爲自己不正義。

- 你曾在何時感覺到主警告你避開身體或靈性上的危險？（學生分享過經驗後，你也可以分享自己的一個經驗。）

第62課

摩賽亞書第19～20章

導言

阿爾瑪和他的人民逃過挪亞王軍隊的搜捕後，挪亞王和他的人民開始嘗受到他們罪惡的後果。正如阿賓納代所預言的，他們受到拉曼人的攻擊和奴役，挪亞王也被燒死了。挪亞的兒子林海在挪亞死後繼任為王。在挪亞以前的祭司綁架了一群拉曼人的女兒後，拉曼人怪罪林海的人民，並準備攻打他們。林海的人民英勇抵抗，俘虜了受傷的拉曼王。林海安撫了拉曼王，拉曼王因此說服其人民和平地返回自己的土地。

教學建議

摩賽亞書第19～20章

在李海尼腓地的尼腓人體驗到阿賓納代預言的應驗

請學生想想看，曾經有人怎樣警告他們一項他們自己看不到的危險。請他們談談自己如何因爲聽從那項警告而蒙福。提出以下問題，來幫助學生討論警告的目的爲何：

- 提出警告的目的是什麼？誰會警告你應該避免哪些事，或告訴你哪些事可能對你有害？
- 神會把給祂教會的靈性警告讓誰知道？

提醒學生：主差遣阿賓納代警告尼腓人有關犯罪的後果。爲了幫助學生複習阿賓納代對李海尼腓地的尼腓人所作的預言，將下表抄在白板上。

有關挪亞王人民的預言（摩賽亞書12：1-2；17：17）	應驗（摩賽亞書19：10，14-15；20：20；21：2-4）
有關挪亞王的預言（摩賽亞書12：3；17：18）	應驗（摩賽亞書19：18-20）

請一位學生讀出摩賽亞書12：1-2。請全班找出阿賓納代預言了挪亞王的人民會因爲不悔改而遭到什麼後果。請一位學生將這些後果列在白板上圖表上方左邊的空格內。請另一位學生讀出摩賽亞書12：3。請全班找出阿賓納代所預言，會發生在挪亞王身上的事。請一位學生將這後果寫在圖表內。

爲了幫助學生想想我們從先知接受到的靈性警告有何重要的含意，分享以下七十員大衛·史東長老所說的故事：

「一年多前，在多明尼加共和國聖多明哥市某個星期日的早晨，我們在清晨醒來，迎接美好的一天。加勒比海的陽光燦爛明亮，天空晴朗。和煦的微風吹著，輕拂過樹上的綠葉；氣候溫暖宜人、詳和而寧謐。然而那天遠在大海之外，在我們肉眼無法見到的地方，正有個致命的摧毀者毫不留情地向我們撲來，其威力無人能擋。防颱中心負責追蹤、預測喬治颶風的行徑，並不時在網路上發佈最新消息。就在那個祥和、寧靜的早晨，藉著空中人造衛星之便，我看到預測到的暴風雨行進路線，正像一支箭那樣瞄準著聖多明哥的市中心。

「不到48小時，暴風雨以猛烈無情之勢肆虐本島，所到之處滿目瘡痍、荒蕪淒涼、死傷無數……。

「大自然強大力量釀成災害及死傷的景況，固然相當慘重，然而靈性颶風在人們的生活中所造成的荒蕪則更爲淒涼。這些狂暴的力量往往比天然風災帶來更大的傷害，因爲這些力量會摧毀我們的靈魂，奪走我們永恆的遠景和應許。……

「所幸，在靈性的颶風上，我們也有守護者，他們的召喚就是看顧、示警、幫助我們避免受到靈性的傷害、毀滅、甚至死亡。我們高塔上的守望者就是我們所知的使徒和先知，他們是我們空中的靈性之眼，透過靈感、洞察力、以及純然的知識，他們知道這些暴風雨行經的路線。他們不斷地提高聲音，警告我們任性、放縱地違反主的誡命所帶來的悲慘後果。故意漠視他們的警告就會招致悲慘、憂傷及毀滅。跟隨警告就是跟隨蒙主揀選的僕人，進入平安豐饒的靈性牧場」（參閱「靈性的颶風」，2000年1月，利阿賀拿，第36-37頁）。

- 這個故事與阿賓納代在挪亞王人民中所擔任的角色有何關聯?

告訴學生，以下的活動能幫助他們更熟悉摩賽亞書第19～20章中的故事經過，並能在這幾章中看出阿賓納代的預言如何應驗了。完成這項活動之後，學生要在白板上圖表右邊的空格填上答案。

上課前，將以下11句話寫在白板上，或作成講義發給每位學生。請學生瀏覽摩賽亞書第19～20章。請他們在讀的時候，把表上所列的事件按照順序編上號碼。可以告訴學生，章前綱要中提供了有用的線索。

_____*基甸想要殺死挪亞王。*

_____*尼腓婦女和小孩懇求拉曼人不要殺害他們。*

_____*挪亞王被火燒死。*

_____*一支拉曼軍隊進入歇隆邊境。*

_____*挪亞的祭司綁架了24名拉曼人的女兒。*

_____*拉曼人的國王懇求他的軍隊放過林海的人民。*

_____*挪亞和一些屬下丟下他們的妻子兒女，逃避拉曼人。*

_____*林海命令人民不要殺害拉曼人的國王。*

_____*尼腓人和拉曼人之間有了兩年的和平。*

_____*林海答應說，他的人民會將一半財產交給拉曼人。*

_____*尼腓人逐退了拉曼人的一次攻擊，俘虜了拉曼人的國王。*

給學生5到10分鐘來完成這個活動。然後用這張表來複習摩賽亞書第19～20章的故事經過。（這些事件的正確順序，從表上最上方開始，依序爲：1，4，5，2，8，11，3，10，7，6，9。）

請學生再注意白板上的那張表。將全班分成兩組，請一組查考摩賽亞書19：10，14-15；20：20；21：2-4，看看阿賓納代對挪亞王人民所作的預言如何應驗了。請第二組查考摩賽亞書19：18-20，看看阿賓納代對挪亞王所作的預言如何應驗了。從兩組中各請一位學生，概述阿賓納代的預言如何應驗了。請另一位學生將他們的概述寫在表格內。

請學生默讀摩賽亞書20：21。

- 基甸說，人民受苦的原因是什麼?

請學生用自己的話說明基甸希望人民了解什麼事。學生可能用不同的話來表達，但應顯示出他們了解：**拒絕主的僕人的話語，會帶來痛苦和悲傷。**（你可以將這項原則寫在白板上。）

告訴學生，主對末世時代那些不聽從祂聲音的人也提出了類似的警告。請一位學生讀出教義和聖約133：70-72。你可以建議學生將這個經文參考章節寫在他們自己經文中，摩賽亞書20：21旁邊的空白處。

- 先知和使徒在我們這時代教導了些什麼來幫助我們避免痛苦和憂傷？他們教導了些什麼，有助於帶給我們平安和幸福，並能幫助我們回到神面前？（你可以向學生展示最近一期利阿賀拿的總會大會特刊，並提到眾先知所作演講的一些主題。）

請學生談談他們曾經怎樣因爲跟從了教會領袖的勸告而蒙得了祝福。

爲了幫助學生了解，聽從先知的話語能帶給我們平安、幫助我們回到神面前，分享以下十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老的話：

「我們靈性的安危端賴是否聆聽活著先知的聲音。如果我們聆聽他的聲音、服從他的忠告，就能按基督希望我們的方式生活並持守到底，而且終有一天我們能與家人一起回到天父和救主耶穌基督的面前」（參閱「聽從先知的聲音」，1995年7月，聖徒之聲，第17頁）。

結束課程時，爲跟從主僕人的聲音所能獲得的平安與靈性安全作見證。

精通經文複習

如果時間允許，可以複習今年到目前爲止所教導過的精通經文，來幫助學生記起每節經文中的關鍵字。

給學生幾分鐘時間複習本學年至今爲止所學到的精通經文。請一位學生帶著自己的經文到教室前面來。請他把經文翻到一節精通經文的地方，但不要給其他人看到。（如果有精通經文卡，可以請這學生使用其中一張。）請這學生將該節精通經文中的一個詞寫在白板上。（鼓勵這學生從經文中選出關鍵詞，而不是像但是或因爲之類不太特別的字詞。）請班上其餘學生查考自己的經文，找出他們認爲含有此一字詞的是哪一節精通經文。如果沒有人可以用一個詞找到正確的經文章節，就請那位學生再從該節精通經文中另選一個詞寫在白板上。重覆這個步驟，直到至少有一個人找到正確的經文爲止。請班上其餘學生翻到該節經文，一起唸出來。然後請另一名學生另選一節精通經文，來重覆這個活動。

第63課

摩賽亞書第21～22章

導言

林海的人民在三度嘗試逃離拉曼人的奴役都失敗之後，終於轉向主祈求拯救。結果，艾蒙和他的弟兄們不久後就來到了李海尼腓地。林海的人民在立約事奉主之後，逃離了拉曼人的奴役，並由艾蒙帶到了柴雷罕拉。

教學建議

摩賽亞書21：1-22

林海的人民反抗拉曼人，卻被拉曼人擊敗三次後，終於在主前謙抑自己並開始昌盛

將*束縛*和*拯救*兩個詞寫在白板上。

- 你在想到這兩個詞時，腦海中浮現出什麼影像？
- 這兩個詞會讓你想到怎樣的情緒？
- 這兩個詞跟救恩計畫可以有什麼關聯？

說明摩賽亞書第21～24章包含了兩群人民的記事，他們都受到拉曼軍隊俘虜，最後也都蒙主拯救。在摩賽亞書第21～22章，我們讀到林海和其人民因罪惡而遭俘虜。他們身體上的囚禁反映出他們因爲罪惡而遭受的靈性上的束縛。而摩賽亞書第23～24章所載第二群人的記事，則會在下一課討論。那將談到阿爾瑪的人民在受洗後遭到俘囚和受苦的情形。這兩件事都教導了這項重要的眞理：主有能力從罪惡和苦難中拯救我們。鼓勵學生在研讀摩賽亞書第21～22章中人們被束縛和獲拯救的經過時，想著主有能力拯救我們脫離罪惡。

請學生默讀摩賽亞書21：2-6，並從中找出一些字詞來描述林海和其人民所經歷的事以及他們的感受。爲了強調林海的人民所面對的困難，可以鼓勵學生將摩賽亞書21：5的這句話標記出來：「他們無法救自己」。

- 從摩賽亞書21：6的哪些細節看得出那些人還沒有謙抑自己並歸向主？
- 林海的人民提出什麼方法來脫離苦難？

在概述摩賽亞書21：7-12時，告訴學生，林海的人民打了三次仗，想要救自己脫離拉曼人的掌握，但每次都被擊敗，損失慘重。

- 那些人在第三次企圖拯救自己又失敗後，他們還可以作出哪些反應？

請幾位學生輪流讀出摩賽亞書21：13-16，看看那些人是怎麼反應的。考慮提出以下部分或全部的問題：

- 那些人在第三次戰敗後有了哪些改變？
- 根據摩賽亞書21：15，爲什麼主遲於聆聽他們的祈禱？
- 在摩賽亞書11：23-25中，阿賓納代曾告訴人民，他們必須做什麼，主才會聆聽他們的祈禱並出手援救？
- 那些人雖然沒有立刻從囚禁中獲救，但在他們開始悔改後，主就怎樣祝福了他們？（在學生回答時，不妨鼓勵他們將摩賽亞書21：16中「漸漸」這個詞標記出來。）
- 這件事教導我們，當人們謙抑自己、開始悔改，並呼求主的幫助時，主會做什麼？

概述摩賽亞書21：16-22，說明林海的人民在剩下的囚禁期中，主讓他們得以昌盛，不致挨餓。並且「拉曼人和林海的人民都相安無事」，沒有動亂（摩賽亞書21：22）。

請學生談談他們從林海人民的記事中學到哪些原則。學生也許會分享不同的原則，但要確定他們都了解：**我們若謙抑自己、呼求主並悔改自己的罪，主必會聆聽我們的祈禱，並按照祂自己的時間減輕我們罪的重擔。**（可以將這項原則寫在白板上。也可以邀請學生將它寫在自己的經文中，摩賽亞書21：15-16的旁邊；或寫在經文研讀日記或隨堂筆記中。）

- 你認爲，耐心等候主來拯救我們脫離罪的重擔，對我們有什麼益處?

爲了幫助學生應用所學，給他們一些時間沉思以下問題，並將答案寫在他們的經文研讀日記中。（可以將問題寫在白板上。）

- 你目前在做些什麼來尋求主的力量，拯救你脫離罪惡?
- 在你尋求了主的協助後，你在哪些方面「漸漸昌盛」了?

摩賽亞書21：23～22：16

林海、艾蒙和基甸一起合作，協助人民脫離奴役、重返柴雷罕拉

注意：可以提醒學生，摩賽亞書第7章和第8章記載了艾蒙和其弟兄們發現林海王及其人民的記事。接下來的14章，摩賽亞書第9～22章，則敘述了林海人民的歷史；這段歷史開始於艾蒙發現他們之前大約80年左右，而在結束時重述了前幾章中的一些事件。因此，摩賽亞書21：23-30的內容大半都收錄在摩賽亞書第7～8章及摩賽亞書第18章這兩課中。爲了幫助學生記得記載在摩賽亞書21：23-30中的事件，簡短複習一下本手冊結尾附錄中，摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽，也許會有幫助。

提醒學生，林海的人民認清了自己的苦難是因爲拒絕主的邀請，不肯悔改所致（見摩賽亞書12：1-2；20：21）。林海的人民有了對自己的罪的認知，也就開始了悔改和歸信的過程。分享以下悔改的定義：

「〔悔改〕對於你今生和永恆的幸福非常重要。悔改不單只是承認做錯事而已，更要改變思想和內心……。悔改包括離棄罪並轉向神尋求寬恕。促成悔改的是對神的愛和遵守祂誡命的眞心渴望」（*忠於信仰：福音參考資料*，第80頁）。

請學生默讀摩賽亞書21：32-35。請他們從中找出一些可顯示出林海和其人民已經悔改並歸向主的字詞。可以建議他們將這些字詞標記出來。請一些學生分享其發現。（他們的答案應包括：林海和他的許多人民都立約要事奉主並遵守主的誡命，他們渴望受洗，以及他們願意全心事奉神。）

以下活動能幫助學生看出，當林海的人民遵守了所立的聖約、事奉主並遵守主的誡命時，主就幫助了他們脫離奴役。上課前，將以下的問題及參考經文寫在白板上：

艾蒙和其弟兄們的到來如何成了林海人民祈禱的回答?（見摩賽亞書7：14-15，18-20；21：14-15，22-24。）

除了透過祈禱尋求主的幫助以外，林海的人民還在基甸的領導下做了些什麼以獲得拯救?（見摩賽亞書21：36；22：1-10。）

這些經文中有哪些細節顯示出主幫助了林海的人民安全地逃脫?（見摩賽亞書22：11-16；25：15-16。）

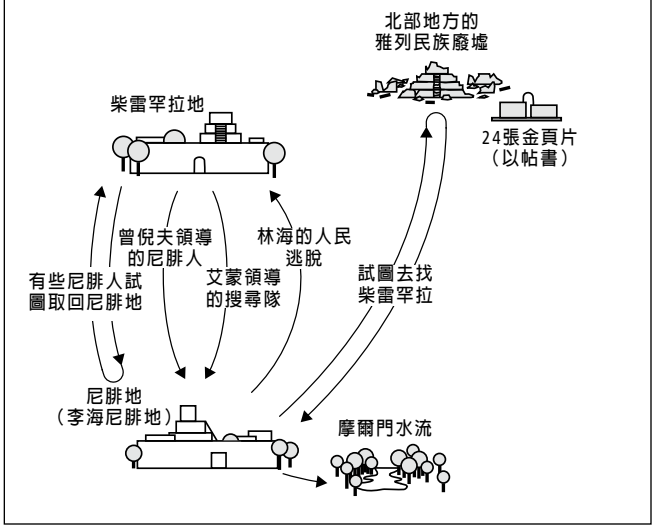
將學生分成三組。請每組分別研讀白板上一個問題後面所附的參考經文，以準備回答該問題。幾分鐘後，從每組各請一位學生報告所準備的答案。這時也很適合請學生將「林海的人民逃脫」一項加到自己所繪，摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽圖上。（完整的圖表，見本手冊結尾的附錄。）你也可以請學生參考摩爾門經書籤，來找出林海的人民結局如何（見摩賽亞書22：13-14）。

指出：我們或許不像林海的人民那樣，需要尋求主拯救我們脫離肉體上的束縛，但我們都需要獲得拯救來脫離罪惡。

- 你從摩賽亞書第21～22章學到哪些事，可以用來鼓勵一個需要經歷主的拯救大能來脫離罪惡的人？

結束時，見證主有能力拯救我們脫離罪惡。強調我們若謙抑自己、呼求主，並悔改自己的罪，主就必垂聽我們的祈禱，依照祂自己的時間來減輕我們罪惡的重擔。

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



注釋及背景資料

摩賽亞書21：15，29-30。罪惡帶來的苦難也能有它的用處

就像林海王的人民一樣，我們犯罪又拒絕悔改時，也會給自己招來額外的痛苦，這痛苦有時是身體上的，但一定都是靈性上的。七十員肯特．理查長老說明了痛苦如何是我們靈性醫治及成長的必要部分。他說：

「疼痛是療癒過程中的一個指標。它往往教我們學習忍耐。……

「奧申．惠尼長老寫道：『我們所忍受的痛苦、所經歷的考驗絕不會枉費。這些事情有助於我們學習，培養耐心、信心、堅忍和謙卑等特質。……藉由悲傷、受苦、辛勞與苦難，我們才能獲得來到世上所需要接受的教育。』

「同樣地，羅拔．海爾斯長老也說：

「『痛苦給你機會在謙卑中思考；我很感激有這樣的經驗。……

「我學習到……，身體的疼痛和痊癒，與悔改過程中所經歷的靈性痛苦和痊癒，有異曲同工之處」（參閱「贖罪治癒一切的痛苦」，2011年5月，利阿賀拿，第15頁）。

摩賽亞書21：15-16。你在面臨苦難時會抱持怎樣的態度？

十二使徒定額組的李察．司考德長老教導，我們在苦難中應當努力避免哪些態度，又應該努力培養哪些態度。他說：

「以謙卑的態度及對耶穌基督的信心尋求解救時，主就會以神聖的力量來援助。

「不要說：『沒人了解我；我束手無策；我得不到我需要的幫助。』說這些話是在扯自己後腿；你若沒有信心和努力，沒有人能幫你。信心和努力也是個人成長所必須的。勿冀求一個沒有不適、痛苦、壓力、挑戰或悲傷的人生，因為那些苦難是慈愛的天父用來促進我們個人成長及理解力的工具。經文不斷肯定，只要運用對耶穌基督的信心，就能得到幫助。……對基督有信心的意思是相信祂和祂的教導，這會帶來希望，而希望帶來仁愛，即基督純正的愛——也就是在感受到祂的關心、祂的愛，及祂能藉著祂的醫治大能治癒我們或減輕我們的重擔時，所會有的平安感覺」（參閱「得到醫治」，1994年7月，利阿賀拿，第8頁）。

第64課

摩賽亞書第23～24章

導言

阿爾瑪和他的人民逃離挪亞王的軍隊後，建立了一個正義的城市。他們雖然歸信了福音，卻仍經歷到各種苦難和挑戰。還受到拉曼人的奴役。但在阿爾爾瑪和他的人民運用信心和耐心後，主減輕了他們的重擔，最後拯救他們脫離束縛。（注意：摩賽亞書第23～24章所涵蓋的時間和摩賽亞書第19～22章大致相同。）

教學建議

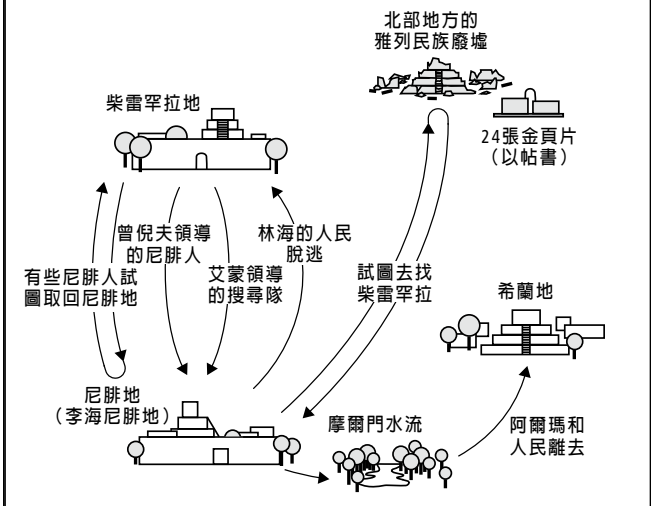
摩賽亞書23：1-20

主幫助阿爾瑪和他的人民逃離挪亞王的軍隊，並建立一個正義的城市

向學生展示圖片：阿爾瑪在摩爾門水流爲人施洗（62332；福音畫冊，編號76）。請一位學生把他對圖片中那位爲人施洗的人的了解告訴大家。（如果學生回答有困難，可以建議他們閱讀摩賽亞書第18章的章前綱要，來提醒他們有關阿爾瑪和其人民在摩爾門水流的事蹟。）

將全班分成兩人一組。請每個同伴團輪流向對方讀出摩賽亞書23：1-5，19。請他們從中找一些詞句顯示出，當阿爾瑪和其人民悔改並選擇過正義的生活時，主如何祝福了他們。（可以建議學生將這些詞句標記出來。）請學生報告其發現。

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



請學生看看自己所畫的摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽圖表。指示他們將希蘭地畫在圖表中適當的位置上。也請他們畫一個箭頭，從摩爾門水流延伸到希蘭地，並請他們將之標記爲「阿爾瑪和人民離去」。（完整的圖表，見本手冊結尾的附錄。）

簡短說明：在摩賽亞書23：6-14中，我們讀到阿爾瑪拒絕了人民要他擔任國王的要求。請一位學生讀出摩賽亞書23：9-10，12。請全班找出阿爾瑪所描述，挪亞王對自己和人民造成的影響。請學生報告其發現。

- 關於犯罪帶來的影響，「身陷網羅」和「身受罪惡枷鎖的束縛」這兩句話教導了什麼？
- 爲什麼認清那些在過去曾導致我們犯罪的各種影響力，對我們會有幫助？
- 爲什麼在我們悔改後，仍記得悔改是多麼「痛苦」，可能很重要？

請一位學生讀出摩賽亞書23：13。指出阿爾瑪的忠告，要「固守這解救你們的自由」。

- 這項忠告如何適用於悔改的過程？（幫助學生了解，一旦蒙主拯救脫離罪惡，並經歷到蒙寬恕後的自由，我們就必須作出正義的選擇來保有這個自由。）

請學生默默查考摩賽亞書23：14-18，找出阿爾瑪教導人民要做哪些事來保有自由。請幾位學生報告其發現。

請一位學生讀出摩賽亞書23：19-20。請全班找出一個詞來顯示出，當人民選擇過正義的生活時，主就祝福了他們（「非常昌盛」）。

- 你會如何概述你從阿爾瑪和他人民的經驗中學到的教訓？（除了其他眞理之外，學生可能還會說：**我們若悔改並選擇過正義的生活，主就必祝福我們，解救我們脫離罪惡的束縛。**）
- 你曾經何時見到這項原則應驗在你自己或在你朋友、家人的生活中？（提醒學生，他們無須分享太過私密或個人的經驗。）

摩賽亞書23：21-29

一支拉曼人的軍隊和挪亞王邪惡的祭司，把阿爾瑪和其人民帶入束縛

爲了幫助學生了解，正義的人也必須經歷考驗，請學生想想自己生活中有哪些經驗讓他們能認同以下十二使徒定額組李察·司考德長老的這段話：

「縱使是生活配稱、正義而且遵守神所有誡命的人，……考驗也是必須的。正當一切似乎都很順利的時候，許多挑戰通常會同時來到」（參閱「信賴主」，1996年1月，*聖徒之聲*，第17頁）。

請學生查考摩賽亞書23：21-22，找出主爲什麼會讓那些選擇過正義生活的人經歷考驗和逆境。在學生報告其發現時，要幫助他們了解：**主會試驗我們的耐心和信心，來幫助我們更加信賴祂。**

請學生將以下問題寫在經文研讀日記或隨堂筆記中。請他們在研讀摩賽亞書第23章剩下的部分時，思考這些問題，但他們不應在此時寫出答案，而要等到你在課程後面提示他們時再寫。

- 你目前正經歷著哪些考驗？
- 你在受考驗的時候，要如何運用對神的信心及信任？

請學生閱讀摩賽亞書23：23-29。請他們找出阿爾瑪和其人民在哪些方面受到考驗，以及他們做了什麼來顯示他們信賴神。

- 遇到考驗時，祈禱和跟從先知的忠告可以怎樣幫助我們？（祈禱和先知的忠告幫助我們更加有耐心和信心，也幫助我們獲得力量、個人啓示、平安及自信，使我們能忍受考驗或得到解救。）

摩賽亞書23：30～24：25

阿爾瑪和人民受到迫害，但主減輕了他們的重擔，又奇蹟般地拯救了他們

爲了幫助學生了解艾繆倫與拉曼人及其國王的關係，概述摩賽亞書23：30-39及24：1-7。說明：阿爾瑪曾因支持阿賓納代而被挪亞王驅逐，而艾繆倫就是挪亞王邪惡祭司的領袖。艾繆倫，連同其他邪惡祭司及其拉曼妻子，已加入拉曼人。艾繆倫取得拉曼國王的好感，並被派任統治希蘭地所有的尼腓人，包括阿爾瑪的人民在內。

請一位學生到教室前面，並請他背起一個空的背包。（該學生會需要用到他的經文。）問學生，背著這空背包過一整天有多容易。請這位學生讀出摩賽亞書24：8-11。每當這學生讀到一件可能帶給阿爾瑪和其人民考驗的事時，就在背包裡放一塊石頭或其他重物。等這學生讀完後，再問他，背著這裝了重物的背包過一整天有多容易。（這學生應一直站在全班前面，背著沉重的背包，直到奉令坐下爲止。）問全班：

- 背包裡的石頭或重物可能代表著你生活中的哪些事物？

學生的參與

邀請學生到班級前面來參與活動，能讓所有的學生因為有個同儕在協助教學，而感到更融入學習。你若要邀請學生到班級前面來參與一段很長的時間，要請他們帶自己的經文，以便他們依舊能夠和其餘同學一起參與經文閱讀及討論。

- 這類的重擔對我們有何影響?

請一位學生讀出摩賽亞書24：10-12。請全班找出阿爾瑪的人民做了些什麼來獲得應付重擔的幫助。請學生說明其發現。

- 面臨困難的重擔時，祈禱對我們有何幫助?
- 爲什麼在經歷考驗時，知道神了解我們「心中的意念」會令人感到安慰?

請學生閱讀摩賽亞書24：13-15，找出阿爾瑪的人民繼續祈禱求助時，發生了什麼事。

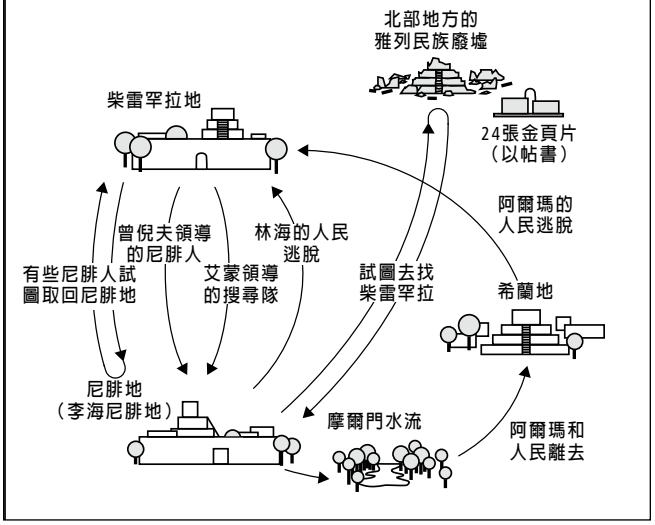
- 主應許要爲阿爾瑪的人民做什麼事?（在學生回答時，你可以請另外一兩位學生扶起背包底部，來減輕背負之人的重擔，藉此象徵主如何減輕我們的重擔。）這項應許和他們在摩爾門水流所立的聖約有何關聯?（見摩賽亞書18：8-10。）
- 知道主並不總是立刻除去我們的重擔或移開我們的挑戰，爲什麼會有所幫助?
- 我們可以從阿爾瑪和其人民對其考驗所做的回應學到什麼?
- 你曾經何時感覺到主賜給你力量去忍受考驗或扛起重擔?

請學生默讀摩賽亞書24：16-17，21。請他們找出一些字詞來進一步描述人民如何回應其考驗，以及主如何幫助了他們。請一兩位學生用自己的話說明，就他們所見，人民的行動與主的行動之間有何關聯。將以下原則寫在白板上：*我們若耐心地順從主的旨意，祂必會增強我們的力量，並按照祂自己的時間把我們從考驗中解救出來。*

請站在班級前面的那位學生脫下背包。請他描述重擔移開之後有何感受。請這位學生讀出摩賽亞書24：21-22。你可以請他分享他如何能理解人們在這段經文中所作出的反應。

概述摩賽亞書24：18-25：說明阿爾瑪和其人民之所以能夠脫逃，是因爲主使深沉的睡眠臨到拉曼人身上。之後，主帶領阿爾瑪和其人民到柴雷罕拉地，並在那兒受到摩賽亞王熱忱的歡迎。阿爾瑪和其人民「向神傾訴他們的感謝」，因爲他們知道：「除了主他們的神以外，沒有人能解救他們」（摩賽亞書24：21；亦見摩賽亞書25：16）。

摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽



請學生在自己所繪，摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽圖上，畫一個箭頭，從希蘭地延伸到柴雷罕拉地。指示他們將這趟旅程標示爲「阿爾瑪的人民逃脫」。

結束時，請學生寫出先前在經文研讀日記上所寫兩個問題的答案。請他們想一想自己的考驗，以及可以如何運用對神的信心和信賴，來幫助他們忍受考驗。分享你的這個見證：我們若耐心地順服主的旨意，祂必增加我們的力量，並按照祂自己的時間，拯救我們脫離考驗。你也可以請學生分享一些例子，談談主如何在他們的考驗中增強了他們的力量。

第65課

摩賽亞書第25章

導言

摩賽亞書第25章總結了曾倪夫人民的紀錄（見摩賽亞書第7～24章）。林海的人民和跟隨阿爾瑪的人回到柴雷罕拉，在摩賽亞王的統治下安定地集合在一起。這兩群人抵達後，林海和他的人民受洗了。摩賽亞王給了阿爾瑪權柄在全地建立教會，在尼腓人中管理神的教會的各樣事務。

教學建議

摩賽亞書25：1-13

聚集在柴雷罕拉的人團結一心，通稱為尼腓人

請學生想想他們曾讀過或聽過的哪個記事，描繪了主怎樣藉著提供指引、力量、保護或拯救，來協助某個人的經過。可以建議學生想想經文、教會歷史，或其親友生活中的記事。可以用以下一位女青年的故事作爲例子。這位女青年說，她在一次支會的郊遊中，走在大家前頭，漫步下山，這時：

「有個警告的聲音，堅定而平靜地說：『回頭。』我差點沒有理會它，但它又說了一次。這次我聽從了，回到大夥兒身邊。我們開始往下走時，看到兩頭巨大的黑色公牛怒氣沖沖地往山上衝來。較大的那頭一邊盯著我們，一邊開始用蹄扒著地面。……我們的聖職領袖把牠引開，我們才得以爬過一道籬笆，抵達安全的地方。

「回到營地時，我醒悟到，要是我沒有聽從聖靈的那個警告，可能已經受了重傷，甚或被殺死了。我知道天父很關心我，保守了我的安全。我很感激主給了我那個警告。這次經驗增強了我的見證，也增加了我對主的愛」（“Turn Back,” *New Era,* Nov. 2010, 47）。

請一兩位學生分享一個他們所想到，能描繪出主在某人生活中顯示良善與大能的故事。問全班：

- 聽到神在別人生活中顯示良善與大能的這些例子，對於你有何幫助？

概述摩賽亞書25：1-6：說明在林海的人民和阿爾瑪的人民（這些人都是曾倪夫人民的後裔）逃離束縛，並與住在柴雷罕拉的人民聯合起來之後，摩賽亞王就把他們的紀錄讀給全體人民聽。請學生默讀摩賽亞書25：7，找出人民對神與曾倪夫人民來往的記事普遍的反應是什麼。請一位學生分享其發現。

將以下圖表畫在白板上。說明在摩賽亞書25：8-11中，我們會學到更多有關人民對曾倪夫及阿爾瑪人民之記事的反應。請學生查考各項參考經文，找出人民聽到的事，以及對那些事有何感受。第一項參考經文的答案已列在括弧中，作爲範例。

	人民聽到的事	人民的感受
摩賽亞書25：8	（他們聽到林海的人民如何從束縛中獲救。）	（他們高興極了。）
摩賽亞書25：9		
摩賽亞書25：10		
摩賽亞書25：11		

給學生充分時間研讀這些參考經文之後，請幾位學生在白板上寫下其發現。請學生在概述他們從摩賽亞書25：8-11學到什麼時，舉出其中有哪些原則可以套用在他們自己身上。學生回答時，要幫助他們看出：**研讀神與其他人往來的紀錄會讓我們因神的良善而感到喜悅和感激。**（學生在閱讀這些經文時，可能也會注意到那因罪惡而來的悲傷與失落。）

- 我們可以從哪些地方學習到別人體驗神的良善的事蹟？（將學生的回答寫在白板上。答案可能包括經文、總會大會演講、教會雜誌、教會領袖及其他人的傳記，以及家庭歷史等。）

邀請學生想想，他們曾經怎樣從白板上所列這些地方，學到其他人體驗神的良善的事蹟。

- 從這些地方得知其他人體驗神的良善的事蹟，曾經如何讓你獲益？
- 在你看來，一個人若定期地學習神在與其他人來往時顯示的良善，可能會對他造成什麼長遠的影響？

鼓勵學生自行花時間，從白板所列各項資源中選一個地方，去探究一些有關神的良善的勵志故事。

摩賽亞書25：14-24

阿爾瑪在尼腓全地建立神的教會

爲了幫助學生準備好來研讀尼腓人中的教會組織及其各項教導，問：

- 你曾在何時參加過自己家鄉支分會以外的後期聖徒支分會的聚會？你注意到你所探訪的支分會與你家鄉的支分會有何類似之處嗎？
- 看到本教會中每個支分會的組織和教導都是一樣的，對你有何幫助？

概述摩賽亞書25：14-17：說明摩賽亞在演說完畢並讀給人民聽之後，就邀請阿爾瑪教導人民。之後，林海和其人民要求受洗。阿爾瑪爲他們施洗後，開始在全地組織起教會。

邀請幾位學生輪流讀出摩賽亞書25：18-22。請全班找出在阿爾瑪那時代，教會在尼腓人中是如何組織、如何管理的。爲了幫助學生了解：**教會的成立是爲了確使所有的成員都能接受到眞理，**提出類似以下的問題：

- 尼腓人中的教會與今日的教會有何類似之處？（我們的支分會就像摩賽亞書25：21所提的那些「組」。分會會長、主教及支聯會會長就像在阿爾瑪時代管理教會的那些祭司和教師。）

- 根據摩賽亞書25：15-16，22，在摩賽亞的時代，教會中的祭司和教師強調的是哪些眞理？（你可以指出，主在後期時代也給了父母、教會領袖及傳教士類似的指示。〔見教約15：6；19：31；68：25〕）
- 爲什麼持續教導悔改和對神的信心很重要？

請學生閱讀摩賽亞書25：23-24，找出一些詞句來描述那些加入神教會的人獲得了哪些祝福。

- 人民如何因爲受洗和加入神的教會而蒙受祝福？
- 主在哪些方面藉由你身爲本教會成員的身分祝福了你？

將以下原則寫在白板上：*我們若承受耶穌基督的名，並據此方式生活，主就會傾注祂的靈在我們身上*。

向學生見證，當他們遵守聖約、接受聖靈時，就會經歷到更多身爲本教會成員所會接受到的祝福。

為應許的祝福作見證

總會主日學會長羅素·奧古索普弟兄，曾就如何有效地教學分享了一個簡單的模式：（1）教導重要的教義，（2）邀請學生行動，及（3）為應許的祝福作見證（見「教導有助於拯救生命」，2009年11月利阿賀拿，第15頁）。當你為經文中的應許以及近代先知的話語作見證時，學生就會想要更加努力地去應用所學。

注釋及背景資料

摩賽亞書25：17-22。尼腓人中的聖職權柄

摩爾門經沒有特別說明尼腓人和拉曼人中的先知和其他弟兄持有哪種聖職，但其中所提的各項教儀和管理教會的方式卻提供了充分的證據，證明他們持有麥基洗德聖職。約瑟·斐亭·斯密會長教導：「〔尼腓人〕所持有並藉以行事的聖職，是按照神聖體制，即神子體制的聖職〔見阿爾瑪書13：1-20〕。這項較高的聖職可以主理福音的每一項教儀」（參閱救恩的教義，布司·麥康基編，共三卷，第三卷，第72頁）。

有關摩爾門經中聖職權柄的其他資料，見摩賽亞書第18章的注釋及背景資料。

自修班課程

摩賽亞書第18～25章（第13單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩賽亞書第18～25章（第13單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩賽亞書第18章）

阿賓納代死後，阿爾瑪悔改了，並在摩爾門水流教導其他人耶穌基督的福音。學生研讀這項經驗時學習到：我們能藉著訂立及遵守洗禮聖約，來接受主的靈及永生的應許，也學習到偉大的祝福會臨到那些遵守洗禮聖約的人。

第2天（摩賽亞書第19～20章）

挪亞王和其人民在拒絕阿賓納代的教導，又企圖毀滅阿爾瑪和跟隨他的人之後，隨即受到拉曼人的攻擊。挪亞被自己的人殺死，他的兒子林海繼任為王。學生讀到林海的人民如何被拉曼人帶入束縛時，學習到：拒絕主的僕人的話會導致痛苦憂傷。他們受到鼓勵去想想自己曾經何時因跟隨主的僕人的忠告，而經歷到平安與靈性上的安全。

第3天（摩賽亞書第21～24章）

學生學習到，阿爾瑪和其人民雖然很正義，卻也遭到拉曼人的奴役。學生在自己的經文研讀指南中畫了一張表，來將林海及其人民受奴役及獲救的經過，與阿爾瑪及其人民受奴役及獲救的經過作一比較。林海人民的記事教導了我們，我們若有渴望訂立並遵守聖約，主就必提供道路來解救我們。學生從阿爾瑪這群人學習到，我們若耐心地順服主的旨意，主就必增強我們的力量，並按照祂的時間來拯救我們脫離考驗。

第4天（摩賽亞書第25章）

林海的人民和阿爾瑪的人民安全抵達柴雷罕拉，在摩賽亞王治理下重聚之後，所有的人都讀到了他們的記事。學生學習到，研讀神與別人交往的紀錄，會讓我們因神的良善而感受到喜悅與感激。學生在思量尼腓人時代的教會成員身分，與今日的教會成員身分多麼相似之際，學習到：我們若承受耶穌基督的名並據此方式生活，主就必以祂的靈祝福我們。學生寫下了樂意承受耶穌基督的名會讓他們的生活有多大的轉變。

導言

將阿爾瑪人民的經驗與林海人民的經驗作比較與對照，能幫助學生發現到寶貴的原則，知道考驗的根源為何，以及可以如何透過對耶穌基督的信心來從苦難中獲救。幫助學生知道：他們若訂立並遵守神聖的聖約、信靠主，並謙卑地呼求祂的協助，祂就必增強他們的力量，並在祂決定的時間、用祂自己的方式，拯救他們脫離苦難。

教學建議

摩賽亞書第18章

阿爾瑪向挪亞王的人民傳講福音，許多人悔改了並渴望接受洗禮

請學生想想自己的洗禮經驗。邀請他們分享一些值得回憶的細節，然後（如果有的話）展示圖片：阿爾瑪在摩爾門水流為人施洗（62332；福音畫冊，編號76），並請他們回想摩賽亞書18：8-11中敘述的事件。問學生，他們在受洗時，對於洗禮的目的以及洗禮聖約有何認識。

學生討論過摩賽亞書第18章中的事件之後，請他們將經文研讀日記翻到第1天的指派作業1，看看自己根據摩賽亞書18：8-11說明的、阿爾瑪有關洗禮聖約的教導所繪製的圖表。請一位學生將其圖表複製到白板上，或與全班分享，並問其他學生，他們有沒有別的內容要加在「我答應」及「神應許」的項目之下。然後將以下原則寫在白板或一張紙上：***我們藉著訂立及遵守洗禮聖約，來接受主的靈及永生的應許***。可以建議學生將這項原則寫在自己的經文，摩賽亞書18：8-11的旁邊。

問：你對洗禮聖約的認識對於你遵守這聖約的渴望會有何影響？

摩賽亞書第19～24章

林海的人民和跟隨阿爾瑪的人從拉曼人的奴役中獲救

請一位學生讀出學生研讀指南，本單元第三天的課程中，十二使徒定額組李察．司考德長老所說的第一段話。問學生，司考德長老認為，我們生活中面臨著哪兩項考驗。（他們應該已在自己的課本中劃記出這一段話。）在白板上寫出：*因違誡而來的挑戰*，以及*因考驗而來的精煉*。

請學生複習自己在經文研讀日記中，對第3天的指派作業1所作的回答。然後在「因違誡而來的挑戰」下方，寫下林海的人民（見摩賽亞書19：10，25-28；20：20-21），並在「因考驗而來的精煉」下方，寫下阿爾瑪的人民（見摩賽亞書23：18-21）。邀請學生在白板上列出一些例子，說明今天的人會怎樣經歷到這兩種挑戰。

和學生複習以下這些原則，並將之寫在白板上。

邀請學生兩個兩個地一起閱讀摩賽亞書21：13-16。請他們找出有哪些字詞教導了這項原則：***我們若謙抑自己，呼求主並悔改自己的罪，神必會聆聽我們的祈禱，並按照祂自己的時間來減輕我們罪的重擔***。請學生分享，就他們所見，要是一個人經歷到白板所列的任何一種挑戰，可以怎樣應用這項原則。

請學生閱讀摩賽亞書21：31-32，35，並概述摩賽亞書第22章中林海的人民逃脫的經過，以顯示：***我們若立約事奉主並遵守祂的誡命，主就必提供方法來拯救我們***。可以鼓勵學生將這項原則寫在他們經文上，摩賽亞書21：31-35的旁邊。

為了複習學生從研讀阿爾瑪人民的記事中所學到的一項原則，請一位學生概述阿爾瑪的人民受到拉曼人奴役的經過（見摩賽亞書23：25～24：11）。請幾位學生輪流讀出摩賽亞書24：12-17。請他們指出有哪些字詞教導了這項原則：***我們若耐心地順從主的旨意，祂必會增強我們的力量，並按照祂自己的時間把我們從考驗中解救出來***。可以鼓勵學生將這些經文中重要的字詞標記出來。

將以下的案例寫到白板上，或作成講義。請學生說明他們可以怎樣應用從研讀林海人民及阿爾瑪人民的事蹟中所學到的真理，來幫助每個案例中的人物。

1. 有個朋友體認到自己必須悔改，他深切感到自己不配稱，也十分沮喪，不知道自己到底能否克服誘惑和罪惡感。你要如何用林海人民的記事來帶給這個朋友悔改的勇氣和希望？（可以鼓勵學生在摩賽亞書第21章找出一些特定的經文來和朋友分享。邀請學生說明為什麼他們認為所選的那些經文會對這個朋友有幫助。）
2. 有個朋友個性外向，喜歡交友，也努力去依照福音的標準生活。有些人卻不想跟這個人來往，認為這個人太「高不可攀」了。你要如何運用阿爾瑪人民的記事來幫助你的朋友信賴主，並在這樣的考驗中找到力量和安慰？（可以鼓勵學生在摩賽亞書第24章找出一些特定的經文來和朋友分享。邀請他們說明為什麼他們認為所選的那些經文會有幫助。）

邀請學生談談他們自己或所認識的人，曾經怎樣在生活中親眼見到了主的拯救大能。（要小心不要鼓勵、也不要容許學生在班上談到過去違誡的不當細節。）鼓勵學生無論在生活中面臨怎樣的考驗，都要遵守聖約，呼求主的協助，並信賴祂的拯救大能。課程結束時分享你的這個見證：無論我們遭逢的挑戰和困難是出於我們自己的違誡，或出於那為了淨化我們而來的考驗，主都有能力拯救我們。

下一單元（摩賽亞書第26章～阿爾瑪書第4章）

學生在下一週會學到有位天使奉派來阻止小阿爾瑪破壞教會。他們會學到阿爾瑪在經過這次經驗後發生的事，並讀到經文中有關靈性重生最重要的一些教訓。摩賽亞王死後，阿爾瑪被選任為尼腓人的領袖。惡人愛姆立沙企圖推翻他。鼓勵學生找出阿爾瑪在這樣的情況下做了些什麼，以邀來主的拯救大能。

第66課

摩賽亞書第26章

導言

在摩賽亞統治期間，有許多在便雅憫王作最後演說時年紀還小的新生代，不相信教會的教導，也拒絕呼求主。這些不信的年輕人影響了教會其他的成員，使他們犯下嚴重的罪。不少違誡的人被帶到教會的領袖阿爾瑪面前。阿爾瑪起先不知道該怎麼辦，最後他祈求主的指引，好知道如何審判那些不服從的教會成員。主啓示了阿爾瑪應該遵循怎樣的程序，來讓教會的成員為自己的罪負責。阿爾瑪也學習到神的慈悲憐憫，知道神很樂意寬恕那些悔改之人。阿爾瑪跟從了主的告誡，為教會建立了秩序。

教導青少年

總會會長團的小路賓·克拉克會長教導：

「本教會的青少年極渴望屬靈的事物；他們極想學習福音，他們要的是明白的、純粹的福音……。

「……你不必用世俗的事來包裝宗教真理，卻大可公開地將這些真理……帶到他們那裡」（*本教會教育的既定方針*，〔小冊子〕，第3，9頁）。

教學建議

摩賽亞書26：1-6

許多新生的一代不相信福音，致使其他人犯罪

上課之前，將以下的問題寫在白板上：

你會如何描述你的見證當下的狀態？

你希望自己的見證在哪些方面能有所成長？

請學生在經文研讀日記或隨堂筆記中回答這些問題。經過充分時間之後，說明摩賽亞書第26章裡談到了一群人，他們沒有做到滋養自己的見證必須做的事。結果，他們一直沒有培養出對神的信心，還使得許多教會成員陷入罪惡和錯誤之中。建議學生在研讀這個記事時，想一想其中教導了什麼有關培養及鞏固見證的事。

請一位學生讀出摩賽亞書26：1-3。然後問全班：

- 許多新生的一代作了什麼選擇？（他們選擇不要相信父母的傳統。）
- 在你看來，爲什麼人們的不信會減低他們「明白神的話」（摩賽亞書26：3）的能力？

說明相信（甚或只是相信的願望）會引發行動，從而鞏固我們的見證。而另一方面，人們若選擇不相信，就也選擇了不去做某些事來幫助他們培養出堅強的見證。邀請學生默讀摩賽亞書26：3-4，6。請班上一半學生找出那新生的一代因爲不信，而不願做哪些事。請班上另一半學生找出這樣不信的後果爲何。

- 那新生的一代因爲不信，而拒絕去做哪些事？
- 他們不信的後果是什麼？

學生討論過這些問題後，將以下這句話寫在白板上：*爲了培養見證、保持見證，我們必須……*

請一位學生讀出以下總會會長團亨利·艾寧會長的話。請全班聽聽看可以用哪些方法完成白板上的句子。

「見證需要藉著信心的祈禱、渴求經文中神的話語，以及服從我們所獲得的眞理來滋養。忽略祈禱是很危險的。漫不經心地閱讀經文也會危害我們的見證。祈禱和認眞研讀經文都是獲得見證的必要養分。……

「要讓見證成長茁壯，就必須持之以恆地飽享神的話、懷著信心祈禱和服從主的誡命」（參閱「生動有力的見證」，2011年5月，利阿賀拿，第127-128頁）。

- 根據艾寧會長的話，哪些行動能幫助我們滋養見證？（在學生指出這些行動時，將之寫到白板上的句子後面：*爲了培養見證、保持見證，我們必須飽享神的話、懷著信心祈禱和服從主的誡命。*）
- 這些行動對你的見證有過什麼影響？

請學生默讀摩賽亞書26：5-6，找出不信的年輕人怎樣影響了教會的某些成員。

- 考慮以下這句話：「教會中那些犯了罪的人，就必須由教會予以警誡」（摩賽亞書26：6）你認爲這句話是什麼意思？（犯了罪的教會成員必須接受審判，並爲此負責。）

摩賽亞書26：7-14

阿爾瑪求主指引，以便知道如何審判犯罪之人

請學生想像自己是某個支會的主教，有些支會成員犯了嚴重的罪而且不悔改。請學生靜靜地想想自己在這種情況下要怎麼做。他們要怎麼履行責任，讓那些支會成員爲自己的罪負責，並幫助他們悔改？說明阿爾瑪身爲教會的領袖，也面臨了類似的挑戰。

概述摩賽亞書26：7-12：說明那些犯了罪的人被帶到阿爾瑪面前。在此之前，教會從未發生過這樣的事，因此阿爾瑪不知道該怎麼辦。他決定將違誡的人送到摩賽亞王那裡受審。但摩賽亞王將他們遣回給阿爾瑪，因阿爾瑪持有神的權柄，能審判犯了罪的教會成員。

請一位學生讀出摩賽亞書26：13-14。請全班找出阿爾瑪對於審判犯罪之人的這項責任作何感想。

- 當阿爾瑪對他審判罪人的責任感到困擾時，他怎麼做？
- 主教和分會會長在協助犯了罪的人時，會尋求並獲得主的指引，知道這一點爲什麼很重要？

摩賽亞書26：15-32

主向阿爾瑪啓示，如何讓教會成員為自己的罪負責，並設定悔改的條件

爲了幫助學生了解摩賽亞書26：15-32的背景，指出這段經文包含了主對阿爾瑪所提問題的回答，告訴了他應該如何處理違誡之人。鼓勵學生在研讀主的回答時，找出一些原則和教義，來幫助他們更了解聖職法官的職責。這些聖職法官包括主教及分會會長，（而如果違誡者是麥基洗德聖職持有人，則包括支聯會、區會及傳道部會長）。也要請他們找出與尋求寬恕有關的原則和教義。

請學生默讀摩賽亞書26：17-28，要留意每一個主使用*我*的或*我*一詞的地方。可以建議學生將這些字詞一個一個標記出來。然後問全班：

- 在摩賽亞書26：17-28中，可以從*我*和*我*的這些詞看得出，主在悔改的過程中處於什麼樣的地位？（可以邀請學生分享特定的詞句來支持他們的回答。）
- 關於主的僕人在悔改的過程中擔任的角色，我們可以從摩賽亞書26：20-21學到哪些眞理？（幫助學生了解：**聖職領袖代表主**，而且**在犯下嚴重的罪時，主教和分會會長可以幫助我們悔改並獲得寬恕**。）
- 主教或分會會長可以用哪些方式協助那些掙扎於罪惡與誘惑中的人？

說明：主教導阿爾瑪，尋求寬恕之人必須做些什麼來悔改。請學生分成兩人一組，一起查考摩賽亞書26：29-32，找出一些原則來幫助他們了解，當我們悔改時，主對我們有何要求。

給學生時間研讀這些經文之後，請幾位學生在白板上，用自己的話寫出他們所發現的原則。他們的答案可能包括以下這些：

認罪帶來寬恕。

主會寬恕眞心誠意悔改的人。

我們必須寬恕他人才能獲得主的寬恕。

爲了幫助學生更了解這些原則，提出以下的一些或全部問題：

- 在摩賽亞書26：29中，「在你我面前認罪」這句話是什麼意思？（你可能必須指出，這節經文中的 你，指的是阿爾瑪。）
- 在你看來，當一個人犯下嚴重的罪時，爲什麼必須向主、也向適當的聖職領袖認罪？（嚴重的違誡，例如違反貞潔律法，可能會危及一個人的教會成員身分。因此，在這樣的情況下，那人不但必須向主認罪，還必須向主在教會中的代表認罪。主教和分會會長持有聖職權鑰，能幫助犯了罪的人尋求寬恕。雖然只有主能寬恕罪，但聖職領袖卻能在協助該人獲得寬恕的事上給予支持。他們會將認罪一事視爲機密，並會協助認罪之人完成悔改的過程。）
- 你認爲，「眞心誠意」悔改是什麼意思？（摩賽亞書26：29）。
- 在你看來，主爲什麼要求我們寬恕他人？悔改和寬恕他人有何關聯？（見尼腓三書13：14-15；教約64：8-11。）
- 對於一個渴望悔改，卻不認爲自己能獲得寬恕的人來說，這些經文中的哪些詞句可以給他帶來鼓勵或安慰？

摩賽亞書26：33-39

阿爾瑪服從了主的勸告，審判犯了罪的人，並為教會帶來秩序

說明摩賽亞書26：33-37記載了阿爾瑪如何服從主的指示，來審判犯了罪的教會成員，並爲教會帶來秩序。請學生默讀摩賽亞書26：34-37，找出阿爾瑪努力跟從主的勸告後帶來什麼結果。分享你的這個見證：我們若悔改並生活正義，就能獲得內心的平安並在屬靈上昌盛。

第67課

摩賽亞書第27章

導言

小阿爾瑪和摩賽亞的幾個兒子背叛了他們的父親和主，企圖破壞神的教會。直到一位奉派來回答義人祈禱的天使呼喚他們悔改時，他們的惡行才停止。由於這次奇蹟般的經驗，他們透過耶穌基督的贖罪而重生，並到柴雷罕拉各地傳講福音，彌補先前所造成的傷害。

教學建議

摩賽亞書27：1-22

天使呼籲小阿爾瑪和摩賽亞的兒子們悔改

爲了提供本課的背景資料，概述摩賽亞書27：1-7：說明柴雷罕拉的許多不信者開始迫害屬於教會的人。在摩賽亞王發布公告，禁止這類行爲之後，大多數人都服從了，也恢復了和平。但有些人仍繼續企圖破壞教會。其中的五個包括阿爾瑪的兒子阿爾瑪，以及摩賽亞的四個兒子：艾蒙、亞倫、奧姆納和海姆乃。阿爾瑪的兒子阿爾瑪則常被稱爲小阿爾瑪。

請一位學生讀出摩賽亞書27：8-10。請全班從中找出一些字詞來描述小阿爾瑪和摩賽亞的兒子們。

- 在對阿爾瑪和摩賽亞的兒子們所作的描述中，哪些部分最吸引你的注意？爲什麼？（將學生找到的字詞列在白板上。要在白板上留下空間，以便在課程稍後列出第二項資料。）

請學生默默沉思以下這問題：

- 如果你活在這時候的柴雷罕拉，你想，你對阿爾瑪和摩賽亞兒子們的行徑會做何反應？

展示圖片：小阿爾瑪歸信（福音畫冊，編號77）。請學生默讀摩賽亞書27：11-13，也就是此一圖片所描繪的事蹟。然後請一位學生讀出摩賽亞書27：14。請全班找出天使所說，之所以來找阿爾瑪和摩賽亞兒子們的原因。

- 關於我們可以如何協助那些在掙扎中的人，這節經文教導了什麼？（要確定學生都了解：**主會回答我們懷著信心爲他人所作的祈禱**。可以將這項原則寫在白板上，並建議學生把它寫在自己經文中摩賽亞書27：14的旁邊。也可以建議他們加上一節交互參照的經文：聖經雅各書5：16。指出：我們爲他人所作的祈禱，不論對方是在靈性上面臨掙扎，或有其他的挑戰和困難，主都會回答我們的祈禱。）
- 別人的祈禱曾在什麼時候改變了你的生活？
- 你曾在何時感覺到自己的祈禱改變了別人的生活？

鼓勵學生繼續爲他人祈禱。見證：小阿爾瑪和摩賽亞兒子們的記事證明了主會垂聽我們爲他人的利益所作的祈禱。主不會無視或推翻我們代求之人的選擇權，但祂必垂聽我們的祈禱，也必按照祂自己的時間，用祂自己的方式回答祈禱。

請一位學生站到全班前面，讀出摩賽亞書27：15-16。說明這些是天使對阿爾瑪及摩賽亞兒子們說的話。強調那位天使說話「聲如雷鳴一般，使……〔得那〕地……都爲之震動」（摩賽亞書27：11）。

- 那位天使所做和所說的事中，哪些最令你印象深刻？爲什麼？

藉著聖靈教導

主說，我們應當「藉著靈，即那位被差遣來教導真理的保惠師，去宣講〔祂的〕福音」（教約50：14）。你在教導的時候，要尋求靈的引導，來幫助你根據學生的需求修改課程。

概述摩賽亞書27：19-22：說明在天使說完其信息後，阿爾瑪再也無法說話。他變得很虛弱，無力地被抬到他父親那裡（見摩賽亞書27：19）。當阿爾瑪的父親聽到事情的經過，他「很高興，因爲他知道那是神的力量。」（摩賽亞書27：20）。他命令群眾聚集起來，「好讓他們親眼看到主對他兒子，以及和他同行的人所做的事」（摩賽亞書27：21）。他也請祭司集合起來，一起禁食祈禱，好讓他的兒子恢復力氣，並能說話（見摩賽亞書27：22）。

摩賽亞書27：23-31

小阿爾瑪悔改並獲得重生

回到你先前寫在白板上，描述阿爾瑪和摩賽亞兒子們的那些字詞。將這些字詞標上之前的字樣，並在白板另一邊寫上之後。請學生閱讀摩賽亞書27：23-24，28-29，找出一些字詞來顯示阿爾瑪如何改變了。給幾位學生機會將這些字詞寫在白板上。

- 根據摩賽亞書27：24及28節，阿爾瑪做了什麼促成了這項改變？主又做了什麼？在我們尋求改變並努力跟隨救主之際，爲什麼了解自己必須做些什麼是很重要的？爲什麼了解主會爲我們做了些什麼也很重要？
- 對於一個自認無法獲得寬恕的人來說，學習阿爾瑪的經驗可能會有何幫助？

請一位學生讀出摩賽亞書27：25-26。請全班找出主教導了阿爾瑪哪一項教義。（學生也許會用不同的詞句表達，但要確定他們都了解：**我們每個人都必須透過耶穌基督的贖罪而重生**。可以將這項眞理寫在白板上。）

說明重生的意思是，人在擁有主的靈後，因而在心中造成巨大的改變，以致不再想作惡，卻只想尋求屬神的事物（見摩賽亞書5：2）。

分享先知的話

當一段引文的篇幅較長時，將之作成講義或抄在白板上，會很有幫助。若非如此，學生可能會容易分心，或覺得很難了解。

你可以說明，雖然阿爾瑪和摩賽亞兒子們內心巨大的變化顯然發生得很快，但我們大多數人的心則是透過贖罪而逐漸改變的。這是一個過程，而不是一個事件。爲了幫助學生更了解此一教義，請一位學生讀出以下泰福．彭蓀會長的話：

「我們千萬要小心，在我們努力追求變得更加像神的時候，切勿沮喪、失望。變得像基督一樣是一輩子的追求，而之間的成長和改變往往是緩慢、不易察覺的。經文裡記載了非凡的事蹟：有些人剎那間經歷了人生中戲劇化的改變，例如小阿爾瑪、往大馬士革途中的保羅、徹夜祈禱的以挪士，以及拉摩那王。這些驚人的例子，顯示出即使深陷罪行中的人也可以改變，從而使人滿懷信心，相信贖罪的力量也能臨到那些處於絕望深淵的人。

「不過，討論這些超乎尋常的例子時應當謹愼。雖然這些例子眞實又有力，但卻不是常例。雖然是有人經歷像保羅、以挪士，以及拉摩那王那樣非凡的改變，但更有成千上萬的人發覺他們悔改的過程是微妙、不易察覺的。這些人一天天更加接近主，渾然不知自己正在培養一種像神一般的生活方式。他們默默行善、服務、奉獻」（參閱「心中極大的改變」，1990年3月，聖徒之聲，第7頁）。

學生分享過他們從這段話中學到的心得之後，請他們花幾分鐘時間在經文研讀日記中回答以下的一個問題。（可以在上課前先將這些問題寫在白板上或作成講義，或慢慢地唸出問題，讓學生寫在經文研讀日記中。）

- 你在悔改並盡你所能地跟隨救主之後，曾經透過贖罪經歷到哪些變化？
- 你可以做哪件事來更充分地歸向主，好使你能透過贖罪來改變？

請幾位學生分享他們所寫的內容，並談談當我們悔改、運用對耶穌基督和祂贖罪的信心時，在我們內心可以發生哪些改變。（要提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。要確定他們都了解，他們不應談論自己過去的罪。）

摩賽亞書27：32-37

小阿爾瑪和摩賽亞的兒子們走遍各地，努力彌補過去造成的傷害並鞏固教會

說明眞正的悔改是一種心的改變，而不只是決心不再做錯事。請一位學生讀出摩賽亞書27：32-37。請全班找出阿爾瑪和摩賽亞的兒子們除了不再做錯誤的事以外，還做了些什麼。

- 你看到哪些證據證明阿爾瑪和摩賽亞的兒子們眞正改變了？
- 我們可以從他們的例子學習到什麼？

學生的回答可能包括以下各項：

即使是背叛主、背離祂的教導的人也能獲得寬恕。

若要眞正悔改，就必須盡一切所能去彌補自己所造成的傷害。（你可以說明，我們有時會用補償這個詞來指：爲了彌補過去所造成的傷害和更正過去不智的選擇，而採取的行動。）

透過耶穌基督的贖罪，我們可以改變成正義的狀態。

結束時，見證阿爾瑪和摩賽亞兒子們的這個例子，正顯明了耶穌基督的贖罪力量能夠改變我們。見證救主渴望寬恕所有像這些年輕人一樣，對祂運用信心並努力跟隨祂的人。

注釋及背景資料

摩賽亞書27：25。重生

十二使徒定額組的大衛．貝納長老描述了重生的過程。他說：

「要開始這項重生的過程，就要運用對基督的信心，悔改我們的罪，並且由一位持有聖職權柄的人為我們施行赦罪的浸沒洗禮。

「……從洗禮的水中出來以後，我們的靈魂還需要繼續浸泡在救主福音的真理與光中直到浸透。若只是偶爾淺淺地沾一點基督的教義，或是只是部分參與祂復興的教會，是無法產生靈性上的轉變的，也無法使我們『一舉一動有新生的樣式』。如果我們要得到永恆的祝福，就需要忠於聖約、堅守承諾，將我們的整個靈魂獻給神。……

「完全地浸沒在救主的福音中直到浸透，是重生過程的必要步驟」（參閱「你們必須重生」，2007年5月，利阿賀拿，第21頁）。

同屬十二使徒定額組的布司．麥康基長老則說明：

「當我們在與不義有關的事情上死去，而在與聖靈有關的事情上活著時，我們就重生了。但那並非一瞬間突然發生的。那……是一個過程。除了一些奇妙到值得記載在經文中的少數特例之外，重生都是一件緩慢的事。就一般的教會成員而言，我們都是逐漸地重生，並且在重生的過程中，隨著我們遵守誡命，我們會逐步擁有更多的光、更多的知識，也會越發渴望正義之事。……

「身為本教會的成員，如果我們規劃出一條通往永生的路線；如果我們開始這靈性重生的過程，並行走在正確的方向上；如果我們規劃出一條聖化我們靈魂的路線，並且逐漸地走在這個方向上；如果我們規劃出一條變得完全的路線，並且一步一步、按步就班地藉著克服俗世來使我們的靈魂變得完全，那麼，就毫無疑問地，絕對能獲得保證，知道我們會獲得永生。雖然我們的靈性還有待重生，我們還有待變成完全，也還有待獲得完全的聖化，但只要我們規劃出一條路線，並在今生盡我們所能地照著這條路走，那麼，當我們離開此生，我們仍會不偏不倚地繼續走在這同一條路上」（“Jesus Christ and Him Crucified,” Brigham Young University 1976 Speeches, Sept. 5, 1976, 5–6, speeches.byu.edu）。

第68課

摩賽亞書第28～29章

導言

摩賽亞的兒子們歸信之後，強烈地渴望要向拉曼人宣講福音。摩賽亞求問主並得到確認，知道他們必蒙福獲得成功與保護後，就讓他們去了。在這同時，摩賽亞也在辛勤照管那交託給他的神聖紀錄。他翻譯了雅列人的紀錄，然後將所有的紀錄都交給了小阿爾瑪。由於他的兒子都拒絕成為國王，所以他制定了法官制度，作為該地政府的新體制。

教學建議

摩賽亞書28：1-9

摩賽亞的兒子們渴望向拉曼人傳教

上課之前，將以下的句子寫在白板上：

1. *我眞心渴望幫助他人獲得永恆的幸福。*
2. *我願意爲幫助他人而犧牲。*
3. *我渴望與他人分享福音。*

開始上課時，請學生用白板上這些句子默默地自我評估。請他們用1到10分作爲評估標準，1分代表該句話把他們描述得不正確，而10分則代表該句話把他們描述得完全正確。

請學生默讀摩賽亞書27：8-10。

- 阿爾瑪和摩賽亞的兒子們在他們人生的這個階段，會怎麼用這相同的標準來評估自己?

請一位學生讀出摩賽亞書28：1-4。

- 摩賽亞的兒子們在歸信之後，會怎麼用這相同的標準來評估自己?摩賽亞書28：1-4中的哪些詞句顯示出他們已有了許多改變?
- 爲什麼摩賽亞兒子們的渴望改變了?（他們運用了對耶穌基督的信心、悔改了所有的罪，並歸信了；見摩賽亞書27：34-36。你也可以參照摩賽亞書28：4，來指出主的靈如何影響了他們。）
- 根據你對這段歷史時期的拉曼人的了解，傳教士在他們當中可能會遇到哪些困難?
- 根據摩賽亞書28：2，摩賽亞的兒子們相信他們的傳教會對拉曼人的生活造成怎樣的影響?
- 摩賽亞兒子們的歸信對他們分享福音的渴望產生了什麼影響?我們可以從他們的經驗學到哪些原則?（將以下這原則寫在白板上，來爲學生的回答作一總結：*我們歸信越深，就越渴望分享福音*。）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組達林．鄔克司長老的話。可以鼓勵學生將這段話寫在他們經文，摩賽亞書28：1-4旁邊的空白處。

「我們渴望分享福音的程度，正是我們個人歸信程度的重要指標」（「分享福音」，2002年1月，*利阿賀拿*，第8頁）。

請學生想想，當他們變得與主更加接近時，他們與人分享福音的渴望爲何會隨之增加。

- 你生活中的哪些經驗促使你想要與他人分享福音?

請學生想像自己認識的一位男青年，雖然是教會成員，卻不怎麼渴望去擔任全部時間傳教工作。

- 這位男青年可以做些什麼來增加自己對分享福音的渴望?（學生在分享其見解時，鼓勵他們回想一下，是哪些事加深了他們對耶穌基督福音的歸信，他們又會推薦這位男青年去做哪些類似的活動或經驗。幫助他們看出，歸信越深，就越渴望與人分享福音。）

你可以說明你自己是如何獲得渴望去教導他人福音的。你這麼做時，可考慮分享你的這個見證：我們越是接近主，感受到祂的靈，就越渴望與人分享福音。

請學生閱讀摩賽亞書28：5-8，找出摩賽亞爲什麼讓他的兒子們去從事這樣危險的傳道工作。

- 主在回答摩賽亞的祈禱時，應許了摩賽亞的兒子們哪些祝福?

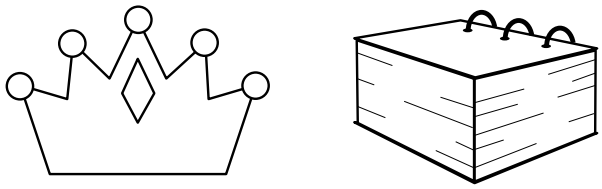
實際生活中的情況

將一項福音原則與實際生活中的情況聯結起來，可以幫助學生分析該項原則，並看出這原則與他們的生活有什麼樣的關聯。你可以告訴學生，他們越是真心回答這類的例子，他們的學習就會越有成效。

摩賽亞書28：10-20

摩賽亞翻譯雅列人的頁片，並將神聖的紀錄託付給阿爾瑪

將下圖畫在白板上：



指向皇冠的圖，請一位學生讀出摩賽亞書28：10。請全班找出摩賽亞王在兒子們出去傳教後，遇到了什麼難題。（他必須找人繼承他的王位。）

概述摩賽亞書28：11-19：說明摩賽亞日漸老邁，開始注意到那些交託給他的神聖紀錄，包括他父親交託下來要他保管的紀錄，以及林海王交給他的紀錄。他藉著身爲先見的能力，翻譯了雅列人的紀錄，也就是被林海王派去尋找柴雷罕拉地的那些人所發現的頁片（見摩賽亞書8：7-9。指示學生注意白板上的金頁片圖。

說明摩賽亞除了需要指派一人擔任該國的領袖外，還必須指派一人照管那些頁片。請學生默讀摩賽亞書28：20。

- 誰接受了那些神聖紀錄?
- 爲什麼阿爾瑪是照管這些紀錄的良好人選?

摩賽亞書第29章

人民聽從摩賽亞的勸告，建立了法官制度為其政府的體制

請學生之中想成爲國王或王后的人舉手，然後從中選出一位學生到全班面前，站在白板上的皇冠旁邊（或將一個紙做的皇冠戴在這學生的頭上）。請這學生說一說成爲國王或王后會有什麼好處。

請一位學生讀出摩賽亞書29：1-3。

- 人民希望誰作他們的王?
- 摩賽亞的兒子們爲了去向拉曼人傳教，放棄了什麼?
- 今天的男女青年爲了去傳教，犧牲或延遲了哪些機會?

概述摩賽亞書29：4-10：說明摩賽亞王很擔心任命了新國王會導致紛爭，甚或戰爭。他也提到，要是一位不正義的國王掌了權，可能還會產生其他的問題。請學生閱讀摩賽亞書29：16-18，並找出那些問題。

說明摩賽亞王提議尼腓人的政府不應再由國王治理。然後他推薦了法官制度，並由民意選任法官。

請學生默讀摩賽亞書29：11，25，找出那些法官會如何審判人民。（「按照神的誡命」，並「按照祖先給你們的法律」。）

將*摩賽亞書29：26-27，30，33-34，37-38*寫在白板上。將全班分成兩人一組。請學生查考這些經文，找出在摩賽亞王所提議的政府中，人民有哪些責任。然後請各組討論以下問題。（可以將這些問題寫在白板上，或作成講義發給他們。）

- 根據摩賽亞王的看法，由民意作決定會有哪些好處?（他說民意通常不會想要任何「違反正義的事」。他也談到，所有的公民要一起分擔政府的重擔，並有「平等的機會」。）
- 如果民意選擇了邪惡，會有何後果?（神的懲罰會臨到他們，他們會被毀滅。）
- 在你看來，摩賽亞書29：34中的這句「每個人承擔自己的部分」是什麼意思?這句話如何適用於一般公民對參與當地和國家政府所負的責任上?

讀出以下十二使徒定額組尼爾．麥士維長老的話：

「對於文化式微的情形，領導人與其跟隨者都要負責。……責怪不好的領袖很容易，但我們也不應讓跟隨者置身事外」（參閱「悔改〔我們的〕自私」，1999年7月，*利阿賀拿*，第26頁）。

- 讓領導人與跟隨者都爲自己的行動負責，爲什麼很重要?
- 你可以做些什麼來支持正義的法律和領袖?（可以請學生參考信條第12條。）

表明你確信：雖然並非世上的每個國家都有機會選擇自己的領導人，但主必永遠幫助那些信賴祂的人，無論他們住在何處。

請一位學生讀出摩賽亞書29：41-43。

- 人民選擇了誰擔任第一任首席法官?他是否不負重望、成爲一個公正且正義的領袖?他的領導帶來了什麼結果?

請學生用自己的話說明他們從摩賽亞書第29章學到了什麼?他們也許會指出以下的一些眞理：

不正義的領導會帶來紛爭和罪惡。

民意選擇不對的事，這情況並不常見。

如果人民選擇邪惡，神的懲罰就會臨到他們。

每個人都有責任支持正義的法律和領袖。

結束時，爲今天課程中的各項原則作見證。

摩賽亞書複習

花點時間幫助學生複習摩賽亞書。請他們想想自己在福音進修班及個人的經文研讀中，從這部書裡學到了什麼。必要時，請他們瀏覽這部書，來幫助他們回憶。給予充分的時間後，請幾位學生針對這部書裡最令他們印象深刻的部分，分享他們的想法與感受。

導言

阿爾瑪書

為什麼要研讀這部書？

學生透過研讀阿爾瑪書，會學習到有關耶穌基督的事，並知道祂的贖罪和復活是救恩計畫中的必要部分。他們也會學習到，神的話有能力推翻祭司權術、假教義、罪惡、憎恨及叛教，並能使人經歷到內心的巨大改變。學生在讀到阿爾瑪、艾繆萊克及摩賽亞兒子們在傳道事工上所付出的努力，以及安太尼腓李海人（艾蒙人）的歸信經過及忠信情形時，會得到啓發和靈感。他們研讀各章有關尼腓人與拉曼人之間的戰爭詳情時，所學習到的原則，能引導他們度過這紛亂的時代，幫助他們在對抗敵人的個人戰爭中獲得勝利。

誰寫了這部書？

摩爾門編纂並節錄尼腓大片中的紀錄，編成阿爾瑪書。這部書是以阿爾瑪為名的；他是阿爾瑪的兒子，通常又稱為小阿爾瑪。摩賽亞王在尼腓人中制定法官統治的制度後，小阿爾瑪成了第一位首席法官，並繼承他父親，成為管理教會的大祭司（見摩賽亞書29：42）。他最後辭去首席法官的職位，「完全獻身於……高級聖職」，並在尼腓人的所有土地上「向人民傳講神的話」（阿爾瑪書4：20；5：1）。摩爾門使用了阿爾瑪的傳道紀錄（見阿爾瑪書第1～44章），以及阿爾瑪的兒子希拉曼和希伯隆的寫作，編成阿爾瑪書（希拉曼的寫作，見阿爾瑪書第45～62章；希伯隆的寫作，見阿爾瑪書第63章）。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

摩爾門並沒有針對特定的讀者編寫阿爾瑪書，也沒有說明為什麼要寫這部書。但這部書中針對耶穌基督的救贖使命所作的無數教導，卻有助於闡明摩爾門經的這個宗旨：見證「耶穌是基督，是永恆之神」（摩爾門經標題頁；亦見阿爾瑪書第5章；第7章；第13章；第32～34章；第36章；第39～42章）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

阿爾瑪書所依據的原始紀錄大約寫於主前91年至主前52年之間。摩爾門節錄這些紀錄的時間大約在主後345年至主後385年之間。摩爾門並未記錄他是在什麼地方編寫這部書的。

這部書有哪些特色？

雖然阿爾瑪書是摩爾門經中篇幅最長的一部書，但其涵蓋的年代只有39年——約在主前91年至主前52年之間。該書記述了第一個在拉曼人中傳道成功的例子，並顯明了歸信的拉曼人如何忠信地遵守他們的聖約（見阿爾瑪書23：6-7；第24章）。此外，阿爾瑪書中的教導也包括了預立的教義及麥基洗德的聖工（見阿爾瑪書第13章）；神的話的大能（見阿爾瑪書第31章）；如何培養對耶穌基督的信心（見阿爾瑪書第32～34章）；違反貞潔律法的嚴重性（見阿爾瑪書第39章）；我們的靈體在死亡之後的狀態（見阿爾瑪書第40章）；復活和復原的教義（見阿爾瑪書第40～41章）；以及公道和慈悲在天父的救贖計畫中所扮演的角色（見阿爾瑪書第42章）。這部書亦記載了主對自我防衛及作戰正當理由所作的指示（見阿爾瑪書43：45-47）。

大綱

阿爾瑪書第1～3章尼賀在尼腓人中引進了祭司權術。阿爾瑪率領正義的尼腓人保護自己，對抗愛姆立沙及其跟隨者，以及與之聯手的拉曼軍隊。尼腓人在挫敗了愛姆立沙企圖為王及摧毀教會的意圖後，又擊敗了另一支拉曼軍隊。

阿爾瑪書第4～16章阿爾瑪辭去首席法官職位。他到尼腓地傳講神的話，來對抗驕傲和邪惡。艾繆萊克加入阿爾瑪，一起教導有關耶穌基督的贖罪、復活，以及相信主並悔改的必要。齊愛治樂歸信並受洗。

阿爾瑪書第17～28章摩賽亞的兒子們和其他人到尼腓地的拉曼人當中傳講神的話。成千上萬的人歸信了主。歸信者放下了戰爭的武器，去和尼腓人住在一起。許多人在尼腓人和拉曼人一場大戰中死去。

阿爾瑪書第29～42章阿爾瑪渴望帶領靈魂悔改。他對抗反基督者柯力何。他在教導卓倫人這些叛離尼腓人的人時，將神的話比作一粒種子，必須用信心加以滋養。艾繆萊克為贖罪作見證，並教導卓倫人要運用信心悔改。阿爾瑪向他的兒子希拉曼、希伯隆及柯林安頓提出忠告並作見證。阿爾瑪將神聖紀錄託付給希拉曼。他教導了有關前生靈的世界、復活，及公道和慈悲在神計畫中的角色。

阿爾瑪書第43～45章拉曼人受到尼腓人的叛離者煽動而發怒，前來與尼腓人作戰。摩羅乃率領尼腓人戰勝柴雷罕納的軍隊。阿爾瑪和希拉曼面談、給他祝福、預言尼腓人的滅亡，並離開該地。

阿爾瑪書第46～63章摩羅乃、李海、鐵安肯、希拉曼及派賀藍率領尼腓人戰勝了由亞瑪利凱及艾摩龍控制的拉曼軍隊。摩羅乃和派賀藍也鎮壓了那些叛離尼腓人而造反的國王派人士。希伯隆接管尼腓人的紀錄後，將之交給希拉曼的兒子希拉曼。摩羅乃哈的軍隊在另一場戰役中擊退了拉曼人。

第69課

阿爾瑪書第1～2章

導言

阿爾瑪成為首席法官之後不久，有個名叫尼賀的人開始在人民中傳道，出言反對教會及其教義，說服了許多人相信他並給他金錢。尼賀殺了一位忠信的教會成員基甸，而被帶到阿爾瑪面前。阿爾瑪發現尼賀不但犯了祭司權術的罪，又力圖用劍強加推行，因而將尼賀處死。教會在努力又謙卑的祭司帶領下興盛起來，但祭司權術仍繼續存在。有個名叫愛姆立沙的人和尼賀同一教派，是個狡猾的人，他獲得了許多人的支持，想成為尼腓人的國王卻失敗了。他和跟隨他的人起來造反，和尼腓人作戰，最後還加入了一支拉曼軍隊。主增強了尼腓人的力量；他們雖遭受許多損失，卻擊潰了這些軍隊的攻擊。

運用教會課本及調整課程

教會的課本都經過精心編製，以確使教會的教義保持純正。要仔細考慮課本中的教學建議，這有助於你忠於先知所記寫的經文的要旨所在。但你仍可根據學生的需求及情況來調整課程。

教學建議

阿爾瑪書第1章

儘管祭司權術和迫害盛行，許多人仍保有堅定的信心

將*名望*一詞寫在白板上。

- 追求名望會有哪些危險？只因爲某人有名望就跟隨他，會有哪些危險？

說明有個名叫尼賀的人在柴雷罕拉的某些人當中獲得了名望。請學生默讀阿爾瑪書1：2-6，找出尼賀教導了什麼，人們又如何回應。學生報告他們所發現的事情後，考慮提出類似以下的問題：

- 爲什麼尼賀在阿爾瑪書1：4中的教導很危險？（如果學生很難回答這個問題，就指出尼賀教導：「所有的人」無論做了什麼，「都〔會〕獲得永生」。這樣的教導漠視了悔改、教儀，以及遵守神誡命的必要。亦見阿爾瑪書15：15。）
- 相信這項教義的人會導致什麼後果？
- 尼賀的成功對他自己造成了什麼影響？（見阿爾瑪書1：6。）

概述阿爾瑪書1：7-15，說明有一天尼賀正要向他的一群跟隨者講道時，遇見了基甸。基甸曾協助林海的人民脫離束縛，當時在教會中擔任教師。尼賀「開始與〔基甸〕激辯，好誘走教會的人，但是〔基甸〕駁斥他，並以神的話勸誡他」（阿爾瑪書1：7）。尼賀一時大怒，隨即拔出劍來殺了基甸。教會的人把尼賀帶到首席法官阿爾瑪面前，爲他犯下的罪行受審。阿爾瑪將尼賀處以死刑，尼賀因而「遭受了可恥的死亡」（阿爾瑪書1：15）。你可能必須說明，*可恥*的意思是不名譽的、丟臉的，或不光彩的。

請學生查看阿爾瑪書1：12最前頭的那些話，找出阿爾瑪用哪個詞來描述尼賀第一次引進這人民當中的事。請學生注意註腳12*a*。請他們翻到所列的第一個參考經文：尼腓二書26：29。請他們默讀這節經文。

- 用你自己的話來說說，什麼是祭司權術？在你看來，「使自己成爲世上的光」是什麼意思？這樣做爲什麼很危險？
- 尼賀傳講的事爲何是祭司權術的一個例子？
- 根據阿爾瑪所說，如果在人民中施行祭司權術，會發生什麼事？
- 在你看來，作這樣的教導來得到他人讚美的這件事，爲什麼會很吸引人？

請一位學生讀出阿爾瑪書1：16。請全班找出在尼賀死後，祭司權術繼續散布的原因和作法。學生報告過他們所發現的事情後，問：

- 根據阿爾瑪書1：16，施行祭司權術的人有何目的?（他們是爲了「財富和名聲」；換句話說，是爲了獲得金錢和名望。）

說明祭司權術及其影響困擾了尼腓人許多年（見阿爾瑪書第2章；15：15；24：28）。指出在我們的時代，我們也必須在教會內外提防祭司權術。我們不要讓施行祭司權術的人有機會矇騙我們，而我們自己在教導福音時，也要避免表現出祭司權術的態度和行爲。

- 你有哪些機會教導福音?（幫助學生明白，他們有許多機會教導福音。他們會在參加福音進修班及自己的定額組和班級時彼此教導。他們可以在家人家庭晚會中教導家人。男青年會擔任家庭教導教師。男女青年都可能應邀在聖餐聚會中演講。他們現在就可以和他人分享福音，也可以開始爲擔任全部時間傳教士作準備。）

請一位學生讀出十二使徒定額組大衛．貝納長老所說的以下這段話：

「你我擔任教師時，若故意將注意力放在自己身上——無論是藉著所講述的信息、所使用的方法，或是藉著行爲舉止——都是一種祭司權術，並且會阻礙到聖靈教導的效能」（參閱「藉著信心尋求學識」，2007年9月，*利阿賀拿*，第22頁）。

強調：我們在教導福音時，若故意將注意力放在自己身上，就會阻礙到聖靈教導的效能。

讀出以下人們在教導時，可能會有的各項動機。請學生討論哪些動機會是祭司權術的例子，以及原因何在。

引導他人歸向救主。

表現自己的風趣詼諧。

幫助他人感受聖靈。

炫耀自己的才智。

幫助他人將福音眞理應用在生活中。

請一位學生讀出阿爾瑪書1：26-27。請全班找出神的祭司有哪些作法和行爲表現與尼賀有所不同。

- 尼腓祭司的榜樣能如何幫助我們避免祭司權術?
- 這些祭司如何顯示出他們對神的承諾?

說明祭司權術在尼腓人中引起了紛爭和迫害。爲了幫助學生準備好研讀阿爾瑪書1：19-33，提出以下問題：

- 你曾在何時見過人們取笑、嘲弄，或迫害那些遵守神誡命的人?
- 你曾經因爲遵守誡命而感覺受人取笑、嘲弄或迫害嗎?如果是的話，你是如何回應的?

請學生默讀阿爾瑪書1：19-20，找出教會成員受到迫害的一些例子。學生報告他們所發現的事情後，將以下問題寫在白板上，並請學生將這些問題抄到筆記本或經文研讀日記中。給他們時間默讀這些經文章節，並自行回答這些問題。

根據阿爾瑪書1：21-24，有些教會成員如何回應迫害?他們的舉動造成什麼結果?

根據阿爾瑪書1：25-31，教會的其他成員雖然遭受迫害，依然過著怎樣的生活?他們獲得了什麼祝福?

學生有充分時間研讀這些經文後，問他們，我們可以從這些經文中學到什麼。學生可能會提出以下的一些或全部原則：

即使我們周遭的人都不服從，我們仍然可以堅定不移地遵守誡命。

我們若遵行福音，即使受到迫害，生活仍會有平安。

- 你曾在何時看出這些原則是眞實的?

阿爾瑪書第2章

愛姆立沙和其他人起來造反，最後加入拉曼人，一起與尼腓人交戰

說明在尼賀死亡大約四年之後，尼腓人遇到另一個受眾人擁戴的惡人。將學生分成兩人一組。請每一組中的一位學生閱讀阿爾瑪書2：1-7，請另一位閱讀阿爾瑪書2：8-18。指示學生根據指派給自己的經文寫一則新聞標題，描述義人如何對抗邪惡。四、五分鐘之後，請學生和同組夥伴分享所寫的標題。你可以請幾位學生和全班分享其標題。

提出以下問題來確定學生都了解他們所讀的經文內容：

- 愛姆立沙想做什麼?
- 根據阿爾瑪書2：18，爲什麼尼腓人能夠阻擋愛姆立沙想要成爲國王的企圖?（「主加強了尼腓人的力量。」可以鼓勵學生在自己的經文中將這句話劃記下來。）

請全班列舉今日青少年所面臨的一些邪惡。他們可能會提到各樣誘惑，也可能會提到因爲其他人的邪惡而面臨的考驗。在他們繼續研讀阿爾瑪書第2章時，請他們沉思自己可以用哪些方法獲得主的幫助，來克服眼前的誘惑與挑戰。

說明尼腓戰士擊潰了許多愛姆立沙人，卻很震驚地見到其餘的愛姆立沙人加入了一支拉曼軍隊（見阿爾瑪書2：19-25）。尼腓軍隊還沒回到柴雷罕拉城，就遭到這支聯合軍隊攻擊。請學生查閱阿爾瑪書2：27，找出有哪一句話描述這支拉曼人和愛姆立沙人組成的聯合軍隊有多大的陣容。

請學生暫停一下，想像自己若在那支尼腓軍隊中，會怎麼想，又會有何感受。請一位學生讀出阿爾瑪書2：28-31，36，並請全班找出那次戰役是如何結束的。學生報告過他們所發現的事情後，你可以建議他們將這幾節經文中的加強……力量及力量增強了等詞句劃記下來。

- 根據阿爾瑪書2：28，主爲什麼會加強尼腓人的力量?（學生對這個問題可能有不同的答案。要幫助他們認清以下原則：**我們若呼求神幫助我們抵擋邪惡，祂必增強我們的力量。**）
- 在你看來，從神那裡獲得力量來抵擋邪惡，而不是讓邪惡的勢力從生活中完全除去，爲什麼很重要?
- 你在抵擋邪惡的時候，可以如何跟從阿爾瑪的榜樣?

請學生寫出下列其中一個問題的答案：

- 當你面對邪惡時，主曾經如何增強你的力量?
- 你現在可以用什麼方法來抵擋邪惡?

學生有時間寫完之後，請幾個人分享他們的答案。你也可以分享自己的答案。鼓勵學生跟從尼腓人的榜樣——祈求主的幫助，並努力保持配稱，讓主可以在他們努力時增強他們的力量。結束時，見證在我們抵擋邪惡時，神必增強我們的力量。

第70課

阿爾瑪書第3～4章

導言

愛姆立沙人加入拉曼軍隊之後，便在自己的額頭上作出紅色記號，藉此與尼腓人有所區別。愛姆立沙人和拉曼人聯手向尼腓人作戰，使得「成千上萬」的人死在戰役中（見阿爾瑪書3：26）。這次戰役之後，許多尼腓人謙抑自己，並被「喚醒」，「記起〔了〕自己的職責」（阿爾瑪書4：3）。約有3,500人受洗加入了教會。但在第二年，教會的許多成員漸漸變得驕傲，開始迫害他人。阿爾瑪對此邪惡行為感到憂心，因而辭去首席法官的職務，繼續擔任大祭司來管理教會。他計畫旅行全地來履行這項職務，作純正的見證，並呼籲人們悔改。

教學建議

阿爾瑪書3：1-19

尼腓人對抗愛姆立沙人和拉曼人

將全班分成幾個小組。給每組一張紙，紙上寫著這些字：衣服、髮型、耳環和珠寶、刺青。請各組討論，人們可能在有意無意之間，用這些物品傳達出什麼信息。

提醒學生，愛姆立沙人離開尼腓人，加入了一支拉曼軍隊（見阿爾瑪書第2章）。請學生閱讀阿爾瑪書3：4，找出愛姆立沙人如何改變了自己的外貌。

- 愛姆立沙人想要與誰「有區別」？
- 今日有些人如何在儀容上與義人有所區別？（學生回答時，務必使他們明白：有些人故意改變儀容是爲了與義人有所區別，或爲了反抗教會的標準。還有些人是在跟隨世俗的潮流，卻渾然不知自己這麼做，是在透露他們是怎樣的人。）

說明當愛姆立沙人在自己的額頭上作記號，來與尼腓人有所區別時，顯示他們已把拉曼人的詛咒帶到自己身上。請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書3：14-19。提出以下的一些或全部問題，來幫助全班分析這些經文。

- 阿爾瑪書3：18中的哪句話描述了愛姆立沙人的行動和對神的態度？（「公然反叛神。」）
- 愛姆立沙人如何「給自己招來」詛罰？（阿爾瑪書3：19）。
- 我們可以從這些經文學到哪些眞理？（答案可能包括：**公然反叛神會給自己招來負面的結果**，以及**我們若是與神隔離了，那是因爲我們將自己與祂隔絕了**。）

爲了幫助學生了解：在正義的方面與人有所區別是很重要的，提出以下問題：

- 我們可以怎樣透過服裝儀容來顯示我們是耶穌基督的門徒？（如果學生很難回答這個問題，可以請他們閱讀鞏固青年〔2011〕，第6-8頁，「服裝儀容」單元的內容。要強調：我們對福音的見證應該反映在我們的服裝儀容上。）

鼓勵學生在包括服裝儀容在內的日常抉擇中表明自己跟隨主。強調：**我們可以在服裝儀容上有所區別，以顯明自己是耶穌基督的門徒。**

阿爾瑪書3：20-27

尼腓人對拉曼人及愛姆立沙人作戰時，成千上萬的人喪生

概述阿爾瑪書3：20-25：指出尼腓人擊退了拉曼人，但雙方都有成千上萬的人傷亡。請一位學生讀出阿爾瑪書3：26-27。請全班聽聽看，摩爾門希望我們了解什麼教訓。

- 根據這些經文，服從主的人會得到什麼酬賞？
- 不服從主的人會招致什麼後果？

總結時，可以將以下原則寫在白板上：**我們會獲得幸福或招致悲慘，取決於我們選擇去服從的人。**

請學生想想，選擇跟隨主會有哪些祝福。

- 由於你選擇跟隨主，祂已賜給你哪些祝福？

阿爾瑪書4：1-14

教會經過一段時期的成長後，教會成員漸漸變得驕傲，彼此間開始有了紛爭

將謙卑和驕傲寫在白板上。

- 何謂謙卑？（謙卑是容易受教，心懷感激地承認自己要仰賴主，並了解到自己時時都需要祂的支持。）

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書4：1-5。請全班找出尼腓人已變得謙卑的證據。在學生說明他們所發現的事情時，指出以下這點可能會有幫助：我們不一定要經歷不幸才能變得謙卑——我們可以選擇爲人謙卑。

指出阿爾瑪書4：6中對尼腓人的描述，與阿爾瑪書4：3-5中的描述極爲不同。指向白板上的驕傲一詞。

- 何謂驕傲？（驕傲與謙卑相反。驕傲的人會彼此爲敵，也與神爲敵。他們把自己看得比他們周遭的人更重要，並且追隨自己的欲望而不順服神的旨意。）

請班上一半學生默讀阿爾瑪書4：6-8，請另一半學生默讀阿爾瑪書4：9-12。請這兩組分別找出尼腓人有哪些驕傲的行爲，以及這些行爲如何影響到其他人。經過充分的時間之後，請這兩組分別講述他們發現的事。

- 關於驕傲會怎樣影響到我們待人的方式，這些經文教導了什麼？
- 你在阿爾瑪書4：10看到什麼警告？（確定學生都了解：**我們若作了不正義的榜樣，我們的行動可能會阻礙其他人接受福音。**

請一位學生讀出阿爾瑪書4：13-14。請全班找出一些例子來說明，儘管其他人都很驕傲，但某些尼腓人卻如何謙抑自己。

- 關於謙卑會怎樣影響到我們待人的方式，這些經文教導了什麼？

強調：**我們無論決定要謙卑或驕傲，都會影響到自己和他人。**時間允許的話，請學生在筆記本或經文研讀日記中寫下他們曾在哪些經驗中看出這句話是眞實的。

阿爾瑪書4：15-20

阿爾瑪辭去首席法官職位，用全部的時間呼籲人民悔改

請學生想像他們處在阿爾瑪的情況。他們是首席法官，但許多人已變得驕傲，正在迫害那些保持謙卑的人。

- 你會怎樣幫助這些人改變？

請一位學生讀出阿爾瑪書4：15-19。請全班找出阿爾瑪選擇做什麼事？

- 阿爾瑪決定怎麼做?（他決定放棄首席法官的職位，用他全部的時間教導人們。）
- 「用純正的見證來壓制」（阿爾瑪書4：19）這句話，意味著阿爾瑪是如教導?
- 你曾經在何時聽到人們作出「純正的見證」?這些經驗對你造成了什麼影響?
- 我們可以從阿爾瑪書4：19，阿爾瑪的榜樣中學習到哪些眞理?

學生對於這個問題可能有下列的回答：

履行我們的屬靈責任，可能需要有所犧牲。

作純正的見證能幫助他人更接近神。

鼓勵學生在個人研讀阿爾瑪書第5～16章，以及在接下來的課程中討論到這幾章時，找出阿爾瑪的純正見證。也要鼓勵學生注意阿爾瑪的見證對人們造成了哪些影響。

請學生進一步探討

偶爾在結束課程之際，可以請學生找出經文中的一些事物。這樣的提議可以幫助他們在進行個人研讀時有所專注，也能幫助他們了解到某一章經文與其他一章或一組經文如何互有關聯。

精通經文複習

向學生介紹一些新的精通經文章節，或複習一些他們已經知道的章節。準備一些問題來幫助他們找出這些章節中的各項原則。請他們在筆記本或經文研讀日記中寫下一個目標，說明要做哪些事，來更加遵行這當中的一個原則。給他們一段特定時間來完成這目標，並請他們在完成目標後，準備好向一位學生或向全班提出報告。

注意：如果你在這堂課沒有時間進行這個活動，可以改天再進行。其他的複習活動，見本書後面的附錄。

注釋及背景資料

阿爾瑪書3：6-17。記號和詛咒

學生在研讀阿爾瑪書第3章時，可能會針對加在拉曼人身上的記號和詛咒提出問題。你可以說明，記號和詛咒是不一樣的。放在拉曼人身上的記號是深色皮膚（見阿爾瑪書3：6）。這個記號的目的是要使拉曼人和尼腓人有所區隔（見阿爾瑪書3：8）。而詛咒則較為嚴重，是指「被剪除，與主隔絕」的狀態（尼腓二書5：20）。拉曼人和愛姆立沙人將這詛咒帶到自己身上，是因為他們反叛神（見尼腓二書5：20；阿爾瑪書3：18-19）。雖然在這個例子中，深色皮膚被作為一種放在拉曼人身上的詛咒記號，但摩爾門經教導：凡歸向主的，「不論黑人或白人、為奴的或自主的、男人或女人，〔主〕都不拒絕，……〔所有的人〕對神而言都是一樣的（尼腓二書26：33）。耶穌基督的福音是每個人的福音。本教會直言無諱地譴責種族歧視，包括本教會內外人士過去任何一切的種族歧視。戈登．興格萊會長曾宣告：

「任何一個誹謗其他種族的人都不能說自己是基督真正的門徒，也不能認定自己的作為符合本教會的教導。……

「我們都應該知道每一個人都是天父的兒女，祂愛祂所有的子女」（參閱「要更加仁慈」，2006年5月，利阿賀拿，第58頁）。關於此一主題的更多協助，見第27課。

自修班課程

摩賽亞書第26章～阿爾瑪書第4章（第14單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩賽亞書第26章～阿爾瑪書第4章（第14單元）時，所學到的各項教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩賽亞書第26章）

學生在讀到尼腓人新生的一代沒有培養出對福音的見證時，發現要培養見證並保有見證，就必須飽享神的話、懷著信心祈禱，並服從主的誡命。學生從阿爾瑪努力幫助他人悔改一事，學習到主會寬恕那些真心誠意悔改的人。

第2天（摩賽亞書第27章）

學生在讀到小阿爾瑪及摩賽亞兒子們的歸信時，學到以下三項福音真理：主會回答我們懷著信心為他人所作的祈禱，但仍會讓他們保有選擇權；我們每個人都必須透過耶穌基督的贖罪而重生；以及若要真正悔改，就必須盡一切所能修復過去所造成的傷害。學生在自己的經文研讀日記中寫下自己透過贖罪而有了哪些改變。

第3天（摩賽亞書第28～29章）

學生在讀到摩賽亞的兒子們渴望向拉曼人傳講福音時，學到隨著我們的歸信加深，我們會越渴望分享福音。他們也寫下了曾有哪些經驗使得他們想要分享福音。學生讀到尼腓人政府的改變，也學習到公民有責任支持正義的法律和領袖。

第4天（阿爾瑪書第1～4章）

學生在讀到謙卑尼腓人的榜樣時，學到：我們遵行福音時，即使受到迫害，也會在生活中擁有平安。他們在讀到愛姆立沙人的反叛時，發現到：我們根據自己所選擇服從的對象，而獲得幸福或招致悲慘。阿爾瑪就是一個選擇服從主的例子。他不屈不撓地奉獻自己，呼籲驕傲的尼腓人悔改，能幫助學生明白：主的僕人會作見證，並呼籲罪人悔改。

導言

本課讓學生複習悔改的各項原則，並沉思：我們也需要像小阿爾瑪及摩賽亞的兒子們一樣，透過耶穌基督的贖罪而有所改變。要祈求神的指引，好知道怎樣最能幫助學生在生活中尋求這樣的改變。

教學建議

摩賽亞書第26章

阿爾瑪獲得啓示，知道如何審判犯下嚴重罪行的人

開始上課時，請一位學生讀出摩賽亞書第26章開頭的章前綱要。向學生讀出以下各個情況。請學生想想他們可以做些什麼來幫助每一種情況中的人。

1. 有個女青年犯了嚴重的罪，卻很害怕告訴她的主教。
2. 有個男青年渴望悔改，卻不知道該怎麼做。
3. 有個女青年再次犯下先前曾犯過的罪，擔心主不會再寬恕她了。
4. 有個男青年決定要悔改，卻不願意寬恕某個冒犯他的人。

將以下參考經文寫在白板上：摩賽亞書26：21-23，29-31。向學生說明，這些經文記載了主針對犯下嚴重罪行的人，給予阿爾瑪的啓示。請學生閱讀這些經文，找出至少一項原則來幫助前面各情況中所述的一個人。請幾位學生和全班分享他們的答案。你也可以分享一個答案並針對摩賽亞書第26章中的一項悔改原則，作你自己的見證。

提醒學生，他們已計畫將摩賽亞書第26章所學到的其中一項原則應用在自己生活中並努力悔改。鼓勵他們完成這項計畫。

摩賽亞書第27～28章

小阿爾瑪和摩賽亞的兒子們悔改並重生了

為了向學生舉例說明某人怎樣經歷了內心的巨大改變，請幾位學生輪流讀出七十員奇斯．席比長老所述的以下經驗：

「〔有一位在東歐服務的年輕長老〕和他的同伴……遇到了一個名叫伊凡的中年男子，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。……

「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。這長老開始感到有些失望和難過……。

「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。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，也目睹了贖罪的真實性。

「……〔伊凡〕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。」（「體驗心的變化」，2008年6月，利阿賀拿，第39-41頁）

問：這故事裡有哪些證據顯示伊凡改變了？（要確定學生都清楚：伊凡外在的改變正顯示出他內心更為深刻的變化。）

提醒學生：摩賽亞書第27章描述了另一個透過贖罪而改變的經驗。請一位學生站到全班面前，概述摩賽亞書第27章。如果有的話，這位學生可以展示圖片：小阿爾瑪歸信（福音畫冊〔2009〕，編號77）。請另一位學生讀出摩賽亞書27：24-26，然後請全班找出誰必須透過贖罪而改變，或「從神而生」。學生在回答時，應表示出他們都了解以下這項真理：**我們每個人都必須透過耶穌基督的贖罪而重生**。

問：你曾見過某人怎樣透過耶穌基督的贖罪而成為更好的人？

請學生沉思上述故事中那位傳教士在與伊凡重聚後，向自己提出的這兩個問題：「『我在過去六個月裡體驗了多少「心的變化」？』……『我「重生」了嗎？』」（引述自奇斯．席比，「體驗心的變化」，第41頁）

請學生閱讀摩賽亞書27：24，28，找出阿爾瑪做了什麼，而主又做了什麼，才促成了阿爾瑪的改變。請他們說明，為什麼他們相信，我們個人和主都必須參與其中，才能促成心的巨大變化。

提醒學生，他們（在第2天的課程中）曾填寫一個表，用一些詞句來顯示阿爾瑪在內心改變的前後有何不同。學生在第2天的指派作業2，從「之後」那一欄中選出一個希望用來描述自己往後生活的詞句，寫在經文研讀日記中，並說明為什麼選該詞句。請幾位學生分享所寫的內容。見證我們都能透過耶穌基督的贖罪而體驗到內心的巨大變化。

請學生想想自己怎樣透過耶穌基督的贖罪而改變了。若他們願意的話，請他們分享他們的想法。你也可以分享自己怎樣透過贖罪而改變了。

鼓勵學生努力去經歷心的變化，以便與主更加接近，並讓贖罪在他們生活中造成改變。

上課前，將以下圖表畫在白板上，或影印後發給每位學生：

摩賽亞書27：32-37	**摩賽亞書28：1-4**
阿爾瑪和摩賽亞的兒子們怎樣改變了？ **你從這些經文中學習到哪一項原則？** **在你看來，補償為什麼是悔改的重要一環？**	**摩賽亞的兒子們怎樣改變了？** **你從這些經文中學習到哪一項原則？** **你生活中的哪些經歷使得你想要與他人分享福音？**

請班上一半學生回答該表第一欄中的問題，請另一半學生回答第二欄中的問題。請每位學生分別進行。從各組中邀請幾位學生報告他們的答案。

請學生想想，可以怎樣為過去的罪作補償，又怎樣更有渴望與他人分享福音。

摩賽亞書第29章～阿爾瑪書第4章

神祝福了在遭受迫害時仍保持正義的尼腓人

提醒學生，阿爾瑪書的前面幾章描述了正義的尼腓人遭受苦難及迫害的情形。請學生默讀阿爾瑪書1：25，27。請他們找出這些尼腓人在遭受迫害時做了什麼。

指出主祝福了正義的尼腓人，使他們比惡人更昌盛（見阿爾瑪書1：29-32）。請學生在生活中遭遇困難時，努力跟隨這些正義尼腓人的榜樣。

下一單元（阿爾瑪書第5～10章）

你怎麼知道自己是否已重生？重生是什麼意思？學生在研讀阿爾瑪書第5～10章時，會發現他們可以問自己一些問題，以評估自己是否已重生，並經歷內心的巨大變化。除此之外，他們也會更加了解贖罪的深奧及大能。

第71課

阿爾瑪書5：1-36

導言

當教會因內部的紛爭及邪惡而受到威脅時（見阿爾瑪書4：9-11），阿爾瑪放棄了法官的職位，以便能全心致力於鞏固教會。他開始傳道，「用純正的見證來壓制」那些尼腓人（阿爾瑪書4：19），以矯正他們。阿爾瑪在開始傳道時，提醒柴雷罕拉的人民，主曾經拯救他們的祖先脫離屬世和屬靈的束縛。他鼓勵他們要相信神的話，並評估自己內心的靈性狀況，來為最後的審判日作準備。

教學建議

阿爾瑪書5：1-14

阿爾瑪詳述他父親及其跟隨者的歸信經過

將變化這個詞寫在白板上。請學生分享一些例子，談談人們可能會怎樣改變其外表或行爲。請他們說明有哪些事會導致或促成人們的這些改變。

提醒學生，阿爾瑪很擔憂邪惡已逐漸在尼腓人當中蔓延。他看出人們若不改變，就會喪失他們所立聖約的應許祝福。他放棄了首席法官的職位，全心施助人民並呼籲他們悔改。他首先教導柴雷罕拉的人民。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書5：3-6。請全班跟著看經文，找出阿爾瑪開始教導這些人民時，強調了哪些事件。

- 阿爾瑪的人民聽到阿爾瑪的父親及其跟隨者受到束縛、獲得拯救和歸信的經過，對他們會有哪些助益？
- 看看阿爾瑪書5：7。根據這節經文，阿爾瑪的父親及其人民的生活發生了什麼改變？

在白板上，將心的這兩個字加在變化之前，使之變成心的變化。

- 在你看來，體驗「心的變化」是什麼意思？（爲了幫助學生回答這個問題，可以告訴他們，七十員傑瑞·倫德長老曾教導，經文中的心這個字，經常是指「內在眞實的自我」〔“Understanding Scriptural Symbols,” *Ensign,* Oct. 1986, 25〕。）
- 心的變化和我們在課程一開始所討論的那些改變有何不同？

說明在阿爾瑪書5：7-9，14中，阿爾瑪用了一些不同的詞句來描述何謂心的變化。在白板上的詞句加上幾個字，使之變成：心的變化就像……

請學生默讀阿爾瑪書5：7-9，14，找出阿爾瑪所描述的心的變化是什麼樣子。請他們報告所發現的事。在學生報告時，將一些詞句加到白板上。（完成後的句子可能類似這樣：心的變化就像……從沉睡中醒來；充滿了光；脫離鎖鏈；讓你的靈魂伸展；唱著救贖之愛；從神而生；在容貌上蒙得主的形像。）

- 心的變化爲何就像白板上所列的那些描述？
- 心的變化如何在一個人的行爲中看出來？這種心的變化爲何有時會在一個人的容貌上很明顯看出來？（你可以請學生描述他們所認識的某人，其外表或行爲怎樣讓他們感受到那人「已在容貌上蒙得〔主的〕形像」。）

請一位學生讀出阿爾瑪書5：10，並請全班找出阿爾瑪問人民的三個問題。（可以建議學生將這些問題劃記下來。）閱讀這些問題能幫助學生在後面的經文中找出是哪些要素讓阿爾瑪和他們的人民體驗到內心的巨大變化。

請一位學生讀出阿爾瑪書5：11-13，並請全班找出是什麼促成了阿爾瑪的父親及其跟隨者內心的巨大變化。（他們相信神的話，進而對神有信心，信賴神。你也可以指出，阿爾瑪書5：5，7提到了神的話的影響力。）

- 你在相信神的話和體驗到心的變化之間，看到了什麼關聯?（幫助學生找出下列原則：**我們若相信神的話並運用對耶穌基督的信心，就能體驗到內心的巨大變化**。強調：阿賓納代和阿爾瑪所傳講的神的話，都強調了透過耶穌基督而來的救贖〔見摩賽亞書16：4-9；18：1-2〕。）

說明，要表達出某人已體驗到心的巨大變化，另一種方式是說他已經重生了。幫助學生了解，「從神而生」，或「重生」都是指一個人在接受耶穌基督、成爲祂的門徒，並開始新的生活後，所經歷的改變。爲了幫助學生了解，體驗心的巨大變化或重生，通常是一種漸進的過程，讀出以下十二使徒定額組陶德·克理斯多長老的話：

「你們可能會問：『爲什麼我不能更快獲得這巨大的改變呢?』……對我們大部分人來說，改變是循序漸進的，而且需要一段時間。……重生與其說是一件事，不如說是一個過程。參與這個過程才是人生最重要的目的」（「重生」，2008年5月，利阿賀拿，第78頁）。

- 你曾經在何時因努力遵照神的話生活而感受到內心的改變?
- 你會如何描述那伴隨內心改變而來的感受和行爲?
- 你今年在福音進修班研讀摩爾門經時，內心是否有了改變?

給學生幾分鐘時間在筆記本或經文研讀日記中寫下他們爲了更努力遵照神的話生活所要做的一兩件事。

阿爾瑪書5：15-36

阿爾瑪教導：人必須經歷內心的巨大變化，才能進入天國

將印有以下圖表的講義發給每位學生，或將之展示在白板上供學生抄寫。

靈性心電圖										
	阿爾瑪書 5：15		阿爾瑪書 5：16	阿爾瑪書 5：19		阿爾瑪書 5：26	阿爾瑪書 5：27			阿爾瑪書 5：28
總是										
幾乎總是										
經常										
有時， 幾乎很少										
很少										

說明心電圖是一種圖表，醫生有時會用這圖表來評估或監視心臟的運作情形。這圖表能幫助他們找出需要治療的問題或情況。

告訴學生，阿爾瑪在教導過神的話曾怎樣使得他的祖先和其他人體驗到內心的巨大變化後，問了人民一些問題，來幫助他們評估自己內心的狀況。請學生默讀阿爾瑪書5：14，找出阿爾瑪問人民的三個問題。（可以建議學生將這些問題劃記下來。）

給學生時間沉思

在上課時給學生時間沉思，是幫助他們藉著靈學習的方法之一。在這段時間內，要避免插入其他會使他們分心的問題、指示或對話。

說明阿爾瑪稍後又問了幾個問題，來幫助他的人民思考自己內心的狀況。請學生花幾分鐘時間研讀並沉思靈性心電圖上端所列的經文章節。鼓勵他們依照自己的感覺，針對各節經文中的問題，在圖表上最能描述他們自己情況的格子內作記號。（注意：有些經文章節內的問題不止一個。）由於這個活動屬於私人性質，不應要求學生與其他學生分享答案。

學生完成他們的心電圖後，請他們默讀阿爾瑪書5：29-31，找出阿爾瑪爲了幫助人民評估內心情況而提出的更多問題。（你可以建議學生稍爲更動問題中的一些詞句，以適合自己的情況。例如：「我除去嫉妒了嗎?」「我有沒有嘲笑別人?」「我有沒有迫害別人?」）

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書5：17-18，20-25。請全班找出我們的心必須有所改變，才能爲審判日作好準備的理由。提出下列問題來幫助學生了解：**我們體驗到心的變化，才能準備好在天國中獲得一席之地。**

- 阿爾瑪用哪些詞句來描述當你站在神面前受審時，會希望自己處於怎樣的情況?（在學生回答這問題時，可以請他們注意阿爾瑪書5：16，19。）
- 現在體驗到心的變化，如何幫助你準備好在天國中獲得一席之地?

將以下的問題寫在白板上。（可以在上課前寫在白板上。）

主正在邀請我們做什麼事?

接受或拒絕這項邀請會有哪些結果?

這些經文教導了哪些有關救主的事?

請一位學生讀出阿爾瑪書5：33-36，請其他學生找出白板所列各項問題的答案。請學生分享所找到的答案。

結束時，給學生幾分鐘時間書寫。請他們從阿爾瑪書5：1-36中選出一節經文或一句話，寫出這節經文或這句話對他們有何意義，以及他們會如何按照其中的建議去做，努力透過耶穌基督的贖罪使自己的心有所改變。見證：我們若持續體驗到心的變化，表現出正義的行爲，必能準備好進入神的國度。

第72課

阿爾瑪書5：37-62

導言

阿爾瑪繼續在柴雷罕拉傳教，他警告人們，無論他們決定要接受或拒絕他的話，都會造成重大的影響。阿爾瑪也將耶穌基督比作好牧人，說祂正在呼喚他們，希望把他們帶回羊圈。他鼓勵人們悔改，避開世上的不潔事物，以便能繼承天國。

教學建議

阿爾瑪書5：37-42，53-62

阿爾瑪警告惡人，並邀請所有的人聆聽好牧人的聲音

展示圖片：耶穌抱著一隻迷失的羔羊（福音畫冊〔2009〕，編號64）。

- 救主在哪些方面是一位好牧人？

等幾位學生回答後，讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「在耶穌的時代，巴勒斯坦的牧羊人以保護自己的羊群著稱。和現代的牧羊人不同的是，他們時常走在羊群前端，帶領羊群。牧羊人認識每一隻羊，通常會爲每一隻羊取名。他的羊會認得他的聲音、信賴他，而且不會跟隨其他陌生的人。這樣，當他呼喚時，羊就會來到他那裡。（見約翰福音10：14，16）……

「耶穌用祂那時代常見的例子來宣告自己是好牧人，眞正的牧人。由於祂愛祂的弟兄姊妹，祂甘心情願爲他們捨命」（參閱「一項聖職的召喚：牧養我的羊」，1983年7月，聖徒之聲，第69頁；亦見約翰·雷沙特，「以色列的牧羊人」，1988年7月，聖徒之聲，第79-80頁）。

爲了幫助學生想起阿爾瑪書第5章的背景資料，說明：阿爾瑪去向柴雷罕拉人傳教，當時的他們就像「沒有牧人的羊」一樣（阿爾瑪書5：37）。請學生回想柴雷罕拉人面臨了哪些挑戰，而阿爾瑪鼓勵他們怎麼做。你可以簡短複習前一課的幾節重要經文，例如阿爾瑪書5：14-20，來幫助學生想起這類的背景。要確定學生都了解：由於當時柴雷罕拉人的邪惡，他們處在一種可怕的情況中（見阿爾瑪書7：3）。

請兩、三位學生輪流讀出阿爾瑪書5：37-42。請全班找出我們可以用哪些方法得知自己是不是救主的羊。學生分享過所發現的事情後，提出下列問題：

- 人們爲何就像羊一般，需要有牧人？
- 根據阿爾瑪書5：37-38，好牧人如何顯示出祂對羊的愛和關懷？（祂繼續用自己的名字呼喚他們。）
- 根據阿爾瑪書5：41，我們如何知道自己是否正在聆聽好牧人的聲音？
- 有哪些行爲可以顯示出一個人正在跟從好牧人？

學生回答後，請一位學生讀出以下泰福·彭蓀會長的話，他在這裡描述了承諾跟隨耶穌基督的人是什麼樣子。（可以爲每位學生準備一份這段話。）

「你選擇跟從基督，就是選擇要有所改變。……

「因基督而改變的人將由基督領導。……

「他們的意思吞沒在祂的旨意中。（見約翰福音5：30）

「他們永遠都做主所喜悅的事。（見約翰福音8：29）

「他們不僅願意爲主而死，更重要的是他們願爲祂而活。

「進入他們的家，可由牆上掛的圖片、書架上擺放的書、平日所聽的音樂和言行舉止看出他們是基督徒。

「他們隨時隨地，在所有的事上作神的證人。（見摩賽亞書18：9）

「基督在他們的意念中，因爲他們在每個思想上仰望祂。（見教約6：36）

「基督在他們的心思中，因爲他們心中的愛永遠放在祂身上（見阿爾瑪書37：36。）

「他們幾乎每個星期都領受聖餐，向永恆的父再次證明他們願意承受祂兒子的名，一直記得祂，並遵守祂的誡命。（見摩羅乃書4：3）」（參閱「從神而生」，1986年1月，聖徒之聲，第2，3頁）。

請學生默讀阿爾瑪書5：53-56，找出哪些態度和行爲會使人很難聽從救主的聲音。幾分鐘後，請幾位學生在白板上寫出他們所發現的事情。請他們盡量寫，盡可能把白板都寫滿。請他們加上周遭所見，會使人難以聽從救主聲音的其他態度或行爲。（學生的回答可能包括擱置〔疏忽〕神的教導、驕傲、虛榮、把心放在財富和世俗的事物上、認爲自己比別人好、迫害義人，或不理會貧窮困苦的人。可以請學生注意阿爾瑪怎樣一再使用執意、堅持、繼續、一直這類的話，來強調柴雷罕拉的人民執意要繼續那些罪惡的行爲和態度。）

將學生寫在白板中央的一些回答擦掉，挪出一些書寫空間。在這空間裡，寫下跟從好牧人的聲音。

請一位學生讀出阿爾瑪書5：57。請全班找出有哪些詞句教導了我們應該如何回應邪惡的影響力。（「要離開惡人」、「遠離他們」，以及「不要碰他們不潔的東西」。）可以建議學生在自己的經文中標示這些詞句。指出這些詞句都在強調我們必須避免任何會在靈性上腐蝕我們、污染我們的事物。爲了幫助學生討論他們可以如何抗拒使人分心的事物、避開邪惡的影響力，以及跟從好牧人的聲音，提出以下這樣的問題：

- 後期聖徒青少年可以做些什麼來遠離惡人?（爲了補充學生的回答，可以考慮分享你在班上學生中見到的一個正面的例子。也可以請學生分享他們在彼此身上見到的好榜樣。）
- 根據阿爾瑪書5：56-57，堅持作惡會有哪些後果?（**我們若堅持作惡，就無法聽到好牧人的聲音，也無法被算在義人之中。**）

有時間的話，給學生幾分鐘沉思以下問題。可以請他們在筆記本或經文研讀日記中回答這個問題。

- 主希望你做些什麼，以便更能接受祂的邀請來歸向祂?（可以建議學生：答案可以是他們覺得需要做得更好的事，或者他們需要停止不做的事。）

請學生默讀阿爾瑪書5：58-62，找出與主和祂的人民聚集在一起的人會有哪些應許的祝福。（可以建議學生在自己的經文中將這些祝福劃記下來。）

- 你會如何概述主對聽從祂聲音的人所作的應許?（學生或許會提到不同的原則，但要確定他們都了解：**我們若聽從主〔即好牧人〕的聲音，就會被聚集到祂的國度中。**可以將這項原則寫在白板上。）
- 你培養了哪些習慣，來幫助你聽從好牧人的聲音?
- 這些習慣怎樣幫助了你不去理會白板上所列出的一些邪惡影響力?

見證：我們只要聽從救主的話，就必和義人一起被聚集到主的國度。

阿爾瑪書5：43-52

阿爾瑪履行職責去宣講悔改

請學生列出身體的五項知覺（視覺、聽覺、觸覺、嗅覺、味覺）。考慮帶一些物品來讓學生使用這些知覺。

- 你從自己的這五種知覺中，分別知道了什麼？
- 要是沒有運用這五種知覺，你還能知道或學到一些事嗎？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書5：44-48。請全班找出阿爾瑪說他知道哪些事，以及他是怎麼知道這些事的。

- 根據阿爾瑪書5：48，阿爾瑪知道了什麼事？
- 阿爾瑪說，他這見證的來源爲何？
- 阿爾瑪做了什麼，才能透過聖靈獲得這項見證？
- 祈禱和禁食能怎樣幫助我們獲得或增強對福音的見證？
- 你曾經在何時感覺到自己的見證因爲祈禱或禁食而增強了？

見證：**透過聖靈，我們可以親自知道耶穌基督是人類的救贖主**。爲了強調尋求和獲得個人見證，知道耶穌基督是全人類的救贖主的這件事非常重要，讀出以下十二使徒定額組羅素·培勒長老所說的話：

「對我們的永生來說，個人對福音眞實性的見證、尤其是對主耶穌基督的神性和使命的見證，都是不可或缺的。救主這樣說過：『認識您——獨一的眞神，並且認識您所差來的耶穌基督，這就是永生』。換句話說，永生取決於我們個人對天父和對祂神聖的愛子的認知。只是知道祂們還不夠，要有親身的靈性經驗來鞏固自己才行」（「飽享主的宴席」，1996年7月，聖徒之聲，第89-90頁）。

給學生時間寫出他們對下列問題的回答。也要鼓勵他們寫下他們會做什麼，來獲得或增強自己對耶穌基督的見證。鼓勵他們完成其目標，即使那要花上「許多天」亦然（阿爾瑪書5：46）。

- 你曾在何時感受到聖靈向你見證，耶穌基督是世界的救贖主？

請學生默讀阿爾瑪書5：49-52，找出阿爾瑪告訴人民，他們必須做什麼事才能準備好繼承天國。

- 爲什麼悔改是進入神的國所不可或缺的？

爲了幫助學生應用阿爾瑪所教導，有關作好準備以進入神的國一事，請一位學生讀出以下十二使徒定額組達林·鄔克司長老的話：

「要是祂明天就來了，怎麼辦？如果我們知道明天就會見到祂——無論是我們提早死去，或是祂無預警地來了——我們今天會怎麼做？我們會承認哪些罪？我們會戒掉哪些習慣？我們會結清哪些帳目？我們會原諒哪些人？我們會作怎麼樣的見證？

「如果我們會在那時候做這些事，爲什麼不現在做呢？何不在可以獲得和平的時候，尋求和平呢？」（「爲第二次來臨作準備」，2004年5月，利阿賀拿，第9頁）

結束時，給學生時間想想，他們的生活需要有何改變，才能作好準備來迎見救主、進入祂的國。請他們寫下自己的心得與感想供日後閱讀，以提醒自己要有始有終地跟從所接受到的提示。

鼓勵應用

多馬·孟蓀會長說：「〔福音教學的〕目的在鼓勵個人去思考和感受福音原則，然後身體力行」（in Conference Report, Oct. 1970, 107）。你在教導學生福音原則時，要邀請他們跟從聖靈的提示去選擇一些方法來改進其行為，增強其對耶穌基督的信心。

第73課

阿爾瑪書第6～7章

導言

阿爾瑪整頓了柴雷罕拉教會的秩序後，就前往基甸城，發現那裡的人比柴雷罕拉的人更忠信。因此，他在基甸所傳的信息就與在柴雷罕拉的不同。他鼓勵人民要繼續仰賴主，努力將祂的贖罪應用在生活中。他見證，救主會承擔死亡和我們的罪，也會承擔我們的痛苦、折磨、疾病和軟弱，以便知道如何幫助我們。

用經文教導

有些福音教師在努力作好準備時，會使用經文以外的資源。雖然有些其他資源，例如本書，對你會有幫助，但仍要專注地直接使用摩爾門經的經文來教導。這樣聖靈就能向你的學生見證，這些經文是真實的，而研讀經文很有價值。

教學建議

阿爾瑪書第6章

阿爾瑪整頓柴雷罕拉教會的秩序，並前往基甸傳教

上課前，請一位學生準備簡短地和全班分享一些他在努力參加教會聚會時，所感受到的祝福。開始上課時，請這位學生到全班前面，分享他所準備的內容。你也可以分享你因爲參加教會聚會而怎樣蒙得了祝福。

介紹阿爾瑪書第6章：說明本章教導，阿爾瑪和其他聖職領袖如何鞏固了柴雷罕拉的教會。

請一位學生讀出阿爾瑪書6：4-6。請全班跟著看經文，找出柴雷罕拉的教會成員爲不認識神的人做了什麼。請學生報告他們學到的事。

將以下眞理寫在白板上：*建立教會是爲了所有人的福祉*。爲了幫助學生想想這項眞理對他們的生活會有何影響，問：

- 在你看來，今日的教會能如何祝福不認識神的人？

請學生想想一個需要更認識神的人。這個人可能是本教會的成員，也可能是其他信仰的成員。爲我們身爲本教會成員所蒙得的祝福作見證，並鼓勵學生邀請其他人來同享這些祝福。

阿爾瑪書7：1-13

阿爾瑪預言耶穌基督將要來臨

將全班分成兩人一組。請各組討論以下這問題的答案：

- 有哪些將來的事件令你感到興奮？

各組都有時間討論過這問題的答案後，請幾位學生和全班分享他們的答案。然後說明，阿爾瑪在整頓了柴雷罕拉教會的秩序後，就前往基甸城。他告訴那裡的人說，在所有將要來到的事情中，有一件事「比其他所有的都重要」（阿爾瑪書7：7）。他教導了一些原則，來幫助人民爲將來這件事所帶來的祝福作準備。

請一位學生讀出阿爾瑪書7：3-6。請全班找出阿爾瑪對基甸的人民懷著哪些希望。然後請另一位學生讀出阿爾瑪書7：18-19。請學生描述阿爾瑪藉著啓示，得知了哪些有關基甸人民的事。

請學生默讀阿爾瑪書7：7，9-10，找出阿爾瑪覺得在人民應當知道的事當中，哪一件最重要。

- 根據阿爾瑪所說，「有一件事比其他所有的都重要」，這件事指的是什麼？在你看來，爲什麼救主的來臨是所有時代中最重要的事？
- 在你看來，爲什麼阿爾瑪會告訴那些已經相信且信心堅定的人民，說他們要悔改？

說明阿爾瑪接著教導了耶穌基督的來臨爲何是全人類歷史上最重要的事件。請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書7：11-13。請班上其餘學生跟著看經文，找出救主爲我們承擔了哪些事。（你可能要說明，*救助*指的是救援或協助某人。）

指出阿爾瑪書7：11-13是一條精通經文。你可以建議學生將這些經文用特別的方式劃記起來，以便日後能輕易找到。

將學生的回答像標題一樣打橫寫在白板上方。答案可能包括*痛苦*、*折磨*、*試探*、*疾病*、*死亡*、*軟弱*（*衰弱或無力*），以及罪。

可以建議學生劃記阿爾瑪書7：11中的「各種」一詞。請他們針對白板所寫的各種情況舉出一些例子。他們每舉一個例子，就將之寫在對應的標題下方。（例如：*癌症*可以列在*疾病*下方，而*肢體殘障*可以列在*軟弱*下方。）

請一位學生讀出以下七十員布司·哈芬長老的話：

「贖罪不光是爲罪人而作的」（「華冠代替灰塵：耶穌基督的贖罪」，1997年4月，*聖徒之聲*，第47頁）。可以將這句話寫在白板上，並建議學生將之寫在自己經文中，阿爾瑪書7：11-13的旁邊。

- 根據我們在阿爾瑪書7：11-13所讀的內容，你覺得哈芬長老所說「贖罪不光是爲罪人而作的」，這句話是什麼意思？

將以下眞理寫在白板上：***耶穌基督受苦，是爲了拯救我們脫離罪和死亡，並協助我們通過今生的各種挑戰。***

爲了幫助學生進一步了解他們可以如何仰賴救主的贖罪，讀出以下十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老的話：

「你是否正與某項使人沉迷上癮的事情作戰——如香煙、毒品、賭博或是當今色情的毒害？……你是否在性別角色上有所困擾，或是在找尋自我的價值？你或你所愛的某人是否正面臨疾病、憂鬱或死亡？不論你需要採取哪些其他步驟來解決這些困擾，務必先歸向耶穌基督的福音。要相信來自天上的應許。……

「這種對神慈悲大能的信賴，正是基督所教導之福音的根本所在。我見證，救主的贖罪不僅能幫助我們卸下罪的重擔，也能幫助我們卸下挫折、悲傷、心痛和絕望的重擔〔見阿爾瑪書7：11-12〕。從一開始，信賴這樣的幫助，會讓我們獲得動機和方法去改進自己，促使我們卸下重擔，迎向救恩」（參閱「修復殘缺，恢復完整」，2006年5月，*利阿賀拿*，第70頁）。

- 在面臨挑戰時，對阿爾瑪書7：11-13的了解，對我們有何幫助？

爲了說明我們可以透過耶穌基督的贖罪，在哪些方面獲得協助和力量，讀出以下各種情況。每讀出一種情況，就請學生說明耶穌基督可以怎樣透過祂的贖罪，來協助一個人面對這樣的挑戰。

1. 一位女青年在車禍中受了傷，兩腿癱瘓。
2. 一位男青年因爲作了不好的選擇而感到羞愧，他心情沮喪並認爲自己沒有價值。
3. 一位男青年的父親最近去世了，他和母親搬到新的城鎮。他感到悲傷又孤單，看不出現況會怎樣好轉。

阿爾瑪書7：11-13是一條精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這些經文。

爲贖罪的大能及其效力範圍作見證，然後給學生幾分鐘在筆記本或經文研讀日記中回答以下各個問題。（可以在上課前將這些問題寫在白板上或作成講義，或將這些問題慢慢唸給學生聽，讓他們寫下來。）

- 贖罪曾經怎樣在阿爾瑪書7：11-13所提的其中一方面幫助了你或你認識的某個人？
- 你在面臨挑戰時會做些什麼來倚靠贖罪？

請幾位學生與全班分享他們所寫的內容。（要提醒他們，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

阿爾瑪書7：14-27

阿爾瑪鼓勵人民繼續走在通往神國的道路上

爲了提醒學生，阿爾瑪如何描述基甸人民的靈性狀況，請一位學生讀出阿爾瑪書7：19。強調那些人當時正在「通往神國的路上」。說明阿爾瑪希望幫助他們留在那條路上。

爲了幫助學生明白：**我們藉著遵行福音原則來一直走在通往神國的路上，**在白板上打橫畫出一條路。在路的開頭，寫上今生，而在路的盡頭，寫上神國。將全班分成兩組。請一組研讀阿爾瑪書7：14-16，請另一組研讀阿爾瑪書7：22-24。請這兩組分別找出我們必須做些什麼，又必須成爲怎樣，才能一直走在這條通往神國的路上。

學生有足夠時間閱讀之後，請幾位學生到白板這裡。請他們將所找到的，通往神國的各種行爲和態度，沿著這條路寫下來。可以考慮問學生，沿路寫的某些行爲或態度對他們來說具有什麼意義。也可以請他們想一想，他們可以怎樣在生活中一直走在這條路上。見證：我們若忠信地生活，就是走在「通往神國的路上」（阿爾瑪書7：19）。

精通經文——阿爾瑪書7：11-13

由於阿爾瑪書7：11-13是一段很長的精通經文，學生可能很難背誦下來。但阿爾瑪的文字中，有些特定的詞能幫助學生終其一生都記得贖罪的大能和廣泛效力。爲了幫助學生背誦這些關鍵詞，要在上課前將阿爾瑪書7：11-13的內容寫在白板上，並在以下這些關鍵詞出現的時候，就用空格取代之：痛苦、折磨、試探、疾病、死亡、軟弱、罪、罪惡。（例如，你所寫的阿爾瑪書7：11，開頭會像這樣：「祂必到各處去，受盡各種……、……、……。」）

全班一起讀出阿爾瑪書7：11-13時，請學生補上空缺的詞。這樣做過幾次之後，問學生，他們能否在另一張紙上寫出那些詞，來描述救主爲他們所承擔的事。邀請學生一直記得耶穌基督爲他們所做的事，好讓他們在經歷挑戰之際，能對「祂的拯救大能」有更大的信心。

注意：你可以在下一堂課開始時，花幾分鐘時間看看學生是否還能記得這些與救主贖罪的廣泛效力有關的關鍵詞。

第74課

阿爾瑪書第8章

導言

在柴雷罕拉、基甸及米勒克的許多人接受了阿爾瑪的信息之後，艾蒙乃哈人卻拒絕了阿爾瑪，又把他趕出城去。當阿爾瑪在為這些人的邪惡而悲傷時，那位曾向他及摩賽亞兒子們顯現的同一位天使再次向他顯現。天使稱讚阿爾瑪的忠信，並吩咐他回艾蒙乃哈。阿爾瑪忠信地服從了主的吩咐，主召喚艾繆萊克協助他傳道。阿爾瑪和艾繆萊克忠信地前去教導艾蒙乃哈人；他們在做主的事工時，充滿了聖靈和力量。

教學建議

阿爾瑪書8：1-6

米勒克的許多人接受了阿爾瑪的信息並受洗

請學生中有親友曾經爲本教會擔任過傳教士的人舉起手來。請兩三位這樣的學生分享他們的親友所述，當人們接受傳教士的信息時，這些傳教士有何感受。（也可以考慮請學生談談，當他們努力分享福音時，某人很樂意接受的情形。你也可以分享自己的一個經驗。）

請學生默讀阿爾瑪書8：1-5。請他們找出阿爾瑪曾在哪三個城市傳講福音。將這三個城市的名稱寫在白板上。（柴雷罕拉、基甸、米勒克。）

- 阿爾瑪在這三個城市傳教有何結果？（可以建議學生參照阿爾瑪書第6～8章的章前綱要，來幫助他們回答這問題。）

指出雖然這些城市的人都接受了阿爾瑪的信息，但阿爾瑪的傳道服務並非毫無困難和挑戰。

阿爾瑪書8：7-32

阿爾瑪在艾蒙乃哈遭到拒絕之後，主吩咐他回去

問學生，他們那些曾擔任全部時間傳教士的親友有沒有見過人們拒絕福音的信息。考慮請幾位學生談談他們的親友如何回應這樣的經驗。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書8：7-14。鼓勵全班想一想，阿爾瑪在試圖向艾蒙乃哈人教導福音時，可能會有何感受。在學生讀這幾節經文時，請他們偶爾暫停一下，回答以下這類的問題：

- 關於阿爾瑪的人格特質，這些經文告訴了我們什麼？（見阿爾瑪書8：8-10。）
- 你可能會如何回應阿爾瑪所受的那種待遇？（見阿爾瑪書8：11-13。）
- 阿爾瑪的反應與你在類似情況中可能有的反應有何相同或不同之處？（見阿爾瑪書8：14。你可以指出，阿爾瑪決定到亞倫城繼續做主的事工，這顯示了他對主有信心，而且他不會放棄。）

指出雖然阿爾瑪爲艾蒙乃哈人民所作的祈禱很眞誠（見阿爾瑪書8：10），神並沒有立刻答應他的請求。（後來有些艾蒙乃哈人的確悔改了。見阿爾瑪書14：1。）

讀出以下十二使徒定額組羅素・納爾遜長老的話：

「我知道，有時候，我們最懇切的一些祈禱似乎沒有得到答案，所以心裡不免納悶：『怎麼會這樣?』我知道那種感覺！我知道，我們在這樣的時刻會害怕，會流淚。但是，我也知道我們的祈禱不會枉然，我們的信心不會落空。我知道睿智的天父眼界比我們大。我們深知今世的難題與痛苦，祂卻知道我們永恆的進展與潛能」（「耶穌基督，那位醫治大師」，2005年11月，利阿賀拿，第86頁）。

- 即使我們正義的祈禱沒有立刻得到回答，或沒有照著我們希望或期望的方式得到回答，納爾遜長老的哪些教導可以幫助我們保有信心?

請一位學生讀出阿爾瑪書8：14-17。請全班跟著看經文，找出天使說了什麼令人安慰的信息，又說了哪些可能讓阿爾瑪很難服從的命令。

- 在阿爾瑪書8：15中，天使所說的話可能怎樣爲阿爾瑪帶來了安慰? 這位天使的話可以怎樣爲你帶來安慰?
- 爲什麼阿爾瑪可能很難在這種情況下服從?

請學生閱讀阿爾瑪書8：18，找出哪些詞句描述了阿爾瑪對於主命令他返回艾蒙乃哈城一事的回應。（可以建議學生將立即這個詞劃記出來。）

- 阿爾瑪立即返回艾蒙乃哈一事，可以讓我們向阿爾瑪學習到什麼?

讀出以下總會會長團亨利・艾寧會長的話。請學生聽聽看，我們會怎樣因爲迅速服從主而獲益?

「不論我們現在多有信心服從神，我們都需要不斷地增強和激勵我們的信心。要做到這一點，我們現在就得決定要更迅速服從並更堅決地持守。學習及早開始並持續不懈是靈性準備的關鍵。……

「……慈愛的天父和祂的愛子已給予祂們所能提供的一切協助，來幫助我們度過未來的人生考驗，但我們必須決定服從並付諸行動。我們透過每日的選擇，逐步建立信心來通過服從的考驗。我們可以現在就決定迅速去做神要求我們的任何事，我們也可決定在服從的小考驗中堅定不移，以建立信心，支持我們度過一定會來到的大考驗」（參閱「靈性準備：及早開始並持續不懈」，2005年11月，利阿賀拿，第38，40頁）。

- 根據艾寧會長的話，我們選擇迅速服從主時，我們的信心會變得如何?
- 你曾經在何時感受到由於你迅速而堅定地服從，因此對主的信心增強了?

問學生，在以下的每一種情況中，迅速服從會怎樣使他們蒙得祝福：

1. 一位女青年正要出門上學，她的母親請她穿一件比較端莊的上衣。
2. 一位新的祭司在和主教面談時，受到敦促去爭取對神盡職獎章。
3. 兩位傳教士在每日計劃會議中，感覺應去探訪一個較不活躍的家庭，而那個家庭中的母親不是教會成員。

說明主因爲阿爾瑪迅速服從而祝福了他。請三位學生到全班前面，以戲劇方式演出阿爾瑪書8：19-26，阿爾瑪和艾繆萊克相遇的經過。請第一位學生讀出阿爾瑪的話，第二位學生讀出艾繆萊克的話，第三位學生讀出這故事的旁白。鼓勵這些學生在讀出自己的部分時，揣摩並表現出阿爾瑪和艾繆萊克當時可能會有的情緒。

表演完後，問：

- 主如何因爲阿爾瑪的服從而祝福他?

戲劇性的朗讀

以戲劇方式呈現經文中的記事，能幫助學生更深入了解福音原則。鼓勵學生將這經驗表現得愉快有趣，卻不減損經文故事的神聖性。

- 阿爾瑪和艾繆萊克相遇的經驗如何顯示出主垂聽並回答了阿爾瑪的祈禱？（見阿爾瑪書8：10。）
- 我們可以從阿爾瑪的經驗學習到哪些原則？（學生也許會提出各種不同的原則。一個可能的答案是：**我們若迅速回應主的話，主就會幫助我們服從祂的誡命。**）

請學生默讀阿爾瑪書8：27-32，找出其他證據來證明：我們若忠信勤奮，主必幫助我們服從祂的誡命。

- 阿爾瑪和艾繆萊克前去教導人們時，遇到了哪些挑戰？（見阿爾瑪書8：28-29。那些人變得更邪惡了，而主命令阿爾瑪和艾繆萊克去呼籲他們悔改。）
- 主如何協助了阿爾瑪和艾繆萊克？（見阿爾瑪書8：30-31。他們充滿聖靈，也得到神的力量來保護他們。可以建議學生在自己經文中，將有關這些祝福的描述劃記下來。）
- 你曾經在何時感覺到主在你忠信且勤奮時協助了你？

請學生將以下豪惠·洪德會長的話寫在筆記本或經文研讀日記中：

「當然，主最喜愛的莫過於我們有堅定不移的決心去服從祂的勸告」（參閱「與神之承諾」，1983年1月，聖徒之聲，第78頁）。

之後，給他們幾分鐘寫出以下問題的答案：

- 你今天會做什麼事來向天父表明，你會迅速服從祂的忠告，並忠信勤奮地事奉祂？

見證：我們忠信地服從主的勸告，就會蒙得祝福。你也可以給學生機會，分享他們對這項眞理的見證。

注釋及背景資料

阿爾瑪書8：10。「熱切祈禱」

「熱切祈禱」一詞是指與神之間強有力且充滿信心的溝通。十二使徒定額組約瑟·胡適令長老提出了幾個方法，讓我們可以評估自己禱告的力量，並力求改進。他說：

「今天可否請各位思考一下自己祈禱的效力？你覺得自己和天父有多親近？你覺得自己的禱告被回答了嗎？你覺得祈禱的時候靈魂得到滋養和提升了嗎？是否還有改進的空間？

「祈禱缺乏力量的原因有很多。有時候祈禱會流於例行公事。如果我們一再重複用同樣的方式說同樣的話，祈禱往往就成了背誦，而非一種溝通，因而變得空洞。這就是救主所說的『重複話』（馬太福音6：7）。祂說這樣的祈禱不會被聽見。……

「你的祈禱有時是否聽起來及感覺起來都一樣？你是否曾作過機械式的祈禱，祈禱的詞句就像機器切割般地從口中發出來？你是否有時連自己都覺得自己的祈禱很無趣？

「未經思考的祈禱自然不太值得天父多加關心。如果你發覺自己的祈禱流於形式，就要退一步好好思考。靜靜沉思你真正感激的事物」（"Improving Our Prayers," [Brigham Young University devotional address, Jan. 21, 2003], 2, speeches.byu.edu）。

第75課

阿爾瑪書第9～10章

導言

阿爾瑪和艾繆萊克向艾蒙乃哈人民傳教時並沒有獲得多少成功，因為撒但已「緊緊抓住艾蒙乃哈城的人的心」（阿爾瑪書8：9）。他們許多人已硬起心來反對福音，且不願接受阿爾瑪和艾繆萊克的邀請去悔改。然而阿爾瑪和艾繆萊克仍忠信地呼籲他們悔改，並見證說：由於他們已被教導真理，體驗了神的大能，主期望他們比沒有被教導過真理的拉曼人更正義。阿爾瑪和艾繆萊克教導，艾蒙乃哈的人民若不悔改，就會被毀滅。他們也教導人民，唯有透過耶穌基督，才有可能獲得救贖。

教學建議

阿爾瑪書第9章

阿爾瑪警告艾蒙乃哈的人民要悔改，並為耶穌基督的來臨作好準備

介紹以下劇情：兩個學生抵達學校，他們的教師宣布當天要進行隨堂測驗。第一個學生每天都來上課，但第二個學生過去兩週因爲生病，都沒來上課。

- 你想，哪一個學生的考試成績會比較好？

請學生瀏覽阿爾瑪書9：1-7，找出一些詞句來描述艾蒙乃哈人民對福音和神的大能有多少了解。請他們報告他們所發現的事情。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書9：8-13。請全班找出一些詞句來描述這些人是否曾被教導福音，或者是否曾認識神的大能。（答案應該包括「你們……怎麼忘了」，以及「你們不記得……嗎？」）

- 艾蒙乃哈人民曾經學過福音，或曾被教導有關神的大能嗎？
- 曾被教導過福音的人可能會因爲哪些原因而忘記所學到的事，或不了解自己曾被教導的事？

請學生瀏覽阿爾瑪書8：9，11；9：5，30；及12：10-11，找出一些詞句來描述艾蒙乃哈人民爲什麼忘記或不了解自己曾被教導過的事。（「撒但已緊緊抓住〔他們的〕心」；「他們硬起心來」；「他們是一群心硬頸強的人民」；「〔他們的〕心極爲強硬，反對神的話」。）

將下表畫在白板上，並請學生抄在筆記本或經文研讀日記上。（務必留下充分空間來書寫。）

	這些人的靈性背景	主對這些人有何期望，又對他們有何應許
拉曼人（阿爾瑪書9：14-17）		
艾蒙乃哈人（阿爾瑪書9：18-24）		

將學生分成兩人一組。請各組運用參考經文來完成這個表。他們完成這表格後，請學生在自己的表格下方寫一個句子，概述自己學到了什麼。請幾位學生分享所寫的內容。學生也許會使用不同的說法，但他們的答案應反映出以下這項眞理：**主期望那些已獲得福音知識和祝福的人會更服從**。爲了幫助學生明白如何將這項原則應用在他們自己的生活中，提出下列問題：

- 在你看來，爲什麼主對艾蒙乃哈人有較高的期望?
- 主對那些已獲得福音知識和祝福的人有較高的期望，爲什麼這樣做很合理、很公平?

指出阿爾瑪書9：20中的「這民族向來蒙主大恩」這句話。（可以建議學生將這句話劃記下來。）

- 今日的教會成員在哪些方面「蒙主大恩」?
- 根據阿爾瑪書9：19-23，尼腓人（包括艾蒙乃哈人）因爲是主的約民，而蒙得了哪些恩賜和祝福?
- 身爲主的教會中的成員，你蒙得了哪些恩賜和祝福?
- 由於我們已從主那裡獲得了一些恩賜和祝福，主對我們有哪些期望?

指派班上一半學生自行研讀阿爾瑪書9：24-27，指派另一半學生自行研讀阿爾瑪書9：28-30。請學生準備用自己的話概述他們受指派研讀的經文。將下列問題寫在白板上，以引導他們準備要概述的內容：

你在這些經文中看到哪些證據，證明主期望那些擁有更多福音知識的人會更服從?

阿爾瑪提醒人民，他們可以獲得哪些祝福?

阿爾瑪說，人民要做些什麼，才能獲得這些祝福?

學生有充分時間閱讀之後，從分成兩半的全班學生當中各請一位學生概述其受指派的經文。然後問全班：

- 我們可以用哪些方式來忠於所接受到的光和眞理?（學生也許會說：研讀經文、爲我們的祝福向神表示感激、經常作見證、每週參加教會聚會、寫日記等等。）

邀請學生概述

你在邀請學生概述幾個經文組時，就是在邀請他們更仔細分析那些經文。如果你覺得某位學生在概述時，遺漏一些重要的細節，可以問其他學生是否要補充其他重要的細節。

阿爾瑪書10：1-12

艾繆萊克留心聽從主的召喚，並證實阿爾瑪的神聖召喚

說明在阿爾瑪對人民講完話後，他們很憤怒，想要將他關進監牢。艾繆萊克勇敢地對人民講話，並在阿爾瑪作完見證後加入了自己的見證（見阿爾瑪書9：31-34）。概述阿爾瑪書10：1-4，說明艾繆萊克是尼腓人的後裔。他辛勤工作，累積了大量財富。他也是知名人士，並且在他自己的許多親友當中「頗受敬重」（見阿爾瑪書10：4）。然而，他並沒有在生活中遵行已被教導的福音眞理。

- 在你看來，艾繆萊克這位知名的公眾人士陪伴阿爾瑪，對他爲什麼會有幫助?

問學生，他們今天早上是怎麼醒來的。（例如，他們是被鬧鐘吵醒，還是家人叫醒的?如果你有鬧鐘，或鬧鐘的圖片，考慮展示出來。）問學生，他們有多少人不止一次必須「被呼喚」，才會起床。）

請一位學生讀出阿爾瑪書10：5-6。請全班找出艾繆萊克如何回應他從主那裡接受到的靈性「甦醒的呼喚」。

- 在你看來，艾繆萊克說他「不肯聽」和「不想知道」是什麼意思?
- 主是用哪些方式呼喚我們?（可能的答案包括：聖靈的提示、父母及教會領袖的指示，及教會召喚。）

請學生默讀阿爾瑪書10：7-10，找出是哪些關鍵因素使得艾繆萊克開始向人民作見證。

- 艾繆萊克的經驗如何幫助他準備好成爲阿爾瑪對艾蒙乃哈人民所傳信息的第二位證人?
- 在你看來，艾繆萊克因爲決定服從，怎樣使得自己的生活改觀了?

請一位學生讀出阿爾瑪書10：11-12，並請全班找出由於艾繆萊克決定聽從主的呼喚，而使得其他人受到哪些影響?請他們分享他們所發現的事情。

將以下原則寫在白板上：*我們若聆聽並服從主的呼喚，祝福就會臨到我們和其他人*。（可以建議學生將這項原則寫在他們經文中，阿爾瑪書10：11-12的旁邊。）爲了幫助學生感受到這項原則很眞實也很重要，問：

- 你曾經在何時因爲服從主的呼喚而感到自己蒙受祝福?
- 你曾見過由於你或某人回應了主的呼喚，而使其他人怎樣蒙得祝福?
- 這些經驗對你在聆聽並服從主的呼喚方面的渴望有何影響?

阿爾瑪書10：13-32

艾繆萊克回應那些反對他的人，並勸告人民悔改

將以下這些句子寫在白板上：

1. *感到憤怒並予以反駁*
2. *懷疑這項忠告的重要性*
3. *批評提出這項忠告的人*
4. *對該項忠告質疑或爭辯*
5. *謙卑地聆聽並服從*

請學生安靜地想想，要是父母或教會領袖糾正他們，或請他們改變正在做的某件事，白板上的哪一句話最接近他們可能會有的回應。

- 人們會基於哪些理由，用這些方式來回應人們的糾正?

將以下參考經文寫在白板上：阿爾瑪書9：2-3；阿爾瑪書9：4-5；阿爾瑪書10：13，16-17；阿爾瑪書10：24，28-30

請學生選出白板上的一段經文自行研讀。請他們找出該段經文如何描述艾蒙乃哈人對阿爾瑪和艾繆萊克的信息所作的回應。也請他們選出白板上的哪一句話最接近人民的回應。經過充分的時間後，請學生說明白板上的五種回應，哪一種最符合他們所讀的那段經文。

- 爲什麼白板上的前四種反應會危及靈性?

請幾位學生輪流讀阿爾瑪書10：19-23。鼓勵他們找出阿爾瑪對於罪惡和趕出義人的後果，作了什麼教導?

爲了幫助學生思考不悔改罪所帶來的毀滅性的後果，讀出以下戈登·興格萊會長的話：

「這世上充滿邪惡，誘惑和其吸引力充塞在我們的四周。我們在這毀滅的勢力中失去了一些人，這眞是不幸。我們爲每個迷失的人感到難過。我們要去協助他們、拯救他們，但許多時候，我們的懇求都遭到回絕。他們所行走的是悲慘的道路，那道路會使他們走向毀滅」（參閱「我的見證」，2000年7月，*利阿賀拿*，第83頁）。

- 個人或團體若不服從神的誡命，會面臨到哪些毀滅性的後果?

有時間的話，請學生寫出以下這問題的答案：

- 你從今天的課程所學到的這些眞理會怎樣使你蒙福?

自修班課程

阿爾瑪書第5～10章（第15單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第5～10章（第15單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書5：1-36）

學生在研讀阿爾瑪對艾蒙乃哈人民的講道時，發現到我們若相信神的話並運用對耶穌基督的信心，就會經歷到心的巨大變化。學生在回答阿爾瑪的問題時也學到，我們藉著經歷心的變化，就是在準備自己接受天國中的一席之地了。

第2天（阿爾瑪書5：37-62）

學生在研讀阿爾瑪書第5章的後半段時，學到了以下這些原則：我們若聽從主（好牧人）的聲音，就會被聚集到祂的國度。我們可以自己透過聖靈得知，耶穌基督是全人類的救贖主。

第3天（阿爾瑪書第6～7章）

學生藉著研讀阿爾瑪書第6章得知，在尼腓人的時代和我們的時代中，教會都是為了所有人的福祉而建立的。學生從阿爾瑪對基甸人民的講道中學習到，耶穌基督受苦是為了拯救我們脫離罪和死亡，也是為了協助我們通過今生的各項挑戰。他們也學習到，我們能藉著奉行福音原則，來繼續走在通往神國的道路上。

第4天（阿爾瑪書第8～10章）

阿爾瑪在被艾蒙乃哈人拒絕後，仍願意回到他們那裡，學生研讀了這件事之後會學習到，我們若迅速回應主的話，主就會幫助我們遵守誡命。阿爾瑪呼籲人民悔改，又教導他們必須為救主的來臨作好準備。學生從艾繆萊克和一位天使的經驗中學習到，我們若聆聽並服從主的呼喚，祝福就會臨到我們和其他人。

導言

在本課中，要力求幫助學生專注在一些能使人心改變的原則。想一些方法來幫助他們倚靠神的話，並增進他們對救主的見證。

教學建議

阿爾瑪書5：1-36

阿爾瑪教導，內心產生巨大變化是進入天國的必要條件

將變化一詞寫在白板或一張紙上。請學生分享一些例子，談談人們可能會在哪些方面有所改變，例如外表、行為或態度。請他們說明有哪些事可能使得人們作出這些改變。

請學生閱讀阿爾瑪書5：14，找出阿爾瑪要求柴雷罕拉人思考的三個問題。考慮請幾位學生描述「你們的心……體驗……巨大的改變」是什麼意思。

請學生閱讀阿爾瑪書5：3-7，找出阿爾瑪對柴雷罕拉人民說，什麼能幫助他們的心準備作改變。

阿爾瑪對柴雷罕拉人民談到他父親和其他人的歸信，也談到他們從束縛中獲救的經過。問：在你看來，學習這些經驗會怎樣幫助人們體驗到心的變化？（可以提醒學生，他們已在學生研讀指南第1天的課程中，寫下這個問題的答案。）

問有沒有哪一位學生願意分享一個使自己經歷內心變化的經驗。你可以分享自己的某個經驗，也可以提醒學生，陶德，克理斯多長老的話（在學生研讀指南第1天的課程中）說明，對大多數人而言，心中巨大的變化是隨著我們在福音中學習及成長，而逐漸發生的。

請學生看看學生研讀指南第1天課程中的這個圖表：「阿爾瑪書第5章靈性心電圖」。請他們複習該表所列，阿爾瑪書第5章中的一些經文。然後提出下列問題：

- 阿爾瑪問的幾個問題中，哪些對你特別具有意義？
- 這些問題能如何幫助一個人體驗到心的變化？

向學生說明，救主非常渴望所有的人都歸向祂，並體驗心的巨大變化，好使他們都能獲得永生。請一位學生讀出阿爾瑪書5：33-36。問：

- 主在邀請我們做什麼？
- 接受祂的邀請會有什麼酬賞？

阿爾瑪書5：43-52

阿爾瑪談到自己如何獲得見證，並教導悔改

說明：為了鼓勵柴雷罕拉人尋求心的變化，阿爾瑪作了見證，並說明自己如何獲得這見證。我們可以從他的忠告中學習到如何獲得或鞏固我們的見證。請學生默讀阿爾瑪書5：45-48。請他們找出阿爾瑪說自己知道些什麼。也請他們找出阿爾瑪對以下這問題的回答：「你們認為我怎麼會知道這些事是真的呢？」

請學生分享他們所學到的事，並將他們的回答寫在白板上，同時寫下這項原則：***透過聖靈，我們可以親自知道耶穌基督是人類的救贖主***。

幫助學生了解，有一天他們的見證會因為某人或某事而受到考驗。這樣的情況或許已經發生了。阿爾瑪的忠告為我們提供了方法，使我們在見證受到考驗之際，依舊能穩固堅定站立。考慮講述你曾在自己的見證面對挑戰時予以克服的經驗，或是你所認識的某人曾面臨這類挑戰的經驗。你也可以分享總會大會的演講或教會雜誌的文章裡的經驗。也可以邀請一位學生分享這類的經驗。

說明阿爾瑪繼續教導人民悔改。可以請一位學生讀出阿爾瑪書5：50，以及學生研讀指南第2天，第15單元中，達林・鄔克司長老的話。請學生分享自己的意見，談談為什麼我們過的每一天都應該像是在為迎見神作準備一般。

阿爾瑪書第7～10章

阿爾瑪在基甸和艾蒙乃哈教導

說明以下各情況，請學生記在心裡，同時複習阿爾瑪對基甸人民的教導：

1. 一位女青年了解：贖罪能幫助她克服罪，但她被診斷出患了重病，而她不認為贖罪能有什麼幫助。
2. 一位男青年的父母離異，使他備受煎熬，但他卻沒有尋求救主幫忙。
3. 一位女青年正努力想辦法克制自己的壞脾氣。她沒有想過贖罪能怎樣幫助自己。

請學生閱讀阿爾瑪書7：11-13，複習救主願意為了我們的好處，而「承擔」哪些情況。請幾位學生概述這些經文教導了什麼有關耶穌基督贖罪的事。也鼓勵學生注意該表中顯示了我們今生會遭遇的一些情況（在學生研讀指南，第3天的課程中。）

向學生說明，我們今生遭遇的痛苦和憤恨都可以透過贖罪的力量而消除。要確定學生了解以下這原則：**耶穌基督受苦，是為了拯救我們脫離罪和死亡，並協助我們通過今生的各種挑戰**。

請學生分享他們會對你所說明的三個情況中的男女青年說些什麼。問：阿爾瑪有關贖罪的教導能如何應用在這些情況中？

提醒學生，他們曾看過有關阿爾瑪在艾蒙乃哈的三張圖片及參考經文（在學生研讀指南第4天的課程中），並曾寫下標題。你可以請幾位學生分享他們為阿爾瑪蒙得天使造訪一事所寫的標題。請學生分享他們覺得阿爾瑪的這項經驗與下列原則之間有何關係：**我們若迅速回應主的話，主就會幫助我們服從誡命**。

下一單元（阿爾瑪書第11～16章）

請學生在準備研讀下週的指派作業時，想想下列問題：如果你被迫觀看無辜的人因為信仰耶穌基督和祂的福音而被處死，你會有何感受？在你看來，阿爾瑪和艾繆萊克看到這樣的事發生，會有何感受？他們看到這樣的事發生時，對彼此說了什麼話？他們又做了什麼事？

第76課

阿爾瑪書第11章

導言

阿爾瑪和艾繆萊克繼續教導艾蒙乃哈人時，有位名叫齊愛治樂的律師要給艾繆萊克一筆錢，叫他否認神的存在。齊愛治樂也想扭曲艾繆萊克的話，詆毀他所作的有關耶穌基督的教導。艾繆萊克在齊愛治樂企圖陷害他時為自己辯護，見證那脫離罪惡的救恩僅能經由耶穌基督而來。艾繆萊克也見證，全人類都必復活，並在審判日那天，「被帶到子基督、父神和神聖之靈……的審判欄前受審」（阿爾瑪書11：44）。

教學建議

阿爾瑪書11：1-25

艾繆萊克拒絕齊愛治樂的誘惑，不願否認神的存在

請學生想想自己是否擁有一件他們認爲十分貴重且絕不出售的東西。請幾位學生談談他們所想到的東西，以及爲什麼那些東西對他們而言十分貴重。

說明阿爾瑪書第11章繼續提到阿爾瑪和艾繆萊克教導艾蒙乃哈人的記事。艾繆萊克在教導時，有位名叫齊愛治樂的律師提議要給他一筆錢，來交換一件對艾繆萊克而言十分貴重的東西。

請學生查考阿爾瑪書11：21-22，找出齊愛治樂提議要給艾繆萊克多少錢，給這些錢是爲了什麼原因。請學生報告所學到的事。

指出在阿爾瑪書11：4-19中，摩爾門對尼腓人錢幣制度所作的解釋，可以讓我們了解到齊愛治樂想用多少錢作爲賄賂。幫助學生了解，一昂他是幣值最高的一種銀子（見阿爾瑪書11：6，11-13）。一昂他大約等於一個法官一週的薪資（見阿爾瑪書11：3，11-13），也就是說，六昂他大約等於一個法官六週的薪資。

- 爲什麼對某些人而言，齊愛治樂的提議可能會很誘人？

請一位學生讀出阿爾瑪書11：23-25。

- 艾繆萊克的回答顯示出有關他自己的什麼事？
- 根據阿爾瑪書11：25，如果艾繆萊克接受齊愛治樂的提議，齊愛治樂打算怎麼做？這點如何類似於撒但在人們屈服於他的誘惑時所做的事。

爲了幫助學生找出艾繆萊克如何能夠抗拒齊愛治樂的提議，將以下這句話寫在白板上：*我不……與主的靈相違背的……*。

請一位學生讀出阿爾瑪書11：22。請全班找出艾繆萊克在說這句話時用了哪些字詞。

- 我們還可以在空白處填上哪些其他的字詞，來幫助我們倚靠聖靈、抵抗誘惑。（「做……事」，「想……事」，或「看……事」。

請學生根據阿爾瑪書11：22，說出一項原則，好幫助他們記住可以如何克服誘惑。學生的答案也許各有不同，但應反映出以下這項原則：**我們若倚靠聖靈，就能克服誘惑。**（可以建議學生將這項原則寫在他們經文中，阿爾瑪書11：22的旁邊。）

- 在你看來，敏於注意聖靈的提示會怎樣幫助我們克服誘惑？

邀請聖靈

鼓勵學生在一起研讀經文時，邀請聖靈的影響力同在。能邀來聖靈的一些行動包括：真誠祈禱、用經文教導、作見證、表達對神和對人的愛，以及分享靈性經驗。有時你在上課時，也許會感覺受到提示要幫助學生辨認出聖靈的影響力。

讀出以下十二使徒定額組培道・潘會長的勸告：

「如果你們在從事不該涉入的活動，或是你們所交往的人將你們帶往錯誤的方向，那麼現在就是你們獨立自主運用選擇權的時候。傾聽聖靈的聲音，你們就不會被誤導。

「……我要以主的僕人的身分應許你們，只要你們注意來自聖靈的提示，就會獲得保護和防衛，免於遭受敵人的攻擊」（「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第18頁）。

為了幫助學生了解並感受到聽從聖靈提示是多麼重要，提出下列問題：

- 在哪些情況中，青少年可能會受到誘惑，做出違反自己見證的事？
- 你會怎麼做來倚靠聖靈？這對你有何幫助？
- 聖靈曾經怎樣幫助你克服誘惑？

鼓勵學生在下次受到誘惑要妥協自己的信仰時，記住艾繆萊克的榜樣，藉此應用所學到的事。見證：只要他們生活配稱有聖靈為伴，就會有更大的自信來堅守眞理和克服誘惑。

鼓勵學生應用所學

光是學習到福音原則的知識而沒有加以應用，這樣的學習就不完整。一個人若是在心思意念上接受了真理，然後根據這項真理採取行動，就是在應用所學了。鼓勵學生根據自己獲得的聖靈提示採取行動，來應用所學的福音真理。

阿爾瑪書11：26-40

艾繆萊克為神子作見證，並讓齊愛治樂詆毀他的話的意圖無法得逞

問學生，是否有人曾經企圖透過辯論或詐騙的方式來質疑或反駁他們的信仰。請一兩位學生分享經驗。

說明當齊愛治樂發現他無法讓艾繆萊克否認神的存在後，就改變策略，開始攻擊艾繆萊克對耶穌基督的信心。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書11：26-35。請全班找出齊愛治樂企圖用哪些方法來扭曲艾繆萊克的話。請學生報告他們所發現的事情。然後請一位學生讀出阿爾瑪書11：36-37。請全班注意艾繆萊克如何糾正齊愛治樂所教導的謬誤言論。請學生注意註腳34a。（可以建議學生在自己的經文中，將註腳34*a*劃記出來。）請一位學生讀出希拉曼書5：10-11。

- 為什麼我們無法在自己的罪惡中獲得拯救？在罪惡中獲救，和被拯救脫離罪惡，兩者有何不同？

請一位學生讀出阿爾瑪書11：40。說明這節經文包含了一項原則；我們必須遵行這原則，才能獲得拯救，脫離我們的罪。將以下這原則寫在白板上：***我們若相信耶穌基督，就能獲得救贖，脫離我們的罪。***

- 對你而言，相信耶穌基督是什麼意思？
- 為什麼我們必須相信耶穌基督，才能獲得拯救，脫離我們的罪？

為了幫助學生了解，對耶穌基督的信心如何使人透過悔改而獲得救贖，讀出以下總會會長團迪特・鄔希鐸會長的話：

「若要悔改，就需要對基督懷有堅強的信心。我們的信心必須包含『對〔神的〕品格、完美及屬性有眞正的認識』（*Lectures on Faith* [1985], 38）。如果我們相信神知道一切、知道祂充滿愛心與慈悲，我們就能將我們的救恩交託給祂、並且堅定不移信賴祂。對基督有信心，會改變我們身上與神旨意不和諧的想法、信念與行為」（「平安返航點」，2007年5月，利阿賀拿，第100頁）。

將學生安排成兩人一組。請各組輪流向對方說明，如果有個年輕人向他們提出類似下列問題，他們會怎麼回答。（可以將這些問題寫在白板上。）

- 為什麼我要先相信耶穌基督，才能悔改，並獲得拯救脫離罪？

- 對耶穌基督有信心曾經怎樣幫助你悔改?

見證：我們對耶穌基督有信心，才能悔改、獲得拯救脫離罪，並得到永生。

阿爾瑪書11：41-46

艾繆萊克教導有關全人類復活及審判的事

爲了幫助學生思考，爲什麼知道我們最後都會復活並接受審判這件事很重要，問：

- 如果有人認爲死後沒有生命，他們的生活可能會有何不同?

將*復活*和*審判*這兩個詞寫在白板上。請學生默默查考阿爾瑪書11：41-45，盡可能找出與復活及審判有關的許多資料。學生在報告他們所發現的事情時，將他們的答案寫在白板上。白板上所寫的句子中，務必有一句表達出以下這項眞理：所有曾活在世上的人終有一天都將復活。指出阿爾瑪書11：45中對復活所作的這項簡單定義：「不再死亡，靈和身體結合，永不分開。」（可以鼓勵學生將這句話劃記下來。）學生報告過他們學到的內容後，可以建議他們將以下這項眞理寫在他們經文中的那一頁上方：**透過耶穌基督的贖罪，所有的人都會復活，並根據自己的行爲接受審判。**

- 白板上的眞理中，哪一項會促使你爲迎見神作準備?
- 爲什麼與復活有關的眞理會爲義人帶來平安和希望?

請學生默讀阿爾瑪書11：46，找出艾繆萊克的教導對齊愛治樂造成了什麼影響。

- 在你看來，爲什麼有人會對艾繆萊克的教導作出這樣的反應?
- 在你看來，阿爾瑪書11：41-45中的哪一項教導可能造成了齊愛治樂的困擾?爲什麼?

見證：由於耶穌基督的贖罪，所有的人都會復活，站在神的面前，「按照他們〔的〕行爲……接受審判」（阿爾瑪書11：44）。給學生時間沉思他們今天學到什麼，以及這些事情與自己有何關聯。然後請他們在筆記本或經文研讀日記中寫出下列問題的答案。（你可以將這些問題寫在白板上。）

- 想到自己會復活和接受審判，你有什麼感受?
- 你要做些什麼來爲站在神的面前作準備?
- 相信你會復活並接受審判，會對你每天所選擇的生活方式有何影響?

注釋及背景資料

阿爾瑪書11：38-39。耶穌基督何以是永恆之父?

如果學生需要協助才能了解耶穌基督如何既是神的兒子，又是永恆之父，可以教導或複習第60課中，摩賽亞書15：1-9的補充教學建議。

第77課

阿爾瑪書第12章

導言

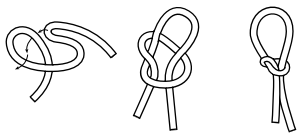
在艾繆萊克的話使得齊愛治樂「因自覺罪惡而顫抖」（阿爾瑪書12：1）之後，阿爾瑪站起來解釋艾繆萊克所教導的事。阿爾瑪強調了一些真理來幫助艾蒙乃哈人悔改頑硬的心和其他罪惡。他強調撒但狡猾的計謀、臨到惡人的審判，以及那能使悔改之人蒙得罪的寬恕的救贖計畫。

教學建議

阿爾瑪書12：1-7

阿爾瑪揭露齊愛治樂——和敵人——對艾蒙乃哈人的計謀

按照附圖的說明，將一條繩索或帶子打成一個滑結或圈套。在示範圈套的作用時，在桌上擺一塊糖果或食物，然後在食物前面握著圈套。請一位學生把手伸進圈套去取食物，他的手一進來，就收緊圈套。（小心不要傷到學生。）



請一位學生向全班複述齊愛治樂如何企圖用圈套抓住艾繆萊克（見阿爾瑪書11：21-25）。說明在艾繆萊克察知齊愛治樂的意圖並回答他的話後，阿爾瑪也站起來向齊愛治樂及其他正在聆聽的人講話（見阿爾瑪書12：1-2）。請學生默讀阿爾瑪書12：3-6，找出阿爾瑪用哪些詞句來描述齊愛治樂的伎倆。（可以鼓勵學生將這些詞句劃記下來。）請他們報告發現的內容。

- 齊愛治樂跟從的是誰的計謀？
- 阿爾瑪說，魔鬼的意圖是什麼？
- 是什麼使得阿爾瑪能夠識破這項計謀？

請學生舉出一些原則，來概述他們從阿爾瑪書12：3所學到有關察覺魔鬼欺騙的方法。學生也許會使用不同的說法，但他們應指出下列這原則：**聖靈能幫助我們認清魔鬼的欺騙**。可以提醒學生，他們在前一課中已學到我們若倚靠聖靈，就能克服誘惑。說明：若要克服誘惑或不受欺騙，首先必須看出這項誘惑或欺騙，並認清我們可能因此而受到的傷害，然後我們必須盡一切所能避開它。

- 聖靈曾在何時幫助你辨認並避免誘惑？（學生回答後，你也可以分享自己的經驗。）

給學生幾分鐘在筆記本或經文研讀日記中寫下他們可以怎樣讓自己更敏銳察覺聖靈的提示，以便能辨認和避開魔鬼的圈套。

阿爾瑪書12：8-18

阿爾瑪教導有關全人類最後審判的事

請學生想想他們有興趣從事什麼職業。請幾位學生談談他們對什麼職業有興趣。請他們評估，他們上大學、學院或商業學校可能要付出多少學費，才能獲得必要的知識和技能，好在那行業獲得成功。請一位學生讀出以下十二使徒定

額組大衛・貝納長老的話。請全班聽聽看，貝納長老說我們必須付出什麼「學費」，才能獲得屬靈的知識。

「靈性上……的體認，……是不能傳給〔我們〕的。唯有付出藉著研讀、也藉著信心勤奮學習的代價，才能獲得和『擁有』這樣的知識。唯有如此，頭腦所知道的也會在心裡感受到」（「警醒不倦」，2010年5月，*利阿賀拿*，第43頁）。

請一位學生讀出阿爾瑪書12：7-8。請全班跟著看經文，找出證據來證明齊愛治樂正開始付出必要的屬靈「學費」，以獲得屬靈的知識。請學生說明他們在這些經文中看到什麼，顯示出齊愛治樂的心開始改變了。

指出齊愛治樂向阿爾瑪提出一個有關復活的問題。阿爾瑪沒有立即回答這問題，卻教導了他如何獲得屬靈知識。請一位學生讀出阿爾瑪書12：9-11。請全班找出阿爾瑪教導了齊愛治樂什麼有關獲得屬靈知識的事。說明：「神的奧祕是唯有藉著啓示而得知的屬靈眞理，神向服從福音者啓示祂的奧祕」（經文指南，「神的奧祕」，scriptures.lds.org）。（可以將這項原則寫在白板上，也可以建議學生將這句話寫在自己經文中，阿爾瑪書12：9的旁邊。）

請學生用自己的話說明阿爾瑪書12：9教導我們必須做些什麼，才能獲得屬靈眞理。（學生可能會使用不同的說法，但他們的答案應表達出：**主會按照我們對祂話語的留意和努力程度，來向我們啓示屬靈眞理**。可以鼓勵學生將這項原則寫在自己經文中，靠近阿爾瑪書12：9的地方。）

- 我們內心的狀態和我們接受屬靈眞理的能力之間有何關聯?

阿爾瑪書12：10-11指出，不對眞理硬起心來的人，相較於對眞理硬起心來的人，會有截然不同的結果。

- 知道這些結果，會如何影響你對尋求更多屬靈知識的渴望?

說明阿爾瑪在教導要如何知道屬靈眞理之後，便回答了齊愛治樂先前所提出的問題。請學生用自己的話重述阿爾瑪書12：8中，齊愛治樂的問題。請他們默讀阿爾瑪書12：12-15，找出阿爾瑪教導了齊愛治樂有關復活和審判的哪些事。學生在閱讀時，將以下這句話寫在白板上：*我們要爲自己的……、……和……在神面前負責*。

學生讀完後，請他們完成白板上的這句話：***我們要爲自己的言語、行爲和思想在神面前負責***。

- 在你看來，這項眞理可能怎樣影響了齊愛治樂?（請學生翻到阿爾瑪書14： 6和15：3找出答案。）你想，爲什麼這項眞理會對齊愛治樂造成這樣大的影響?（你可以指出，齊愛治樂並非只擔憂自己。他還擔憂那些已經被他引入歧途的人。）
- 哪些種類的思想、言語和行爲會使人陷於掙扎，且若不悔改會使人被定罪?（爲了幫助學生沉思和討論他們所選的娛樂和媒體會怎樣影響到他們的思想、言語和行爲，可以參考*鞏固青年*裡，有關娛樂和媒體的忠告。）
- 你若記住白板上所寫的眞理，你的日常抉擇會有何不同?

指出這節交互參照經文：摩賽亞書4：30，那是記在阿爾瑪書12：14，的註腳14*a*中，並請一位學生讀出摩賽亞書4：30。（可以建議學生將這項交互參照經文劃記下來。）如果時間足夠，請學生回頭參閱他們先前所寫，如何更敏銳察覺聖靈提示的事。請他們加上一些想法，談談在體認到自己要向神負責後，對於他們渴望能辨認和避開誘惑一事有何影響。

阿爾瑪書12：19-37

阿爾瑪說明救贖計畫如何幫助我們克服墜落的影響

向學生展示圖片：亞當和夏娃跪在祭壇前（福音畫冊〔2009〕，編號4）。說明有位名叫安鐵奧那的人是艾蒙乃哈的首領，他針對阿爾瑪和艾繆萊克所教導有關復活的事提出了一些問題。他問阿爾瑪，人類怎麼可能成爲不死。（見阿爾瑪書12：20-21）

問學生，他們會帶著多少自信，向一位不屬本教會成員的人說明我們能如何從墜落中得到救贖。爲了幫助學生準備好向其他人教導這項眞理，請他們查考下表中的經文，並將所學到的事寫在適當的欄位內。（可以在上課前將這個表抄在白板上。邀請學生將這個表抄在筆記本或經文研讀日記中。）

墜落的影響（阿爾瑪書12：22，24）	神做了什麼促成我們的救贖（阿爾瑪書12：24-25，28-33）	我們必須做什麼才能得到救贖（阿爾瑪書12：24，30，34，37）

個別協助學生

在上課中進行指派作業時，安靜地在教室四周走動，來協助學生進行指派作業，或協助他們專注在作業上。這樣做會讓你有機會增強與個別學生的關係，也更了解他們的需求。

有些學生在填寫這個表時，可能會需要你的協助。（幫助學生了解經文的方法之一，是請他們參照註腳。例如，註腳22*c*裡的參考經文可以幫助學生了解到，全人類都已墜落和迷失是什麼意思。）學生完成這個表之後，提出下列問題。（可以在上課前將這些問題寫在白板上，好讓學生在填寫該表時，可以考慮他們的答案。）

- 耶穌基督的贖罪如何讓我們克服墜落的影響？（由於耶穌基督的贖罪，我們每個人都會透過復活而克服肉體的死亡。而透過救主的贖罪和我們的悔改，我們能從這「迷失而墜落」的狀態回到神面前。）
- 根據阿爾瑪書12：24，阿爾瑪教導，人生的目的爲何？（他說**今生是我們準備迎見神的時期**。可以建議學生將阿爾瑪書12：24中，教導這項眞理的那些詞句劃記下來。）

爲了幫助學生應用所學，提出以下這類問題：

- 知道人生的目的，對於引導你的方向有何幫助？
- 對天父和耶穌基督有信心，如何幫助了你準備迎見祂們？

結束時見證：現在就是準備迎見神的時候。

注釋及背景資料

阿爾瑪書12：24。「受驗證的階段」

在所有的經文中，「受驗證的階段」或「受驗證的時期」這兩個詞，都只出現在阿爾瑪書中（見阿爾瑪書12：24；42：4，10，13）。十二使徒定額組的多馬·貝利長老描述了這段受驗證的時期，他說：

「塵世生活的主要目的，便是讓我們前生已有的靈體能在這塵世生活的大好機會期間與我們的肉體結合在一起。這兩者的結合讓我們有此特權去成長、發展與變得成熟，這是唯有靈體和肉體結合才能有的成長。我們的肉體在塵世受驗證的時期會經歷某些考驗，這是學習與考驗的時期，以證明自己配稱獲得永恆的事物；這也正是天父給予祂兒女的神聖計畫」（參閱「到各地宣揚主的福音」，1989年7月，*聖徒之聲*，第12頁）。

第78課

阿爾瑪書第13章

導言

阿爾瑪剛開始教導叛逆的艾蒙乃哈人時，他們就與他爭辯，問道：「你是什麼人?」並質疑他的權柄（見阿爾瑪書9：1-6）。他們當時處在叛教的狀態，接受了尼賀的體制，即那以個人利益為目標的祭司權術（見阿爾瑪書1：2-15；15：15；16：11）。阿爾瑪的教導和尼賀的大不相同；他教導的是「神的神聖體制中的高級聖職」，其目的在於幫助他人悔改，進入主的安息（見阿爾瑪書13：6）。他舉例談到麥基洗德怎樣宣講信心和悔改，幫助人民和平相處。阿爾瑪也教導了有關前生和預立的事。他在結束講道時，邀請人民聆聽他的話，以便能準備好進入主的安息。

教學建議

阿爾瑪書13：1-12

阿爾瑪教導艾蒙乃哈的人民有關大祭司的召喚

說明：在阿爾瑪書第13章中，阿爾瑪教導，有一群人對教會有極大的助益。事實上，教會的所有成員都因爲這些人的服務而蒙得了祝福。

告訴學生，他們都認識這群人裡的一些人。然後請學生默讀阿爾瑪書13：1，找出這些人是誰。他們有時間讀過這節經文後，建議他們也閱讀阿爾瑪書13：10，14及教義和聖約107：1-3。可以建議他們將這些參考經文寫在阿爾瑪書13：1旁邊的空白處。

指出阿爾瑪談的是按照神子體制的祭司，也就是麥基洗德聖職。換句話說，他談的是持有麥基洗德聖職中大祭司職位的人。請一位學生讀出十二使徒定額組布司·麥康基長老所說的以下這段話：

「這些忠誠信實地遵守摩西律法的尼腓人都持有麥基洗德聖職，也就是說，他們擁有圓滿的福音。……關於麥基洗德聖職，我們有些最好的資料就記載在阿爾瑪書第13章」（*The Promised Messiah* [1978], 421）。

- 你生活中有哪些祝福是透過麥基洗德聖職而來到的?（學生也許會提到聖靈的恩賜、教長祝福、其他聖職祝福、總會持有權柄人員的領導、諸如主教或分會會長等當地領袖的領導，以及他們透過父母在聖殿立下聖約而獲得的祝福等。他們也可能會提到洗禮和聖餐，這些雖然都是藉著亞倫聖職的權柄執行，但卻是在麥基洗德聖職領袖的指導下進行。）

將下列問題列在白板上，或列在講義裡面。給學生時間閱讀阿爾瑪書13：2-10，找出這些問題的答案。

麥基洗德聖職持有人是什麼時候開始蒙得召喚和預備的?（見阿爾瑪書13：3-5）

所有的麥基洗德聖職持有人都負有哪些責任?（見阿爾瑪書13：6。）

阿爾瑪書13：7中有哪些詞句是在描述麥基洗德聖職?

需要具備哪些資格才能被按立到麥基洗德聖職?（見阿爾瑪書13：10。）

學生有時間找出這些問題的答案後，請他們報告他們的答案。可以將這些答案寫在白板上。

爲了幫助學生進一步了解和討論所讀的內容，考慮提出下列問題：

教導學生，而不是教導課程資料

你最優先的事，是幫助學生了解福音真理並將這些真理應用在生活中。要避免誘惑去匆匆上完課程，只為了講完所有資料。記住，你是在教導學生，而不是教導課程資料。

- 聖職持有人的服務會用哪些方式幫助我們知道如何仰望耶穌基督來獲得救贖?（見阿爾瑪書13：2，8，16。他們透過自己的榜樣和教導，也透過所執行的教儀，將我們引向救主。）
- 阿爾瑪說，大祭司「從世界奠基時就已蒙召喚和預備了」（阿爾瑪書13：3），這句話是什麼意思?（他的意思是有些人早已蒙得預立，來接受某些聖職職位。）

爲了幫助學生了解預立，以及預立如何適用於他們的生活，可以請一位學生讀出以下這段話：

先知約瑟．斯密教導：「每個受召喚去管理世上居民的人，早在這世界形成以前，就已在天庭會議中爲了偉大的目的而被按立了。我想我就是在那個大會中被按立到這項職位的」（*總會會長的教訓：約瑟．斯密*〔2007〕，第511頁）。

賓塞．甘會長說：「在我們來到這世界前，忠信的婦女接受一些任務，忠信的男子則蒙預派擔任一些聖職工作。雖然我們現在已忘記其中細節，卻不會改變我們當初所同意的榮耀事實」（*總會會長的教訓：賓塞．甘*〔2006〕，第215頁）。

- 關於我們要怎麼履行預立給我們的任務，阿爾瑪書13：3教導了什麼?
- 當一個人被按立到聖職中的一項職位，那項按立對他應具有什麼意義?（見阿爾瑪書13：8。注意：女青年和男青年都可以回答這個問題。男青年可能會因爲聽到女青年的回答而受益。）

請學生默讀阿爾瑪書13：11-12，找出阿爾瑪提及的那些麥基洗德聖職持有人在哪些方面透過耶穌基督的贖罪而改變了。

- 在你看來，某人的「衣服藉羔羊的血，洗得潔白」，是什麼意思?
- 在你看來，爲什麼麥基洗德聖職持有人必須透過耶穌基督的贖罪而有所改變?我們可以在哪些方面跟隨他們的榜樣?

提醒學生，阿爾瑪向艾蒙乃哈人教導了這些眞理。這些人之中有許多人「是尼賀教派的」（阿爾瑪書14：18；15：15），意思是他們都接受了尼賀的教導。尼賀這個人曾建立一項錯誤的體制，也就是阿爾瑪所稱的「祭司權術」（見阿爾瑪書1：12-15）。

- 忠信的麥基洗德聖職持有人與那些跟隨尼賀教導的人有何不同?（可以請學生複習阿爾瑪書1：2-6，找出尼賀的祭司權術與麥基洗德聖職的對比。）
- 艾蒙乃哈人先前曾被教導過有關麥基洗德聖職的事，也曾透過麥基洗德聖職接受祝福（見阿爾瑪書9：21；13：1）。在你看來，爲什麼讓艾蒙乃哈人受到提醒，記起他們先前曾學到有關麥基洗德聖職的事，是很重要的?
- 到目前爲止，你在這一堂課裡學到了哪些有關聖職的事?（學生也許會提出幾項眞理，但他們的答案都應表達出：**聖職的教儀和聖職持有人的服務都在幫助我們知道如何仰望耶穌基督來獲得救贖。**）

可以建議學生將這項原則及他們所找到的其他原則寫在筆記本或經文研讀日記上。時間許可的話，請他們寫下這些原則會怎樣影響到他們如何看待聖職的能力與祝福。

阿爾瑪書13：13-20

阿爾瑪教導，麥基洗德這位偉大的大祭司在人民中建立和平

將以下詞句寫在白板上：*大祭司、國王、運用極大的信心、宣講悔改、建立和平、和平之君、在父親轄下執政*。每寫完一個詞句就暫停一下，讓學生在不看經文的情況下猜猜看，阿爾瑪用這些詞句描寫的是誰。（他描寫的是麥基洗

德。）如果在你將所有這些詞句都寫在白板上後，學生還沒猜出正確的答案，就請他們讀阿爾瑪書13：14。

如果有些學生猜想阿爾瑪談的是耶穌基督，就問他們，爲什麼對一位正義的大祭司所作的描述會讓他們想到救主。幫助他們了解，麥基洗德聖職持有人是「按照子，即父獨生子的體制」（阿爾瑪書13：9；亦見教約107：2-4）。指出麥基洗德聖職持有人應該在其服務和教導中，努力跟隨耶穌基督的榜樣。也要提醒學生，藉著麥基洗德聖職權柄所執行的教儀能幫助我們更接近救主。

請一位學生讀出阿爾瑪書13：14-19。鼓勵全班想想，邪惡的艾蒙乃哈人可能會怎樣因爲得知麥基洗德的事而受益。

- 在阿爾瑪書13：17中，有哪些詞句是描寫麥基洗德的人民？這些人和艾蒙乃哈人有何類似之處？（見阿爾瑪書8：9；9：8。）
- 身爲人民領袖的麥基洗德做了什麼？他的領導對人民有何影響？這樣的影響和艾蒙乃哈城裡跟隨尼賀教導的人所受的影響有何不同？（見阿爾瑪書8：17；10：27，32。）

請學生概述阿爾瑪書13：16-18的內容，說說這幾節經文針對聖職持有人的責任教導了哪些眞理。他們在概述時，要確定他們都表達出：**聖職持有人幫助我們仰望耶穌基督、悔改，以及和平地生活。**（可以鼓勵學生將其概述的內容寫在自己經文中，阿爾瑪書13：16-18的旁邊。）指出：教會其他的領袖，例如慈助會和女青年領袖，她們的參與在這項努力中也是不可或缺的。她們和聖職領袖一起服務，協助引導個人和家庭歸向基督。

- 你怎樣因爲教會領袖的服務而蒙得了祝福？

阿爾瑪書13：21-31

阿爾瑪邀請人民傾聽主的聲音並進入祂的安息

請學生在阿爾瑪書13：12，13，16，29中，找出一項一再出現的概念。他們應找到安息，以及「主的安息」這兩個詞。可以鼓勵學生在每節經文中將這個概念標示出來。爲了幫助學生了解，在今生和死後進入主的安息是什麼意思，讀出以下這段話：

「古代的先知曾提到，『進入神的安息』〔見阿爾瑪書12：34；教約84：23-24〕；那是什麼意思？就我所知，是指得到神的知識與神的愛，對祂的目的與祂的計畫有信心，因而知道我們是正確的，並且我們不追逐其他事物」（約瑟F.·斯密，*總會會長的教訓：約瑟F.·斯密*，第56-57頁）。

「眞正的聖徒會在今生就進入主的安息，並且藉著持守眞理，繼續處在那蒙福的狀態，直到與主一同安息在天上。……在永恆中，主的安息指的是繼承永生，獲得主完全的榮耀」（Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine,* 2nd ed. [1966], 633）。

說明阿爾瑪勸勉艾蒙乃哈人要悔改，爲基督的來臨作準備（見阿爾瑪書13：21-26）。然後他分享了他們若要進入主的安息，所必須遵從的一些原則。

請學生默讀阿爾瑪書13：27。

- 阿爾瑪書13：27中的哪些詞句顯示出阿爾瑪對那些人民和對自己的信息所具有的感受？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書13：27-29。請全班找出阿爾瑪希望人民遵行哪些原則。然後請學生列出所找到的各項原則。例如，他們可能會說：**我們若謙卑地回應邀請而悔改，聖靈會引導我們進入主的安息。**

請學生寫下目標，自己要如何跟從阿爾瑪書13：27-29中的勸告。見證：我們若遵行阿爾瑪所教導的那些原則，就可以在今生和來生進入主的安息。

第79課

阿爾瑪書第14章

導言

有些艾蒙乃哈人在聽了阿爾瑪和艾繆萊克傳講的話後，就相信並悔改了。但大多數人都很憤怒，企圖毀滅阿爾瑪、艾繆萊克，和相信他們話語的人。阿爾瑪和艾繆萊克被拘捕、受審問，最後遭囚禁。艾蒙乃哈的惡人把相信的男人趕了出去，然後把那些人的妻子兒女和經文一起焚燒，並強迫阿爾瑪和艾繆萊克觀看。許多天後，主把阿爾瑪和艾繆萊克救出監牢，又毀滅了艾蒙乃哈那些邪惡的領袖。

教學建議

阿爾瑪書14：1-13

阿爾瑪和艾繆萊克遭囚禁，而相信他們的艾蒙乃哈人都被趕了出去，或遭火焚

請學生想想自己曾經面臨或正在面臨哪些挑戰。然後請一位學生讀出以下這些話：

「逆境是許多不同的原因造成的。有時你所面對的考驗可能是自己驕傲和不服從的後果，你可藉由正義的生活來避免這些考驗。還有些考驗就單純是生命中自然發生的事，有時在你生活正義時也會來到。例如，你可能在生病、有突發狀況或所愛之人死亡時經歷考驗。逆境有時可能是因爲別人草率的選擇以及傷人的言語和行爲所致。

「你在目前及永恆中的成功與幸福，多半取決於你如何面對生命中的困難」（忠於信仰：福音參考資料，第86頁）。

說明在今天的課程中，學生會討論一群人經歷嚴重考驗的記事。這些考驗大半是別人施加在他們身上的。鼓勵學生想想，無論自己會面臨哪一種考驗，這一堂課所要討論的眞理怎樣適用於自己的情況。

將以下內容寫在白板上：

阿爾瑪和艾繆萊克　　齊愛治樂　　男性歸信者　　女性歸信者和小孩

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書14：1-10。請全班跟著看經文，找出白板所列那些人經歷苦難的一些例子。

- 這些人遭遇了什麼苦難？（將學生的答案列在白板上。）

指出艾繆萊克在看到那些女人和孩子受苦的情形時，很想運用聖職的力量拯救他們。請一位學生讀出阿爾瑪書14：11，並請全班找出阿爾瑪如何回應艾繆萊克的請求。

- 爲什麼主會允許這些女人和孩子遭到火焚？（你可能要說明在這節經文中，「祂容許」意思是「祂任由」。主任由那些人受苦，好讓他們的死成爲一個見證，來反駁那些殺害他們的人。亦見阿爾瑪書60：13。）
- 根據阿爾瑪的話，那些女人和孩子會怎樣因爲信賴主而蒙得祝福？

你可能要強調，在這個特殊的例子中，主的旨意是讓那些人受苦。但情況並非總是如此。向學生保證，主愛他們，希望他們生活快樂平安。他們要是受到任何傷害或虐待，應向父母或教會領袖求助來解決問題。

- 主可能爲了哪些其他原因而容許我們受苦?（答案可能包括：祂希望我們了解不明智的決定有何後果；祂希望我們培養耐心；祂希望我們對受苦之人有同理心；以及祂希望我們了解我們必須仰賴祂。）

將以下這項眞理寫在白板上：***我們若信賴主，祂會在我們的考驗中增強我們。***然後請一位學生讀出阿爾瑪書14：12-13。

- 阿爾瑪的話如何顯示出他信賴主?

可以請一位學生讀出以下十二使徒定額組李察・司考德長老的話：

「阿爾瑪和艾繆萊克的例子發人深省。他們努力在艾蒙乃哈的人民中行善事，卻被抓進監獄。艾繆萊克信賴他較有經驗的同伴阿爾瑪，阿爾瑪引導他對神具有更大的信心。他們被迫目睹婦女小孩被火燒死，艾繆萊克說：『說不定他們也要燒我們。』阿爾瑪答道：『就讓這事隨主的旨意發生吧。』——這是一個很重要的原則。『但是……我們的工作還沒有做完，他們不會燒我們』〔阿爾瑪書14：12-13〕」（參閱「得到醫治」，1994年7月，聖徒之聲，第7頁）。

「今生是一個深切信賴耶穌基督的經驗……。信賴是在尚未知道最後結果時的甘願服從（見箴言3：5-7）。若要得到好結果，你對主的信賴必須比對你個人感受和經驗的信心更堅強、更持久」（「信賴主」，1996年1月，聖徒之聲，第18頁）。

說明在阿爾瑪書14：14-29，學生會看到阿爾瑪和艾繆萊克信賴主的更多例子。他們也會看到主如何增強他們的力量，使他們能做主的事工。

阿爾瑪書14：14-29

神拯救阿爾瑪和艾繆萊克脫離監獄，又毀滅了許多邪惡的艾蒙乃哈領袖

將全班分成兩半。請一半學生查考阿爾瑪書14：14-19，請另一半學生查考阿爾瑪書14：20-25。請這兩組都找出阿爾瑪和艾繆萊克在那些邪惡的艾蒙乃哈領袖手中受了哪些苦。學生有充分時間閱讀之後，請他們分享所發現的事。將他們的答案列在白板上「阿爾瑪和艾繆萊克」下方。

- 這些考驗中，有哪些對你來說會是最困難的?爲什麼?
- 你曾經在何時見到人們雖然努力行義，卻仍遭受考驗?

請學生輪流讀出阿爾瑪書14：25-29。請全班跟著看經文，找出主做了什麼來拯救阿爾瑪和艾繆萊克脫離監牢。爲了幫助學生找出並了解這些經文中的原則，提出以下的一些或全部問題：

- 爲什麼阿爾瑪和艾繆萊克能夠獲得主的力量?（見阿爾瑪書14：26，28。）
- 我們可以從阿爾瑪和艾繆萊克在監牢中的經驗學到哪些原則?（學生的答案可能不同，但他們的答案應反映出這項眞理：**我們若懷著信心呼求主，祂會在我們受苦時增強我們的力量，並在祂自己的時間，用祂自己的方式拯救我們**。可以建議學生將阿爾瑪書14：26，28中，強調這項原則的那些詞句劃記下來。）
- 人們在遭遇困難時，可以用哪些方式運用對耶穌基督的信心?

請學生分享經驗，談談他們所曾見到，當我們運用對耶穌基督的信心，謙卑地等候祂時，就會在生活中獲得力量的情形。他們可以分享自己的經驗，或是所認識之人的生活經驗。你也可以分享自己的生活經驗，或你所認識之人的生活經驗。

親身經驗

學生會因為聽到彼此的親身經驗而獲益。鼓勵他們在分享經驗時，所用的方式要能邀來聖靈的影響力，也要能引導他們跟隨救主。提醒他們不要分享太過太過個人或隱私的經驗，也不要分享會使人感到不舒服或困窘的經驗。

結束時，見證主有能力用祂自己的方式，在祂自己的時間，賜給我們力量並拯救我們脫離考驗。向學生保證，我們若信賴主的旨意，祂必增強我們的力量和能力去忍受各種困難。

注釋及背景資料

阿爾瑪書14：7-11。「主會將他們接上去到自己身邊」

雖然我們會因義人死去而悲傷，卻也會欣喜地知道他們在靈的世界會得到的酬賞（見阿爾瑪書40：12）以及他們在高榮國度中的最後狀態（見教約76：50-70）。主說：「凡在我裡面死的人嘗不到死亡的滋味，因為死亡對他們來說是甜的」（教約42：46）。約瑟F.·斯密會長解釋道：

「的確，我很軟弱，會在親友過世時哭泣，也會在看到別人悲傷時掉下淚來。我的靈魂充滿了對人類兒女的同情。他們哭泣時，我與他們一同哭泣；他們歡樂時，我與他們一起同樂。但我沒有理由因為死亡來到世上就哀傷或悲嘆……。後期聖徒不會對這種死亡感到懼怕。他們無懼屬世的死亡，因為他們知道由於亞當的違誡他們會死亡，同樣地，由於耶穌基督的正義，他們會再有生命。他們雖然會死去，卻也會再次活著。知道這一點，他們即使面對死亡也會有喜樂，因為他們知道他們都會再次活著，並會在死後重逢」（in Conference Report, Oct. 1899, 70）。

十二使徒定額組的布司·麥康基長老教導：

「有時主的人民會遭到迫害，而有時主會刻意讓祂忠信的聖徒徬徨不定，身體和靈都受苦，以便在一切事情上驗證他們，看他們是否會遵守祂的聖約甚至到死，使他們得以配稱獲得永生。如果這就是我們任何人的命運，就隨它吧」（參閱「在主裡面而死的人」，1977年2月，聖徒之聲，第96-97頁）。

第80課

阿爾瑪書第15～16章

導言

主拯救了阿爾瑪和艾繆萊克脫離監牢後，他們就去向沙度城的人傳教。他們在那裡發現了被趕出艾蒙乃哈的信徒，包括齊愛治樂在內。這時齊愛治樂因為自己的罪，以致身體和靈同感痛苦。齊愛治樂宣告自己相信耶穌基督之後，阿爾瑪治癒了他並為他施洗。阿爾瑪在沙度建立教會，然後和艾繆萊克回到柴雷罕拉。拉曼人在一天之中摧毀了艾蒙乃哈，應驗了阿爾瑪的預言。此外，拉曼人還從周圍地區俘虜了一些尼腓人。尼腓軍隊選擇聽從先知阿爾瑪的引導，救回俘虜，並將拉曼人逐出該地。在一段和平時期中，阿爾瑪、艾繆萊克和許多其他人在尼腓全地鞏固教會。

教學建議

阿爾瑪書第15章

阿爾瑪治癒齊愛治樂，在沙度建立教會，並和艾繆萊克返回柴雷罕拉

爲了幫助學生記得阿爾瑪書第11～14章中主要的人物和事件，將以下字詞寫在白板上：

齊愛治樂

昂他

火

阿爾瑪

艾繆萊克

艾蒙乃哈

給學生一分鐘試著用白板上全部的名字和字詞，概述阿爾瑪書第11～14章裡提及的事件。（可以建議學生參考章前綱要以獲得協助。）等幾個學生回答之後，將所有字詞擦掉，只留下*齊愛治樂*。

說明阿爾瑪和艾繆萊克離開艾蒙乃哈之後，來到沙度，在那裡發現了被趕出艾蒙乃哈的信徒，包括齊愛治樂在內。請學生默讀阿爾瑪書15：3-5，找出那些描述齊愛治樂狀況的詞句。學生報告他們所發現的事情時，將他們的答案寫在白板上齊愛治樂的名字下方。

- 在你看來，齊愛治樂的罪疚爲什麼會使得他的身體和靈同感痛苦？處在這種狀況中的人必須做些什麼才能改變情況？
- 齊愛治樂向誰求助？（見阿爾瑪書15：4）在你看來，他爲什麼要派人去找阿爾瑪和艾繆萊克？（答案可能包括：他信任他們，也知道他們是屬神的人，持有聖職權柄。）

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書15：6-10。請全班找出阿爾瑪說了什麼話，來幫助齊愛治樂對耶穌基督和祂的贖罪運用信心。

- 在你看來，爲什麼齊愛治樂必須對耶穌基督和祂的贖罪運用信心，才能被治癒？

請學生默讀阿爾瑪書15：11-12，找出齊愛治樂發生了什麼事。他們有充分時間閱讀之後，就擦掉白板上齊愛治樂名字下的所有詞句。

- 你看到哪些證據能證明齊愛治樂已經悔改，並蒙得主的慈悲?（他透過對耶穌基督的信心而被治癒，受了洗，並開始傳講福音。）

將以下這項原則寫在白板上：*我們可以透過對耶穌基督的信心而被治癒並變得堅強*。

指出：阿爾瑪雖然身爲聖職領袖，卻沒有把注意力放在自己身上。他和齊愛治樂對話的目的是要幫助齊愛治樂運用對耶穌基督的信心，並透過贖罪而獲得慈悲。爲了說明聖職領袖用以幫助我們獲得贖罪祝福的一個方法，讀出以下七十員傑伊．簡森長老所分享的經驗：

「我在擔任主教時，看到一些嚴重違誡的成員得到了贖罪的祝福。……

「我們支會有位年輕單身成人在與一位年輕女孩約會時，他們任由自己情感失控，後來他來向我尋求忠告及幫助。我根據他認罪的內容及聖靈給我的提示，給他一些告誡，其中一項就是：他有一段時間不可以領用聖餐。我們定期會面，確定他已經悔改。經過一段適當的時間之後，我准許他恢復領用聖餐。

「在那次聖餐聚會中我坐在講台上，目光被他吸引，因爲這時他已經可以配稱地領用聖餐了。我見證那慈悲、慈愛與安全的臂膀正環抱著他，因爲贖罪的醫治力量溫暖了他的靈魂，減輕了他的重擔，帶來了那應許的寬恕、平安及幸福」（參閱「安全的臂膀」，2008年11月，利阿賀拿，第49頁）。

見證：主教和其他聖職領袖可以幫助我們透過耶穌基督的贖罪來獲得我們所需的慈悲和力量。

爲了幫助學生明白教會領袖會爲團體和個人服務，請他們研讀阿爾瑪書15：13-18。指派學生分成兩人一組。請每組中的一位學生查考阿爾瑪書15：13-15，17，找出沙度人民在哪些方面因爲阿爾瑪的施助而蒙福。請各組中的另一位學生查考阿爾瑪書15：16，18，找出艾繆萊克在哪些方面因爲阿爾瑪的施助而蒙福。給他們充裕的時間之後，請他們兩人互相說明自己找到的內容。

請各組想想，今天的教會領袖可以用來協助團體和個人的三到五個方法。鼓勵學生想想自己身爲聖職定額組領袖的責任，或在自己女青年班級中的責任。請各組跟全班分享一個意見。

阿爾瑪書16：1-12

拉曼人摧毀了艾蒙乃哈，卻無法打敗遵從阿爾瑪忠告的尼腓人

請學生想想他們曾在什麼時候感到意外，或突然受到驚嚇。可以請一兩位學生分享其經驗。請學生默讀阿爾瑪書16：1-3，找出艾蒙乃哈的尼腓人如何感到意外，又爲什麼他們有些人可能受到驚嚇。請學生報告他們所發現的事情。（必要的話，幫助他們看出，拉曼人出其不意地攻擊艾蒙乃哈城，而在尼腓人還來不及召集軍隊抵抗之前，就毀滅了城裡的居民。）

請一位學生讀出阿爾瑪書16：4-6，並請全班找出正義的尼腓人到哪裡尋求引導。請另一位學生讀出阿爾瑪書16：7-8，並請其他學生找出他們獲得幫助後有何結果。

- 阿爾瑪的預言和引導如何幫助了尼腓人?
- 我們可以從這件事學習到哪些原則?（學生可能會找到許多原則。要確定他們都了解：*我們若尋求並跟從主的先知的引導，主會增強我們的力量並保護我們*。把這項原則寫在白板上。
- 青少年在跟隨先知的引導時，怎樣蒙得了祝福?（爲了幫助學生回答這個問題，考慮請他們翻閱鞏固青年小冊子裡的兩三項內容。請他們針對你所選的各單元來回答這個問題。）

請學生想想在哪些經驗中，先知的引導曾經幫助他們在困難的情況下作出正確的決定。請幾位學生和全班分享他們的經驗。（要確定他們都了解，他們無須覺得有責任分享太過太過個人或隱私的經驗。）你也可以分享一個自己的經驗。爲了強調以下這項眞理：先知的話永遠都會實現，可以指出：阿爾瑪書16：9-11顯示阿爾瑪所作有關艾蒙乃哈人的預言（見阿爾瑪書9：12）應驗了。

阿爾瑪書16：13-21

阿爾瑪、艾繆萊克和其他人在尼腓人中建立教會

鼓勵學生在讀完阿爾瑪書第16章後，針對你寫在白板上的兩項原則找出一些例子。概述阿爾瑪書16：13-15的內容，說明阿爾瑪和艾繆萊克在其他「蒙揀選擔任這事工的人」阿爾瑪書16：15協助下，繼續在全地傳講神的話。請學生默讀阿爾瑪書16：16-21，找出這些努力有何成果。經過充分的時間之後，請學生談談他們所發現的事情。問他們，這些例子如何說明了白板上所寫的一項或兩項原則。

結束課程時，鼓勵學生將這其中一項原則抄在筆記本或經文研讀日記。請他們摘要寫出今天學到哪些與該原則有關的事。也請他們寫下計畫要如何應用所學。

精通經文複習

截至本課爲止，此課程已上完一半。爲了幫助學生增強精通經文知識，考慮爲他們進行一次測驗或考試，來評量他們對你在上課時所提到的那些精通經文的熟悉程度。可以準備一個簡單的口頭測驗或筆試，例如從福音進修班書籤中給他們一個提示，或讓學生寫出正確的參考經文，你也可以考慮針對學生背誦過的一些經文章節進行一次複習。可以事先將測驗或考試的事告訴學生，好讓他們作準備。

注意：如果沒有時間在這堂課進行這項活動，可以改天再進行。其他的複習活動，見本手冊後面的附錄。

注釋及背景資料

阿爾瑪書15：3-5。因靈性紛亂失調而導致身體痛苦

齊愛治樂在悔改時，他的罪「一直折磨他的心靈，使他痛苦萬分」（阿爾瑪書15：3）。十二使徒定額組的培道．潘會長談到靈性的紛亂失調的確會造成身體上的痛苦。他說：

「我〔曾〕問過一位家庭醫生，在他看診的時間中，有多少是用來醫治純粹的身體不適。他的病人很多，因此他認真思考了一會兒，回答說：『不超過百分之二十。其他的時間，似乎都在應付一些嚴重影響病人身體健康，卻又不是源自身體的問題。』

「『這類身體上的失調，』這醫生說，『實在是其他問題的癥候。』

「最近幾代以來，許多的重大疾病都已受到控制或可以治癒。還有些更重大的疾病依然無藥可解，但現在似乎大部分都可作些處置。

「我們還有另一個部分，雖然不像肉體般可以觸摸，但同樣確實存在著。這個不可觸摸的部分被稱為理智、情緒、智能、氣質或其他各種名稱，但很少被稱為靈性。

「可是，人確實有靈體；忽視它，就是忽視事實。靈性也有不適的時候，靈性上的疾病也可能帶來巨大的痛苦。

「人的身體和靈是結合在一起的」（參閱「基列油」，1978年2月，聖徒之聲，第85-86頁）。

自修班課程

阿爾瑪書第11～16章（第16單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第11～16章（第16單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第11章）

學生透過艾繆萊克和齊愛治樂爭辯的例子，學習到我們若仰賴聖靈，就能克服誘惑。艾繆萊克在教導齊愛治樂和艾蒙乃哈人時，強調了以下這些有關救主之任務的教義：從我們的罪惡中獲得救贖是一個過程，而對耶穌基督的真正信心是這過程的起點。透過耶穌基督的贖罪，所有的人都會復活並根據其行為接受審判。

第2天（阿爾瑪書第12章）

阿爾瑪也像艾繆萊克一樣，教導了齊愛治樂和艾蒙乃哈人。他說明了魔鬼的意圖，並宣告齊愛治樂當時是落入魔鬼的掌握中。阿爾瑪和艾繆萊克示範了聖靈可以如何幫助我們辨認仇敵的誘惑。阿爾瑪幫助人民了解，主會按照我們對祂話語的留意和努力程度，來向我們啓示屬靈真理。他也教導了最後的審判，並說明我們都將為自己的言語、行為和思想在神面前負責。他強調：今生是我們準備迎見神的一個時期。

第3天（阿爾瑪書第13章）

阿爾瑪提醒齊愛治樂和人民，神從世界奠基起就按立了聖職持有人。凡是運用極大信心並選擇正義的男子會接受麥基洗德聖職，來幫助別人歸向神。學生學習到麥基洗德和他人民的事蹟，並思考這項真理：我們若謙卑地回應悔改的邀請，聖靈會引導我們進入主的安息。

第4天（阿爾瑪書第14～16章）

學生讀到無辜的婦女和孩子死在惡人手中。他們思考先知所說的這項教導：主容許義人在惡人手中受苦，好使祂的審判顯得公正。學生在阿爾瑪和艾繆萊克的生活中觀察到，我們若信賴主，祂會在考驗中增強我們的力量。我們若懷著信心呼求祂，祂會在我們受苦時增強我們，並會在祂自己的時間，用祂自己的方式，拯救我們。

導言

阿爾瑪和艾繆萊克開始教導艾蒙乃哈人時遭到了反對。在他們解釋過幾項永恆真理之後，許多人都「開始悔改和查考經文」（阿爾瑪書14：1）。阿爾瑪書第11～16章中的記事描述了人們願意為了自己對真理的見證而犧牲。這幾章也證明了，惡人若是「將義人……驅逐出去」，主必用「飢荒、瘟疫、刀劍」來擊打他們（阿爾瑪書10：23）。阿爾瑪和艾繆萊克警告艾蒙乃哈人，他們若不悔改，神的懲罰就會來到。拒絕這項悔改呼籲的艾蒙乃哈人後來被一支拉曼軍隊毀滅了。

本課的重點在阿爾瑪書第14～15章。此外，你還可以教導或複習本週所指派的其他章經文中的真理。

教學建議

阿爾瑪書第14～15章

神祝福那些在苦難中信賴祂的人

考慮在一上課時，先提及一些無辜的人因為他人的選擇而受苦的新聞時事。也可以請學生分享在經文中，義人因為對福音有見證而遭受迫害的例子。討論過幾個例子之後，請一些學生輪流讀出阿爾瑪書14：7-11及阿爾瑪書60：13。

問：這幾節經文中提到哪些理由，來解釋為什麼有時神允許義人落入惡人之手受苦？（學生在研讀阿爾瑪書第14章的這部分時，所學到的一項真理是：**主允許義人落入惡人之手受苦，好使祂的審判得以公正**。

說明：神的公正和慈悲擴及死亡之後，犯罪的人都要向祂負責，義人也會蒙得慈悲。然後分享以下總會會長團雅各．傅士德會長所說的話：

「如果每件事情最後的結局都是死亡，那麼一切的痛苦可能真的很不公平，但事實並非如此。生命這齣戲並不是只有一幕，而是有三幕。我們已經度過了前生，那是第一幕，現在上演的是第二幕，也就是今生；未來還有一幕戲，那就是回到神面前的時候。……我們被差來今生接受試探及考驗〔見亞伯拉罕書3：25〕。……

「誠如保羅所說的，我們過去和現在的痛苦不能和那些在永恆中『要顯於我們的榮耀』〔羅馬書8：18〕相比。『因為許多苦難後祝福就來到。因此日子一到，你們必被冠以許多榮耀』〔教約58：4〕。因

此，憂患對我們是有益的，因為憂患能幫助我們進入高榮國度。……

「我們身上發生了哪些事情並不重要，重要的是我們如何面對那些事情」（「我抱持著什麼立場?」，2004年11月，利阿賀拿，第19-20頁）。

說明苦難和考驗都能使我們信心更堅強，幫助我們獲得超升。在考驗和困難中保持忠信，顯示我們完全信賴神和祂的計畫，因此能增強我們的信心，使我們更有能力持守到底。

提出下列問題：

- 對救恩計畫——包括前生和來生——有見證，能如何減輕我們在今生所受的痛苦?
- 根據你本週在阿爾瑪書第14～15章所讀的內容，義人在苦難中如何蒙得了祝福?
- 在遭遇苦難時，我們能做什麼事來顯示我們信賴神?

請學生將阿爾瑪書14：26中阿爾瑪所問的問題，和教義和聖約121：3中約瑟．斯密所問的問題作比較。然後問：根據阿爾瑪書14：26，阿爾瑪和艾繆萊克怎麼有能力克服他們的苦難?

說明：當先知約瑟．斯密被不公平地囚禁在密蘇里時，他問了記載在教義和聖約121：3中的問題。和阿爾瑪及艾繆萊克二人不同的是，約瑟並沒有立刻從監牢被釋放。我們可以從神對他祈禱的回答學到什麼?（見教約121：7-9；122：4-9）本週的學生個人研讀強調了以下這項真理：**我們若懷著信心呼求主，祂會在我們受苦時增強我們的力量，並在祂自己的時間、用祂自己的方式拯救我們**。

提出下列問題：

- 在你面臨考驗時，主曾經如何幫助你?
- 哪些事幫助了你順服於祂的旨意，並接受祂的時間表?

幫助學生了解，齊愛治樂和艾繆萊克都在苦難中信賴了主，並根據主的旨意，在祂自己的時間裡獲得了酬賞。

指示全班一半學生閱讀阿爾瑪書15：5-12，找出一些提及齊愛治樂越來越信賴主的內容。指示另一半學生研讀阿爾瑪書15：16，18，找出一些提及艾繆萊克犧牲了什麼來事奉主的內容。

鼓勵學生信賴主，在遭遇困難和痛苦時，接受祂的旨意和時間表。向他們保證，神會用各種神奇而個人的方式，展現其大能和影響力。

精通經文複習

截至本課為止，摩爾門經福音進修班課程已上完一半。為了幫助學生更努力學習和了解精通經文章節，考慮為他們進行一次測驗，來評量他們對於到目前為止所讀到的13條經文的熟悉程度。這可以是一個簡單的口頭測驗或筆試，從書籤中給他們一個提示，讓他們寫出參考經文；或者，也可以複習一下他們背誦過的一些經文章節。依本課的長度來看，也許會有時間在本週進行這次測驗，但你也可以宣布即將舉行測驗，讓他們有所準備。

下一單元（阿爾瑪書第17～24章）

摩賽亞的兒子們前去向一群邪惡殘暴的人傳教。起初他們遭受許多苦難，但在他們向拉曼人傳講福音時，奇蹟發生了。注意艾蒙對神和對國王的忠誠，如何促成了許多正義。

第81課

阿爾瑪書第17章

導言

摩賽亞的兒子們在準備向拉曼人傳講福音時，藉著禁食祈禱尋求主的指引。主安慰了他們，應許他們會成為主手中「拯救許多靈魂」的工具（阿爾瑪書17：11）。主先前曾在給他們父親的一項啓示中應許他們，說主必「救〔他們〕脫離拉曼人的手」（摩賽亞書28：7）。他們因主的應許而獲得力量，並相信他們有一天會再見面後，就分開到各地分享福音。艾蒙到以實瑪利地，準備藉著為他們的國王服務來教導人民。

教學建議

阿爾瑪書17：1-16

摩賽亞的兒子們查考經文、祈禱、禁食，以便能知道神的話，並帶著力量去教導

上課前，將以下未完成的句子寫在白板上：*「你們在準備接受〔傳教〕召喚時，所能做的一件最重要的事，就是……。」*（課程稍後會用到這一句話。）

問學生是否曾經出席過親友在結束忠信傳道服務之後返鄉時的聚會。請幾位學生描述這些傳教士返鄉時具有哪些基督般的特質。

- 他們傳過教後，你在他們身上見到哪些正面的改變？在你看來，是什麼造成這樣的改變？

背景複習

複習背景資料可以使學生更加了解經文中的某項事件或教導。你在幫助學生複習這類資料時，要給他們明確的參考經文，以幫助他們找出所需的資料。

說明：摩賽亞的兒子們在尼腓地傳講福音14年之後，正要返回柴雷罕拉時，與阿爾瑪重逢了。如果學生需要簡短複習一下阿爾瑪和摩賽亞兒子們的故事，問：

- 阿爾瑪和摩賽亞的兒子們有何關係？（如果學生需要協助來回答這個問題，考慮請他們閱讀摩賽亞書第27章的章前綱要。）

說明：當阿爾瑪正在艾蒙乃哈地和其他地方向尼腓人傳講悔改、建立教會時，摩賽亞的兒子們正在尼腓地向拉曼人傳講福音。（這項說明的某些部分可參照摩爾門經書籤。）摩賽亞兒子們的名字分別是艾蒙、亞倫、奧姆納、海姆乃（見摩賽亞書27：34）。阿爾瑪書第17～26章詳述了他們的一些傳教經驗。

請一位學生讀出阿爾瑪書17：1-2。

- 阿爾瑪再度見到他的朋友們時，心裡有何感受？在你看來，他爲什麼會有這種感受？

請學生注意你上課前寫在白板上的那句未完成的話。請學生提議可以用哪些方式完成那句話。然後和他們分享十二使徒定額組的大衛·貝納長老是如何說這句話的：「你們在準備接受〔傳教〕召喚時，所能做的一件最重要的事，就是早在你們去傳教的許久之前，就要先成爲一個傳教士」（參閱「成爲一位傳教士」，2005年11月，*利阿賀拿*，第45頁）。

指出有個方法可以讓我們知道如何變成傳教士，那就是學習經文裡忠信傳教士的服務事蹟。請全班默讀阿爾瑪書17：2-4，找出摩賽亞的兒子們爲什麼能夠成功地帶領他人認識眞理。

- 摩賽亞的兒子們做了什麼，使自己成爲成功的傳教士?（答案可能包括：他們「努力查考經文」、祈禱、禁食。）
- 他們因爲研讀、禁食、祈禱，而獲得了哪些祝福?（在學生回答這個問題時，幫助他們辨認出下列這原則：**我們若查考經文、祈禱、禁食，就能接受聖靈，並帶著力量教導。**）

請學生讀出以下貝納長老的話；他強調，我們可以做些什麼來成爲傳教士：

「你可以增強自己事奉神的心願（見教約4：3），同時可以開始像一個傳教士一樣地去思考、閱讀、祈禱，像傳教士一樣地去感受。你可以避開那種導致聖靈離開的世俗風氣，可以變得愈來愈有信心，認出聖靈的提醒，並有所回應。詞上加詞、訓上加訓，這裡一點、那裡一點，你將逐漸成爲你想成爲的那種傳教士，同時成爲救主期望你成爲的那種傳教士。……。

「我所描述的這些準備工作，不僅僅是針對那些19、20或21歲，正在從事傳教服務的〔人〕而已……。你們所準備的是終生的傳教事工。我們……永遠都是傳教士」（參閱「成爲一位傳教士」，第45-46頁）。

爲了幫助學生應用阿爾瑪書17：2-4及貝納長老所教導的原則，請他們在筆記本或經文研讀日記中寫下自己會在蒙召喚服務之前做些什麼，以便成爲傳教士。

請學生默讀阿爾瑪書17：9，找出摩賽亞的兒子們和其同伴都祈求些什麼。學生報告過他們所發現的事情後，請他們閱讀阿爾瑪書17：10-12，找出主如何回答他們的祈禱。

- 在你看來，爲什麼他們在祈禱獲得主的回答後，心裡「都鼓起了勇氣」?
- 阿爾瑪書17：11包含了主的這項應許：祂會使這些傳教士成爲祂手中的工具。這對你來說是什麼意思?我們可以在哪些方面成爲主手中的工具?
- 主指示這些傳教士要「樹立好榜樣」（阿爾瑪書17：11）。在你看來，樹立好榜樣爲什麼是他們傳道事工的重要一環?（在學生分享答案時，幫助他們辨認出以下這原則：**我們樹立好榜樣時，主就能讓我們成爲祂手中的工具。**可以將這項眞理寫在白板上。）
- 人們看到我們的好榜樣時，會學習到有關福音的哪些事?
- 其他人的好榜樣曾在何時幫助了你?

見證：樹立好榜樣很重要。鼓勵學生成爲周遭之人的好榜樣。如果你能想到曾經在特定的時間看到學生樹立了好榜樣，可以稱讚那些學生的表現。但不要說些籠統含糊的讚美詞，那可能顯得不夠眞誠。

請學生默讀阿爾瑪書17：13-16，想想在當時教導拉曼人的困難。

- 爲什麼摩賽亞的兒子們願意忍受苦難，去到拉曼人中間?（見阿爾瑪書17：16；亦見摩賽亞書28：1-3。）

阿爾瑪書17：17-39

艾蒙成為拉摩那王的僕人並保全了王的羊群

概述阿爾瑪書17：18-20，說明艾蒙在這些傳教士分開，到各地傳講福音之前，教導並祝福了他們。然後他前去一個叫做以實瑪利的地方。他一進入那地就被拘捕並帶到國王面前。請兩位學生輪流讀出阿爾瑪書17：21-25。

- 在你看來，艾蒙告訴國王「我願意作你的僕人」，這件事有什麼重要意義?（阿爾瑪書17：25）
- 你曾經在何時見到服務帶來分享福音的機會?

簡短概述阿爾瑪書17：26-27，說明艾蒙在看守國王的羊群時，有一群拉曼人驅散了那些羊。

將全班分成每三人一組。將以下參考經文寫在白板上：*阿爾瑪書17：28-32*；*阿爾瑪書17：33-35*；*阿爾瑪書17：36-39*。請各組的學生自行分配這三段經文。請學生默讀指定給自己的經文，找出下列問題的答案。（可以將這些問題寫在白板上。）

- 在你這部分的故事中發生了什麼事？
- 這件事能怎樣讓人們準備好接受福音？
- 艾蒙展現了哪些特質？

給各組時間討論他們的答案。然後問：

- 我們可以從這個記事學到什麼？（學生也許會分享不同的答案。例如，他們也許會說**我們可以透過服務來幫助他人準備好接受福音**或者說**我們在爲主服務時，會有勇氣並感到放心**。可以鼓勵學生將這些原則寫在自己的經文中。）

請學生在經文研讀日記中寫下自己能夠做些什麼，來樹立福音生活的好榜樣。對於女青年來說，這項目標可以幫助她們完成個人進步中「好行爲」的其他準則經驗。對於祭司來說，這項目標可以幫助他們學習並履行列在「對神的職責」手冊，「聖職職責」及「邀請所有的人歸向基督」中的職責。

注釋及背景資料

阿爾瑪書第17章。男女青年的全部時間傳道服務

多馬．孟蓀會長曾經針對從事全部時間傳道服務的責任，向男女青年提出了以下忠告：

「我要對亞倫聖職男青年和即將成為長老的男青年說話：我要重複先知們長久以來教導的一件事，那就是每一位配稱、有能力的男青年都應該準備去傳教。傳道服務是一項聖職職責；我們已獲賜良多，而主期望我們去履行傳道的義務。年輕男子，我勸誡各位要為傳道服務作好準備。要保持潔淨和純潔，能配稱擔任主的代表。維持身體的健康和好體力。研讀經文。在有福音進修班或福音研究所的地方，要參加這些課程，並且熟讀傳教士的指南：*宣講我的福音*。

「我要對年輕的姊妹說：雖然你們不像年輕男子一樣有從事全部時間傳道服務的聖職職責，但是你們擔任傳教士時一樣能為這事工貢獻良多，我們歡迎各位的服務」（「我們再次相聚」，2010年11月，*利阿賀拿*，第5-6頁）。

第82課

阿爾瑪書第18章

導言

拉摩那王對於艾蒙在護衛國王羊群時所展現的力量感到驚訝，甚至以為艾蒙就是那位偉大的靈。艾蒙藉著聖靈的力量洞察了國王的想法，開始教導他福音。拉摩那王相信了艾蒙的教導，認出他需要救主，呼求主憐憫他，並因著靈的緣故而不勝負荷。

教學建議

阿爾瑪書18：1-11

拉摩那王對艾蒙的忠信感到印象深刻

快速複習一下阿爾瑪書第17章結尾的記事，能幫助學生明白阿爾瑪書第18章的背景，也能幫助他們了解阿爾瑪書第18章中的信息。在複習阿爾瑪書第17章時，問學生，以下這些陳述是對或錯。可以請他們將答案寫下來。

1. 由於拉摩那王很喜歡艾蒙，他提議讓艾蒙娶他的一個女兒爲妻。（對。見阿爾瑪書17：24。）
2. 艾蒙說他希望作國王的僕人。（對。見阿爾瑪書17：25。）
3. 當一群拉曼人驅散國王的羊群時，艾蒙很擔心自己的生命安危。（錯。見阿爾瑪書17：28-30。）
4. 艾蒙帶著極大的力量和拉曼人博鬥，凡舉起棍子要打他的人，都被他砍斷了手臂。（對。見阿爾瑪書17：37-38。）

做完這個練習之後，要確定學生都知道正確的答案。

問學生是否曾經感到害怕或覺得力有未逮，又是否曾經感到某項指派或責任太困難，無法完成。告訴他們，在今天的課程中，他們會學到一些能幫助他們處理這些情況的原則。

將全班分成兩半。指派一半閱讀阿爾瑪書18：1-4，另一半閱讀阿爾瑪書18：8-11。請他們在讀的時候，想想艾蒙的忠信如何爲自己預備了道路來教導拉摩那和他的人民。他們有充分時間閱讀之後，提出下列問題：

- 國王和他的僕人們對於艾蒙的身分有哪些看法？
- 根據阿爾瑪書18：2，4，拉摩那認爲艾蒙是爲了什麼目的來的？（爲了懲罰人民的謀殺行爲，也爲了阻止拉摩那殺害更多僕人。）
- 根據阿爾瑪書18：10，艾蒙除了在護衛羊群時展現的力量之外，還有什麼讓拉摩那感到印象深刻？（可以鼓勵學生將忠心這個詞劃記下來。）

將以下這句未完成的話寫在白板上：*我們忠心地爲人服務時，……。*

請學生在繼續研讀阿爾瑪書第18章時，想想自己會怎樣完成這句話

阿爾瑪書18：12-43

在艾蒙教導救贖計畫時，拉摩那承認自己需要救主

爲了幫助學生了解艾蒙教導的力量，以及拉摩那王開始體驗到的巨大變化，將阿爾瑪書18：12-35以讀者劇場的方式演出。選出四位學生，指派每個人一個部分。請一位擔任敘述員，請另外三位分別讀出艾蒙、拉摩那王，及一位國

請學生事先為讀者劇場作好準備

在讀者劇場中，參與的人並不表演。但他們應準備好，用清晰、有意義的方式讀出指派的部分。要確定他們都了解自己的角色，並有足夠時間研讀自己的部分。可以事先作好指派，好讓他們熟悉記事，並練習讀出來。

王僕人的話。考慮在上課前一天，或在開始上課之前，將各部分事先指派給學生，以幫助他們作好準備。

請那四位學生讀出阿爾瑪書18：12-15中自己的部分。請全班跟著看自己的經文，找出艾蒙的服務對拉摩那有何影響。讀完第15節後，暫停一下讀者劇場，請學生報告他們發現了什麼。

- 在你看來，拉摩那爲什麼在艾蒙面前沉默下來?（必要時，幫助學生記得拉摩那是因爲自己犯了謀殺而覺得害怕，而且他擔心艾蒙就是那位偉大的靈，是來懲罰他的。）

繼續進行讀者劇場的演出，請參與者讀出阿爾瑪書18：16-21中自己的部分。鼓勵全班找出證據來證明神的力量與艾蒙同在。

- 在這種情況中，神的靈如何幫助了艾蒙?
- 拉摩那希望從艾蒙那裡知道什麼事?
- 在這項記事中的這時候，拉摩那知道了關於艾蒙的什麼事?（他知道艾蒙擁有非凡的力量，而且能夠洞察他人的想法。）

請學生注意白板上所寫的那句未完成的話：*我們忠心地爲人服務時，……。*

- 根據我們今天在阿爾瑪書第17～18章所學到的事，你會如何完成這句話?（學生也許會用不同的方式回答。爲了概述他們的回答，用下列方式完成白板上的話：***我們忠心地爲人服務時，就能幫助他們準備好接受福音眞理。***）

請參與者讀出阿爾瑪書18：22-32中自己的部分。請全班跟著看經文，找出艾蒙特別教導了拉摩那哪些眞理。可以建議學生在自己的經文中劃記這些眞理。然後請他們針對所找到的眞理提出報告。將他們的回答寫在白板上。

請參與者讀出阿爾瑪書18：33-35中自己的部分。請全班找出艾蒙如何解釋自己能夠得知國王的想法，也能夠護衛國王的羊群。在參與讀者劇場的人都讀完後，感謝他們的協助。請學生報告他們的發現。爲了幫助學生明白神如何祝福艾蒙有能力爲拉摩那和他的人民服務，問：

- 在艾蒙能夠做的事情中，有哪些超越了他自己天生的能力?

指出艾蒙在爲拉摩那王服務時，也是在爲天父和耶穌基督服務。將以下這句話寫在白板上：*我們忠心地爲天父和耶穌基督服務時，……。*

- 根據你從艾蒙的榜樣所學到的事，你會如何完成這句話?（學生可能會用不同的方式回答。爲了概述他們的答案，用下列方式完成白板上的話：***我們忠心地爲天父和耶穌基督服務時，就會更有能力做祂們的事工。***）
- 這項原則能如何適用於一個感到害怕或覺得力有未逮的人，或一個感到某項指派或責任太過困難的人?
- 你曾經在什麼時候感覺到天父和耶穌基督在幫助你做祂們的事工?（你可以談談天父和耶穌基督怎樣增加了你的能力來爲祂們服務，也可以分享他人生活中的一個例子。）

爲了幫助學生應用這項原則，將下列問題寫在白板上。請學生針對其中一項問題寫出自己的答案。

這項原則能怎樣幫助你履行目前和未來的責任?

你可以怎樣更忠信，以便能感受到主增加你的能力來做祂的事工?

說明：在阿爾瑪書18：36-39中，艾蒙教導拉摩那的方式正是今日傳教士所使用的模式。他教導了救贖計畫，包括創造、亞當和夏娃的墜落，以及耶穌基督的贖罪。請學生思考以下這問題：

- 在你看來，爲什麼在教導耶穌基督的贖罪時，同時教導有關創造及墜落是很重要的?

請一位學生讀出十二使徒定額組羅素．納爾遜長老所說的以下這段話：

「在我們領悟基督的贖罪之前，必須先了解亞當的墜落；而在我們了解亞當的墜落之前，得先了解創造。這救恩計畫的三個要素，關係非常密切。……

「……贖罪使得永生成爲可能，這是創造的至高目的」（「贖罪」，1997年1月，聖徒之聲，第37、39頁）。

如果這三項教義還沒有列在白板上，就加到你在讀者劇場中所寫的項目內。請一位學生讀出阿爾瑪書18：36-39。請全班跟著看經文，在艾蒙教導拉蒙那的內容中，找出創造、墜落及贖罪的各項要素。請他們報告他們所發現的事情。

- 在得知創造、墜落及贖罪的這些教義後，如何使得拉摩那認出自己需要一位救主？

請學生默讀阿爾瑪書18：40-43，找出拉摩那在回應艾蒙的教導時，祈求了些什麼。可以鼓勵學生將拉摩那所懇求的事劃記出來。

- 拉摩那的祈禱如何顯示出他了解自己和他的人民？（他了解他們都犯了罪，需要被寬恕。）
- 關於我們一旦了解到自己需要救主之後所發生的事，我們可以從拉摩那的例子學到什麼？（在學生回答這個問題時，要幫助他們辨認出以下這原則：**我們一旦了解到自己需要救主之後，就會渴望悔改**。可以請學生將這項原則寫在自己經文上，靠近阿爾瑪書18：40-41的地方。指出：雖然每個人的悔改經驗可能都不一樣，但我們都可以向拉摩那王看齊，眞誠地祈求神的憐憫。）

請學生寫出以下這問題的答案：

- 你可以做些什麼，使你能記得自己需要救主？

注釋及背景資料

阿爾瑪書18：36-39。教導救恩計畫

艾蒙「從創造世界……開始」教導拉摩那，然後教導了「和人類墜落有關的事」（阿爾瑪書18：36）。最後，他「還向他們〔國王及其僕人〕說明……救贖計畫」，尤其是「有關基督的來臨」（阿爾瑪書18：39）。同樣地，亞倫也教導了拉摩那的父親這些教義（見阿爾瑪書22：12-14）。

十二使徒定額組的布司．麥康基長老將創造、墜落及贖罪這三項基本教義稱為「永恆的三大支柱」，也是「全永恆中曾發生的最偉大事件」。他說明：

「如果我們能了解這些教義，就會了解整個永恆計畫架構中的每件事，並且我們會不斷為自己的救恩努力。……

「……這三項教義是所有事物的基礎。如果少了其中一項，所有的事物都會失去目的和意義，而神的計畫和設計也將枉然」（“The Three Pillars of Eternity” [Brigham Young University devotional address, Feb. 17, 1981], 1, speeches.byu.edu）。

十二使徒定額組的羅素．納爾遜長老說明了為什麼這項計畫中的這三個要件是不可或缺的：

「這項計畫需要有創造，相對地，也需要有墜落和贖罪。這些就是這項計畫的三個基本要件。神創造了一個樂園般的星球。亞當的墜落帶來塵世的生命和死亡。耶穌基督的贖罪則為世人帶來了不死及永生的機會。創造、墜落和贖罪早在實際展開創造工作之前就已經規劃好了」（「創造」，2000年7月，利阿賀拿，第102頁）。

艾蒙和亞倫除了教導同樣的教義之外，還用了類似的教導方法。他們用很簡單的方式教導，讓聽的人很容易理解（見阿爾瑪書18：24-30；22：7-11）。他們用經文教導（見阿爾瑪書18：36-39；22：12-14）。他們的教導引導人們去祈禱（見阿爾瑪書18：40-41；22：15-18）。

第83課

阿爾瑪書第19～20章

導言

拉摩那王體驗到內心的變化，促成了他的妻子和許多人民歸信。之後，艾蒙和拉摩那王旅行到密度乃，要解救艾蒙的兄弟脫離囚禁。他們在路上碰到拉摩那的父親，那位統治全地的國王。這位國王對於拉摩那和艾蒙的話、艾蒙的力量，以及艾蒙對拉摩那的愛感到驚訝。他的心軟化了，他向他們保證，艾蒙的兄弟都會從監獄獲釋，並表示自己很渴望進一步學習他的兒子和艾蒙告訴他的事情。

教學建議

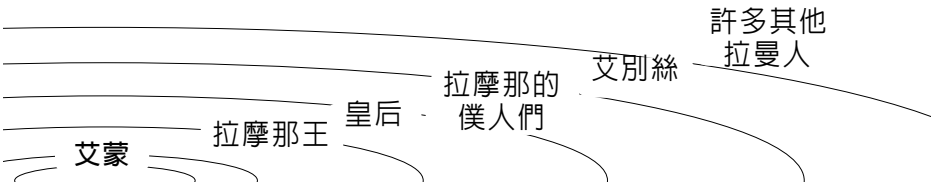
阿爾瑪書第19章

拉摩那王和許多人民悔改並受洗

問學生：

- 把一塊石頭丟進水池，水面會有何變化？

學生在描述石頭落入水中的效果時，將以下圖樣畫在白板上，但不要寫出文字。



將以下內容寫在白板上：

我們分享見證並樹立正義的榜樣，就能夠……

請學生在上課時記住這句話，並想想可以怎麼造句。

- 個人的行爲爲何就像落入水中的石頭一樣？（幫助學生明白，就像石頭濺起的水花會擴散成一波波的漣漪一樣，其他人會因我們的行爲而受到影響。）

將艾蒙寫在圖中的第一個圓圈內。

- 艾蒙最先教導的人是誰？（如果學生需要協助才能回答這個問題，可以建議他們複習阿爾瑪書第18章的章前綱要。將拉摩那王寫在圖中的第二個圓圈內。

概述阿爾瑪書18：40-43及19：1-5，說明拉摩那王在聆聽艾蒙的話時，認出了自己的罪惡，也體認到自己需要救主。他呼求主的憐憫後，就倒在地上。他的僕人以爲他死了，於是把他抬到他的妻子那裡，讓他躺在床上。兩天兩夜後，那些僕人正要把他的身體抬去墳墓時，皇后說，她想跟艾蒙談談。她不認爲拉摩那死了，她希望艾蒙去看拉摩那。

請學生默讀阿爾瑪書19：6，找出一句他們覺得對拉摩那的經驗描述得特別好的一句話。請幾位學生讀出所選的詞句。問他們爲什麼選擇那些詞句。

在圖上的下一個圓圈中寫皇后。請學生查考阿爾瑪書19：7-11，看看這個經驗怎樣影響了皇后。

- 我們從這幾節經文中，可以學到有關這位皇后的哪些事？（答案可能包括：她深愛她的丈夫、她信任艾蒙，以及她有著極大的信心。）

請一位學生讀出阿爾瑪書19：12-14。請其他學生跟著看經文，特別注意拉摩那怎樣表明他的信心。

- 拉摩那在前兩天中學到了哪些眞理?
- 拉摩那、皇后和艾蒙都「由於靈」而「不勝負荷」，且「因喜樂而不勝負荷」。你曾經在什麼時候強烈地感受到聖靈的影響力?你曾經在什麼時候感受過極大的喜悅?

將拉摩那的僕人們寫在圖表上的下一個圓圈內。請一位學生讀出阿爾瑪書19：15-16。請全班找出證據來證明這些僕人都轉向了神。

- 有哪些詞句顯示出那些僕人都轉向了神?

將艾別絲寫在下一個圓圈內。請一位學生讀出阿爾瑪書19：17。請全班找出艾別絲如何受到這些事件的影響。

- 艾別絲做了什麼?她希望她這樣做會帶來什麼結果?

考慮給學生機會概述阿爾瑪書19：18-28。給他們時間默讀這幾節經文，然後請一位自願者用自己的話講述這故事，允許其他學生給予協助。必要時，幫助他們加入以下資訊：人民聽了艾別絲傳來的消息後，就聚集到王宮裡。當他們看見艾蒙、國王、皇后及一些僕人都昏迷不醒，就起了極大紛爭。有個人企圖殺害艾蒙，但卻倒下死了。有人說艾蒙就是那位偉大的靈，另外有人說他是怪物。當艾別絲看到自己所聚集的人民起了紛爭，她憂傷極了。

請學生想想，他們若是處在艾別絲的情況下會怎麼做。然後請一位學生讀出阿爾瑪書19：29。

- 艾別絲的行動如何顯示出她擁有堅強的見證?皇后如何展現出她已獲得見證?

讀出阿爾瑪書19：30-36。請學生跟著看經文，並想想艾蒙的見證和榜樣對其他人造成了什麼影響。

將許多其他拉曼人寫在圖表上的最後一個圓圈內。

請學生完成你在開始上課時寫在白板上的那句話。他們可能表達出的一項原則是：**我們分享見證並樹立正義的榜樣，就能夠幫助他人轉向主。**

- 某人的榜樣或見證曾經怎樣影響了你向善?

請學生沉思自己的見證和榜樣會怎樣影響到家人、朋友和社會。請他們在筆記本或經文研讀日記中針對以下這問題寫出一項答案：

- 你今天可以做些什麼來爲周遭的人帶來好的影響?

鼓勵學生要讓自己的見證和正義的榜樣像石頭激起水池中的一波波漣漪一般，去影響其他的人。告訴學生，你可能會在下一堂課（第85課）中請他們針對這項努力提出報告。

阿爾瑪書第20章

拉摩那王的父親渴望學習福音，並開始體驗到內心的變化

請學生想想看自己曾經在什麼時候感覺自己受虐或得到不公平的待遇。

說明艾蒙和拉摩那曾面臨受虐的情況。指出我們可以從他們在遭遇這種情況時所作的反應，學習到一些重要的教訓。

爲了幫助學生熟悉阿爾瑪書第20章中的記事，概述阿爾瑪書20：1-7如下：拉摩那希望帶艾蒙去見他父親，就是那位治理全地的國王。主向艾蒙啓示，說他不可以去，因爲拉摩那的父親會想殺他。主也向他啓示說，艾蒙的兄弟亞倫和兩位同伴都被關在密度乃的監獄中。艾蒙想去解救他的兄弟。拉摩那聽到艾蒙藉著啓示得知這些事情，便去協助艾蒙解救他的兄弟們。

上課之前，將以下圖表抄在白板上，或作成講義發給每一位學生使用：

1.阿爾瑪書20：8-13	如果你處在艾蒙的情況，有人指控你說謊、搶劫，你會有何感受?
2.阿爾瑪書20：14-16	我們可以從拉摩那對他父親的回應中學習到什麼?
3.阿爾瑪書20：17-25	當拉摩那的父親見到艾蒙可能殺了他時，便提議要給艾蒙什麼?艾蒙反過來向他要求什麼?
4.阿爾瑪書20：26-27	艾蒙對拉摩那的愛如何影響了拉摩那的父親?艾蒙和拉摩那所說的話在哪些方面影響了拉摩那的父親?

指派學生分成兩人一組。請每一組閱讀列在第1-2列中的經文，並互相討論所附問題的答案。鼓勵他們準備好和全班分享答案。

學生分組討論過第1-2列的內容後，請幾個人報告他們學到了什麼。然後問：

- 我們可從這幾節經文學到哪些原則?（學生可能分享好幾個答案，但要幫助他們認清下列這項原則：**即使別人想要說服我們做錯事，我們仍可藉著言語和榜樣向他們作見證**。可以建議他們將這項原則寫在阿爾瑪書20：15的旁邊。）

請各組研讀在第3-4列中的經文，並討論所附的問題。請他們報告他們所發現的事情。然後問：

- 我們可從這幾節經文學到哪些原則?（儘管學生可能會分享各種不同的原則，但要確定他們都很清楚以下這點：**我們若展現愛心並教導眞理，就能幫助他人的心軟化，使他們易於接受福音**。可以鼓勵學生將這項原則寫在阿爾瑪書20：26-27的旁邊。）

請學生分享，他們有哪些經驗曾展現出阿爾瑪書第20章中的某項原則是眞實的。你也可以分享自己的經驗。

結束時，鼓勵學生尋求聖靈的引導，以知道如何將這兩項原則應用在生活中。

第84課

阿爾瑪書第21～22章

導言

艾蒙的弟兄亞倫教導了亞瑪力人，但他們拒絕了他有關耶穌基督贖罪的信息。他後來去密度乃傳教，最後和幾個同伴被關入監獄。他們在逆境中一直保持忠信，並在艾蒙和拉摩那王幫助他們獲得釋放之後，又繼續他們的使命去分享福音。拉摩那的父親在透過艾蒙的榜樣而作好準備之後，從亞倫學習到如何「從神而生」（阿爾瑪書22：15）。拉摩那的父親學習到，藉著悔改自己的罪，就能認識神，進而獲得永生。

教學建議

阿爾瑪書第21章

亞倫和他的兄弟們在面對考驗和牢獄之災時仍宣講福音

問學生，他們曾否感覺到自己雖然盡了全力遵守誡命，卻仍面臨挑戰或覺得沮喪。請他們談談人們在哪些情況中會有這樣的感覺。

說明，正當艾蒙成功地教導了拉摩那王和他的人民時，亞倫和他的同伴們卻在其他地區遭遇極大的困境。鼓勵學生在研讀亞倫及其同伴們的榜樣時，找出一些可以在他們面臨挑戰或感到沮喪時能幫助他們的教訓。

將以下參考經文寫在白板上：*阿爾瑪書21：1-4；阿爾瑪書21：5-8；阿爾瑪書21：9-11；阿爾瑪書21：12-15；*及*阿爾瑪書20：29-30*。將全班分成五組。將白板上寫的經文逐一指派給各組。請學生準備好針對受指派的經文作出簡短的概述，並針對亞倫和他的同伴們所受到的任何苦難作些描述。幾分鐘後，請各組派出學生分享他們所發現的事情。

- 亞倫和他的弟兄們忍受考驗的情形如何？（見阿爾瑪書20：29；21：9，12，15。）
- 亞倫面臨到的考驗之一，是他在教導亞瑪力人時遭到反對（見阿爾瑪書21：5-10）。如果有人要與我們爭論有關宗教的事，或質疑我們的信仰，我們可以怎麼做？

請學生回想這堂課開始時的那個問題。亞倫和他的弟兄們很努力地按照主的指示去做，卻仍面臨到困難。請學生安靜地思考，如果他們經歷到亞倫和他的同伴們經歷到的事，他們會有何感受。遠在他鄉爲了福音而遭受苦難，又被囚禁之後，他們可能會想做些什麼？你可以問問他們，會不會想回家。

將以下這原則寫在白板上：***我們若在考驗中忠信地堅持到底，主必協助我們做祂的事工。***請一位學生讀出阿爾瑪書21：16-17。請班上其餘學生跟著看經文，找出主如何協助亞倫和他的弟兄們做祂的事工。請學生報告他們找到了什麼。

爲了幫助學生應用白板上所寫的原則，問他們，神現在有哪些工作要他們去做，他們在努力完成這項工作時，可能會面臨哪些挑戰。（你可以指出，學生除了傳道事工之外，還可以藉著出席教會聚會、履行召喚及指派工作、爲人服務、增強自己的見證，以及變得更像基督，來參與神的事工。）

請學生分享自己是怎麼知道你寫在白板上的那項原則是眞實的。你可以分享自己的見證，談談當我們在考驗中忠信地堅持到底時，主會怎樣協助我們完成祂的事工。請學生舉例說明，他們認爲，未來做主的事工時，在哪些時候可能會需要在考驗中堅持到底。

幫助學生應用教義和原則

心中懷著祈禱，想想如何幫助學生辨認出課程中的教義和原則，並應用在他們個人的情況中。

概述阿爾瑪書21：18-23，說明艾蒙和拉摩那在幫助亞倫和他的弟兄們從監牢被釋放出來後，就回到以實瑪利地繼續傳講福音。拉摩那給予他的人民宗教自由。

阿爾瑪書第22章

拉摩那的父親聽到亞倫教導的福音後，就相信，並從神而生

將以下的問題寫在白板上：

爲什麼你會想獲得永生?

爲了獲得永生，你願意放棄什麼東西?

說明：「永生，即超升，是在高榮國度的最高層繼承一個地方。我們會在那裡住在神的身邊，並以家庭的型態繼續生活（見教約131：1-4）。……這項恩賜是透過耶穌基督的贖罪而來」（*忠於信仰：福音參考*〔2004〕，第18頁）。簡短地告訴學生，爲什麼你想獲得永生，同時也可展示一張你的家庭照片和一張救主的圖片。然後請學生在一起研讀阿爾瑪書第22章時，一邊沉思白板上的那些問題。

請一位學生讀出阿爾瑪書22：1。

- 你還記得前一課中有關拉摩那父親的哪些事?（可以請一位學生概述阿爾瑪書第20章的內容。）
- 根據阿爾瑪書20：27，拉摩那的父親請求艾蒙什麼事?（教導他。）

概述阿爾瑪書22：2-3，說明拉摩那的父親雖然很想見到艾蒙，並讓他教導，但當亞倫代替艾蒙到他那裡時，他仍然很熱切地學習。

請一位學生讀出阿爾瑪書22：5-6。請全班跟著看經文，找出拉摩那的父親想要知道什麼事。請他們報告他們所發現的事情。

將全班分成小組。請各組一起閱讀阿爾瑪書22：7-14，將亞倫教導拉摩那父親的各項教義列成一表。（例如，他們可能會提到，他教導了有關創造、墜落及贖罪等事。）各小組列表完成後，請一位學生和全班分享自己或自己那一組所列的各項教義。可以請這位學生將其內容寫在白板上。然後請其他學生加上他們那一組所列出的任何其他教義。

- 這些教義如何解答了阿爾瑪書22：6中，這位國王所提的問題?

請學生默默查考阿爾瑪書22：15，找出拉摩那王的父親願意放棄什麼來獲得快樂及永生。

- 看到這位國王願意放棄這一切，你有什麼感想?

指出雖然這國王願意放棄一切財產，亞倫仍教導他，他必須做出一項更大的犧牲。請一位學生讀出阿爾瑪書22：16。請全班聽聽看，亞倫說國王必須做些什麼。

- 亞倫說，國王必須做些什麼?（悔改自己的罪，並帶著信心向神祈禱。）

請一位學生讀出阿爾瑪書22：17-18。請全班跟著看經文，找出國王如何回答亞倫的指示。

- 國王如何展現出他渴望獲得永生?
- 在你看來，「拋棄」我們的罪是什麼意思?在你看來，爲什麼我們必須悔改我們*一切*的罪，而不僅是其中的*一些*?（幫助學生了解，要悔改一切的罪是需要時間的。）
- 關於爲永生作準備，我們可以從拉摩那王的父親學習到什麼?（雖然學生可能會使用不同的說法，要確定他們都了解下列這項眞理：**我們必須願意放棄一切的罪，才能準備好獲得永生**。可以建議學生劃記阿爾瑪書22：18中的這句「我願拋棄一切罪惡認識您」。）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組達林．鄔克司長老的話

「耶穌基督的福音要求我們改變。『悔改』是福音中最常出現的信息，悔改的意思就是指放棄一切與神的誡命相牴觸的作風，包括在個人、家庭、種族、國家等層面。福音的宗旨乃是使普通的平凡人蛻變爲高榮國度的公民，而要有那樣的蛻變需要我們有所改變」（「悔改和改變」，2003年11月，利阿賀拿，第37-38頁）。

指出有些人會懷疑自己眞的有能力去悔改和改變。有些人不相信主會原諒他們。爲了幫助那些可能有這些疑慮的學生，讀出以下總會女青年會長依蓮．戴騰姊妹的話：

「你生活中是否有些事情需要改變?你一定做得到。救主無限的贖罪犧牲讓你能夠悔改，祂讓你我有機會改變，再度變得純潔、潔淨，成爲像祂一樣。祂已應許，我們這麼做，祂就不再記住我們所犯的罪和錯誤」（「現在就要起來發光」，2012年5月，利阿賀拿，第124頁）。

說明：我們若運用信心、悔改我們的罪，就會有資格接受聖職的教儀和聖約，來幫助我們準備好獲得永生。

請學生在筆記本或經文研讀日記中，寫出他們對下列這問題的答案。（可以將這問題寫在白板上，也可以慢慢讀出來，讓學生抄寫。）

- 根據你所學到，必須做些什麼才能獲得永生一事，你覺得主會希望你今天做些什麼，好使你更接近祂?

給學生足夠的時間沉思及書寫後，問：

- 你看到哪些證據，證明這國王已經歸信了主?（提醒學生，這國王已經從原本想要殺害自己親生的兒子，改變爲願意放棄自己的整個王國和一切罪惡，以便能從神而生。）

概述阿爾瑪書22：19-21：說明這國王在因靈而不勝負荷之後，他的僕人跑去告訴皇后一切發生的事。皇后聽了很憤怒，下令僕人殺了亞倫和他的弟兄們。那些僕人因爲憚於尼腓人傳教士的力量而拒絕了。皇后雖然也很害怕，卻決定要殺死那些尼腓人。她命令僕人去聚集人民來殺害亞倫及其同伴。

請學生默讀阿爾瑪書22：22-26，找出亞倫和國王採取了什麼行動，讓皇后及其他人也變得歸信並體驗到快樂。結束時爲悔改和透過耶穌基督的贖罪而改變並蒙得祝福一事，分享你的見證。

精通經文複習

年輕人可以學習運用經文來教導福音眞理。將學生分成兩人一組，請各組準備一個一兩分鐘的講介，來教導一項由你指派的基本教義。請他們運用至少一節精通經文來教導該教義。也請他們考慮使用說明、例子、經驗及見證來教導。每一組裡的兩位學生都應參與講介。給他們充分時間準備之後，請兩三組學生出來教導全班。考慮請其他組的學生在下次的靈修祈禱中作此講介，或在一堂比較短的課程後進行講介。

注意：如果這一堂課沒時間進行這項活動，可以改天再使用這活動。其他的複習活動，見本手冊結尾的附錄。

第85課

阿爾瑪書第23～24章

導言

拉曼國王歸信之後，就在人民中宣布宗教自由。這使得亞倫和他的弟兄們得以在那些拉曼人的城市傳講福音、建立教會。數以千計的拉曼人歸信了，而且沒有再叛離過。這些歸信的拉曼人立約放下了他們的戰爭武器，並自稱為安太尼腓李海人，藉此與沒有歸信的拉曼人有所區別。當那些沒有歸信的拉曼人攻擊他們時，有些安太尼腓李海人為了遵守所立的聖約而犧牲了自己的性命。

注意：你可能已經在第83課中鼓勵學生要像石頭激起水池中的漣漪一般，用自己的見證和正義的榜樣去影響他人。若是這樣，考慮在開始上課時，請學生針對自己的努力提出報告。

追蹤所提出的邀請

教師在追蹤前幾堂課中所提出的邀請和指派作業時，學生會了解並感受到，在課堂外的實際生活中遵守和應用那些神聖的原則是一件很重要的事。

教學建議

阿爾瑪書第23章

數以千計的拉曼人歸信了主

在白板上畫出兩個人的樣子（簡單的線條圖就夠了）。然後讀出以下十二使徒定額組李察．司考德長老的話。請全班聽聽看，司考德長老描述的是哪兩種不同的人。

「我們每個人都看過有些人在一生中都能一直做著正確的事，他們看起來很快樂，而且熱愛生命。他們在需要作困難的決定時，也似乎總是會作正確的選擇，即使有其他誘人的替代方案，他們也不為所動。我們知道他們也遭遇誘惑，但他們似乎不予理會。我們也看過另外有些人在作決定時並不勇敢果決，當聖靈力量很強時，他們會下定決心表現得更好，改變他們人生的方向，放棄有害身心的惡習，非常認眞地決定作一些改變，但是過不了多久，他們又回到先前曾痛下決心捨棄的事物上。

「是什麼因素讓這兩種人的生活如此不同呢？要如何才能始終都作正確的選擇呢？」（「完全的歸信帶來幸福」，2002年7月，利阿賀拿，第26頁）

問學生，他們會根據司考德長老所說的話，為白板上的兩個人分別貼上怎樣的標籤。為白板上的一個人形標上忠信，為另一個人形標上反覆無常。問學生，他們會怎樣回答司考德長老所問的這些問題：

- 是什麼因素讓這兩種人的生活如此不同呢？
- 要如何才能始終都作正確的選擇呢？

鼓勵全班在研讀阿爾瑪書第23～24章時，想想許多教會成員之所以能終生保持眞誠忠信，是出於哪些動機。

概述阿爾瑪書23：1-5，說明拉摩那王歸信之後，在人民中發布了一項公告，讓亞倫和他的弟兄們可以在各地不受阻撓、不遭侵害地傳講神的話。這項公告使得那些傳教士得以在拉曼人中建立教會。結果，數以千計的拉曼人歸信了。

請一位學生讀出阿爾瑪書23：6。請全班跟著看經文，找出兩件有助於促成拉曼人歸信的事。請學生報告他們所發現的事情。

- 在你看來，艾蒙和他的弟兄們「憑著啓示和預言之靈」教導拉曼人，這件事為什麼很重要？

- 在你看來，「神在〔拉曼人〕身上行奇蹟的大能」指的是什麼？
- 你曾經在什麼時候體驗到神的大能幫助你歸信？你曾經在什麼時候見到神的大能幫助某個人歸信？

請學生再次閱讀阿爾瑪書23：6，找出一些詞句來描述那些相信了艾蒙及其弟兄所傳講之事的拉曼人。（確定學生都了解，這些拉曼人是「歸信主」，而不是歸信這教會，也不是歸信那些教導他們的傳教士。也要確定學生都知道，這些人「從此沒有叛離過」。將*歸信主*和*從此沒有叛離過*寫在白板上標示忠信的人形下方。

- 爲什麼在面臨艱難的情況和逆境時，重要的是歸信主，而不是歸信其他人或歸信其他理念？

請學生默讀阿爾瑪書23：7，16-18，找出一些詞句來證明那些拉曼人已歸信。請學生報告他們所發現的事情。可以將這些詞句列在白板上標示忠信的人形下方。爲了幫助學生進一步分析這幾節經文，可以提出下列這些問題：

- 那些人渴望有個新名字的這件事，如何證明他們已經改變了？
- 那些在今日歸信的人會如何與他人有所「區別」？
- 根據阿爾瑪書23：18，歸信後的拉曼人開始變得很勤勞，並與尼腓人和睦相處。當一個人在試著悔改或改變自己的生活時，跟其他已歸信的人來往會有何助益？

將以下這些話寫在白板上：*歸信意謂著*……。

請學生完成白板上的這句話，藉此概述自己從阿爾瑪書第23章學到的事情。學生在回答時可能會使用不同的說法，但他們都應表達出以下這項眞理：**歸信意謂著改變，並透過神的大能而成爲新的人**。完成白板上的那句話。

請學生注意白板上的*忠信*和*反覆無常*這兩個詞。鼓勵他們想想看哪一個詞最能形容自己歸信的程度。

阿爾瑪書第24章

安太尼腓李海人立約不再拿起武器

請學生默默思考自己曾否下定決心要避免再次犯下某項錯誤或罪，後來卻又再次犯下同樣錯誤或罪。說明要是他們曾有過這樣的經驗，就應繼續努力改進。他們在研讀阿爾瑪書第24章時，會學到一些能幫助他們的眞理。

概述阿爾瑪書24：1-5，說明亞瑪力人和艾繆倫人以前也都是尼腓人。他們激起許多拉曼人對他們的國王，也對其他安太尼腓李海人發怒。這些怒氣沖沖的拉曼人準備好後，就去攻打安太尼腓李海人。在這場戰爭中，安太尼腓李海人的國王死了，王國傳給了他的一個兒子。艾蒙和新任的國王、拉摩那和其他人聚在一起，商議著要如何保衛自己，對抗拉曼人。

請學生默讀阿爾瑪書24：6，找出安太尼腓李海人決定不要做什麼事。學生報告過他們所發現的事情後，請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書24：7-10，12-14。請全班跟著看經文，聽聽看安太尼腓李海人的國王用了哪些方式承認神已祝福了他們。

- 根據阿爾瑪書24：9，安太尼腓李海人先前曾犯下哪一項罪行？
- 根據阿爾瑪書24：13，爲什麼他們拒絕在戰場上作戰？

將全班分成兩組。請第一組閱讀阿爾瑪書24：11，15，找出一些詞句來描述安太尼腓李海人爲了悔改所作的努力。請第二組閱讀阿爾瑪書24：16-19，找出安太尼腓李海人做了些什麼來確保自己保持潔淨。學生有足夠時間閱讀之後，請他們分享他們所發現的事情。可以用下列問題來引出更多見解：

- 在你看來，國王所說：「既然我們所能做的……就是悔改」，是什麼意思？（阿爾瑪書24：11）（這句話在描述安太尼腓李海人作了很大的努力，下定決心要悔改他們的罪。）
- 證明一詞在阿爾瑪書24：15-16，18中出現了四次。把武器深埋在地底下可以證明什麼？（這樣做是在向他人，也向神表明他們確實已經棄絕罪惡。）

請一位學生讀出以下賓塞．甘會長所說的話：

「人在棄絕罪的時候，不能單單盼望會有比較好的情況發生。……他必須確定自己不但已棄絕了那項罪，而且還改變了與那項罪有關的情況。他應當避免接觸那些發生罪惡的場所、情況和環境，因爲這些都會快速地引發犯罪。他必須棄絕那些與他一同犯罪的人。他可能不會討厭與那項罪有關的人，但是他必須避開他們，也避開每一件與那項罪有關的事物」（參閱寬恕的奇蹟，第148頁）。

- 安太尼腓李海人做了哪些事來避開那些可能誘使他們再次犯下以前罪惡的情況和人？

可以給學生片刻時間去想想自己生活中有哪些情況需要改變，以便能悔改和棄絕某項他們很難克服的罪。

將以下詞句寫在白板上：*我們若……，神就必……*。

請學生複習阿爾瑪書24：10-18，找出一些方法來完成白板上的那句話。（可以建議學生在自己的經文中寫一句類似以下的句子：**我們若盡一切所能悔改，神就必除去我們的罪過，幫助我們保持潔淨**。）

請學生再次查閱阿爾瑪書24：17。

- 人們歸信了主之後，可能會收起或埋藏哪些作亂的武器（見阿爾瑪書23：7）？（幫助學生明白，人們在歸信主時，所必須放棄的作亂武器可能包括罪惡的態度或行爲。）

請一位學生讀出十二使徒定額組傑佛瑞．賀倫長老所說的以下這段話：

「只要你說『我會改』，而又肯付諸行動，你就能悔改。當然，你要解決一些問題，彌補一些事情。你可能要用你的餘生，事實上，你最好能用你的餘生持續這樣做，來證明你永遠悔改了」（參閱「憂患的時刻」，1982年1月，聖徒之聲，第10頁）。

請學生說明男青年或女青年可以採取哪些行動來避免再次犯下以下這類的罪：違反智慧語、觀看色情、對兄弟姊妹不友愛。

請學生想像那些安太尼腓李海人埋藏了武器之後，卻發現拉曼軍隊正前來攻擊他們時，會有什麼感受。請學生在默讀阿爾瑪書24：20-22時，想想這個情況。

將以下這項眞理寫在白板上：*我們若遵守所立的聖約，就能幫助他人歸信*。請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書24：23-27。請全班跟著看經文，找出有哪些詞句教導了白板上所寫的這項原則。

- 這項記事對於你渴望遵守聖約一事有何影響？
- 我們可以做些什麼來使我們更有渴望，也更有能力去遵守與主所立的聖約？

請學生針對白板上的原則分享一些經驗。結束時，爲本課所教導的這些原則分享你的見證。

自修班課程

阿爾瑪書第17～24章（第17單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第17～24章（第17單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第17～18章）

學生從艾蒙和他的弟兄們教導拉曼人的榜樣學習到，我們可以藉著查考經文、祈禱及禁食，來接受聖靈和用神的力量教導。艾蒙對拉摩那王的服務也教導了傳道服務中的重要一環，那就是：我們若樹立好榜樣，主就能讓我們成為祂手中的工具。學生能夠明白，艾蒙對拉摩那王的服務使得這位拉曼統治者和其他人準備好接受福音。拉摩那王的歸信教導我們，我們若了解到自己需要救主，就會渴望悔改。

第2天（阿爾瑪書第19～20章）

學生學習到，艾蒙的見證和正義榜樣幫助了拉摩那的父親歸向主。他們也學習到，我們充滿愛心的行動能促使他人的心軟化，讓他們尋求認識真理。

第3天（阿爾瑪書第21～22章）

亞倫做傳道事工的記事幫助學生明白，我們若在考驗中忠信地堅持到底，主必會幫助我們做祂的事工。亞倫幫助拉摩那王的父親了解到，唯有透過耶穌基督的功勞，才能獲得救恩。就像那位國王一樣，我們也必須願意棄絕一切的罪，才能在靈性上有所改變，並從神而生。

第4天（阿爾瑪書第23～24章）

這數千名接受了福音的拉曼人讓我們看出，歸信是一種靈性上的改變，也就是透過神的力量而變成新的人。那些拉曼人後來成為安太尼腓李海人，學生從他們的榜樣學習到，我們若盡一切所能去悔改，神會除去我們的罪過，幫助我們保持潔淨。拉曼人的歸信顯示出，我們若是忠信，就能夠幫助他人歸信。

導言

摩賽亞王的四個兒子為了到拉曼人之中傳講福音，選擇拒絕留在家中享受奢華的機會。這四位傳教士的記事說明了學生可以怎樣作準備，以便能有效地教導他人耶穌基督的福音。

教學建議

阿爾瑪書第17～22章

艾蒙和他的弟兄們教導拉曼人的兩位國王

上課前，將以下這句未完成的話寫在白板上，或寫在一張紙上：*你們準備自己接受〔傳教〕召喚所能做的一件最重要的事，就是……。*

請幾位學生談談，他們的家人或朋友在忠信地擔任全部時間傳教士後，返鄉時是什麼樣子。然後問學生：這個人在傳教之後有什麼不一樣？在你看來，是什麼促成了那樣的改變？

問學生，他們會怎樣完成白板上的那句話。學生回答後，和他們分享十二使徒定額組大衛·貝納長老是如何說這句話的：「你們準備自己接受〔傳教〕召喚所能做的一件最重要的事，就是早在你們去之前先成爲一個傳教士」（「成為一位傳教士」，2005年11月，利阿賀拿，第45頁）。

問：男女青年可以用哪些方式來跟從貝納長老的忠告，在擔任全部時間傳道服務之前，先成為傳教士？

分享多馬·孟蓀會長以下這段話：

「傳道服務是一項聖職職責；我們已獲賜良多，而主期望我們去履行傳道的義務。年輕男子，我勸誡各位要為傳道服務作好準備。要保持潔淨和純潔，能配稱擔任主的代表。維持身體的健康和好體力。研讀經文。在有福音進修班或福音研究所的地方，要參加這些課程，並且熟讀傳教士的指南：宣講我的福音。

「我要對年輕的姊妹說：雖然你們不像年輕男子一樣有從事全部時間傳道服務的聖職職責，但是你們擔任傳教士時一樣能為這事工貢獻良多，我們歡迎各位的服務」（「我們再次相聚」，2010年11月，利阿賀拿，第5-6頁）。

將以下內容寫在白板上：*我們若……，主必祝福我們，使我們擁有聖靈，並有能力去教導祂的話……*

將全班分成四組。分別指派以下的一段經文給各組：阿爾瑪書17：1-4；阿爾瑪書17：9-13；阿爾瑪書17：19-25；18：1-9；阿爾瑪書17：26-30。（如果班級人數少，可以調整這項活動。）

請學生默讀所指派的經文，找出摩賽亞的兒子們做了什麼，讓他們能蒙福在教導福音時擁有聖靈和神的能力。說明在學生讀完之後，你會請他們分享他們所發現的事情，以及他們會如何完成白板上那句話。

經過充分的時間後，從各組中請一個人說明摩賽亞的兒子們做了什麼，以及該組成員會怎樣完成白板上所寫的那項原則。學生的回答可能包括以下各點：查考經文、禁食祈禱、有耐心、樹立好榜樣、信賴主、真誠地為人服務，以及像兄弟姊妹一般地愛人。在學生分享答案時，將這些答案寫在白板上。請學生說明，他們認為這每一項行動或品格如何讓人更有效率地分享福音。

若有任何學生是由全部時間傳教士教導之後歸信福音，你可以請他們分享，他們在學習福音時的感受如何。

提醒學生，在艾蒙護衛了國王的羊群後，拉摩那王因為艾蒙的力量和他在履行國王的命令時所展現的忠信服從，而深感驚訝（見阿爾瑪書18：8-10）。拉摩那當時已準備好要聆聽艾蒙與他分享的信息了。請學生輪流讀出阿爾瑪書18：24-29。請全班找出艾蒙如何根據拉摩那對神的理解，來準備拉摩那了解真正的教義。

問學生下列問題：

- 如果你和其他信仰的朋友談到神，你會怎樣像艾蒙一樣，運用你們共同的信念？這樣做對你的朋友會有何幫助？
- 你還可以和朋友談論哪些福音主題，以便有機會與他們分享福音？

提醒學生，拉摩那王和他的父親一樣，都抱著虛心求教的態度聆聽耶穌基督的福音。請一位學生讀出阿爾瑪書18：39-41中，拉摩那對於認識耶穌基督一事作何回應。請另一個學生讀出阿爾瑪書22：14-18，有關拉摩那王的父親所作的回應。請全班跟著看自己的經文，找出這兩個人的回應有何相似之處。

問：這兩個人在認識耶穌基督時，都想要怎麼做？

說明：拉摩那和他的父親都經由傳教士的教導而受到聖靈的感動，他們因此想要獲得福音的祝福，願意棄絕自己的罪並且悔改。提醒學生他們本週所讀到的這項真理：**我們必須願意棄絕一切的罪，才能在靈性上有所改變，並從神而生**。

請一位學生讀出學生研讀指南中，達林．鄔克司長老的這段話：「耶穌基督的福音要求我們改變。『悔改』是福音中最常出現的信息，悔改的意思就是指放棄一切與神的誡命相牴觸的作風，包括在個人、家庭、種族、國家等層面。福音的宗旨乃是使普通的平凡人蛻變為高榮國度的公民，而要有那樣的蛻變需要我們有所改變」（「悔改和改變」，2003年11月，利阿賀拿，第37頁）。

請學生想想自己的生活，並想想自己是不是也像拉摩那和他的父親一樣，必須棄絕一切的罪，才能在靈性上有所改變。結束時，分享你的這項鼓勵和見證：我們若願意棄絕罪惡，主必幫助我們改變和成長。

下一單元（阿爾瑪書第25～32章）

請學生想想這個問題：你會對一個反基督的人說些什麼？在下一單元，學生會學到阿爾瑪如何應付反基督者柯力何的質問和嘲弄。除此之外，他們在讀到阿爾瑪和其他人如何努力教導那些正在歪曲主的道路、叛教的卓倫人時，也會學到更多有關信心的事。

第86課

阿爾瑪書第25～26章

導言

拉曼人在毀滅了艾蒙乃哈城後，和尼腓人又發生許多次戰役，被驅趕了回去。許多拉曼人在遭受了慘重的損失後，放下作戰武器，加入安太尼腓李海人。在摩賽亞的兒子們和他們的同伴結束在拉曼人之中的14年傳道之後，艾蒙讚頌主，並為能成為神手中的工具，將福音帶給拉曼人的這項祝福而表達感激之意。

教學建議

阿爾瑪書25：1-12

阿賓納代和阿爾瑪的預言都應驗了

上課前，將以下這個表畫在白板上：

預言	預言的應驗
阿爾瑪書9：12。 阿爾瑪向艾蒙乃哈人民作了什麼預言？	阿爾瑪書25：1-2 （亦見阿爾瑪書16：2-3，9-11）
摩賽亞書17：14-19。 阿賓納代預言，挪亞王及其祭司們的後裔將會遭遇什麼事？	阿爾瑪書25：4-9

將信賴這個詞寫在白板上。請學生說說看，我們通常會信賴哪些人。（可能的答案包括主、先知、父母、教師和教練。）問學生：

- 爲什麼有些人比其他人更容易讓人信賴？
- 在今日世界上所有的人當中，你最容易信賴的人是誰？

告訴學生，阿爾瑪書第25章裡的記事證明了主透過祂的先知所說的話都必應驗。說明學生會用到白板上的這個表來研讀摩爾門經先知所作的兩項預言，以及這些預言的應驗。請學生將這個表抄在筆記本或經文研讀日記上。請他們運用所提供的參考經文，在第一欄中寫出那些問題的答案。請他們在第二欄中，寫出那些預言應驗的情形。請幾位學生報告他們所發現的事情。

請一位學生讀出阿爾瑪書25：11-12。請其他學生跟著看經文，找出摩爾門所說，阿賓納代的話會變得如何？可以建議學生將第12節裡的這句「驗證了這些話」劃記下來。

- 這一句「驗證了這些話」指的是什麼？

可以建議學生將教約1：38寫在自己的經文，阿爾瑪書25：12的旁邊。請一位學生讀出教義和聖約1：38。請全班跟著看經文，找出與「驗證了這些話」這句話類似的詞句。（「都要應驗。」）

- 關於眾先知所作的預言和應許，我們從阿爾瑪書25：1-12學到了什麼？（將以下這項眞理寫在白板上：*眾先知受靈啓發所說的話語都必應驗。*）

指出這個表裡的例子正顯示出，眾先知對不正義之人所作的警告都必應驗。眾先知也談到歸信主的人會有何應許。這些應許也都必應驗。爲了幫助學生明白如何在自己生活中應用這項原則，讀出以下鞏固青年中，總會會長團的這些話。請學生聽聽看，遵守這本小冊子裡的標準會獲得哪些應許。

「本手冊中的標準將幫助你們面對現在和未來要作的重要抉擇。我們應許，只要你們遵守已經訂立的聖約和這些標準，你們就會蒙福得有聖靈的陪伴，你們的信心和見證會更穩固，也能享有日益增加的喜悅」（鞏固青年〔小冊子，2011〕，第ii頁）。

- 總會會長團作了什麼應許？
- 你曾經在什麼時候見到這些應許應驗了？

阿爾瑪書25：13-17

許多拉曼人悔改並加入安太尼腓李海人

請一位學生讀出阿爾瑪書25：13-14。請全班跟著看經文，找出許多拉曼人在了解到他們無法擊敗尼腓人之後，做了什麼事。

- 那些拉曼人的行動中，令你印象深刻的是什麼？

請學生默讀阿爾瑪書25：17，找出摩賽亞的兒子們對於自己在拉曼人中獲得成功一事的感覺如何。

- 摩賽亞的兒子們獲得成功，爲何是主的話已應驗的一個例子？（如果學生需要協助才能回答這個問題，請他們查閱摩賽亞書28：5-7及阿爾瑪書17：11。）

阿爾瑪書第26章

艾蒙因主對他、對他的弟兄們和對那些拉曼人所施予的慈悲而歡欣

展示一些用具（例如鐵鎚、螺絲起子、扳手、原子筆或鉛筆、牙刷、剪刀、電腦或樂器）。說明用具的另一個名稱是工具。

- 一個手藝精良的工匠或藝術家可以用適當的工具做些什麼事？
- 在你看來，一個人成爲主手中的工具是什麼意思？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書26：1-5，12。請全班找出艾蒙和他的傳教同伴們在哪些方面是神手中的工具。

- 主透過艾蒙和他的傳教同伴們完成了什麼事？
- 你會如何重新陳述阿爾瑪書26：12？在這節經文裡，艾蒙所說的話跟成爲主手中的工具一事有何關聯？

請學生默讀阿爾瑪書26：11，13，16，找出在這些經文裡出現的所有快樂、高興和喜樂的字眼。可以建議學生在自己經文中將這幾些詞句劃記下來。請一位學生讀出阿爾瑪書26：13-16，並請全班找出艾蒙說他是爲了什麼而感到快樂。

- 艾蒙爲什麼感到快樂？
- 我們可從這幾節經文學到哪些原則？（學生可能會提到許多不同的原則。以下這原則可爲他們所說的話作總結：**我們忠信地爲主和爲祂的兒女服務時，會體驗到快樂。**你可以將這項原則寫在白板上。）
- 在你看來，爲什麼我們在爲主服務時會感到快樂？

將以下各項參考經文和問題寫在白板上。（考慮在上課前寫好。）將學生分成兩人一組。請各組選擇一段經文閱讀，並針對附帶的問題討論答案。）

阿爾瑪書26：17-20。艾蒙和他的弟兄們在歸信之前是什麼樣的人?

阿爾瑪書26：23-25。根據尼腓人告訴艾蒙和他的弟兄們的話，那些拉曼人在歸信之前是什麼樣子?

給幾位學生一些時間說明他們如何回答這些問題。請學生默讀阿爾瑪書26：23-29，找出艾蒙和他的弟兄們在爲主和爲拉曼人服務時，面臨了哪些阻礙。

- 在你看來，今天的傳教士也會面臨到這其中的哪些阻礙?
- 根據阿爾瑪書26：27，30，讓艾蒙和他的傳教同伴們繼續服務的動機是什麼?（主給予安慰和應許，以及他們渴望「成爲拯救某些靈魂的工具」。）

請學生默讀阿爾瑪書26：31-34，找出摩賽亞兒子們的努力獲得了哪些成果。在他們有足夠時間閱讀後，請他們分享他們所發現的事情。

請一位學生讀出阿爾瑪書26：35-37。請全班跟著看經文，想想看自己有哪些理由可以因神的良善而快樂。

- 你在這幾節經文中看到了哪些信息?

指出這幾節經文中包含了許多信息，其中之一是：**主對所有悔改並相信祂名的人都是慈悲的**。爲了幫助學生感受到這項原則是眞實且重要的，讀以下十二使徒定額組培道．潘會長的話：

「有些犯下錯誤而造成悲劇的人來信問我：『我還能獲得寬恕嗎?』

「答案是：能！

「福音教導我們：只要悔改，就能從折磨和罪疚中釋放出來。除了極少數在認識一切之後，卻又叛離而沉淪的人之外，任何習慣、癮癖、叛逆、違誡、過犯，都能依照應許，獲得完全的寬恕」（參閱「寬恕的燦爛黎明」，1996年1月，聖徒之聲，第20頁）。

見證：只要對耶穌基督有信心並悔改，無論大小的罪都能透過贖罪的力量而蒙得寬恕。也要見證：我們若成爲主手中的工具，就會在生活中感到喜樂。

第87課

阿爾瑪書第27～29章

導言

拉曼人攻擊尼腓人失利之後，將怒氣轉到安太尼腓李海人身上。安太尼腓李海人因為已經立約不再殺人流血，因此拒絕拿起武器保護自己。艾蒙帶領安太尼腓李海人到柴雷罕拉，獲得尼腓人的保護，並成了眾所週知的艾蒙人。尼腓人為了保護艾蒙人而與拉曼人對抗，使得數以千計的尼腓人和拉曼人在戰役中喪生。儘管尼腓人為了親人過世而憂傷，但他們許多人仍找到了希望和快樂，因為主已應許中：義人將「復活住在神的右邊，在無窮幸福的狀態中」（阿爾瑪書28：12）。

教學建議

阿爾瑪書第27章

艾蒙率領安太尼腓李海人至尼腓人之中得到安全

問學生：是否曾經有人在對他們許下承諾後又違背承諾？是的話，就舉起手來。然後問他們：是否曾經有人在對他們許下承諾後就遵守了那項承諾？是的話，就舉起手來。

- 你對於那些遵守承諾的人有何感受？爲什麼？
- 在你看來，主對於那些遵守與祂所立承諾的人會有何感受？

介紹阿爾瑪書第27章：說明拉曼人在企圖摧毀尼腓人不成之後，就轉而攻擊安太尼腓李海人，那些人是因艾蒙和他的弟兄們的服務而歸信的拉曼人。請學生回想安太尼腓李海人做了什麼，來向主表示他們會遵守聖約，絕不再「用武器來流人血」（阿爾瑪書24：18）。（他們埋藏了作戰武器。）爲了找出那些安太尼腓李海人在遵守承諾方面有多堅定，請一位學生讀出阿爾瑪書27：2-3。（也可以建議學生閱讀阿爾瑪書24：18-19，並將這節參考經文寫在阿爾瑪書27：3旁的空白處。）

- 如果你是一個安太尼腓李海人，要遵守所立的聖約，不用打戰的方式來保護自己和親人，可能會有多麼困難？

請學生默讀阿爾瑪書27：4-10，找出艾蒙提議要怎麼做來保護安太尼腓李海人，同時幫助他們遵守聖約。請一位學生概述這段經文。

請一位學生讀出阿爾瑪書27：11-12，並請全班找出艾蒙從主那裡獲得什麼指示。說明：安太尼腓李海人跟隨艾蒙到了柴雷罕拉（見阿爾瑪書27：13-15）。（也可以概述阿爾瑪書27：16-19，指出艾蒙和摩賽亞的其他兒子們就是在這樣的情況下與阿爾瑪重聚的，如阿爾瑪書17：1-4所載。）

說明：尼腓人的首席法官問人民，是否願意讓安太尼腓李海人在他們之中間居住。請學生默讀阿爾瑪書27：22-24，找出尼腓人對首席法官的這項宣布作何回應。

- 那些尼腓人說，他們會怎樣幫助安太尼腓李海人？
- 在你看來，爲什麼那些尼腓人願意保護他們以前的敵人？

請學生默讀阿爾瑪書27：26，找出那些尼腓人開始怎麼稱呼安太尼腓李海人。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書27：27-30。請全班跟著看經文，找出艾蒙人因什麼而著稱。請學生報告他們所發現的事情。

- 艾蒙人在哪些方面最令你印象深刻？爲什麼？

- 阿爾瑪書27：27-30教導，歸信主與遵守聖約之間有何關係？（學生可能會使用不同的說法，但他們都應表現出已了解下列這項眞理：**我們若完全歸信主，就會遵守與祂所立的聖約**。可以將這項原則寫在白板上。）
- 你生命中的哪個人正是這項原則的典範？

阿爾瑪書第28章

尼腓人在一場大戰役中擊敗拉曼人

指出：雖然許多尼腓人都很忠信，他們仍面臨艱難的考驗。

說明：多馬·孟蓀會長曾分享以下這則他年輕時的一個經驗。年輕時的多馬·孟蓀在聽到好友亞瑟·裴登在第二次世界大戰中去世的消息時，便去探望亞瑟的母親，她不是本教會成員。他後來回憶道：

「裴登太太生命裡的一盞燈驟然熄滅，她哀傷不已、悲痛欲絕。

「當時我在心裡默默禱告，走在通往裴登家那條熟悉的路上，不知道我這小男孩應該說什麼話來安慰她。

「門開了，裴登太太擁抱我，像擁抱自己的兒子一般。當一位哀痛欲絕的母親與一個充當兒子的男孩一起跪下禱告時，那個家宛如成了會堂。

「起身之後，裴登太太凝視著我說：『湯米，我沒有加入任何教會，可是你是教會成員。告訴我，亞瑟會再次活著嗎？』」（「裴登太太——未完的故事」，2007年11月，*利阿賀拿*，第22頁）。

- 你會如何回答裴登太太的問題？

讀出孟蓀會長的回答：

「我竭盡所能地向她見證，亞瑟一定會再次活著」（「裴登太太——未完的故事」，第22頁）。

- 認識救恩計畫會讓遭逢喪親之痛的人在看法上有何改變？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書28：1-3。請全班找出尼腓人付出什麼代價來幫助艾蒙人遵守聖約。請學生默讀阿爾瑪書28：4-6，找出這麼多人過世，對尼腓人造成了什麼影響。請學生查考阿爾瑪書28：11-12，找出爲什麼有些人在親人過世時會感到恐懼，而有些人卻會感到充滿希望。

- 爲什麼有些人在親人過世時會感到恐懼？
- 爲什麼有些人在親人過世時能感覺充滿希望？（學生可能會使用不同的說法，但他們都應表達出：**我們若對耶穌基督和主的應許有信心，就能在死亡之際擁有希望和喜樂**。）

將以下這個未完成的句子寫在白板上：*由此可知，……*。

問學生，根據他們在阿爾瑪書第28章所讀到的內容，他們會如何完成這個句子。

學生有時間回答後，請一位學生讀出阿爾瑪書28：13-14。請學生將自己的答案與這段經文中所教導的原則作一比較。（可以建議學生將這段經文中出現的每一句由此可知劃記下來。說明：摩爾門經常用這句話來介紹一些我們可以從摩爾門經記事中學習到的重要教訓。）

- 你在阿爾瑪書第27～28章讀到的哪些內容，能支持摩爾門以這句「由此可知」作開頭所說的那些話。
- 你曾經在什麼時候見到某人在面臨自己或親人的死亡之際，因爲對耶穌基督有信心而充滿希望？
- 你會如何解釋復活，來幫助某人在面臨自己或親人的死亡之際，還能保有希望？

幫助學生認出經文所教導的原則

有些時候，經文中所教導的福音原則會以這句「由此可知」作開頭。例如，在阿爾瑪書28：13-14中，摩爾門就使用「由此可知」來引起我們注意可以從艾蒙和安太尼腓李海人的經驗中學到哪些原則。教導學生：他們在研讀及沉思經文時，可以問自己：「這些經文教導了我什麼？」來自行找到一些原則。

阿爾瑪書第29章

阿爾瑪因帶領靈魂歸向神而感到光榮

告訴學生，阿爾瑪書第29章包含了阿爾瑪所述，他怎樣渴望成爲主手中的工具。請一位學生讀出阿爾瑪書29：1-3。請全班找出，阿爾瑪若能實現自己「心中的願望」，就會做些什麼事。（他會「向每一個民族呼籲悔改」。）

- 根據阿爾瑪書29：2，爲什麼阿爾瑪會有這樣的渴望?

請學生默讀阿爾瑪書29：4-5，找出主會將什麼賜給那些懷有正義渴望的人。（如果學生需要幫助才能回答這個問題，你可以指出這句「祂會按照他們的意願賜給他們。」說明：**我們若渴望正義的事物，主就會根據這樣的渴望祝福我們**。指出：就算我們無法在今生實現所有的正義渴望，仍會在永恆中實現。）

請學生個別查考阿爾瑪書29：10，14，16，找出阿爾瑪在幫助他人歸向基督之際，獲得了哪些祝福。請學生分享他們所發現的事情。

- 阿爾瑪用哪些字詞來描述自己對於幫助他人歸向基督一事的內心感受?（可以建議學生將這段經文中出現的每一句快樂劃記下來。）
- 我們可以從阿爾瑪幫助他人悔改及歸向耶穌基督的經驗中學習到哪一項原則?（學生可能會用不同的說法，但他們都應顯示出已經了解以下這原則：**我們幫助他人悔改及歸向耶穌基督，就會感到快樂**。）
- 你曾經在什麼時候感受到因爲幫助他人歸向基督而來的快樂?

鼓勵學生找機會幫助他人歸向耶穌基督。考慮分享一則你自己在傳道方面的快樂經驗。

注釋及背景資料

阿爾瑪書28：11-12。在死亡來臨時找到平安

十二使徒定額組的羅素．納爾遜長老曾談到我們今生的行為，會怎樣在死亡來臨時帶給我們平安。他說：

「弟兄姊妹們，我們活著然後死去，死去然後復活——活在另一個世界裡。如果我們作好準備，死亡不會帶來恐懼。就永恆的觀點而言，死亡只有對那些還沒有準備好迎見神的人來說，才會來得太早。

「現在就是準備的時候。然後，當死亡來到時，我們就可以往天父為祂忠信兒女所預備的高榮榮耀前進。在此同時，對喪家……而言，死亡毒鉤的痛苦可以得到紓解，因為我們有著對主的堅定信心，懷著十分光明的希望，並且對神和對所有的人都有愛心，也熱切渴望為他們服務」（「現在就是準備的時候」，2005年5月，利阿賀拿，第18頁）。

七十員惠福．安德生長老提到他的幾位朋友如何面對他們的父親過世所帶來的傷痛，說：

「最近，我的一位好友因癌症過世。他和他的家人都是很有信心的人。看到他們如何憑信心度過這段艱難時期，帶給我很大的啓發。他們內心充滿平安，這平安支持並鞏固他們。經過他們的同意，我要唸出其中一位家人在她父親過世幾天前所寫的信之部分內容：

「『過去這幾天特別難熬。……昨天晚上，我們聚集在爸爸的床前，我感覺到主的靈與我們同在，的的確確是我們的保惠師。我們都很平靜。……我們不曾經驗這麼難過的事，但我們都很平靜，我們知道……天父已經應許我們全家會再次團圓。醫生在醫院裡告訴父親已經束手無策之後，父親以十足的信心看著我們每個人，果敢地問道：「在這房間裡，有誰對救恩計畫有意見嗎?」我們……非常感激父母親教導我們要完全信賴這計畫』」（「我們救贖主這塊磐石」，2010年5月，利阿賀拿，第17頁）。

第88課

阿爾瑪書第30章

導言

尼腓人和拉曼人之間的一場大戰結束後，地上再度有了和平。大約兩年之後，有位名叫柯力何的人開始傳講神不存在，也沒有基督，而且沒有所謂罪惡。他污衊教會領袖，說他們教導的是愚蠢的傳統。他的虛假教導使得許多人犯下嚴重的罪。柯力何被帶到阿爾瑪面前，阿爾瑪向他見證耶穌是基督，又教導他，所有的事物都在為一位至高的創造主作見證。最後柯力何受到神的大能擊打，成為啞巴，並信服了真理。但當他要求恢復聲音時，阿爾瑪拒絕了他，說：要是他恢復了聲音，就會再次教導虛假的教義。柯力何餘生都在乞討食物，最後被一群自稱卓倫人的叛離尼腓人踐踏而死。

教學建議

阿爾瑪書30：1-18

反基督者柯力何嘲笑基督的教義

上課前，在一瓶汽水底部鑽個小洞，讓汽水流光。將這個汽水瓶展示給全班看，但不要說出瓶子內是空的。問有誰要買這瓶汽水，要出多少錢買。請一位學生到前面來檢查這瓶子，並告訴全班瓶子裡面有什麼。（也可以使用平常是裝著學生喜歡的某項物品的任何空盒、空箱或包裝袋來代替汽水瓶。）

- 虛假的教導如何就像這個汽水瓶？（通常外表很吸引人，但內在卻是空無一物。）

說明在今天的課程中，學生會認識一個名叫柯力何的人。鼓勵學生在研讀阿爾瑪書第30章時，想想柯力何的教導如何使得他自己和其他人在靈性上空無一物。

告訴學生，艾蒙人（即安太尼腓李海人）和尼腓人對拉曼人的戰爭結束後，有了一段時間的和平。後來柯力何打斷了他們的和平。請學生閱讀阿爾瑪書30：6，12，找出一個描述這個人的用詞。（這個詞是反基督者。說明這個詞的一個定義是「任何假冒眞實的福音之救恩計畫，並公開或私下反對基督的人或事」〔經文指南，「反基督者」，scriptures.lds.org〕。）

上課前將以下練習作成講義或寫在白板上。如果寫在白板上，就請學生抄在筆記本或經文研讀日記。這能幫助他們看出撒但和爲撒但工作的人如何使用虛假的教義來引誘我們犯罪。

反基督者柯力何的虛假教導

虛假的教導	信息
1. 阿爾瑪書30：13-14	a. 你們無法知道你們沒有看見的事；所以你們無法知道將來有位基督。
2. 阿爾瑪書30：15	b. 並沒有所謂的罪惡。關於是非對錯，並沒有放諸四海皆準的標準可依循。
3. 阿爾瑪書30：16	c. 人們昌盛，全靠自己努力。沒有所謂的贖罪。

虛假的教導	信息
4. 阿爾瑪書30：17（從「每個人今生憑其作為……」開始）	d. 沒有人能知道未來的事，所以你們不應相信基督，也不應聽從那些先知的話語。
5. 阿爾瑪書30：17（從「人不論做什麼……」開始）	e. 罪的赦免是來自錯誤傳統的瘋狂想法。
6. 阿爾瑪書30：18	f. 死後不會有生命，因此不必擔心死後的審判。

將學生分成兩人一組。請他們一起閱讀阿爾瑪書30：12-18。指示他們將位於這個練習左側的柯力何的虛假教導，與位於右側有關該教導的信息連起來。（答案：1—d，2—a，3—e，4—c，5—b，6—f。）

爲了幫助學生分析柯力何的教導並應用所學，提出下列問題：

- 你曾經接觸過的哪些教導跟柯力何的教導很類似?
- 根據阿爾瑪書30：18，柯力何的教導會導致人們做什麼事?
- 在你看來，爲什麼這些教導會使人們向誘惑屈服?
- 關於虛假教義的危險，我們可以從這些經文學到什麼?（幫助學生看出以下這原則：**撒但會使用虛假的教義來引誘我們犯罪**。）

請學生想像自己處在下列這情況：

有個朋友邀請你玩一個電腦遊戲。你到了這朋友的家，發現那個遊戲充滿暴力，而且有些人物穿得很不端莊。你正猶豫該不該玩的時候，你的朋友要你解釋爲什麼不想玩。

- 你會說什麼?（學生可能會解釋，這個遊戲違反他們的信仰標準。）
- 如果你的朋友開始批評你的信仰，說這信仰限制了你的自由，你會如何回應?

阿爾瑪書30：19-60

柯力何要求阿爾瑪顯個徵兆給他看，結果被神的大能擊成啞巴

概述阿爾瑪書30：19-30：說明柯力何在三個不同的尼腓城市中教導了虛假的教義。最後，他被帶到當地的首席法官和教會領袖阿爾瑪的面前。你可以指出，柯力何的主要爭論之一是，教會領袖讓人們受到束縛，也就是說，他們的宗教剝奪了人們的自由。他也譴責教會領袖從人民的勞動中謀求個人的利益。

請學生默讀阿爾瑪書30：31，找出柯力何對阿爾瑪和教會其他領袖有哪些譴責。

請學生閱讀阿爾瑪書30：32-35，找出阿爾瑪如何回答柯力何。

- 你曾經如何從教會領袖的生活中體會到阿爾瑪所作的回答是眞實的?

請兩位學生到全班面前。請他們讀出阿爾瑪書30：37-45，一位讀阿爾瑪說的話，另一位讀柯力何說的話。請班上其餘學生找出阿爾瑪提出什麼證據來證明神存在。

- 阿爾瑪提出什麼證據來證明神存在?（在學生回答時，可以將他們的答案寫在白板上。也可以鼓勵學生在自己的經文中將這些證據劃記下來。進行這項討論時，要強調：**一切事物都在爲神作證**。
- 在你看來，阿爾瑪所列的這些證據中，哪一項最爲有力?爲什麼?

給學生幾分鐘時間書寫。請他們就自己所見，列出一些證據來「說明……眞的有神」（阿爾瑪書30：44）。請幾位學生和全班分享所列的內容。

- 這些證據對你有何影響？這些證據會在哪些方面增強你的信心和見證？

概述阿爾瑪書30：46-50，說明柯力何不願接受他已經得到的各種徵兆，仍要求阿爾瑪向他顯個徵兆來證明神存在。結果，柯力何被神的大能擊成啞巴。柯力何在確信神的大能後，寫下了自己爲什麼一直在傳講反對父神和耶穌基督的話。請一位學生讀出阿爾瑪書30：51-53中，柯力何所作的解釋。

- 柯力何說他所教導的是「取悅肉慾之心」的事，你認爲這是什麼意思？（你可能要說明，柯力何的教導是在迎合世人們不義的肉體慾望，並未符合他們正義的靈性願望。）

概述阿爾瑪書30：54-59，說明柯力何要求阿爾瑪爲他祈禱，好使那咒詛能從他身上移開。阿爾瑪拒絕了，說：要是柯力何能夠說話，就會再次教導人民虛假的教義。柯力何被趕了出去，挨家挨戶乞討食物。最後他來到與尼腓人分開的卓倫人那裡，遭人踐踏而死。

請學生默讀阿爾瑪書30：60，找出摩爾門所教導的原則。

- 摩爾門在這節經文裡教導了哪一項原則？

要確定學生都了解：**「魔鬼在末日不會援助他的兒女〔即跟隨他的人〕。」**

- 這點與天父和耶穌基督關懷我們的方式有何不同？（學生在討論這個問題時，可以請他們閱讀阿爾瑪書36：3。）

見證：你和學生在本課所討論的事情都是眞實的。

注釋及背景資料

阿爾瑪書30：52。「我一直都知道真的有神」

十二使徒定額組的羅拔．海爾斯長老教導，能辨認我們所獲得的有關福音真實性的各種徵兆，是很重要的。他說：

「我們若不順服於聖靈溫和的影響，就會讓自己處在危險的境地，而可能變得像摩爾門經中的反基督者柯力何一樣。柯力何不但不信神，還嘲笑救主、贖罪以及預言之靈，而且教導『沒有神也沒有基督』的錯誤教義。

「柯力何否認神，而且不肯就此罷休，安靜地過自己的生活，反而對相信神的人冷嘲熱諷，還要求先知阿爾瑪顯一個徵兆，讓他相信神的存在和大能。阿爾瑪的回答在當時和在今日都一樣深具意義，他說：『你已經有足夠的徵兆了；你還要試探你的神嗎？有了你所有這些弟兄和聖先知的見證，你還要說，顯個徵兆給我看嗎？經文就在你面前，是的，萬物都說明了真的有神；是的，就是那大地、大地上的萬物，是的，還有大地之運轉，是的，以及所有按其既定方式運行的行星，都證明的確有一位至高無上的創造主』〔阿爾瑪書30：44〕。

「最後，柯力何得到了一個徵兆，他被變成啞巴。『柯力何伸手寫道：……我知道除了神的大能以外，沒有任何事物能使我變成這樣；是的，我一直都知道真的有神。』〔阿爾瑪書30：52〕

「各位弟兄姊妹，你們的靈魂深處可能已經知道神活著；你們可能不完全認識祂，也不完全明白祂的一切作為，但是那道相信的光已在你們心中，等待著神的靈和你們與生俱來的基督之光，將它喚醒，使它更為明亮」（參閱「尋求認識我們的父神和祂的兒子耶穌基督」，2009年11月，*利阿賀拿*，第31-32頁）。

第89課

阿爾瑪書第31章

導言

阿爾瑪得知，有一群自稱卓倫人的叛離尼腓人，背離福音真理，舉行錯誤的儀式。阿爾瑪得知了這些邪惡的事情而感到憂傷，於是帶了一群傳教士向卓倫人教導神的話。阿爾瑪和他的同伴們看到卓倫人叛教的崇拜方式、崇尚物質及驕傲。阿爾瑪懇切祈求主在他和他的同伴們面臨此一挑戰時，安慰他們，使他們能成功地帶領卓倫人回到主面前。

教學建議

阿爾瑪書31：1-7

阿爾瑪和他的同伴們離開柴雷罕拉，向叛教的卓倫人傳講神的話

請學生想想，如果有個朋友或家人開始走入歧途，不再奉行福音，他們會怎麼做。

- 你會做些什麼來幫助這個人回到教會？你可以怎樣喚起他遵守誡命的渴望？你可以向誰求助，來一起幫助你的家人或朋友？

告訴學生，今天課程的重點是阿爾瑪和其他幾個人怎樣努力幫助一群已經背離福音的人。請一位學生讀出阿爾瑪書31：1-4。請全班找出阿爾瑪和其他人對卓倫人有何擔憂。

- 阿爾瑪在聽到卓倫人的不義時有何感受？
- 爲什麼尼腓人會因爲卓倫人而開始害怕？

請學生想像他們有機會勸告阿爾瑪如何解決他對卓倫人的擔憂。問學生，他們會建議阿爾瑪怎麼做。請一位學生讀出阿爾瑪書31：5。請全班找出阿爾瑪怎樣做，最能有效地幫助卓倫人。

- 阿爾瑪決定要做什麼來幫助卓倫人？
- 在你看來，在努力幫助人們改變時，爲什麼神的話會比武力或其他技巧更有力？

根據阿爾瑪書31：5，我們可以學習到，神的話會在我們生活中產生怎樣的力量？（學生也許會使用不同的說法，但要確定他們都認出以下這項眞理：**我們若研讀神的話，神的話就會引導我們做正確的事**。可以將這項眞理寫在白板上。）

爲了幫助學生更了解神的話有力量幫助我們做正確的事，分享以下十二使徒定額組培道．潘會長的話。（可以將這段話寫在白板上，或作成講義。）

「人一旦了解眞實的教義，就會改變態度與行爲。

「研究福音教義以改進人的行爲，比研究行爲科學以改進人的行爲來得更快。……這正是我們極力強調要研讀福音教義的原因」（參閱「小孩子」，1987年1月，聖徒之聲，第13頁）。

請學生談談他們自己或他們所認識的某人，曾經怎樣因爲經文或教會領袖的教導，而有更大的渴望去做正確的事。

概述阿爾瑪書31：6-7，告訴學生，阿爾瑪因爲相信神的話具有力量，因而和另外七個人去向卓倫人傳教。

阿爾瑪書31：8-23

卓倫人用錯誤的方式祈禱及崇拜

告訴學生，阿爾瑪和他的同伴們到卓倫人之中時，發現那些人用一種令人驚訝的方式崇拜神。

請學生默讀阿爾瑪書31：8-11，找出那些用來描述卓倫人崇拜方式的詞句。指出第10節所說「教會的做法」，指的是各項教儀以及「每天向神禱告祈求」。

- 根據第10節，卓倫人因爲做了哪些事而使得自己容易受到誘惑?
- 我們從卓倫人沒有「繼續每天向神禱告祈求」這件事可以學到什麼?（學生的答案可能各有不同，但他們應該表達出：**我們若每天努力禱告並遵守誡命，就會更有力量抗拒誘惑**。可以將這項原則寫在白板上。也可以建議學生將之寫在自己經文中，阿爾瑪書31：9-11的旁邊。）
- 你曾經在什麼時候看出每天禱告能幫助我們抗拒誘惑?

在學生討論這項問題時，讀出以下七十員盧隆．葛雷文長老的話：

「過去幾年，我有時會應總會弟兄們的邀請，與一些已悔改的本教會成員會晤，作恢復聖殿祝福的面談。替這些已經悔改的美好人們恢復祝福，一直都是感人的靈性經驗。我曾問過其中一些人這個問題：『你的生活曾發生什麼事，使你暫時失去了本教會成員的身分。』他們總是含著眼淚回答：『我沒有服從福音的基本原則，沒有禱告、沒有定期出席教會聚會、沒有在教會裡服務，也沒有研讀福音。然後我向誘惑屈服，失去了聖靈的指引』」（參閱「誘惑」，1996年7月，聖徒之聲，第85頁）。

請一位學生讀出阿爾瑪書31：12-14。然後請另一位學生讀出阿爾瑪書31：15-18。在第二位學生讀出來之前，請全班想想，要是聽到有人用這種方式祈禱，他們會作何回應。

- 如果你聽到有人用這樣的方式祈禱，你會有何擔憂?
- 卓倫人在他們唸出的禱告詞中提到了哪些虛假的教義?
- 卓倫人用怎樣的態度對待其他的人?（可以請學生注意，卓倫人在祈禱時，提到我們這個詞的頻率。）

請一位學生讀出阿爾瑪書31：19-23。請全班跟著看經文，找出卓倫人的崇拜方式還有哪些問題。請學生報告他們所發現的事情。

- 在你看來，卓倫人要作出哪些改變，才能使其崇拜變得虔敬並爲主喜悅?

說明我們在崇拜神時，會向祂獻上我們的愛、虔敬和忠誠。（可以將這些崇拜要素列在白板上。）我們在祈禱、禁食及參加教會聚會時，不僅應該在態度和行爲上崇拜神，更應該在每一天的態度和行爲中崇拜神。鼓勵學生評估自己在崇拜時專注、眞誠的程度如何。

請學生找出我們可以用哪些合宜的方式崇拜神。給他們充分時間分享意見。可以請一位學生將這些意見寫在白板上。

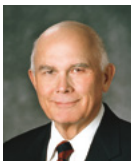
- 我們在崇拜時應該帶著怎樣的態度?我們要怎樣整天都保持那樣的態度?

鼓勵學生設立目標來應用所學。

多馬·孟蓀會長教導，邀請學生將他們在課堂上所學的內容付諸行動是很重要的。他說：「教導福音的目的……不在於『灌輸資訊』到班員的腦海裡。……其用意在於啓發個人去思考、去感受，然後採取行動來遵行福音原則。……

「我聽到就忘了；
「我見到就記住了；
「我去做就學到了」（in Conference Report, Oct. 1970, 107–8）。

爲了幫助學生了解，我們的態度會怎樣影響我們的崇拜，請一位學生讀出以下十二使徒定額組，達林·鄔克司長老的話：



「崇拜通常都包含著行動，但是眞正的崇拜必然要配合一種特有的心態。

「崇拜的態度能喚起內心最深處的擁戴、愛慕和景仰敬畏之情。崇拜融合了愛與虔敬，在一種忠誠的狀態下，使我們的靈與神更加接近」（*Pure in Heart* [1988], 125）。

請學生在筆記本或經文研讀日記中，針對自己個人目前在以下各領域中的崇拜方式及崇拜態度，寫下簡短的評價：每天的個人祈禱、每天的個人經文研讀、服從誡命、每週出席教會聚會及領受聖餐。請學生設立目標來改進個人的每日崇拜。

阿爾瑪書31：24-38

阿爾瑪祈求有力量能成功地帶領卓倫人回到主面前

請學生默讀阿爾瑪書31：24-25，找出卓倫人的叛教導致了哪些態度和行爲。請學生報告他們所發現的事情。

說明：阿爾瑪在看到卓倫人如此邪惡時，就向神祈禱。請學生分成兩人一組。請各組研讀阿爾瑪書31：26-35，並討論下列問題。（可以將這些問題作成講義分發，或在上課前寫在白板上。）

- 卓倫人的祈禱重點爲何？（他們的重點是自己。）
- 阿爾瑪的祈禱重點爲何？（他的重點在幫助他人。雖然他也爲自己和同伴們祈禱，但他祈求的是有力量能爲卓倫人服務。）
- 阿爾瑪的祈禱中有哪些要素，你希望融入自己個人的祈禱中？

將以下內容寫在白板上：

我們若帶著信心去祈禱和行動，……

說明阿爾瑪在祈禱求神幫助他協助卓倫人後，就和同伴們開始服務，一點都「不擔心」自己（阿爾瑪書31：37）。請學生默讀阿爾瑪書31：36-38，找出阿爾瑪和他的同伴們在接受聖職祝福及傳講福音之際，獲得了哪些祝福。（你可以說明在阿爾瑪書31：36中，「用手觸摸」一詞指的是按手。見註腳36b。）

- 阿爾瑪和他的同伴們因爲他們的禱告和行爲而蒙得哪些祝福？

根據你從阿爾瑪和他同伴們的榜樣所學到的事，你會如何完成白板上的那句話？（學生可能會提出數種不同的正確答案。完成白板上的句子，藉此爲他們的答案作一總結：***我們若帶著信心去祈禱和行動，主就必在考驗中增強我們的力量***。）

說明：阿爾瑪和他的同伴們在祈禱後，所展現的信心是前去工作，信賴主會在他們爲祂服務時提供他們所需。請學生跟從阿爾瑪懷著信心去祈禱的榜樣。

第90課

阿爾瑪書第32章

導言

阿爾瑪親眼目睹了卓倫人叛教的崇拜方式之後，就和他的同伴開始向卓倫人傳講神的話。他們開始在被趕出會堂的窮人當中獲得一些成功。阿爾瑪將神的話比作一粒種子，藉此教導人民要如何接受神的話，並增加信心。

教學建議

阿爾瑪書32：1-16

謙卑的卓倫人顯示出他們已準備好聆聽神的話

請學生想像你是一個朋友，正在詢問他們要如何才能知道耶穌基督的福音是否眞實。問他們，他們會說些什麼來幫助你獲得見證。

學生分享其想法後，在白板上寫：*如何獲得及鞏固見證*。告訴學生，你會在這一整堂課當中，針對如何獲得及鞏固見證，列出他們所找到的各項原則和見解。

提醒學生，卓倫人是一群叛離尼腓人的人，阿爾瑪和他的弟兄們見到了他們的虛假崇拜儀式。阿爾瑪因爲這些人的邪惡而感到憂傷，於是祈求主賜予安慰和力量，使他能去教導他們。（見阿爾瑪書第31章。）

請一位學生讀出阿爾瑪書32：1-3。請全班找出哪一群卓倫人對傳教士的信息顯出興趣。請他們報告他們所發現的事情。

- 根據阿爾瑪書32：3，這些人在哪些方面很貧窮？（「他們……在屬世的物質上貧窮，所以在心靈上也貧窮。」）
- 在你看來，「在心靈上……貧窮」是什麼意思？

爲了幫助學生回答這個問題，請幾個人輪流讀出阿爾瑪書32：4-12。（學生可能會提到，心靈上貧窮包括很謙卑、帶著悔改之心，以及準備好聆聽神的話。）

- 阿爾瑪書32：5中的問題如何顯示出卓倫人在心靈上貧窮？
- 貧窮如何使得這群卓倫人蒙得祝福？
- 關於獲得和鞏固見證，這些經文教導了些什麼？（學生分享不同的原則時，將這些原則寫在白板上的標題下方。要確定他們都認出以下這原則：**謙卑會使我們準備好接受神的話**。）
- 爲什麼在獲得見證和鞏固見證的過程中，謙卑是不可或缺的一部分？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書32：13-16。請全班找出人們可能會用哪兩種不同的方式變得謙卑。（人們可能自行選擇謙卑，也可能被迫成爲謙卑。）

- 我們從這幾節經文中，可以學到有關謙卑的哪些事？（幫助學生認出以下這項原則：**我們若自行選擇謙卑，而不是被迫成爲謙卑，會蒙得更多祝福**。）在你看來，爲什麼自行選擇謙卑會比較好？
- 在你看來，「因神的話」而謙抑自己是什麼意思？（阿爾瑪書32：14）。這一點如何適用於我們在教會、在福音進修班，或在家庭經文研讀中的態度？

阿爾瑪書32：17-43

阿爾瑪教導卓倫人如何增加信心

說明：阿爾瑪認出許多人對於獲得見證一事，都存著錯誤的想法。請一位學生讀出阿爾瑪書32：17-18，並請全班找出這項錯誤的想法爲何。

- 關於獲得見證一事，許多人存著什麼錯誤的想法？
- 要求獲得徵兆才要相信，這麼做有何錯誤？（可以提醒學生，摩爾門經雅各書7：3-16中歇雷的例子，以及阿爾瑪書30：43-52中柯力何的例子。也可以請他們閱讀教義和聖約63：9，來強調徵兆是信心的果實，而不是一件可以在擁有信心之前就要求獲得的東西。）

阿爾瑪書32：21是一節精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

說明阿爾瑪教導了人民何謂信心。請學生默讀阿爾瑪書32：21，找出阿爾瑪對信心所下的定義。指出這節經文是一節精通經文。可以鼓勵學生用獨特的方式將之劃記下來，以便能輕易找到。

請學生默讀阿爾瑪書32：22，找出有關如何獲得和鞏固見證的忠告。請他們報告他們所發現的事情。

將*記住神的慈悲和相信神的話*加到白板上所列的項目中。

- 爲什麼這些行爲對於培養我們的信心很重要？

說明：爲了幫助卓倫人了解要如何相信神的話，阿爾瑪建議他們進行一項試驗。

- 爲什麼人們要進行科學實驗？（爲了查明某項理論或觀念是否眞實。）

請學生描述他們曾經在科學課或其他場合進行過哪些實驗。幫助他們明白，研究人員在進行實驗時需要有所行動，不能僅靠臆測。在獲得見證和鞏固見證的過程中，也同樣需要採取行動。

請一位學生讀出阿爾瑪書32：27。請全班找出阿爾瑪邀請卓倫人進行哪一項實驗。將*拿神的話作個實驗*加到白板上所列的項目中。

- 在你看來，當阿爾瑪說，要「拿〔他的〕話作個實驗」時，他指的是什麼意思？
- 在你看來，阿爾瑪所說，「喚醒和激發你們的心力」是什麼意思？（你可能要說明，*心力*一詞指的是我們思考、行動及完成事情的能力。阿爾瑪是在邀請人們將他的話付諸行動。可以將*喚醒和激發你們的心力*加到白板上所列的項目中。）
- 在你看來，「運用些微的信心」是什麼意思？

爲了幫助學生找出他們可以如何開始在生活中進行這項實驗，請他們默讀阿爾瑪書32：28。

- 阿爾瑪將神的話比作什麼？（一粒種子。）
- 我們可以從哪些來源獲得神的話？（答案應包括經文、後期時代先知的教導、從聖靈而來的個人啓示。）
- 阿爾瑪說，我們必須拿這「種子」做些什麼事？

將學生的答案列在白板上。可以將這些答案寫在先前所寫*拿神的話作個實驗*的下方。列出來的內容可能包括以下各項：

1. *讓出地方，使神的話（或種子）能種在心中。*
2. *不要用自己的不相信把神的話擠出去。*
3. *認出神的話在心中成長。*

爲了幫助學生了解他們所讀有關這實驗的事，提出下列問題：

- 神的話如何就像一粒種子，可以種在我們心中？（答案可能包括：它會成長、它會增強我們的力量，以及我們必須培植這種子。）

在學生討論神的話與一粒種子之間的比較時，請他們默讀阿爾瑪書33：22-23。在他們閱讀前，請他們找出阿爾瑪所說，「祂的話」指的是什麼。幫助他們明白，這指的是耶穌基督和祂的贖罪。

- 在你看來，「讓出地方」使神的話種在我們心中是什麼意思?（見阿爾瑪書32：28。答案可能包括：我們必須敞開心懷，也必須在生活中安排時間研讀經文。）
- 在你看來，感受到神的話在你裡面「膨脹」是什麼意思?如果神的話正在你裡面膨脹，對於你的見證和信心會有何影響?
- 神的話曾經在什麼時候擴大了你的靈魂，啓發了你的悟性?

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書32：29-34。請全班跟著看經文，找出哪些詞句描述關於神的話，我們學到了些什麼。然後請學生讀出他們所找到的詞句，並說明他們選擇這些詞句的理由。請學生注意白板上的圖，問：

- 爲什麼在進行過這項實驗後，我們的信心依然還沒有達到完全?在你看來，我們還必須做些什麼，才能對福音有持久的見證?
- 幫助一棵樹成長的過程與鞏固見證的過程有何類似之處?

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書32：35-40。請全班找出阿爾瑪對於如何完成這實驗提出了什麼忠告。

- 根據阿爾瑪書32：37-40，我們必須做些什麼，好使我們對神的話的信心繼續成長?（將培植神的話加到白板上所列的項目中。）
- 我們可以做些什麼來培植神的話?（答案可能包括：我們可以每天研讀經文、在研讀時祈求神的指引、想辦法將經文和後期時代先知的教訓應用在生活中，並分享我們所學到的事。）
- 我們若疏忽一棵樹或沒有加以培植，會發生什麼事?我們若疏忽那已經種在我們心中的神的話，會發生什麼事?

請學生在筆記本或經文研讀日記中寫下，關於如何獲得和鞏固見證，他們從阿爾瑪書第32章學到了些什麼。也可以建議學生將這些摘要寫在自己經文中，靠近阿爾瑪書32：37-43的地方。

邀請學生分享他們所寫的內容。在他們分享時，要確定他們都表達出：**我們若努力地培植在我們心中的神的話，就會對耶穌基督和祂的福音更有信心、更有見證。**

請學生閱讀阿爾瑪書32：41-43，找出阿爾瑪如何描述那棵樹和那果子。

- 摩爾門經還有哪些地方也描述了一棵這樣的樹，那棵樹所結的果子「比一切甜蜜的更甜蜜」?（你可能需要提醒學生，在尼腓一書8：11-12及尼腓一書11：9-24，中有關生命樹的描述。）
- 在李海和尼腓的生命樹異象中，樹和果子各代表什麼?（樹代表神的愛，這份愛透過救主和祂的贖罪表達出來，而果子代表我們可以透過贖罪得到的祝福。見本書第12課。）
- 在李海和尼腓的異象中，人們如何抵達那棵樹?（他們跟著鐵桿抵達，鐵桿代表神的話。）這和阿爾瑪將神的話比作一粒種子有何類似之處?

請幾位學生分享他們已經如何照著阿爾瑪書第32章所述的方式去做。問他們，這樣做給他們的生活帶來了哪些影響?考慮分享你自己的經驗，談談你曾經在何時感受到神的話的力量。

精通經文——阿爾瑪書32：21

請學生運用阿爾瑪書32：21來判斷以下情況中的那些人是否正在運用信心。

1.一位女青年想要先獲得實質的證據來證明摩爾門經是眞實的，才願意相信。

2.一位男青年聽說所有配稱的男青年都應該擔任全部時間傳教士。雖然他家很窮，他仍下定決心要去傳教，並爲這項服務作準備。

3.一位女青年想要透過耶穌基督的贖罪，脫離自己的罪而成爲潔淨。她知道自己必須向主教承認某些過錯，才能完全悔改。她約了時間去見主教。

注意：你可以在介紹精通經文時，使用這項建議，也可以在課程結尾時再使用這建議。

自修班課程

阿爾瑪書第25～32章（第18單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第25～32章（第18單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第25～29章）

學生研讀了艾蒙和他的弟兄們因成功地傳講福音而快樂，並學習到以下這些原則：我們若謙抑自己，主就會增強我們的力量，並用我們作為祂手中的工具；我們忠信地為主和為祂的兒女服務時，會體驗到快樂。歸信福音的拉曼人拒絕拿起武器一事，讓學生學習到，我們若完全地歸信主，就會遵守與祂所立的聖約。學生從阿爾瑪的榜樣中看出，我們在幫助他人悔改、歸向耶穌基督時，會體驗到快樂。

第2天（阿爾瑪書第30章）

學生在讀到反基督者柯力何的教導時，學習到撒但會使用虛假的教義來引誘我們犯罪。阿爾瑪在回應柯力何的教導時宣告，一切事物都見證有一位神，並且祂是至高的創造主。在讀到柯力何被踐踏而死時，學生了解到摩爾門所記寫的這項原則：「魔鬼在末日不會援助他的兒女〔即跟隨他的人〕」（阿爾瑪書30：60）。

第3天（阿爾瑪書第31章）

學生在讀到阿爾瑪的心願是去糾正叛教的卓倫人時，學習到以下這些原則：我們若研讀神的話，神的話就會引導我們做正確的事。每天祈禱並努力遵守誡命，會使我們有力量抗拒誘惑。我們若運用信心去祈禱和行動，就會在考驗中獲得神的幫助。

第4天（阿爾瑪書第32章）

學生在讀到阿爾瑪成功地向卓倫人當中的窮人傳教時，學習到謙卑會幫助我們準備好接受神的話。阿爾瑪將運用信心比作種下一棵種子並加以培植。學生學習到，我們若努力地培植在我們心中的神的話，就會對耶穌基督和祂的福音更有信心、更有見證。

導言

用一個活動來開始這一課，以幫助學生尋求要成為神手中的工具。但這一課大部分的重點在於根據阿爾瑪書第30～32章所述，將相信虛假的觀念並據以行動的後果，以及相信神的話並據以行動的結果作一對照。

教學建議

阿爾瑪書第25～29章

艾蒙和摩賽亞的兒子們因許多拉曼人歸信福音而以主為榮

正如阿爾瑪書第26章所記載的，艾蒙和他的弟兄們因為在主的事工中獲得成功而歡欣。請學生閱讀阿爾瑪書26：1-4，11-13，找出艾蒙和他的弟兄們完成了哪些事，他們又是如何能夠完成的。提醒學生，這些經文教導了下列這項原則：**我們若謙抑自己，主會增強我們的力量，並用我們作為祂手中的工具**。

阿爾瑪書第30章

柯力何嘲笑基督的教義

向全班展示一粒種子。請他們列舉他們希望在播下種子後，能收成什麼。指出：有些種子可能和學生所提到的植物、果實和蔬菜恰恰相反，長大後可能結出苦澀甚至有毒的果實，也可能會妨礙其他良好植物的成長。

將*觀念*和*信仰*這兩個詞寫在白板上，問：觀念或信仰如何就像一粒種子？

說明：今天學生在課堂上研讀和討論阿爾瑪書第30～32章時，會將跟從虛假觀念的後果，與跟從神的話的結果作一對照。

請學生說明柯力何是誰。請他們閱讀阿爾瑪書30：12-18，23，找出柯力何教導了哪些虛假的觀念。給他們時間閱讀後，請他們在白板或在一張紙上，針對柯力何的虛假觀念，列出兩項或三項他們認為特別會危害到某人宗教信仰的觀念。

- 這些觀念可能會導致哪些行動？（在學生回答時，指出觀念會導致行動，就像種子會長成植物一樣。）
- 根據阿爾瑪書30：18，柯力何的教導會使人們做些什麼事？（在學生回答時，要強調：**撒但會使用虛假的教義來引誘我們犯罪**。）

請一位學生概述柯力何發生了什麼事。（如果學生需要協助，就請他們運用阿爾瑪書第30章的章前綱要，或閱讀阿爾瑪書30：52-53，59-60。）

阿爾瑪書第31章

阿爾瑪率領傳教士去糾正叛教的卓倫人

提醒學生：卓倫人相信虛假的觀念，舉行錯誤（或稱叛教）的儀式中。我們在阿爾瑪書31：5學習到，**我們若研讀神的話，神的話就會引導我們做正確的事**。

阿爾瑪書第32章

阿爾瑪教導卓倫人中的窮人如何運用信心

提醒學生，雖然有許多卓倫人拒絕接受神的話，阿爾瑪仍在窮人中獲得成功。他教導這些人如何運用信心。請學生複習阿爾瑪書32：21，這是一節精通經文。請他們說明，這節經文教導了他們什麼有關信心的事。

提醒學生，阿爾瑪用一粒種子來教導有關培養信心的過程。然後提出下列問題：

- 阿爾瑪書32：28中的哪些詞句指出，一粒種子（在這裡指的是神的話）是好的？
- 當我們讓神的話種在我們的心中時，這些話會對我們造成什麼影響？

告訴學生，阿爾瑪敦促卓倫人試驗神的話，要他們藉著相信神的話並據以行動，將神的話種在他們心中。請學生閱讀阿爾瑪書32：22-23，找出阿爾瑪特別希望人們將哪些「話」種在他們心中。可以鼓勵學生將這幾節經文寫在阿爾瑪書32：28旁邊，作為交互參照之用。

請學生閱讀阿爾瑪書32：28-29，31，37，41-43，找出我們會因為相信神的話並據以行動，而獲得哪些酬賞。在學生回答時，要確定他們都清楚以下這項原則：**我們若努力地培植在我們心中的神的話，就會對耶穌基督和祂的福音更有信心、更有見證**。

結束本課時，請學生分享他們在自己的經文研讀日記中，對第4課，指派作業4所作的回答，談談當他們依照阿爾瑪在阿爾瑪書第32章中所描述的實驗去做時，在生活中見到了哪些成果。

下一單元（阿爾瑪書第33～38章）

拖延悔改會有何危險？艾繆萊克回答了這個問題並提出警告。阿爾瑪也在晚年時勸告他的兩個兒子。他詳述了自己的歸信過程——如何從一個對抗神的人變成一個為神而戰的人——也談到自己從罪惡和犯罪的痛苦中得到釋放時是什麼感受。

第91課

阿爾瑪書第33章

導言

一群卓倫人想知道如何跟隨阿爾瑪的勸告，將神的話種在心裡並運用信心。阿爾瑪用經文教導人們有關崇拜、祈禱，以及我們可以因為救主的緣故，從神那裡獲得慈悲。他鼓勵人們要仰望耶穌基督，並相信祂贖罪的大能。

注意：第94課提供了一項機會，讓三個學生教導。你可以現在就選出三位學生，給他們一份第94課中指定的部分，讓他們準備。鼓勵他們虔敬地研讀這些課程資料，並尋求聖靈的引導，以便知道如何調整課程來符合班上同學的需要。

教學建議

阿爾瑪書第33章

阿爾瑪教導卓倫人要開始相信耶穌基督

將*運用*一詞寫在白板上。

- 運用某項事物是什麼意思？（在學生回答這個問題時，可以請一位學生示範如何運用自己的手臂或雙腿，示範時也許可以做些伏地挺身或原地跑步。）

請學生默讀阿爾瑪書33：1，找出卓倫人想要了解如何運用什麼。學生報告過他們所發現的事情後，將以下這問題寫在白板上：*我們要如何運用信心？*請學生在研讀及討論阿爾瑪書第33章時，針對這個問題找出至少三個答案。

說明阿爾瑪在開始回答卓倫人有關如何運用信心的問題時，糾正了他們一項有關崇拜的錯誤觀念。請一位學生讀出阿爾瑪書33：2。請全班找出卓倫人對於崇拜神有何錯誤的觀念。

- 爲什麼這些卓倫人以爲他們無法崇拜神？（因爲別人不許他們進入他們自己的會堂。）

請學生概述，關於卓倫人的崇拜方式，他們在阿爾瑪書第31章學到什麼。（見阿爾瑪書31：22-23。卓倫人每週一天在會堂中獻上同樣的祈禱，而且在那週的其他時間都不再談到神。）

- 爲什麼參加教會聚會是我們崇拜的一個重要部分？除了參加每週的教會聚會之外，我們還可以用哪些方式崇拜神？

說明：阿爾瑪引述一位名叫徐納斯的先知所作的教導來糾正卓倫人有關崇拜神的錯誤觀念。請學生默讀阿爾瑪書33：3，找出阿爾瑪以哪個字詞和*崇拜*一詞互相替換。（這字詞是*祈禱*。）

請學生默讀阿爾瑪書33：4-10，找出徐納斯所說，他都在哪些情況中祈禱。

- 徐納斯會在什麼時候、什麼地方祈禱？
- 阿爾瑪引述徐納斯的話來教導什麼有關崇拜的事？（幫助學生認出以下這項眞理：**我們可以不斷地透過祈禱來崇拜神**。）

請學生注意白板上的這問題：*我們要如何運用信心？*在那問題下方，寫：*常常祈禱*。

- 祈禱在哪些方面就是在運用對天父和對耶穌基督的信心？
- 你曾經在什麼時候也在類似徐納斯所提的情況中祈禱？你的祈禱如何得到回答？（提醒學生，他們無須分享太過個人或隱私的經驗。）

請學生默默複習阿爾瑪書33：4-5，8-9。請他們找出有哪些詞句提到神的慈悲（例如「您是慈悲的」。）

爲了幫助學生明白耶穌基督的贖罪和天父的慈悲之間的關聯，請一位學生讀出阿爾瑪書33：11-16。請全班跟著看經文，找出一個在這些經文中出現四次的詞。（這個詞是「因您子」。可以鼓勵學生將這個詞劃記下來。）

找出重覆出現的詞句

先知經常藉著重覆來強調真理。在學生找到重覆出現的詞句和觀念時，請他們想想作者是在教導哪一項真理，以及為什麼了解這項真理很重要。

- 徐納斯說：「您已因您子而免除對我的懲罰」，你認爲這句話是什麼意思?（幫助學生認出以下這項眞理：**我們獲得天父的慈悲，包括罪的赦免，都是由於耶穌基督的贖罪**。可以請學生將這項眞理寫在自己經文中靠近阿爾瑪書33：11-16的地方。

爲了幫助學生更了解我們能透過耶穌基督的贖罪所獲得的慈悲，考慮分享戈登．興格萊會長所引述的以下這則故事：

「老師說：『孩子們，早。讓我們一同來維護班上的秩序。』但孩子們仍高聲吵鬧，嬉笑不停。『現在，我希望這是所好學校，不過我得承認，除非你們幫助我，否則我不知道該怎麼做到。我們來訂一些規矩吧。你們講，我來寫在黑板上。』

「一個男孩大叫說：『不可偷竊！』另一個大叫：『要準時。』最後黑板上寫了十項規矩。

「『現在，』老師說：『光有法條，沒有處罰，就沒有效力。我們應該怎樣處理違規的人呢?』

「『罰他脫掉外套，在他背上打十下。』全班回答說。

「『孩子們，那是很重的懲罰。你們確定都會遵守嗎?』另一個人大叫：『我附議。』教師說：『那就好，我們都要服從這些規矩。現在，大家安靜。』

「過了兩天，『大個子湯姆』發現他的便當不見了。被逮到的小偷是一個瘦小又饑餓，年約十歲的孩子。『抓到小偷了，他必須按照你們所訂的規矩接受處罰，在他背上打十下。吉姆，到前面來！』老師說。

「那小個子顫抖著慢慢走上來，大外套直裹到脖子，哀求著說：『老師，你可以重重的打我，但請不要脫掉我的外套！』

「『把外套脫掉。』老師說：『規則是你幫忙訂的！』

「『老師，求求你！』他開始解開扣子，可知道老師看到了什麼?這男孩沒穿上衣，露出骨瘦如柴、帶著殘疾的身子。

「『我怎麼打得下去呢?』他心想。『可是，我必須做，我必須做點事來管住這群孩子。』這時四下一片死寂。

「『吉姆，你爲什麼沒穿上衣?』

「他回答說：『我爸爸死了，媽媽很窮。我只有一件上衣，她今天把它洗了。我只好穿哥哥的外套保暖。』

「老師手裡拿著棍子，猶豫著。就在這時，『大個子湯姆』突然跳起來說：『老師，您要是不反對，我願意代吉姆受罰。』

「『很好，我們現在有一條規矩，就是可以由一個人代替另一個人受罰。你們都同意嗎?』

「湯姆脫掉了外套。打了五下之後，棍子斷了！老師把頭埋在雙手當中，心想：『我怎麼能再打?這太殘忍了。』然後他聽到全班都在啜泣。這時他看到了什麼?小吉姆掂起腳，用雙手抱住湯姆脖子，說：『湯姆，對不起，我偷了你的便當。可是我實在是餓壞了。湯姆，你代我受罰，我會愛你愛到我死爲止！我會永遠愛你！』」〔作者不詳。〕

興格萊會長引述了這個故事後，說：「套用這個簡單故事裡的一句話：我的救贖主耶穌已經『代我受罰』，祂也已經代替你們受罰了」（參閱「奇妙且眞實的聖誕節故事」，2000年12月，利阿賀拿，第5-6頁）。

- 這段記事與阿爾瑪所作有關救主贖罪的教導有何關聯?（必要時，說明湯姆願意「代吉姆受罰」代表贖罪。救主已經爲我們的罪承擔了處罰，這樣一來，只要我們悔改，就不會再受到處罰。）

說明阿爾瑪在引用徐納斯的話後，又引述了另一位先知徐諾克的話。向學生讀出阿爾瑪書33：15-16。強調當人們拒絕了解天父的兒子爲他們所做的事時，天父會感到失望。

請學生默讀阿爾瑪書33：12-14，找出阿爾瑪所分享的這些教導出自何處。

- 爲什麼阿爾瑪很熟悉徐納斯和徐諾克的話？（因爲這些話都寫在經文裡。你可以指出，阿爾瑪在第12節和第14節所說的話暗示著卓倫人也能讀到這些經文。強調：**經文都爲耶穌基督作見證。**）

在白板上的問題下方，寫上：*研讀並相信經文。*

指出阿爾瑪用了另一段經文上的記事來幫助卓倫人培養對耶穌基督的信心。展示圖片：摩西和銅蛇（62202；*福音畫冊*〔2009〕，編號16）。概述這段記事：說明摩西在曠野中領導以色列人時，許多人開始反叛他和主。由於這種不服從的情形，主派了毒蛇去咬他們。人們向摩西求助。摩西祈禱後，受到指示要在桿子上做一條蛇讓人們仰望。他服從，做了一條銅蛇。（見民數記21：4-9）請一位學生讀出阿爾瑪書33：19-20。請全班找出那些仰望銅蛇的人結果如何，而選擇不去看的人結果如何。

- 根據阿爾瑪書33：20，爲什麼許多人選擇不去看？

請學生想想，如果自己處在那種情況，是否會選擇去看？

展示圖片：耶穌被釘十字架（62505；*福音畫冊*，編號57）。說明桿子上的銅蛇是一個「象徵」（阿爾瑪書33：19）。換句話說，它象徵著將來要發生的某件事。它代表耶穌基督被釘在十字架上（見約翰福音3：14）。

請學生默讀阿爾瑪書33：21-23，找出阿爾瑪如何將這段記事比作卓倫人的情況。學生報告過他們所發現的事情後，再次指向白板上的這問題：*我們要如何運用信心？*

- 關於我們必須怎麼做才能在靈性上得到醫治，以色列人和銅蛇的記事能夠教導些什麼？
- 阿爾瑪書33：22-23如何回答這個問題？（學生應認出以下這項眞理：**我們藉著選擇相信耶穌基督和祂的贖罪來運用信心。**）

在白板上的問題下方，寫：*相信耶穌基督和祂的贖罪。*

- 你在那些相信救主贖罪的人身上看到哪些行動或態度？

爲了強調：相信耶穌基督是我們的一種選擇，指示學生注意阿爾瑪書33：23中的這句：「如果你們願意，這一切你們都做得到。」可以鼓勵學生將這句話劃記下來。

將以下這句話寫在白板上，並考慮鼓勵學生將它寫在自己的經文上。（這句話出自“Inquire of the Lord” [address to CES religious educators, Feb. 2, 2001], 1, si.lds.org 。）

「每個世代的每個孩子都在選擇相信或不信。信心不是一項繼承，而是一項選擇」（亨利・艾寧會長）。

請學生在筆記本或經文研讀日記中回答以下的其中一個問題。（可以在上課前將這些問題寫在白板上，或作成講義，也可以將這些問題慢慢讀出來，讓學生抄寫。）

- 你選擇相信救主一事，如何影響了你每天的生活？
- 個人的經文研讀如何增強了你對天父和對耶穌基督的信心？
- 每天的個人祈禱和崇拜如何增強了你對天父和對耶穌基督的信心？
- 你覺得天父會希望你做些什麼來運用更大的信心？

請幾位學生分享他們的回答。見證：選擇相信救主這件事很重要。

第92課

阿爾瑪書第34～35章

導言

阿爾瑪教導卓倫人要相信神的兒子之後，艾繆萊克也宣告他對耶穌基督的見證，成為第二位證人。阿爾瑪的同伴艾繆萊克強調：耶穌基督的贖罪對於全人類的救恩是必要的，只要運用信心悔改，每個人都可以獲得贖罪的全部祝福。許多卓倫人接受阿爾瑪的邀請而悔改了。悔改的卓倫人被他們的邪惡統治者和祭司趕出該地時，尼腓人和艾蒙人給了他們食物、衣服，也給他們土地作為繼地。結果，拉曼人和不悔改的卓倫人開始準備和尼腓人及艾蒙人作戰。

教學建議

阿爾瑪書34：1-14

艾繆萊克教導卓倫人有關耶穌基督的贖罪

上課前，將以下這幾句話寫在白板上。請學生在筆記本或一張紙上寫出他們認爲這每一句陳述是對或錯。

1. *耶穌基督在爲人類贖罪時，只爲正義的人受苦。*
2. *所有的人都需要贖罪才能得救。*
3. *任何人都可以爲別人贖罪或償付代價。*

在學生有時間寫下答案之後，提醒他們：阿爾瑪教導一群卓倫人如何接受神的話，並運用對耶穌基督的信心（見阿爾瑪書第32～33章）。概述阿爾瑪書34：1-7，說明：艾繆萊克也仿效阿爾瑪，分享了自己對救主的見證。請學生默默地在阿爾瑪書34：8-9，11查考艾繆萊克的教導，找出哪些詞句顯示白板上的每句陳述是對或錯。然後全班一起複習這些陳述。正確的答案爲：

1. 錯——「〔祂會〕贖世人的罪」（阿爾瑪書34：8）。
2. 對——「必須完成贖罪，否則全人類必難免滅亡」（阿爾瑪書34：9）。
3. 錯——「沒有任何人能犧牲自己的血來贖別人的罪」（阿爾瑪書34：11）。

在學生討論過第3句陳述的答案後，問：

- 在你看來，爲什麼唯有耶穌基督才能贖世人的罪？

爲了幫助學生回答這個問題，請他們默讀阿爾瑪書34：10，14。然後讀出以下十二使徒定額組羅素·納爾遜長老的話：

「基督的贖罪是無限的，沒有終止。全人類也將永遠從永無止盡的死亡中得救。就祂劇烈的痛苦而言，是無限的……。其範圍也是無限的，因祂一次就爲所有的人完成贖罪。贖罪的恩典不僅擴及無限多的人，同時也擴及祂所創造的無數世界。祂的贖罪是無限的，其規模遠非人類所能估量，也非凡人所能理解。

「耶穌是唯一能提供此一無限贖罪的人，因爲祂有一位塵世的母親及一位不朽的父親；而由於這樣獨特的出生背景，耶穌也是一位無限的人物」（參閱「贖罪」，1997年1月，聖徒之聲，第38頁）。

「根據永恆的律法，這個贖罪需要一個不受死亡左右的不死之人親自犧牲。然而祂必須先死亡，再取回祂自己的身體。救主是唯一能完成這事的人，祂從母親那兒，繼承了死亡的能力，又從祂的天父那兒，得到克服死亡的權力」（「動盪中的安定」，1994年1月，聖徒之聲，第39頁）。

- 艾繆萊克的教導和納爾遜長老的話，如何幫助我們了解爲什麼耶穌基督是唯一能夠爲世人贖罪的人？

藉著靈教導並為耶穌基督作見證

盡你所能創造一個可以讓學生接受聖靈教導的環境。要創造一個這樣的環境，最有意義的方式之一就是以救主為焦點來舉例和進行討論、常常為祂作見證，並給學生機會去為祂作見證。

- 你會如何概述你到目前爲止，從阿爾瑪書第34章學到的有關耶穌基督贖罪的事?（學生可能會提出其他的眞理，但要確定他們都了解：**耶穌基督無限而永恆贖罪使全人類能獲得救恩。**）

爲了幫助學生進一步了解在天父的救恩計畫中必須要有贖罪，考慮運用以下這活動。可以依照你學生的需求及興趣來調整這個活動。

將以下這句未完成的話寫在白板上：*想想看，要是沒有……，人生會是什麼樣子。*

舉起一個許多年輕人都很看重的物品（例如一支行動電話），並問：

- 你想，要是沒有這個物品，人生會是什麼樣子?

再來，舉起一瓶水或一杯水（或某項維生的必需品）。

- 要是沒有水，人生會是什麼樣子?

在學生討論過水是必需品之後，這樣完成白板上那句話：*想想看，要是沒有耶穌基督的贖罪，人生會是什麼樣子。*

- 要是沒有耶穌基督的贖罪，人生會有何不同?（給學生片刻想想這個問題後，再請他們回答。如果時間許可，可以請他們寫下這個問題的答案。）

阿爾瑪書34：15-41

艾繆萊克教導卓倫人如何運用信心悔改

指出：雖然耶穌基督爲所有的人贖罪，但我們並不會自動獲得贖罪的全部祝福。艾繆萊克教導了我們要做些什麼事，才能獲得透過贖罪而來的全部祝福。請學生默讀阿爾瑪書34：15-17，找出一個艾繆萊克說了四次的詞句。（「運用信心悔改。」）

- 關於我們必須做些什麼，才能獲得贖罪的全部祝福，我們可以從阿爾瑪書34：15-17學習到些什麼?（要確定學生都了解：**要獲得贖罪的全部祝福，我們就必須運用信心悔改。**）
- 在你看來，運用信心悔改是什麼意思?

爲了幫助學生了解運用信心悔改的意思，讀出以下總會會長團迪特．鄔希鐸會長的話：

「若要悔改，就需要對基督懷有堅強的信心。……對基督有信心，會改變我們身上與神旨意不和諧的想法、信念與行爲。……悔改是指心思意念的改變，不再做錯誤的事情，並開始做正確的事」（「平安返航點」，2007年5月，*利阿賀拿*，第100頁）。

- 悔改不僅需要停止做錯誤的事，而且還要開始做正確的事，了解這一點爲什麼很重要?
- 根據阿爾瑪書34：16，我們運用信心悔改會有什麼結果?
- 如果沒有運用信心悔改，會發生什麼事?（可以說明：「暴露在公道所要求的全部律法下」，指的是遭受罪惡的全部後果，並喪失永生的祝福。）
- 根據阿爾瑪書34：17，我們可以做哪一件事來運用信心悔改?

請學生默讀阿爾瑪書34：17-28。請他們找出艾繆萊克教導卓倫人哪些有關祈禱的事，包括何時祈禱，以及爲哪些事祈禱。

- 艾繆萊克所教導的有關祈禱的事中，哪些與你的生活有關?在你看來，祈禱爲什麼是運用信心悔改的一個重要部分?
- 艾謬萊克說，我們若不幫助身邊的人，祈禱就對我們毫無幫助，或者沒有用處（阿爾瑪書34：28）。在你看來，這點爲什麼是眞實的?

爲了幫助學生思考還可以用哪些方式運用信心悔改，請他們針對以下的例子表示看法。

1. 一名男青年常常說些不恰當的言語，成了習慣。他可以用哪些方式運用信心悔改，戒除這個習慣?（答案可能包括祈求天父幫助，請親友協助，參與能邀來聖靈的活動。）
2. 一名女青年和一名男青年有了不合宜的關係。他們感受到聖靈提示他們要立刻終止這樣的關係。跟從這個提示如何意謂著運用信心悔改?他們可能還需要採取哪些步驟來確保自己走在完全悔改的路上?（答案可能包括尋求主教或分會會長的指引，並祈求神賜予力量及寬恕。）

- 拖延是什麼意思?人們之所以拖延有哪些原因?

請學生默讀阿爾瑪書34：33，找出艾繆萊克警告卓倫人不要拖延什麼事?請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書34：32-35。請全班在他們讀的時候，找出拖延悔改會有何後果。學生在報告所學到的內容時，將以下眞理寫在白板上：*今生是我們準備迎見神的時候*。

- 你會如何向某個人解釋這項眞理?
- 想像你有個朋友故意不服從某些誡命，並打算以後再悔改。你會根據你從阿爾瑪書34：32-35所學的內容，教導這位朋友什麼事?

說明：艾繆萊克不僅針對拖延悔改的後果提出警告；他還教導，現在就選擇悔改會有何祝福。請學生默讀阿爾瑪書34：30-31，並找出這項祝福。

- 在阿爾瑪書34：31中，那些現在就悔改的人得到了什麼保證?（「那偉大的救贖計畫必立刻在你們身上生效。」）

讀出以下十二使徒定額組，培道．潘會長所說的話：

「你無須知道一切的事情，也能讓贖罪的力量對你產生功效。要對基督有信心；從你祈求的那一天開始，這信心就開始產生功效了！」（參閱「被洗潔淨」，1997年7月，*聖徒之聲*，第10頁）。

- 了解這項保證對我們有何幫助?你在哪些方面已感受到：當你開始信靠贖罪，贖罪就開始對你發生效用?

讀出以下海樂．李會長的話。請學生聽聽看，哪一項是李會長所說的「最重要的誡命」。

「現在，如果你已經犯錯，就從今天起開始改變你的生活。停止你一直在做的錯事。神所有誡命中最重要的一條就是你現在最難遵守的誡命。如果你的困難在於不誠實、不貞潔、虛假、不說實話，今天就是你要解決的時候，直到你能克服那項弱點爲止。一旦克服了，就開始爲下一條難以遵守的誡命作努力」（*總會會長的教訓：海樂．李*〔2000〕，第30頁）。

- 根據李會長，最重要的誡命是哪一條?爲什麼?

將以下未完成的句子寫在黑板上。請學生在筆記本或經文研讀日記中完成這句子。

今天，對我而言最重要的誡命是……。

我現在就要……，藉此開始運用信心悔改。

阿爾瑪書第35章

悔改的卓倫人去和正義的人同住

概述阿爾瑪書第35章，說明：許多卓倫人悔改了罪。他們被他們邪惡的統治者和祭司趕出該地，便去裘勛地和艾蒙人同住。艾蒙人給了他們土地，尼腓人也派軍隊保護他們。

見證：我們一旦運用信心悔改，就能立刻獲得救主贖罪的祝福。鼓勵學生跟從艾蒙人和尼腓人的榜樣，向尋求悔改的人顯示仁慈並給予支持。

第93課

阿爾瑪書第36章

導言

阿爾瑪向卓倫人傳教的工作結束後，分別向他的每個兒子提出忠告。他給兒子希拉曼的忠告記載在阿爾瑪書第36章及第37章。阿爾瑪向希拉曼見證，神會拯救那些信賴祂的人。為了說明這項真理，阿爾瑪描述了多年前自己透過耶穌基督的贖罪，從痛苦中獲救的經驗。他也談到自己怎樣努力帶領他人歸向基督，幫助他們親自體驗悔改的喜悅。

注意：第94課提供了機會給三位學生教導。如果你還沒有這樣做，可以現在就選出三位學生，分別給他們一份第94課中指定的部分，好讓他們準備。鼓勵他們虔敬地研讀課程資料，並尋求聖靈的引導，以便知道如何依照班上同學的需求來調整課程。

鼓勵學生在進行這些指派時，祈求神的指引。

你若給予學生指派，例如：請他們教導某個課程的一部分，要鼓勵他們在進行指派時，祈求神的指引。你的鼓勵會讓他們更有自信來透過靈獲得啓發（見教約6：14-15）。

教學建議

阿爾瑪書36：1-5

阿爾瑪教導希拉曼關於神的拯救大能

請學生想想，他們父母親的見證或某項特定的教導，對他們有何影響。請一兩位學生和全班分享他們的想法。

說明：阿爾瑪書第36～42章記載的是阿爾瑪給他兒子們的忠告。第36～37章是對希拉曼說的，第38章是對希伯隆說的，而第39～42章則是對柯林安頓說的。

鼓勵學生想像自己彷彿站在希拉曼的位置，聽著阿爾瑪書36：1-5中，他父親的見證。請學生默讀這些經文，找出阿爾瑪的見證中，最令他們印象深刻的是什麼。

- 這些經文中，最令你印象深刻的是什麼？爲什麼？

阿爾瑪書36：6-22

阿爾瑪描述自己的叛逆，並說明自己如何獲得寬恕

說明：阿爾瑪在進一步見證神有能力拯救信賴祂的人時，分享了自己從罪惡的痛苦中獲救的經驗。請學生瀏覽阿爾瑪書36：6-9，並概述當阿爾瑪和摩賽亞的兒子們企圖要去破壞教會時，發生了什麼事。

請一位學生讀出阿爾瑪書36：10。請全班找出阿爾瑪爲自己的罪受了多久的苦。說明阿爾瑪書36：11-17對於阿爾瑪在那三天三夜所經歷的痛苦所作的描述，比阿爾瑪歸信的其他記事（見摩賽亞書第27章及阿爾瑪書第38章）所描述的更爲詳細。指派學生分成兩人一組。請各組研讀阿爾瑪書36：11-17，找出阿爾瑪如何描述那些恐懼或痛苦。可以建議學生將他們發現的內容劃記下來。請學生報告他們發現哪些字詞。（可以將這些詞句寫在白板上。）你可以提出下列問題來加深學生對他們所報告的那些字詞的了解。

- 在你看來，那個詞是什麼意思？是什麼讓阿爾瑪有那樣的感受？

爲幫助學生更了解*苦*、*痛苦*及*折磨*等詞的意思，讀出以下十二使徒定額組培道・潘會長的話：

「這裡的*苦*原文是Rack和harrow，有『拷打、折磨』之意。在古代，Rack（拷問台）是一種刑具，把人放在這種刑具上，手腕和腳踝都綁在軸心上，轉動以後，會造成無法忍受的痛苦。

「harrow（耙）是一種有尖釘的工具，在地上耙土的時候，耙釘會插進土中刮扯撕磨；經文中經常提到靈魂和心智被罪惡感所折磨，因而感到痛苦（harrowed up）。

「這裡的折磨（torment）一詞，意思是『使之扭曲』（twist），是非常痛苦的一種刑罰，即使無辜者也可能因此屈打成招」（參閱「大師的巧手」，2001年7月，利阿賀拿，第25頁）。

- 關於罪的不良影響，阿爾瑪的經驗能教導我們些什麼？（幫助學生認出以下這項眞理：**罪惡導致極大的痛苦、苦惱和悔恨。**）
- 阿爾瑪是否在犯罪後，立刻就感受到那因罪而來的痛苦悔恨？我們未必會立刻感受到犯罪的後果。在你看來，爲什麼認清這點很重要。

請學生想想他們曾在哪些經驗中感受到因自己的罪而來的痛苦和悔恨。然後讀出以下潘會長的話：

「我們每一個人在犯錯以後，多少都嚐過良心受譴責的痛苦滋味。……

「如果你們背負著罪惡感、沮喪、失敗或羞愧的鬱悶感受，是有方法可以治癒的」（「大師的巧手」，第25頁）。

指出當阿爾瑪因自己的罪而感到極感痛苦悔恨時，他記起了那能治癒他痛苦的解藥。

- 根據阿爾瑪書36：17，他記起了什麼？

請一位學生讀出阿爾瑪書36：18。請全班找出阿爾瑪做了什麼來實踐他父親的教導。爲了幫助學生更了解這些經文，請一位學生讀出以下十二使徒定額組傑佛瑞．賀倫長老的話：

「阿爾瑪因父親的教導而受感動，但特別重要的是，他所記起的那則預言是關於『有一位耶穌基督——神的兒子——要來臨，贖世人的罪』（阿爾瑪書36：17）。每個人都必須聆聽的，正是這個名字，這份信息。……不論我們另外獻上了哪些祈禱，也不論我們還有哪些需求，一切多少都有賴於這項請求：『耶穌啊，您這位神的兒子，請憐憫我。』祂已準備好施予這憐憫；祂已爲了施予這憐憫而付出自己的生命」（*However Long and Hard the Road* [1985], 85）。

- 在你看來，我們不僅要認識耶穌基督，更要祈求能獲得祂贖罪的祝福，爲什麼這樣做很重要？

鼓勵學生默默思考，自己是否已祈求能獲得耶穌基督贖罪的祝福，包括寬恕的祝福。

請學生默默查考阿爾瑪書36：19-22，找出有哪些詞句描述阿爾瑪在祈求慈悲後，他的內心感受有何改變。

- 你找到哪些字詞是在描述阿爾瑪內心感受的改變？

針對學生所找到的每一個詞句，提出以下這問題：

- 這個句子（或詞）教導了你什麼有關救主贖罪大能的事？（在學生回答時，幫助他們看出：阿爾瑪不僅感受到自己的痛苦移除了，而且還充滿快樂。）

將以下這句未完成的話寫在白板上：*我們若運用對耶穌基督和對祂贖罪的信心，祂就必……*。

- 關於我們眞誠悔改時，主會怎麼做，我們可以從阿爾瑪的經驗中學習到什麼？（學生也許會分享不同的原則，但要確定他們都表達出：**我們若運用對耶穌基督和對祂贖罪的信心，祂就必拯救我們脫離罪的痛苦，使我們充滿快樂。**你可以這樣完成白板上的那句話。）
- 我們可以做些什麼來運用對耶穌基督的信心，好使我們能獲得拯救，脫離那因罪而感受到的痛苦憂傷？

讀出以下這情況，請學生想想他們會如何回答：

有位朋友正在讀摩爾門經，他對阿爾瑪書36：19中，阿爾瑪的話有些疑慮。你的朋友問你：「如果我還記得自己的罪，也仍然因此而難過，是否代表我還沒有被寬恕?」

請學生說明阿爾瑪的經驗與這情況有何關聯。學生回答後，讀出以下總會會長團迪特·鄔希鐸會長的話：

「撒但會企圖說服我們，說我們的罪沒被赦免，因爲我們還記得所犯的罪。撒但是個大騙子，他試圖模糊我們的視線，領我們遠離悔改和寬恕的道路。神不曾應允說我們會不記得自己所犯的罪。記憶會幫助我們避免重蹈覆轍。但如果我們保持忠信和忠誠，我們對自己所犯的罪的記憶，會隨著時間的流轉而變淡。這是治癒及聖化過程中不可或缺的一環。阿爾瑪見證，他向耶穌呼求憐憫之後，雖然還記得自己的罪，但對罪的記憶卻不再苦惱或折磨他了，因爲他知道自己已蒙赦免（見阿爾瑪書36：17-19）。

「我們有責任避開任何會使我們想起過去罪惡的事物，我們若一直保有『破碎之心和痛悔之靈』（尼腓三書12：19）就可以信賴神，相信祂『不再記住〔我們的〕罪』」（「平安返航點」，2007年5月，利阿賀拿，第101頁）。

- 根據鄔希鐸會長的話，你會如何解釋「不再記得〔我們的〕痛苦了」這句話的意思?（阿爾瑪書36：19）

見證：我們若運用對耶穌基督和對祂贖罪的信心，祂就必拯救我們脫離罪的痛苦，使我們充滿快樂。鼓勵學生思考要如何應用從阿爾瑪的經驗中學到的事。

阿爾瑪書36：23-30

阿爾瑪說明他為何要不斷努力帶領人們悔改

爲了幫助學生了解爲什麼阿爾瑪要努力帶領他人悔改，考慮使用以下這項活動。（如果無法爲學生提供點心，可以改爲描述這項活動。）

展示一個點心（例如一塊餅乾或一個糖果），問班上有沒有人喜歡這一類的點心。咬一口，說出這點心有多好吃。告訴全班，這點心很好吃，你想跟全班分享。展示更多同樣的點心，問有沒有人想嚐嚐看。和每個想要的人分享這點心。

請一位學生讀出阿爾瑪書36：23-24。請全班跟著看經文，找出這項品嚐活動與阿爾瑪在歸信之後的經驗有何關聯。

- 阿爾瑪的行爲如何就像這個品嚐活動?阿爾瑪希望其他人都嚐到什麼?

請一位學生讀出阿爾瑪書36：25-26。請全班找出阿爾瑪努力教導福音一事對自己和他人所造成的影響。

- 阿爾瑪的教導對自己和他人造成了什麼影響?
- 我們可以從這幾節經文學到哪些原則?（學生可能會用不同的說法，但要確定他們都表達出：**我們努力帶領他人歸向基督時，會獲得極大的快樂**。）

概述阿爾瑪書36：27-30，說明：阿爾瑪再次向希拉曼見證，主會拯救那些信賴祂的人。見證：我們若運用對耶穌基督的信心，或是鼓勵別人也這樣做時，都會感到快樂。爲了幫助學生應用在阿爾瑪書第36章所學到的內容，請他們完成以下的任一項活動。（可以將這些活動寫在白板上。）

1. 想想看，你是否曾經感受到救主拯救你脫離罪惡，使你充滿快樂。在你的經文研讀日記中，說明你會做些什麼來獲得這樣的祝福。
2. 想想某個可能會因爲你對救主的見證而受益的人（如朋友、兄弟姊妹，或支會成員）。寫一封信給他，附上你的見證，談談耶穌基督如何能夠拯救我們脫離罪的痛苦，使我們充滿快樂。

第94課

阿爾瑪書第37章

導言

阿爾瑪繼續忠告他的兒子希拉曼並交託他照管神聖紀錄。他提醒希拉曼，這些經文已成了帶領成千上萬拉曼人歸向主的工具。他預言主在未來對這些紀錄有偉大的目的。阿爾瑪指示他的兒子要如何教導人民。他把基督的話比作利阿賀拿，來向希拉曼強調，仰望經文來獲得指引是多麼重要。

注意：本課會讓三位學生有機會教導全班。為了幫助這些學生準備好去教導，要在一兩天前為每位學生提供一份要他教導的那一部分資料。你也可以選擇自己教導這些部分。

教學建議

阿爾瑪書第37章

阿爾瑪將紀錄交託給希拉曼，囑付他遵守誡命，並提醒他：利阿賀拿是透過信心而運作

將下圖畫在白板上：

微小而簡單的事 ⟶ 巨大的影響

請學生在白板上列出有哪些微小而簡單的事曾在他們生活中造成巨大的向善影響力。可以請他們說明自己的答案。

說明：阿爾瑪書第37章包含了阿爾瑪給他兒子希拉曼的忠告，要幫助他準備成爲下一任保管神聖紀錄的人。阿爾瑪教導他，微小而簡單的事在主的事工中有什麼作用。請一位學生讀出阿爾瑪書37：6-7。

關於「微小而簡單的事」的價值，我們從這些經文中學到了什麼？（學生可能會使用不同的說法，但他們都應表達出這項眞理：**主透過微小而簡單的事來促成祂永恆的目的。**）

請學生默讀阿爾瑪書37：1-5，找出一個雖然微小而簡單，卻會在人們生活中造成重大影響的例子（神聖的紀錄或經文）。學生報告過他們所發現的事情後，將經文一詞寫在白板上，微小而簡單的事下方。

請學生查考阿爾瑪書37：8-10，找出經文已在哪些方面影響了摩爾門經裡的人民。學生在報告他們所發現的事情時，可以將他們的答案寫在*巨大的影響*下方。

- 經文在哪些方面影響了你的生活？

概述阿爾瑪書37：11-32，說明：阿爾瑪教導希拉曼，主會展露祂的大能，促成摩爾門經問世。他囑付希拉曼服從主的誡命，小心照管紀錄。他也指示希拉曼運用這紀錄來教導人民，並要避免透露有關雅列人的邪惡及最後導致毀滅的一切細節。

請學生默默查考阿爾瑪書37：13-16，找出阿爾瑪在將紀錄交託給希拉曼保管時，教導了他哪些原則。（學生可能會談到各種不同的原則，但要確定他們的答案都反映出：**我們若服從主的誡命，祂必協助我們完成職責。**可以問學生，這項原則與微小而簡單的事會促成巨大的影響一事，兩者有何關聯。）

本課的其餘部分旨在讓三位學生進行教導。如果班級很大，請這些學生教師分別走到房間裡的三個不同位置。將全班分成三組。請各組帶著自己的經文、筆記本或經文研讀日記，以及筆或鉛筆，聚集到一位學生教師那裡。等這些

學生教師教完課程，請各組輪替。如果班級很小，這些學生教師可以輪流教導全班。不論用哪一種方式，學生教師應該用大約七分鐘時間講介課程並引導討論。

學生教師1——阿爾瑪書37：33-34

請班上同學想一想，有哪位教會領袖或總會持有權柄人員曾經教導過他們一些事，而使得他們生活爲之改觀。請幾位學生分享這位領袖教導的事，以及這對他們的影響。你也可以分享自己生活中的例子。

請兩位學生輪流讀出阿爾瑪書37：33-34。請班上其餘學生跟著看經文，找出阿爾瑪忠告希拉曼要教導人民什麼。可以建議學生在讀的時候，將「教他們」及「對他們宣講」等詞句劃記下來。在白板或一張紙上，寫*教會領袖的教導*。學生讀完這些經文後，請他們報告他們所發現的事情。將他們的答案寫在*教會領袖的教導*下方。提出下列問題：

- 這些教導會對今日的我們有何特別的幫助？爲什麼？

請你班上同學注意阿爾瑪書37：34的最後一句，看看跟隨教會領袖的教導會有何祝福。將以下這原則寫在白板上：***跟隨教會領袖的教導，我們的靈魂就得享安息***。問他們，在他們看來，「靈魂得享安息」是什麼意思。（答案可能包括免除罪惡的後果，獲得來自聖靈的平安，蒙福有力量持守及克服挑戰。）

分享你的見證，談談你如何在生活中知道這項原則是眞實的。如果你有額外的時間，請其他人分享他們對這項原則的見證。

學生教師2——阿爾瑪書37：35-37

向班上同學說明，種樹的人通常會將小樹綁在一根木樁上，等長大成熟之後再移走木樁。問他們，他們覺得爲什麼要這樣做。然後讀出以下這故事，談到戈登·興格萊會長種在他家院子裡的一棵樹：

戈登·興格萊會長婚後不久，在住家旁邊種了一棵小樹，卻不太去關心這棵樹。幾年後他注意到那棵樹已變得奇形怪狀，傾向西邊。他試著要把樹推直，但樹幹太粗了。他試著用繩子和滑輪來拉直，但這棵樹已無法彎動。最後他拿起鋸子，鋸掉西邊的粗大樹枝，留下了一個醜陋的疤痕。他後來談到這棵樹，說：

「我種那棵樹至今，已有半個世紀。……有一天，我再去看那棵樹，樹再度長大，形狀也比較好看了。這樹對那房子來說，是可貴的東西。但是這棵樹在還小的時候所受的創傷，是多麼嚴重啊！而我要將它扶直所用的方法，又是何等地殘酷！

「當初種下去的時候，只要用一根繩子，就可以把它固定、抵擋風力。我應該可以不費什麼力氣，就可以把那繩子繫上。但我卻沒有去做，使得這棵樹一遇到外力就彎曲了」（參閱「教養孩童，使他走當行的道」，1994年1月，*聖徒之聲*，第66頁）。

請學生閱讀阿爾瑪書37：35中，阿爾瑪給希拉曼的忠告。請他們想想，這節經文與興格萊會長種植那棵樹的經驗有何關聯。

請學生用自己的話概述阿爾瑪書37：35。（他們在回答時，應表達出：**我們應該在年輕時學習遵守神的誡命**。）也要請他們寫出自己對下列問題的回答。（可以將問題寫在白板上，或慢慢讀出來，讓學生抄寫。）

- 在你看來，在年輕時就學習遵守神的誡命，對一個人生活會有什麼影響？
- 你能想到有誰因爲在年輕時學習服從誡命，因而終生蒙受祝福嗎？寫下他們如何蒙受祝福。

阿爾瑪書37：35是一節精通經文。可以請學生完成今天課程後面的指派作業，藉此協助他們精通這節經文。

請幾位學生報告自己所寫的內容。然後請一位學生讀出阿爾瑪書37：36-37。請其餘學生跟著看經文，找出可以幫助他們在年輕時遵守誡命的明確忠告。

- 每天跟從這項忠告會怎樣幫助你遵守誡命？
- 你會用哪些方式努力將主放在你的思想、言語、行爲和情感的首位？（鼓勵學生想想自己可以如何改進。）

分享你的感受，談談與主商量已如何幫助你遵守誡命。鼓勵班上同學要在他們所做的一切事上與主商量。

學生教師3——阿爾瑪書37：38-45

展示圖片：利阿賀拿（62041；福音畫冊〔2009〕，編號68）。提醒你班上的同學，主曾用羅盤協助李海一家旅行到應許地。在阿爾瑪書37：38中，我們學到，那羅盤稱爲利阿賀拿。說明阿爾瑪談到利阿賀拿，是爲了教導希拉曼一項重要原則，談到主如何引導祂的子女。

向你班上同學說明：你要問他們一些問題，然後請他們輪流讀出一些經文，並請每個人找出這些問題的答案。請他們先讀出每一段經文，再回答相關的問題，

- 利阿賀拿是如何運作的？（見阿爾瑪書37：38-40。）
- 爲什麼有時候利阿賀拿會停止運作？（見阿爾瑪書37：41-42。）
- 我們可以如何將利阿賀拿比作基督的話？（見阿爾瑪書37：43-45。）

你可能要說明，這些經文中的預兆和象徵等詞，指的是「一個與將來某個更重要的人、事、物相類似的人、事、物。……眞正的象徵會有明顯的相似之處，來證明這是神的預定，也是將來之事的預言」（Joseph Fielding McConkie, *Gospel Symbolism* [1985], 274）。選擇是否跟從利阿賀拿的指示，就好像選擇要如何回應那經由基督的話而來的指示。

- 我們可以在哪裡找到基督的話？（答案可能包括：經文、後期時代先知的話語、教長祝福，以及靈的提示。）

請你的同班同學概述阿爾瑪書37：38-45，尤其是第44-45節中，阿爾瑪的話。這項討論應包含以下這項眞理：**我們若跟從耶穌基督的話語，這些話會引導我們獲得永生。**

分享基督的話如何影響了你的靈性，又如何幫助你朝著永生前進。可以建議學生考慮取得教長祝福，或者，若他們已得到教長祝福，就經常虔敬地閱讀。

請教師注意：學生教完本課預定的部分後，要謝謝他們。若時間許可，邀請幾位學生針對他們今天所學的任何一項原則作見證。你也可以分享你對這些原則的見證。結束時，向全班讀出阿爾瑪書37：46-47，並請他們跟著看經文。

精通經文——阿爾瑪書37：35

注意：以下這項回家作業能讓學生爲下一課的開頭部分（阿爾瑪書第38章）作準備。安排一些時間在上課時向學生說明這項指派作業的內容，告訴他們，你打算在下次見到他們時追蹤他們的經驗。

指出阿爾瑪書37：35是一節精通經文。可以鼓勵學生用獨特的方式劃記下來，以便能輕易找到。請他們今晚在家裡熟記這節經文，並向父母或另一位受人信賴的成人背誦出來。（也可以和一位成人一起讀這節經文。）鼓勵他們向那位成人提出下列問題。（可以請學生將這些問題寫在一張紙上帶回家。）

服從神的誡命如何幫助了你？

你會給我什麼忠告，來幫助我在年輕時更有智慧？

告訴學生，你會在下次上課時，請他們報告他們的經驗。

第95課

阿爾瑪書第38章

導言

希伯隆曾和他的父親阿爾瑪一起在卓倫人中擔任傳教士（見阿爾瑪書31：7）。這次傳道結束之後，阿爾瑪表示，他因希伯隆在受到逼迫時所展現的堅定和信心而感到快樂。阿爾瑪也向希伯隆見證了救主的拯救大能，並忠告希伯隆要繼續努力教導福音。

在給予指派作業之後進行追蹤

你在邀請學生應用福音原則之後，追蹤此事時，要給他們機會去為遵行福音的祝福作見證。學生分享自己應用福音原則的經驗，不但能增強自己的見證，也能幫助他人增強見證。

教學建議

阿爾瑪書38：1-3

阿爾瑪因為希伯隆的忠信而快樂

如果你曾在前一課結尾時邀請學生進行實際的應用活動，要提醒他們，你曾邀請他們向父母或另一位受人信任的成人提出以下這兩項問題：

- 服從神的誡命如何幫助了你？
- 你會給我什麼忠告，來幫助我在年輕時更有智慧？

請學生報告他們進行這項活動的經驗。學生分享後，問：

- 這次經驗對你有何影響，使你更有渴望遵守主的誡命？

說明：阿爾瑪書第38章記載了阿爾瑪給他兒子希伯隆的忠告。請一位學生讀出阿爾瑪書38：1-3。請全班跟著看經文，找出描述阿爾瑪對希伯隆有何感受的一些詞句，以及爲什麼有此感受。請學生報告他們所發現的事情。

- 關於正義的子女會帶給父母怎樣的影響，我們可以從阿爾瑪書38：2-3學到什麼？（學生的回答也許各不相同。要確定他們都認出這項眞理：**年輕人若堅定而忠信地遵守誡命，就會帶給父母極大的快樂。**）
- 你的父母曾經在什麼時候因爲你作了良好的決定，或因爲你努力遵行福音，而感到快樂？
- 你努力遵守誡命，對於你和父母的關係有何影響？

你可以分享一個例子，談談你的家庭如何因家中的孩子作出正義的選擇而受到影響。

阿爾瑪書38：4-9

阿爾瑪為救主的拯救大能作見證

說明阿爾瑪提醒希伯隆，他們兩人都經歷過救主的拯救大能。將下表作成講義，或放在白板上，讓學生抄在筆記本或經文研讀日記中。

	希伯隆 （阿爾瑪書38：4-5）	阿爾瑪 （阿爾瑪書38：6-8）
他獲得拯救脫離了什麼？		
為什麼他能蒙福獲得拯救？		
我們可以從他的經驗學到什麼？		

全班一起，或指派學生兩人一組完成此表。請學生參考白板上所列的經文來回答這些問題。鼓勵他們要融入他們所知，主拯救希伯隆（見阿爾瑪書38：2-3）及阿爾瑪（見摩賽亞書第27章；阿爾瑪書第36章）的經過。學生完成此表後，提出下列問題，來幫助他們討論所學到的各項原則：

- 我們可以從希伯隆的經驗學習到什麼？（學生也許會指出一些不同的原則。要確定他們都認出以下這項眞理：**我們若信賴神，耐心地忍受一切，神必拯救我們脫離考驗、煩惱和憂傷，並在末日提升我們。**）
- 我們可以從阿爾瑪的經驗學習到什麼？（學生也許會提出不同的答案，但要確定他們都表達出：**若要獲得罪的赦免，使靈魂得到平安，就必須運用對耶穌基督的信心並尋求祂的憐憫。**）

請一位學生讀出阿爾瑪書38：9。請全班跟著看經文，找出阿爾瑪希望他的兒子學到什麼有關救主的事。

- 耶穌基督是唯一能使我們「得救的道路或方法」，爲什麼知道這點很重要？
- 你曾經在哪些方面因爲救主的大能而獲得拯救？（可以給學生時間思考這個問題，再要求他們作答。）你那時做了些什麼來尋求拯救？

給學生一些時間想想他們在面臨個人的挑戰時，可以怎樣尋求主的協助。

阿爾瑪書38：10-15

阿爾瑪忠告希伯隆要繼續教導福音和培養正義的特質

說明：阿爾瑪鼓勵希伯隆要培養一些特質，來幫助他繼續教導福音和爲人服務。阿爾瑪對希伯隆的忠告也適用於每一個想要服務、教導或影響他人向善的人。請學生默讀阿爾瑪書38：10-15，找出對自己特別有幫助的忠告。可以建議學生將發現的內容劃記下來。

給學生一份本課結尾所附的研讀指南。說明：他們在使用這份指南時，會看出爲什麼在**我們努力培養正義的特質時，就能準備好教導他人並爲人服務**。請他們從這指南的左欄，選出阿爾瑪的其中一項忠告，並完成右欄中相關的學習活動。（如果你無法複印研讀指南，就調整活動，改成帶領全班討論，並以研讀指南中的資料爲資源。）

在學生有充分時間完成研讀指南中的一項學習活動之後，考慮請幾位學生談談自己從這項活動中學到什麼，以及他們計畫如何應用這項活動。如果你已影印研讀指南給學生，鼓勵他們帶回家去，學習更多有關阿爾瑪給希伯隆的忠告。

調整學習活動

本手冊所提的各種教學方式都只是一種建議。要運用智慧，根據你的情況，並根據個別學生和整個班級的需求來加以調整。要帶著祈禱之心，尋求聖靈的指引。

阿爾瑪書38：10-12的研讀指南

仔細看看以下所列，阿爾瑪的各項忠告，並選出你想要針對哪一項來改進。完成相對應的學習活動，來幫助你在生活中應用這項忠告。

阿爾瑪的忠告	學習活動
「凡事都努力並節制」（阿爾瑪書38：10）。	努力指的是堅定、仔細而認真地一再嘗試。節制指的是「在一切事上約束自己或自我克制」（孫小山，「凡事節制」，2009年11月，*利阿賀拿*，第38頁）。在你的經文研讀日記中，寫下為什麼當一個人在教導福音、為人服務時，這兩項特質都是必要的。同時寫下你在生活中的有哪些方面可以更努力或更節制，以及一旦改進這些方面，會怎樣幫助你更有效率地教導人及為人服務。
「注意不要自高自大；……不要誇耀」（阿爾瑪書38：11）。	驕傲的一面是信賴自己更甚於信賴神。當一個人認為自己比別人更優越或更重要時，顯然也是驕傲。在你的經文研讀日記中寫下，教會成員若因自己的召喚而驕傲自大，會發生什麼事。十二使徒定額組的羅拔．海爾斯長老教導：「真正的門徒說話時沉著自信，不自誇自傲」（「基督徒的勇氣：門徒的代價」，2008年11月，*利阿賀拿*，第73頁）。想想你認識的某個人在教導福音時怎樣「沉著自信」。在你的經文研讀日記中，寫下有關這個人的事，以及他的教導對你造成怎樣的影響。同時寫下你會在哪一、兩個方面，努力避免驕傲。
「要勇敢，但不要傲慢」（阿爾瑪書38：12）。	閱讀使徒保羅在（新約）腓立比書1：14中的話，看看神的僕人能如何表現勇敢。總會會長團的雅各．傅士德會長教導，我們要如何避免傲慢。他說：「我認為，在進行〔傳道事工〕時，並無須……放大音量，也無須咄咄逼人或感覺遲頓」（in James P. Bell, *In the Strength of the Lord: The Life and Teachings of James E. Faust* [1999], 373）。在你的經文研讀日記中，寫下一個人可以怎樣勇敢，卻又不傲慢。具體寫下一個方法，你要在生活中如何應用這項「要勇敢，但不要傲慢」的忠告。也要寫出，這項忠告能如何幫助你成功地教導人和為人服務。
「控制你所有的情感」（阿爾瑪書38：12）。	控制是指限制、引導或管制。情感是一種強烈的情緒。沉思下列問題，將你的答案寫在你自己的經文研讀日記上：在你看來，為什麼控制我們的情感對我們很重要?在你看來，控制你的情感會怎樣幫助你充滿愛心?你會做些什麼來跟從阿爾瑪的忠告，控制你所有的情感?
「不要懶惰」（阿爾瑪書38：12）。	複習經文指南中，「懶惰」下方的各節經文。找出與何謂懶惰、何謂不懶惰有關的忠告。從這個主題下方選出兩節經文來研讀。在你的經文研讀日記中寫下你從所選的這些經文中學到了什麼。寫下「不要懶惰」這項忠告會怎樣幫助你更有效率地教導人和為人服務。最後，寫下一個明確的方式來避免懶惰。

自修班課程

阿爾瑪書第33～38章（第19單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第33～38章（第19單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第33～35章）

阿爾瑪教導卓倫人，我們都可以透過祈禱，不斷地崇拜神。然後阿爾瑪又教導，我們之所以獲得天父的憐憫，包括罪的赦免，都是因為耶穌基督的贖罪。艾繆萊克教導卓倫人，耶穌基督無限而永恆的贖罪為全人類提供了救恩。學生也學習到，若要獲得贖罪的完全祝福，就必須運用信心悔改。

第2天（阿爾瑪書第36章）

學生從阿爾瑪有關他自己的歸信過程的記載中學到，罪會帶來極大的痛苦悔恨。此外，他們也學到，我們若對耶穌基督的贖罪運用信心，祂必拯救我們脫離罪的痛苦，使我們充滿快樂。我們若努力帶領他人歸向基督，便能像阿爾瑪一樣獲得極大的快樂。

第3天（阿爾瑪書第37章）

阿爾瑪囑付他的兒子希拉曼要記寫及保管神聖紀錄。學生在研讀阿爾瑪的話時學習到，主用微小而簡單的方式，來促成祂自己的永恆目的。學生也學習到，我們若服從主的誡命，就必昌盛。阿爾瑪教導他的兒子，我們應該在年輕時學習遵守神的誡命，並且，我們若留意耶穌基督的話語，這些話必引導我們獲得永生。

第4天（阿爾瑪書第38章）

學生在研讀阿爾瑪給希伯隆的忠告時學習到，他們若從年輕時就開始堅定而忠信地遵守誡命，就能帶給父母極大的快樂。阿爾瑪向他的兒子們見證，我們若信賴神、耐心地忍受一切，神會拯救我們脫離考驗、煩惱和憂傷。阿爾瑪也見證，要獲得罪的赦免，使靈魂得到平安，就必須呼求主賜予憐憫。最後，學生學習到，培養正義的特質會使我們準備好去教導人及為人服務。

導言

艾繆萊克教導卓倫人，贖罪是「無限而永恆的」（阿爾瑪書34：10）。學生在自己每週的研讀中學習到這項真理，而本課使他們有機會進一步了解、體會及感激耶穌基督的贖罪。

教學建議

阿爾瑪書第33～35章

阿爾瑪和艾繆萊克教導卓倫人有關耶穌基督的贖罪

問：為什麼只有耶穌基督有能力為世人贖罪？

提醒學生，他們在進行每週的指派作業時，已讀過阿爾瑪書34：10-14，並將包含著*無限*及*永恆*這兩個詞的句子劃記下來。請一位學生讀出這幾節經文，然後請學生們分享他們找到的句子。

請一位學生讀出以下十二使徒定額組羅素．納爾遜長老的話，來幫助他們了解耶穌基督的贖罪如何是無限而永恆的：

「基督的贖罪是無限的，沒有終止。全人類也是無限地，從永無止盡的死亡中得救。就祂劇烈的痛苦而言，是無限的……。其範圍也是無限的，因祂一次就為所有的人完成贖罪。贖罪的恩典不僅擴及無限多的人，同時也擴及祂所創造的無限數量的世界。祂的贖罪是無限的，其規模遠非人類所能估量，也非凡人所能理解。

「耶穌是唯一能提供此一無限贖罪的人，因為祂有一位塵世的母親及一位不朽的父親；而由於這樣獨特的出生背景，耶穌也是一位無限的人物」（參閱「贖罪」，1997年1月，*聖徒之聲*，第38頁）。

問：艾繆萊克的教導和納爾遜長老的這項說明如何幫助我們了解到為什麼唯有耶穌基督才能為世人贖罪？

請學生概述他們到目前為止，從阿爾瑪書第34章學到了哪些有關耶穌基督贖罪的事。說明我們可以從這一部分學習到一項重要的原則，就是：**耶穌基督無限而永恆的贖罪使得全人類都能獲得救恩**。

將以下這句未完成的話寫在白板或一張紙上：*想想看，要是沒有……，人生會是什麼樣子*。

舉起一個許多年輕人都很看重的一個物品（例如一支行動電話），並問：要是沒有這個東西，人生會是什麼樣子？

其次，舉起一瓶水或一杯水（或某項維生所須的東西）。問：要是沒有水，人生會是什麼樣子?

學生回答過這些問題後，這樣完成白板上那句話：*想想看，要是沒有耶穌基督的贖罪，人生會是什麼樣子。*

提出下列問題：

- 在你看來，人們要是不認識耶穌基督，或者不相信有神，會怎麼看待人生?
- 在你看來，要是沒有耶穌基督的贖罪，人生會有何不同?（給學生一些時間思考這個問題，再請他們作答。）

說明艾繆萊克教導卓倫人，他們必須悔改，才能將贖罪的祝福帶入他們的生活中（見阿爾瑪書34：15-17。問學生：他們是否曾經因為害怕認罪，或害怕自己不夠堅強、無法改變，因而拖延了悔改。然後問：為什麼拖延悔改很危險?

請學生輪流讀出阿爾瑪書34：30-35，找出艾繆萊克所教導的，為什麼我們不應拖延悔改。提出下列問題，藉此討論這些經文：

- 注意阿爾瑪書34：32。為什麼我們今天就應該悔改?（在學生回答時，幫助他們了解這項原則：**今生就是我們準備迎見神的時候**。）
- 留意阿爾瑪書34：33。今生的目的為何?拖延悔改的人將來會如何?
- 注意阿爾瑪書34：31。現在就悔改的人會得到什麼應許?

讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長的話：

「你無須知道一切的事情，也能讓贖罪的力量對你產生功效。要對基督有信心；從你祈求的那一天開始，它就開始發生效用了！」（參閱「被洗潔淨」，1997年7月，聖徒之聲，第10頁）。

問：潘會長的這段話教導了你什麼?為什麼它對你有幫助?

阿爾瑪書第36章

阿爾瑪忠告他的兒子希拉曼

你的學生研讀了阿爾瑪書第36章所記載的，阿爾瑪給他兒子希拉曼的忠告，也學到阿爾瑪在為自己的罪真誠悔改之後，感到極為快樂。請學生閱讀阿爾瑪書36：19-22，然後在自己的經文研讀日記中寫下這些經文教導了他們什麼有關贖罪力量的事（第2天，指派作業3）。請幾位學生分享自己所寫的內容。結束時，為耶穌基督的贖罪以及悔改所帶來的快樂，作你自己的見證。

下一單元（阿爾瑪書第36～44章）

請學生想想，一個憂心忡忡、滿懷愛心的父親或母親會怎樣糾正一個犯下嚴重性罪的兒女。阿爾瑪面臨了這種情況，並教導了他的兒子一些重要的真理；他的兒子柯林安頓在傳教時犯了罪。

第96課

阿爾瑪書第39章

導言

阿爾瑪譴責他任性的兒子柯林安頓丟下傳道事工而犯了性罪。阿爾瑪教導柯林安頓他的這項行為多麼嚴重，也對他犯下這樣嚴重的罪深表失望。阿爾瑪吩咐他的兒子停止追求眼睛的欲望並要悔改。（阿爾瑪針對其他主題給柯林安頓的忠告繼續載於第40～42章。）

教學建議

阿爾瑪書39：1-8

阿爾瑪向他兒子柯林安頓說明性罪是多麼嚴重

將以下這問題寫在白板上：*爲什麼有些罪比其他的罪更嚴重?*

請學生默默思考這個問題的答案。告訴他們，阿爾瑪書第39章所載記的阿爾瑪的忠告，能幫助我們了解某些罪是多麼嚴重。

請學生注意第39章章前綱要前頭的註記。請他們找出這一章是誰在說話，是在對誰說話（阿爾瑪在對他的兒子柯林安頓說話）。說明柯林安頓曾隨著他的兄弟希伯隆和阿爾瑪一起到卓倫人當中傳講福音，卻陷入罪惡之中。指出：了解柯林安頓做了什麼錯事，能幫助學生更了解在這一章經文和後面三章經文中，阿爾瑪給他的忠告。

請一位學生讀出阿爾瑪書39：1-5。請全班找出柯林安頓做了什麼錯事。（你可能要說明，第3節中的妓女一詞，指的是不道德的婦女或賣淫的人。）

- 柯林安頓做了什麼錯事?他犯的哪一項罪是最嚴重的?（性的不道德。）
- 柯林安頓曾在卓倫人中誇耀自己的力量和聰明（見阿爾瑪書39：2）。驕傲的態度會怎樣使人犯下諸如性的不道德等嚴重的罪?有哪些現代的例子顯示出，驕傲的態度會導致人們犯下嚴重的罪?（在學生討論這些問題時，指出：人在誇耀自己時，往往高估自己的力量，也高估了自己抵抗誘惑的能力。現代的例子有：過早約會、只跟某個人約會。）

請學生默讀阿爾瑪書39：5，找出阿爾瑪如何說明性罪多麼嚴重。（提出以下說明可能會有幫助：憎行一詞指的是某件有罪的、邪惡的或可怕的事。）

- 主對於性罪有何感受?（在學生回答時，幫助他們認出這項眞理：**性罪在煮的眼中是一種憎行**。）
- 在你看來，爲什麼通姦和姦淫的嚴重程度僅次於謀殺?

爲了幫助學生了解主對於性的純潔一事有何標準及應許，請他們默讀鞏固青年中，標題「性的純潔」下方的前兩段。請他們在讀的時候找出以下這問題的答案。（可以將這問題寫在白板上，也可以建議學生在小冊子上劃記所找到的答案。）

- 保持性的純潔有哪些好處?

學生有時間閱讀並報告所找到的答案後，請他們默讀「性的純潔」的其餘部分，找出以下這問題的答案：

- 主爲我們制定哪些標準，來幫助我們保持性的純潔?

請學生想想，他們覺得主希望他們從剛才所讀的內容得知什麼信息。見證性罪十分嚴重，而保持性的純潔會帶來祝福。

指出：阿爾瑪針對一項敏感的議題向他的兒子提出忠告，是在履行他身爲父親的責任。請學生想想，自己會怎樣回應父母或教會領袖所作的有關性的純潔的忠告。請他們默讀阿爾瑪書39：7-8，找出阿爾瑪懷著什麼目的來教導柯林安頓有關性罪的嚴重。

- 阿爾瑪爲什麼要教導柯林安頓，他所犯的罪十分嚴重？（爲了幫助柯林安頓悔改，使他不必帶著罪疚站在神前。）
- 有人邀請我們悔改時，我們應該如何回應？

爲了幫助學生了解，爲什麼父母會像阿爾瑪一樣，邀請他們的兒女悔改，讀出以下十二使徒定額組陶德·克理斯多長老的話：

「邀請悔改是一種愛的表現。……我們若不邀請他人改變，或是不要求自己悔改，就是沒有盡到本分，有愧於我們對彼此和對自己的職責。溺愛的父母、鄉愿的朋友、膽怯的教會領袖，實際上更在意的是自己，甚於關心他們能夠協助者的福祉和幸福。是的，呼籲悔改有時候會被認爲是不留情面或冒犯他人的行爲，甚至令人反感，但在聖靈的指引下，它其實是一種眞誠關懷的舉動」（「神聖的悔改恩賜」，2011年11月，*利阿賀拿*，第38-39頁）。

阿爾瑪書39：9-19

阿爾瑪鼓勵柯林安頓悔改

阿爾瑪書39：9
是一節精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

在介紹阿爾瑪給他兒子有關如何悔改及歸向主的忠告時，將以下內容寫在白板上：*悔改包括……*。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書39：9-13。每讀完一節就暫停，向學生提出下列問題：

阿爾瑪書39：9

- 「棄絕罪」是什麼意思？（停止犯罪。）
- 「不要再追求眼睛的欲望」和「離棄這些事」這兩句話，和棄絕罪有什麼關聯？（以下說明可能會有幫助：在我們的時代，「眼睛的欲望」可能指的是任何涉及色情的影像及娛樂。在強調色情的危險時，考慮請學生閱讀*挚固青年*第12頁，對此一主題所提的忠告。你也可以說明：這裡的「離棄」一詞，指的是運用自制力或自我約束；見註腳9*b*。）
- 在性的純潔以及避免追求眼睛的欲望這些事情上，年輕的後期聖徒可以用哪些方法來運用自制力？（爲了幫助學生更詳盡地討論這個問題，可以描述一些與學生的文化及背景有關的情況。例如，可以說以下這類的事：有位後期聖徒女青年決定要『離棄』不合宜的事，但後來她很欣賞的一位男青年邀請她參加一場不適當的派對。她應該如何回應？）

指出：阿爾瑪書39：9是一節精通經文。可以建議學生在自己的經文中劃記這節經文，以便能輕易找到。

阿爾瑪書39：10

- 尋求靈性上的滋養——也許是來自父母、教會領袖、兄弟姊妹或信任的友人——在哪些方面有助於我們悔改？

阿爾瑪書39：11

- 「不要讓自己被……引入歧途」是什麼意思？（你可能必須說明*讓*這個字的意思是「任由」。）
- 你看到現代的人被哪些「虛妄愚蠢」的事引入歧途？

阿爾瑪書39：12

- 不要再犯罪是什麼意思?（避開罪惡。）

阿爾瑪書39：13

說明：悔改意味著「把心和意志轉向神」（見經文指南，「悔改」）。在經文中，「轉向主」或「歸向主」通常都表示悔改。

- 你認爲，「盡意、盡能、盡力轉向主」是什麼意思?

提醒學生，柯林安頓向卓倫人傳教期間的行爲表現，使得一些人不相信阿爾瑪的話（見阿爾瑪書39：11）。

- 當我們的罪波及他人時，我們必須做什麼，作爲悔改的一部分?（向受到傷害的人承認我們的過錯，並努力彌補我們所造成的傷害。）

將以下這項眞理寫在白板上：***悔改包括認罪及棄絕罪，並且盡意、盡能、盡力轉向主***。可以建議學生將這句話寫在自己經文中，靠近阿爾瑪書39：13的地方。請學生在筆記本或經文研讀日記中寫下他們認爲主會希望他們做什麼，以便能更完全地將他們的心和意志轉向神。

爲了強調救主在悔改過程中的角色，請一位學生讀出阿爾瑪書39：15-16，19。請全班在這些經文中找出一句重複了三次的話。（這句話是：「好信息」，你可以說明這就是「好消息」的意思。）

- 阿爾瑪教導了他的兒子什麼「好信息」?（學生所作的回答中，應包括這項眞理：**耶穌基督已來，除去了世人的罪**。可以將這句話寫在白板上。）
- 爲什麼耶穌基督的來臨對柯林安頓來說是個好消息?（在學生回答這個問題時，可以告訴他們：柯林安頓後來悔改了他的罪，又回去擔任傳教士〔見阿爾瑪書49：30〕。）

考慮和全班分享，對你或你認識的人而言，耶穌基督贖罪的信息爲何一直是個令人高興的「好信息」。全班討論過阿爾瑪書第39章的這些原則後，爲這些原則作你的見證。鼓勵學生聽從在上課時可能得到的提示，去守護自己的純潔，並經由悔改轉向主。

精通經文——阿爾瑪書39：9

將全班分成四組或五組。給每組一個六面的骰子和一支鉛筆。（如果沒有骰子，考慮調整這活動，用一個信封或其他容器裝著六張小紙片，將數字1到6分別寫在每張紙片上。）每個學生還需要一張空白的紙。請各組圍著一張桌子或圍成一圈坐下。請他們將經文翻到阿爾瑪書39：9。

說明這活動的目標是成爲該組中第一個完整寫出阿爾瑪書39：9內容的人。但因爲每組都只有一支鉛筆，因此在每一組中，一次都只有一個人能寫字。將骰子擲出1的人，才有資格使用鉛筆。

請各組成員輪流擲骰子（或取出一張紙片，然後放回去）。當有人擲出（或抽到）1時，就讓那人拿起鉛筆開始寫，同時說出所寫的每一個字。他寫的時候，組裡其他的人繼續輪流擲骰子，以便取得資格使用鉛筆。當組裡第二個人擲出1時，這人就由前一個書寫的人手中接過鉛筆，在自己的紙上開始書寫並說出那些字。前一個書寫的人則加入組裡的其他人輪流擲骰子。有資格使用鉛筆的人必須把他先前已在紙上寫出的那部分經文讀出來，才能接下去寫。（這樣一再重覆，能幫助學生記住經文。）當各組都有一位學生完整寫出阿爾瑪書39：9時，活動就告結束。

活動結束之後，請全班一起讀出這節經文。

注意：由於這一課的性質和長度，你可以改天有多餘時間時再使用這活動。

第97課

阿爾瑪書第40章

導言

阿爾瑪向他的兒子柯林安頓警告有關罪的後果時，也教導了有關死後的生命。他解釋說，透過耶穌基督的贖罪，全人類都會復活。他教導了有關靈的世界，談到死者要根據自己在世時所作的選擇，而在樂園或靈監中等待復活。

注意：在本課中，學生會有機會互相教導。上課前，將後面所附的指示作成講義分給各組。要熟悉每一套指示，以便在學生準備教導時可以協助他們。

教學建議

阿爾瑪書第40章

阿爾瑪教導柯林安頓有關靈的世界和復活

上課前，將下列問題寫在白板上：

1. *是什麼使得我們能夠在死後再度活著？哪些人會復活？*
2. *我們死後會去哪裡？那裡是什麼樣子？*
3. *何謂復活？我們復活後的身體與塵世的身體將有何不同？我們復活後會做什麼事？*

請學生想像自己是傳教士，正與某人有約，而這個人正在尋找白板上所列那些問題的答案。說明：阿爾瑪書第40章延續了阿爾瑪給他兒子柯林安頓的教導，也包含了這些問題的答案。

請學生默讀阿爾瑪書40：1。請學生找出爲什麼阿爾瑪要與他的兒子談論復活。

- 爲什麼阿爾瑪要教導柯林安頓有關復活的事？
- 回想一下柯林安頓所作的那些選擇，他爲什麼會對復活的事感到困擾？

將全班學生分成兩人一組。爲各組指定一個數字：1、2，或3。請各組扮演傳教士同伴，準備教導一個簡短的課程，來回答白板所列，與他們被指定的數字相對應的問題。爲了幫助他們準備，給他們一份與他們被指定的數字有關的指示（見以下資料）。在學生進行時，你可以在教室四周走動以便聆聽並給予必要的協助。

幫助學生分成兩人一組，或分成小組

在學生以兩人一組或以小組方式進行討論時，可以考慮在教室四周走動，聆聽他們討論的情形。這會讓你知道他們需要多少時間完成任務，也會讓你聽到一些見解，作為課程後段參考之用。注意：你在聆聽學生討論時，若能對他們的努力和見解表示嘉許，往往會使他們感到較為自在。

第1組——阿爾瑪書40：1-5

問題：*是什麼使得我們能夠在死後再度活著？哪些人會復活？*

準備運用阿爾瑪書40：1-5來回答這些問題。你在準備時，就要決定每個同伴要負責教導哪些部分。準備好進行下列事宜：

針對指派給你的部分說明一些背景。（你在教導經文時，要說明那段經文是誰說的，是對誰說的，也要說明任何能幫助學生了解該段經文的其他情況。）

讀出能回答問題的那段經文。說明這些經文中的眞理如何有助於回答那些問題。你在這樣做時，要確定每個人都了解：**由於耶穌基督，全人類都會復活**。也可以建議你所教導的人將這項眞理寫在自己經文中，阿爾瑪書40：1-5的旁邊。

談談爲什麼復活的應許對你而言很重要。你也可以問問你所教導的人，他們爲什麼很感激有復活的應許。

爲你所教導的眞理作見證。

第2組——阿爾瑪書40：6-14

問題：*我們死後會去哪裡？那裡是什麼樣子？*

準備運用阿爾瑪書40：6-7，11-14來回答這些問題。你在準備時，就要決定每個同伴要負責教導哪些部分。準備好進行下列事宜：

針對指派給你的部分說明一些背景。（你在教導經文時，要說明那段經文是誰說的，是對誰說的，也要說明任何能幫助學生了解該段經文的其他情況。）

讀出能回答問題的那段經文。說明這些經文中的眞理如何有助於回答那些問題。（指出以下這點或許會有幫助：阿爾瑪所說的『外層黑暗』並不是指撒但和受詛罰之人的最後景況，而是指惡人在死亡之後、復活之前所處的景況，現在我們通常稱之爲靈監。）你在閱讀這些經文時，要確定每個人都了解：**在死亡和復活之間，義人的靈會住在樂園，而惡人的靈會住在靈監**。可以建議你所教導的人將這項眞理寫在自己經文中，阿爾瑪書40：11-14的旁邊。

談談你對這項眞理的認識如何影響了你今生所作的選擇。你也可以問你所教導的人，他們對死後生命的認識如何幫助了他們。

爲你所教導的眞理作見證。

第3組——阿爾瑪書40：21-26

問題：*何謂復活？我們復活後的身體與塵世的身體將有何不同？我們復活後會做些什麼事？*

準備運用阿爾瑪書40：21-26來回答這些問題。你在準備時，就要決定每個同伴要負責教導哪些部分。準備好進行下列事宜：

針對指派給你的部分說明一些背景。（你在教導經文時，要說明那段經文是誰說的，是對誰說的，也要說明任何能幫助學生了解該段經文的其他情況。）

讀出能回答問題的那段經文。說明這些經文中的眞理如何有助於回答那些問題。（你在準備教導時，了解以下這點或許會有幫助：在這些經文中的靈魂一詞，指的是一個人的靈體。）要確定每個人都了解：**復活是靈與身體重新結合，並且萬物都回復到原來而完美的軀體上**。可以建議你所教導的人將這項眞理寫在自己經文中，阿爾瑪書40：21-23的旁邊。

談談你爲什麼很感激能知道你的身體和靈有一天會回復到原來而完美的軀體上。你也可以談談，當你知道有一天要站在神面前受審，這對你的選擇有何影響。請你所教導的人談談他們對復活及最後審判的這些教義有何感想。

爲你所教導的眞理作見證。

學生準備好回答所指派的問題後，將他們分成小組，讓他們扮演傳教士來互相教導。每一組應包含三組同伴團，並且每組同伴團都準備好回答一組不同的問題。（如果班級很小，就請每一組教導全班。）鼓勵學生在角色扮演中進行教導及互相學習時，要呈現眞實的自己。向他們保證，只要他們眞誠地教導和回答，聖靈就會啓發他們和他們所教導的人。聆聽他們互相教導的情形，並在覺得受到提示時，提出你的見解。

學生有時間分組彼此教導之後，考慮向全班提出下列問題：

- 你在準備回答受指派的問題時，學到了些什麼？你從其他同伴團的教導中學到了些什麼？
- 知道了柯林安頓曾經難以服從貞潔律法後，你認爲，了解死後生命的本質對於他未來抗拒誘惑會有何幫助？
- 爲什麼我們今天討論的這些眞理對你來說很重要？

請學生默讀阿爾瑪書40：25-26，找出義人的最後景況，與惡人的最後景況有何不同。在他們描述過他們所發現的事情後，請他們談談這些經文對於他們承諾遵行福音一事造成了什麼影響。你可以分享自己對這同一問題的答案。見證：由於耶穌基督，我們才能獲得復活的祝福。

精通經文複習

學生若針對某段經文提出自己的問題，就會更了解那段經文。請學生分成小組或整個班級一起合作，針對特定的精通經文章節寫下提示。（你可以選出一些經文讓學生學習或複習。）然後請他們向你讀出那些提示。如果你猜對是哪一節精通經文，你就得分。如果你沒有猜對，就由班級得分。

注意：本課的長度也許會有時間進行此一精通經文活動。但爲了確定學生都有足夠時間準備及參與課程，你可以等課程結束，時間許可時再進行此一活動。如果這堂課沒時間進行此一活動，可以改天再進行。其他的複習活動，見本手冊結尾的附錄。

注釋及背景資料

阿爾瑪書40：11。「被帶回家，到賜給他們生命的神那裡」

約瑟．斐亭．斯密會長解釋，阿爾瑪書40：11並不是在教導，我們死後會立刻被帶到神面前。他說：

「據我了解，〔阿爾瑪書40：11-14〕這些話的意思，並不是說所有的靈都要回到神的面前接受分派，到某個平安之地或懲罰之地，並在神面前接受個人的判決。『被帶回家，到……神那裡』〔對照傳道書12：7〕的意思僅僅是指他們今生的生命已經結束，回到靈的世界，並按照他們的行為而被分派到一處地方，與正義的人或不正義的人在一起，並在那裡等待復活。與『回到神那裡』類似的說法，在許多其他為人所熟知的情況下都會用到。例如：一個在國外傳教好一陣子的人，在卸任返回美國後，可能會說：『回家真好』；而他的家可能在猶他州或愛達荷州某處，也可能在西部其他地方」（*Answers to Gospel Questions*, comp. Joseph Fielding Smith Jr., 5 vols. [1957–66], 2:85）。

阿爾瑪書40：11-15。靈的世界在哪裡？

百翰．楊會長教導：

「靈的世界在哪裡？就在這裡。……他們〔已逝之人的靈〕會越過這已組織好的地球邊界嗎？不會。他們會在這個地球上」（*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 376）。

阿爾瑪書40：11-15。在靈的世界裡的那些靈會如何？

「當肉體死亡時，靈體會繼續活著。在靈的世界中，義人的靈『被接到一種幸福的狀態中；那裡叫作樂園，是一種安息的狀態，平安的狀態；他們必在那裡安息，不再煩惱、憂慮和悲傷』（阿爾瑪書40：12）。一個被稱為靈監的地方是保留給『不認識真理而在罪中死去的人，或拒絕先知而在違誡中死去的人』（教約138：32）。在靈監中的靈『蒙教導：對神的信心、罪的悔改、為了赦罪的替代洗禮、聖靈恩賜的按手禮。還有他們必須知道的其他一切福音原則』（教約138：33-34）。如果他們接受了這些福音原則，悔改他們的罪，並接受那些代替他們在聖殿中執行的教儀，他們就會被接進樂園」（*忠於信仰：福音參考資料*〔2004〕，第24頁）。

第98課

阿爾瑪書第41章

導言

阿爾瑪繼續忠告他的兒子柯林安頓，教導他：復原的計畫不僅包括身體的復活，也包括靈的復原，而我們在這復原中的永恆狀態反映出我們今生的行為和願望。阿爾瑪強調，邪惡絕不會帶來幸福。

教學建議

阿爾瑪書第41章

阿爾瑪教導柯林安頓有關復原的計畫

請全班想想，一個人如果相信以下這些話，會怎樣影響到他的行爲（每讀一句就暫停，讓學生回答）：

死後沒有生命。

我們死後，無論今生的行爲如何，都會變得完全。

在最後審判時，我們會因爲好行爲而獲得酬賞，會因爲壞行爲而接受懲罰。

- 對於死亡之後的情形有正確的認識，爲什麼很重要？

提醒學生，他們已在阿爾瑪書第40章中學到阿爾瑪教導柯林安頓，有關靈的世界、復活及審判的事。說明我們會在阿爾瑪書第41章學到，柯林安頓因爲某些人所教導的有關復活的事而感到困擾。指出在阿爾瑪書41：1中的「深入歧途」一詞，請學生閱讀這節經文，找出是什麼使得某些人走入了歧途。

- 爲什麼有些人會走入歧途？（可以說明，曲解經文的意思是扭曲、歪曲或變更經文的意思。）
- 阿爾瑪說，他要向柯林安頓解釋什麼事？

一旦學生找出*復原*一詞，可以將這詞寫在白板上。說明*復原*意指使其恢復原狀。

說明，阿爾瑪希望柯林安頓了解，他所稱的「復原的計畫」（阿爾瑪書41：2），有屬世的層面，也有屬靈的層面。請學生默默查考阿爾瑪書41：2-5，找出死亡之後，有哪些屬世事物會復原到我們身上，又有哪些屬靈事物會復原到我們身上。可以建議學生將他們所發現的事情劃記下來。在學生閱讀之前，提出以下說明或許會有幫助：*必要*的意指勢在必行的或不可缺少的。

- 阿爾瑪書41：2所提及的復原計畫，其屬世的層面爲何？（在復活時，靈體會回復到身體，身體的每一部分都必復原。）
- 阿爾瑪書41：3-5所提及的復原計畫，其屬靈的層面爲何？（在學生回答時，將以下眞理寫在白板上：*我們會根據自己今生的行爲和願望，而回復到幸福或悲慘。*）

請學生想像自己正在一個初級會的班級中教導這些經文。

- 你會如何解釋屬靈復原的教義，好使兒童也能了解？

提醒學生，柯林安頓曾違反貞潔律法，離棄了傳道責任（見阿爾瑪書39：2-4）。

- 對於屬靈復原的教義有正確的認識，可能怎樣幫助了柯林安頓作出較好的選擇？了解這項教義會怎樣影響我們的行爲和渴望？

見證這項教義是眞實的，並針對每一個人都會根據自己的願望和行爲而回復到良善或邪惡一事，談談你對神的公道有何感受。

將以下問題寫在白板上：*我若犯了罪會怎樣？*

- 根據復原的計畫，我們若犯了罪會遭致什麼？
- 我們若做錯了事，會有辦法回復到良善和幸福嗎？

請一位學生讀出阿爾瑪書41：6-9。請全班找出即使我們犯了罪，仍然可以做些什麼，來使我們回復到良善和幸福。（我們必須悔改，並終生渴望正義。

- 阿爾瑪書41：6-7中的哪些詞句暗示我們要爲復活時所獲得的一切負責？就哪方面而言，我們是自己的審判者？（我們今生的選擇會決定我們站在神面前時要接受什麼樣的審判結果。）

指出：有些人以爲他們不必爲自己的行爲負責，也能回去與神同住。他們常說，他們作出罪惡的選擇只是好玩。有時候那些犯罪的人甚至可能看起來很幸福。

齊聲朗讀

齊聲朗讀可以強調某段經文，也能促進班級團結合一。這也是增加課程變化的一個方式。你若看到學生可能在上課的步調上需要有點變化時，就可使用這項建議。鼓勵他們在朗讀時，從容地一起唸出那些字。

請學生站起來齊聲朗讀阿爾瑪書41：10。指出阿爾瑪書41：10是一節精通經文。可以建議學生用獨特的方式劃記這節經文，以便能輕易找到。（由於這是一節精通經文，你可以請他們一起唸幾次。可以詢問班上有沒有人能背誦出來。）他們讀完後，請全班坐下。在白板上寫*「邪惡絕非幸福。」*

- 爲什麼「邪惡絕非幸福」這句話是對的？
- 有哪個例子可說明，撒但會如何讓我們違反誡命，然後相信我們仍然能夠幸福？

爲了幫助學生明白，短暫的世俗享樂與主所提供的幸福，兩者之間有何差異，讀出以下七十員格蘭．裴斯長老的話：

「主一向禁止的活動，社會好幾年來都反對的活動，今天都已受到同一社會所接受、鼓吹。傳播界也總是盡其所能地，讓這些活動以看來令人十分嚮往的方式呈現出來。……

「……不要把低級歡樂誤以爲高級的幸福和喜樂，不要把缺乏自制誤以爲自由。全然自由而沒有適度限制，會使我們受自己的各種慾望所奴役。不要羨慕低級下流的生活。……

「……你所遵守的誡命並非一位冷酷無情的神所制定，爲了阻止你享樂；這些誡命乃是一位慈愛的天父所制定，祂要你在今生以及來生都幸福」（參閱「他們並不眞正快樂」，1988年1月，*聖徒之聲*，第36-37頁）。

阿爾瑪書41：10是一節精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

將以下這句話寫在白板上。可以建議學生將之寫在自己經文中，阿爾瑪書41：10的旁邊。（這句話記載在“To ‘the Rising Generation,’” *New Era,* June 1986, 5.）

「你們不會在做錯事後，有很好的感覺。那是不可能的！」（泰福．彭蓀會長）。

告訴學生，阿爾瑪書41：11說明爲什麼作了錯誤的選擇，就不可能眞正幸福。將下表抄在白板上（可以在上課前先抄好），或作成講義發給每位學生。將學生分成兩人一組，指示他們將阿爾瑪書41：11中的每句話及其含意相配對。也請他們討論附帶的那些問題。

阿爾瑪書41：11中，描述處於「自然狀態」的詞句	意義
1.「處於肉慾狀態」	a. 受罪所限制和拖累
2.「在苦膽之中和罪惡的束縛裡」	b. 缺少神的祝福和指引；失去聖靈為伴
3.「在世上沒有神」	c. 受肉體的意願所支配

在這一節中，我們看到「神的本性」是「幸福」。關於罪惡為什麼與幸福的性質是相反的，這裡告訴了你什麼？

有哪些具體的例子可說明人們為什麼會處在不幸福的狀態？

（答案：1—c，2—a，3—b）

爲了幫助學生明白，堅持處在「自然狀態」中，與復原的教義有何關聯，請一位學生讀出阿爾瑪書41：12。這節經文讀出後，請學生回答阿爾瑪的問題。然後請學生閱讀阿爾瑪書41：13，看看阿爾瑪如何回答自己所問的問題。（可以建議學生劃記阿爾瑪所說，在復原的計畫中，有哪些事會回復到我們身上。）

請學生想像自己有位朋友選擇在行爲方面違背主的誡命，卻又希望回復到正義。請學生把同伴當作那個朋友，用阿爾瑪書41：12-13向他說明復原的教義。（學生也許會用自己的話，或用寫在白板上的話，來說明：「*我們會根據自己今生的行爲和願望，而回復到幸福或悲慘。*」）

向學生展示一支迴旋鏢，或在白板上畫一支迴旋鏢。

問學生，要是用正確的方式將這迴旋鏢投擲出去，它會怎麼樣？（會回到投擲的原點。）請他們默讀阿爾瑪書41：14-15，找出迴旋鏢在哪些方面就代表著這些經文所教導的眞理。（可以建議學生劃記這些經文。）邀請學生說明他們所發現的事情。

- 你希望在今生和在來生從其他人和從主那裡獲得哪些事物？（答案可能包括仁慈、憐憫以及愛。考慮將學生的答案列在白板上。）
- 你曾經在什麼時候給予他人良善、憐憫，或仁慈，後來得到了回報？

鼓勵學生設立目標，在行爲和態度上反映出他們在今生和來生所希望復原到他們身上的事物。見證：我們作出正義的行爲，就會得到幸福。

精通經文——阿爾瑪書41：10

注意：由於本課的性質和長度，以下的活動最好是改天有多餘時間時再進行。

將以下字樣寫在白板上：……*就是幸福*。

請學生說出一些與阿爾瑪書41：10教導的教義相反的句子。（可能的一個答案是：「正義就是幸福。」）然後請學生根據自己的感受，在空白處列出明確的正義行爲。（例如：「爲人服務就是幸福。」）問學生，他們能否見證這些正義的作爲會帶來幸福。在幾位學生分享過他們的經驗和見證後，請全班在一張口袋大小的卡片或在一張紙上寫下他們下一週可以做哪一項或哪兩項正義的作爲，來增進幸福。鼓勵他們隨身帶著這張紙來提醒自己，並在將來幾天報告他們努力的情形。）

邀請學生說明教義和原則

給學生機會向他人說明他們在課堂上所學的教義和原則。他們在準備說明福音眞理時，就會學到更深入地沉思經文，並學到要將其想法組織起來。他們在向他人說明這些眞理時，聖靈會使他們更加認識所教導的那些眞理，也會增加他們對這些眞理的見證。

第99課

阿爾瑪書第42章

導言

阿爾瑪在總結給他兒子柯林安頓的忠告時，說明天父已為犯罪的人提供方法，使他們能獲得憐憫。他教導，依據神的公道，罪人必須從神的面前被剪除。然後他見證，耶穌基督會為所有犯罪的人受苦，並對悔改的人施予憐憫，藉此「滿足公道的要求」（阿爾瑪書42：15）。

教學建議

阿爾瑪書42：1-14

阿爾瑪教導柯林安頓有關神的公道

上課前，在白板上畫一座如下頁所示的簡單天平。（等到課程中有指示時，再加上文字。可以鼓勵學生將這個圖樣畫在筆記本或經文研讀日記上。）

在天平上方，寫出下列這句話：*我希望最後的審判會很公平*。

告訴學生，若是同意白板上的這句話，就舉起手來。

- 爲什麼你希望最後的審判會很公平?
- 公平一詞指的是什麼?

告訴學生，公平可能指的是得到自己所應得的。公平一詞與經文上所稱的公道有關。將公道一詞寫在白板上的天平下方。

爲了幫助學生了解公道的概念，請一位學生讀出以下十二使徒定額組達林．鄔克司長老的話：

「公道一詞有許多含意，其中之一是平衡。平衡狀態的天平常用來象徵公道。因此，當人爲的法律受到破壞時，公道通常要求施予懲罰，來〔使這天平〕恢復平衡。……

「神的律法同樣也與公道有關。公道就是得到自己所應得的；經文在談到人要根據自己的行爲接受審判時，就是以此一概念爲基本前提」（“Sins, Crimes, and Atonement”[address to CES religious educators, Feb. 7, 1992], 1, si.lds.org）。

說明阿爾瑪的兒子柯林安頓對於最後審判是否公平一事感到困擾。請一位學生讀出阿爾瑪書42：1，並請全班找出柯林安頓認爲最後審判的哪些部分是不公平或不公道的。

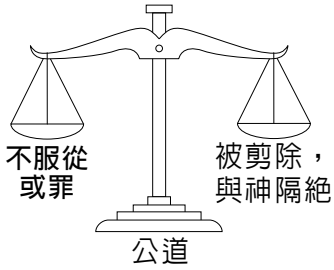
- 柯林安頓覺得什麼是不公平的?（要把罪人交到〔或送到〕悲慘的狀態。）
- 爲什麼柯林安頓會認爲犯罪的人受到懲罰是不公平的?（如果需要提醒學生：柯林安頓當時正犯下幾樣不同的罪，就請他們參考阿爾瑪書39：2-3。）
- 如果公道是指獲得自己所應得的，並爲自己的罪受懲罰，我們可能也會怎樣因此感到困擾?（我們都犯了罪，都要受制於公道的要求。）

概述阿爾瑪書42：2-11，說明阿爾瑪談到了柯林安頓所擔憂的事。阿爾瑪教導，亞當的墜落帶來了全人類的墜落，使他們必須經歷屬世和屬靈的死亡（見阿爾瑪書42：9）。他也說明，要是無法從這墜落的狀態中被救出，全人類的靈魂就會變得悲慘，永遠被剪除，與神隔絕（見阿爾瑪書42：11）。

請一位學生讀出阿爾瑪書42：12。說明這節經文強調墜落及其後果，包括被剪除，與神隔絕，都是因爲亞當沒有服從神的誡命所造成的。幫助學生了解，我們不服從神的誡命，犯了罪時，就是在靈性上與神更疏遠，並且使自己處在公道的要求之下。（可以請一位學生讀出信條第2條。）請學生默讀阿爾瑪書42：14，找出公道要求不服從的人接受什麼後果。

- 被「剪除」，與神隔絕，是什麼意思？（與神分開，無法回去與祂同住。你也可以提到，我們犯罪時，就使得自己失去了神組的一位成員聖靈的陪伴。）

如下所示，在白板的圖樣上，加上這些詞句：*不服從或罪及被剪除，與神隔絕。*



根據你在阿爾瑪書42：1-14所學的內容，你會如何用一句話來概述，當一個人不服從時，公道的律法會有何要求？（將以下這項眞理寫在白板上的天平下方：*由於我們的不服從，公道的律法要求將我們剪除，與神隔絕*。可以建議學生將這項眞理寫在他們經文中，靠近阿爾瑪書42：1-14的地方。

請學生默讀阿爾瑪書42：18，找出犯罪的另一個後果爲何。

- 受到良心的責備是什麼意思？

請學生想想自己曾經因爲犯罪而感到悔恨憂傷，或失去了聖靈的時候。請他們想像，那樣的感覺因爲他們過去所做的種種錯事而更加劇烈。然後請他們想像，那樣的感覺一直縈繞在心，揮之不去。

爲了幫助學生了解並感受到慈悲的必要，可以提出下列問題：

- 根據你在阿爾瑪書42：1-14所學的內容，你會希望最後的審判只根據公道嗎？

阿爾瑪書42：15-31

阿爾瑪教導柯林安頓有關慈悲的計畫

爲了幫助學生了解：公道的要求必須獲得滿足，指向白板上天平的懲罰那一邊。可以考慮舉起一支板擦，彷彿要擦去公道的要求一般。問：

- 有什麼辦法可以把公道的要求擦掉或除去嗎？（沒有。神的律法一旦遭到破壞，公道就要求給予懲罰。公道的要求必須設法滿足。）

幫助學生了解：要是擦掉公道所要求的後果，就不公平了。請一位學生讀出阿爾瑪書42：25。

- 根據阿爾瑪所說，如果罪的後果被移除，公道沒有得到滿足，結果會如何？

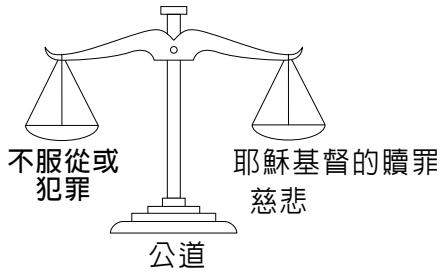
請學生沉思以下這個問題，之後再給他們參考經文來找出答案：

- 如果無法除去公道的要求，那麼犯了罪的人（我們每個人）要怎樣才能獲得良心的平安，回到神的面前？（給學生時間沉思這問題後，請一位學生讀出阿爾瑪書42：15。提出以下說明或許會有幫助：「滿足公道的要求」意指依據公道的要求來償付代價或接受懲罰。）
- 根據阿爾瑪書42：15，神怎樣才會將慈悲施予我們？

邀請學生沉思一個問題

問學生一個要經過思考才能回答的問題，能激起他們的渴望去知道答案，並且更深入探究經文或個人經驗，以求能有所理解。給學生時間想想這問題，再請他們查考經文來找出答案。

照著學生的回答，擦掉白板上那句「被剪除，與神隔絕」，並寫上耶穌基督的贖罪和慈悲。在天平下方，寫出以下這項眞理：耶穌基督的贖罪滿足了公道的要求，使我們可以獲得慈悲。



- 知道救主願意爲你受苦，好使你能獲得慈悲，對你而言有何含意?

請學生閱讀阿爾瑪書42：22-24，找出我們必須做些什麼，神才會施予慈悲?

- 我們必須做些什麼才能獲得慈悲，免於公道的全部要求?（當學生看出，悔改是獲得慈悲的途徑時，將以下這項原則寫在白板上的天平下方：***我們若悔改，就會經由救主的贖罪而獲得慈悲***。你也可以建議學生將這項原則寫在經文中，靠近阿爾瑪書42：22-24的地方。）
- 在你看來，「眞正悔改」是什麼意思?（眞心誠意地悔改。）
- 爲什麼了解救主代替我們接受罪的懲罰這件事，對我們很重要?

說明耶穌基督是我們的中保。中保是在雙方當事人之間協助解決衝突的人。請一位學生讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長的話。請全班聽聽看，爲什麼必須要有第三方，罪人才能獲得慈悲。

「依照永恆的律法，除非有人願意而且也有能力承擔我們的債務，償付代價，並爲救贖我們而調整條款，否則慈悲是不會施予的。

「除非有一位中保，除非我們有一位朋友，否則公道的全部重負就必定毫不保留、冷酷無情地落在我們身上。我們所犯的每一項罪，不論大小輕重，都要由我們概括承受，完全承擔其懲罰。

「但要知道：眞理、榮耀的眞理，宣告著有這樣一位中保存在。……

「透過祂，慈悲得以完全施予我們每個人，而且不會牴觸公道的永恆律法。……

「慈悲並不是自動施予的，而是透過與祂訂立聖約而來，並且是根據祂的條款，祂寬大的條款而來。」（參閱「中保」，1977年10月，*聖徒之聲*，第50-51頁）

請學生默讀阿爾瑪書42：29-31，找出阿爾瑪希望柯林安頓怎麼做?（可以建議學生將找到的內容劃記下來。）

- 在你看來，讓公道、慈悲和主的受苦「在你心中有十足的影響力」，是什麼意思?

請學生寫一篇簡短的授課計畫，說明他們會怎樣教導他人有關公道和慈悲的概念。鼓勵他們將今天所學的內容教導給自己的家人。

提醒學生，柯林安頓曾擔憂神的公道是否公平。你可以見證，最後的審判會很公平，我們最後都會根據神的公道與慈悲來獲得我們應得的一切。你也可以指出柯林安頓悔改了自己的罪，爲當時的教會成長帶來了正面的影響（見阿爾瑪書49：30）。請學生想想自己要怎樣進行悔改的過程。

請幾位學生針對救主自願爲我們贖罪、爲我們滿足公道的要求一事，分享他們的感激與見證。針對透過救主的贖罪犧牲而來的慈悲與救贖，分享你的見證。

第100課

阿爾瑪書第43～44章

導言

正當阿爾瑪和他的兒子們繼續傳講福音的時候，卓倫人加入了拉曼人的軍隊，一齊攻打尼腓人。摩羅乃隊長在領導尼腓人抵抗拉曼軍隊時，展現了信心和智慧。雖然敵衆我寡，但尼腓士兵的準備和對耶穌基督的信心卻使他們在戰爭中占了上風。拉曼人戰敗後，便立下和平約定，離開了該地一段時間。

教學建議

阿爾瑪書第43章

摩羅乃隊長的各項準備和策略使得拉曼軍隊的計畫無法成功

請學生在筆記本或經文研讀日記中寫下一些對自己未來的計畫、目標及願望。在他們寫的時候，提醒他們思考諸如去傳教、在聖殿印證、養兒育女等靈性目標及願望。你可以在上課前先列出自己對未來的目標及願望。你可以分享自己的一些計畫及願望作爲例子，來幫助學生開始書寫。

學生寫完後，請他們找出他們覺得有哪些願望和目標是撒但不希望他們達成的。請幾位學生分享一些這樣的目標。請他們說明爲什麼撒但不希望他們達成這些目標。你也可以問他們，爲什麼他們覺得非要達成那些目標不可。向學生建議，研讀阿爾瑪書第43～44章可以幫助我們明白，即使魔鬼用各種手段要毀滅我們，我們仍然能夠達成正義的目標。

概述阿爾瑪書43：1-4，說明儘管阿爾瑪努力要帶領卓倫人回到教會，但許多卓倫人仍加入拉曼人，並準備要攻打尼腓人。亞瑪力人也加入了他們；這些亞瑪力人就像卓倫人一樣，雖然曾經是尼腓人，但卻背離了眞理。

請一位學生讀出阿爾瑪書43：5-8。請全班跟著看經文，找出拉曼首領柴雷罕納的計謀或「計畫」。

說明我們在研讀摩爾門經中所記載的屬世戰爭時，可以將這些戰爭比作我們所面臨的屬靈戰爭。

- 柴雷罕納用來對付尼腓人的計畫，如何就像撒但用來對付我們的計畫一樣？

請一位學生讀出阿爾瑪書43：9-12。請全班找出尼腓人的計畫爲何。

- 尼腓人的計畫爲何？

請學生默讀阿爾瑪書43：16-19。請他們找出尼腓人的總隊長摩羅乃做了哪些事，來幫助人民準備好保衛自己的土地和家庭。

- 尼腓人特別做了哪些事爲拉曼人的攻擊預作準備？

請一位學生讀出阿爾瑪書43：20-22，並請全班找出拉曼人對尼腓人的準備有何反應？

- 爲什麼拉曼人雖然在人數上勝過尼腓人，卻仍撤退，不再攻擊？
- 關於抵抗撒但的計謀，我們可以從這件事學習到什麼？

請學生默讀阿爾瑪書43：23-24，找出當摩羅乃不確定敵人下次要如何進攻時，他做了些什麼事？

- 爲什麼摩羅乃派了使者去詢問阿爾瑪？

- 關於如何在靈性上作好準備來抵抗魔鬼，摩羅乃的榜樣能教導我們什麼?（幫助學生明白以下這原則：**我們若尋求並跟從先知的忠告，就會更有能力抵抗魔鬼。**）

簡短概述阿爾瑪書43：25-43，說明摩羅乃根據先知告訴他的事情採取行動。他將自己的軍隊分成兩部分，讓一些士兵留在裘勛地保護艾蒙人，其他的軍隊則前進到曼泰地。摩羅乃派了探子去找出拉曼人的位置，並讓其他士兵躲在拉曼人會經過的道路旁邊。等拉曼人一靠近，尼腓士兵就將他們團團圍住。拉曼人見到自己受到包圍，便兇猛地作戰。許多尼腓人都死了，但拉曼人的傷亡人數更多。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書43：43-54。請全班找出拉曼人和尼腓人的動機和力量來源有何不同。

- 你注意到拉曼人有哪些作戰的理由?你注意到尼腓人有哪些作戰的理由?尼腓人與拉曼人的力量來源有何不同?（必要時，指出拉曼人是因憎恨和憤怒而戰，而尼腓人卻爲一種更好的信念所鼓舞〔見阿爾瑪書43：45-47〕。尼腓人呼求主的幫助，而主增強了他們〔見阿爾瑪書43：49-50〕。）
- 從摩羅乃和他的軍隊所展現的榜樣中，我們可以學到什麼來幫助我們與魔鬼爭戰?

請學生寫出他們對這個問題的回答。然後請他們分享所寫的內容。他們也許會提到以下的一些原則：

我們祈求神幫助我們達成正義的計畫和願望時，祂會幫助我們達成。

比起那些反對眞理的人，我們爲一種更好的信念所鼓舞。

主會協助我們履行責任，去保衛我們的家庭、我們的自由和我們的宗教。

請學生談談，他們曾經在何時體驗到主協助他們達成正義的目標。考慮分享你自己的經驗。見證主有能力協助我們達成正義的計畫。請學生繼續在禱告中祈求能達成一些正義的目標。

阿爾瑪書第44章

摩羅乃隊長命令拉曼人訂立和約

請一位願意朗讀的男青年帶著經文到教室前面來。提醒全班，摩羅乃隊長見到拉曼人恐懼，就命令他的人停止作戰（見阿爾瑪書43：54）。請那位男青年讀出阿爾瑪書44：1-6中，摩羅乃的話。請全班聽聽看，摩羅乃對於尼腓人的勝利作何解釋。

- 摩羅乃希望柴雷罕納對於尼腓人在作戰時的力量來源有何了解?他向拉曼人作了什麼提議?（他說，只要他們放下武器，訂立和約，尼腓人就不會再傷害他們。）
- 我們從阿爾瑪書44：4-6學到的哪些眞理能在我們的屬靈爭戰中幫助我們?（學生可能會談到好幾項原則，其中有些已在本課述及。要確定他們所提的眞理包括以下這項：**主會根據我們對祂的信心來增強我們、保護我們。**可以建議學生將這些經文中教導了這項眞理的那些詞句劃記下來。）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組，培道．潘會長給本教會青少年的忠告。你可以爲每位學生準備一份複本。

「道德觀日益淪喪，今日的青少年是在敵人的勢力範圍內長大的。但是我要以主的僕人的身分應許你們，只要你們注意來自聖靈的提示，就會獲得保護和防衛，免於遭受敵人的攻擊。

「要穿著端莊，談吐虔敬，聆聽振奮人心的音樂。要避免一切敗德和損害人格的行爲。要掌握自己的人生，使自己勇敢忠信。由於我們十分仰賴各位，你們將因此蒙受極大的祝福。慈愛的天父會一直看顧著你們」（「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第18頁）。

- 在潘會長的話中，你最注意的是哪些詞句？爲什麼？

概述阿爾瑪書44：7-10，說明柴雷罕納說他自己和屬下都不相信尼腓人的力量來自於神。他提議讓拉曼人放下武器，但卻拒絕訂立和約。請那位已讀出阿爾瑪書44：1-6的學生再讀出阿爾瑪書44：11中，摩羅乃給柴雷罕納的回答。問全班：

- 在你看來，讓拉曼人訂立和約一事，爲什麼對摩羅乃來說很重要？

概述阿爾瑪書44：12-20，說明雖然有許多拉曼人訂立合約，但柴雷罕納卻召集其餘屬下跟摩羅乃軍隊戰鬥。當尼腓人開始殺戮他們時，柴雷罕納眼看他們很快就要被消滅，因而答應要訂立和約。

見證主一直在保護對祂忠信的人。鼓勵學生勇敢地爲自己的正義目標和願望而戰，並信賴神的這項應許：「只要我們忠於神，……神會援助我們、守護我們、保全我們」（阿爾瑪書44：4）。

注釋及背景資料

阿爾瑪書43：3。我們正在進行的這場戰爭是在前生展開的

戈登·興格萊會長曾經談到，早在世界奠基之前，我們就已加入了一場戰爭。他說：

「有〔一場〕戰爭，從創世以前就已進行著，並且很可能持續到未來很長一段時間。……

「這是一場……介於真理與錯誤、介於選擇權與強迫，介於跟隨基督的人與否認基督的人之間的戰爭。在這場衝突中，基督的敵人用盡了一切的計謀。……

「……現在的情況就和過去一樣。……現在倒下的受害者，就像過去倒下的受害者一樣寶貴。這是一場持續不斷的爭戰。

「戰爭持續著。……日復一日地在我們自己的生活中、在我們的家中、在我們的工作中，在我們學校的交誼中進行著；這場戰爭是關乎愛與尊敬、忠誠與忠貞、服從與正直的議題。我們每個人都參與了這場戰爭。……我們正在獲勝，未來是前所未有的光明燦爛」（參閱「必勝之戰」，1987年1月，聖徒之聲，第37-39頁）。

阿爾瑪書43：9，45。保護及鞏固家庭

總會慈助會會長團的維吉尼亞·簡森姊妹提到家庭文告中的這項警告：「家庭的瓦解會為個人、社會和國家，帶來古今先知所預言的災難」（「家庭：致全世界文告」，2010年11月，利阿賀拿，第129頁）。簡森姊妹說：「弟兄姊妹們，此刻我們所處的正是那樣的情況。保護和鞏固家庭是我們所有的人的責任」（「來傾聽先知的聲音」，1999年1月，利阿賀拿，第14頁）。

自修班課程

阿爾瑪書第39～44章（第20單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第39～44章（第20單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第39章）

學生在研讀阿爾瑪對他任性的兒子柯林安頓說的話時，學習到性罪在主的眼中是一種憎行。阿爾瑪也教導他的兒子，悔改包括承認和棄絕我們的罪，並盡意、盡能、盡力轉向主。學生讀到阿爾瑪的見證：耶穌基督已來，除去了世人的罪。

第2天（阿爾瑪書第40～41章）

柯林安頓為復活和最後審判感到擔憂。從阿爾瑪對於這些擔憂所作的回答，學生學習到有關復活的各項教義，包括我們將根據自己今生的行為和願望而回復到幸福或悲慘的這項真理。阿爾瑪也強調，「邪惡絕非幸福」（阿爾瑪書41：10）。

第3天（阿爾瑪書第42章）

阿爾瑪幫助柯林安頓明白，不服從會使人被剪除，與神隔絕。學生依次學習到，救贖計畫如何使人克服墜落的狀態。阿爾瑪的教導證實了耶穌基督受苦來滿足了公道的要求，使得已悔改的人得以獲得慈悲。

第4天（阿爾瑪書第43～44章）

學生學習到拉曼人與尼腓人之間的戰爭。他們從阿爾瑪書第43～44章學到的一個教訓是，我們若尋求並跟從先知的忠告，就會更有能力保衛自己、抵抗敵人。此外，學生也了解，當我們為了正義的計畫和願望向主祈禱時，祂會協助我們達成這些事。

導言

正如阿爾瑪書第39～42章所記載的，阿爾瑪協助他的兒子柯林安頓了解性罪的嚴重、與復活及最後審判有關的教義，以及因公道和慈悲的律法而來的永恆結果。本課會讓學生有機會互相教導及說明這些教義。

教學建議

上課前先準備包含本課各項指示的講義。要熟悉這些指示，以便能幫助學生成功地互相教導。

阿爾瑪書第39～41章

阿爾瑪教導，悔改帶來幸福

開始上課時，請學生一起朗誦阿爾瑪書39：9；這是一節精通經文，鼓勵學生在本週研讀時熟記這節經文。問誰能提醒全班，在這節經文中，阿爾瑪為什麼要忠告他的兒子柯林安頓悔改，並棄絕他的罪。

提醒學生，在阿爾瑪書第40～41章中，阿爾瑪也提到柯林安頓有關死人復活及最後審判的事。為了幫助學生說明他們在阿爾瑪書第39～41章學到了些什麼，並分享他們對這些真理的感受及見證，在上課之前，將下列問題和參考經文寫在白板上：

1. *為什麼遵守貞潔律法很重要？（見阿爾瑪書39：1-9）*
2. *何謂復活？塵世的身體和復活後的身體有何不同？我們復活後會發生什麼事？（見阿爾瑪書40：21-26）*
3. *我在最後審判時會如何受審判？（見阿爾瑪書41：1-7）*
4. *有些違反誡命的人似乎很幸福。真的是那樣嗎？（見阿爾瑪書41：10-15）*

請學生想像自己是傳教士，正與某人有約，而這個人正在尋找這些問題的答案。告訴他們，他們會有一些時間準備，然後他們會有機會運用阿爾瑪書第39～41章所學的內容，來回答這其中的一些問題。

如果班上人數足夠，就將全班分成兩人一組，來代表傳教士同伴團。將白板上的問題一一指派給每個同伴團。（如果班上人數較少，可以將這些問題一一指派給每個學生。）給每個同伴團一份以下的指示，並請他們運用那些指派問題後面所列的參考經文，來回答慕道友的問題。給學生一些時間複習這些經文，並為他們的慕道友準備一個簡短的課程。鼓勵這些同伴團先決定他們每個人要負責教導這份指示中的哪些部分。

在學生準備的時候，你可以在學生之間走動，以便能聆聽並給予必要的協助。視情況需要，幫助學生從阿爾瑪書第39～41章找出一些教義，來協助解答那些指派給他們的問題。使用以下這些教義為指引：

性罪在主的眼中是一種憎行（見阿爾瑪書39：1-9）。

復活是靈與身體重新結合，萬物都必回復到原來而完美的軀體上（見阿爾瑪書40：21-26）。

我們會根據自己今生的行為和願望，而回復到幸福或悲慘（見阿爾瑪書41：1-7）。

邪惡絕非幸福（見阿爾瑪書41：10-15）。

指示

你在教導時，要準備好進行以下事項：

1. 要針對這些經文給予一些背景資料（例如，說明是誰在說話，在向誰說話，以及為什麼）。
2. 閱讀所附的經文章節，來協助你回答受指派的問題。
3. 寫出你讀到的那些經文中教導了哪一項教義或原則，能適用於指派給你的問題。
4. 說明你所寫的那項教義或原則如何有助於解答那個指派給你的問題。可以建議你所教導的人將這項教義或原則寫在他們自己的經文上。
5. 談談為什麼這項教義或原則對你非常重要，並為你所教導的真理作見證。

在學生準備好回答那個指派給他們的問題後，將他們分成幾個小組，使他們能互相教導。（如果班級人數很少，就請每位學生或每個同伴團教導全班。）學生互相教導後，向全班提出下列問題：

- 想想柯林安頓所犯的罪，在你看來，為什麼了解這些教義會對他有所幫助？
- 為什麼有能力向生活中所交往的人說明這些真理，是很重要的？
- 為什麼了解並遵行這些真理，對你而言很重要？

阿爾瑪書第42章

阿爾瑪教導柯林安頓有關公道和慈悲

在白板上畫一個簡單的天平。請一位學生用這個圖樣向全班教導公道和慈悲的概念，並說明他從阿爾瑪書第42章，阿爾瑪給柯林安頓的指示中學到了些什麼。請學生將自己的經文翻到阿爾瑪書第42章，找出自己所劃記，有關公道與慈悲的詞句。

為了幫助學生了解施予慈悲的條件，提出下列問題：

- 耶穌基督必須做些什麼，才能將慈悲施予我們。
- 我們必須做些什麼才能獲得慈悲？

請幾位學生談談為什麼他們很感激耶穌基督的贖罪。

阿爾瑪書第43～44章

聽從先知的忠告會保護我們免於落入敵人之手

如果還有時間，考慮請學生談談他們在自己經文研讀日記中所寫，有關進行屬靈爭戰的事（第4天，指派作頁3及4），藉此來複習他們從阿爾瑪書第43～44章所學到的事。為耶穌基督作見證，並見證我們若悔改，祂就會施予慈悲；我們若歸向祂，祂就會保護我們。

下一單元（阿爾瑪書第45～63章）

為什麼尼腓人這麼成功地戰勝了敵人？他們如何能夠用主的力量戰鬥？研讀摩羅乃隊長、希拉曼及其青年戰士的榜樣，就能找到答案。

第101課

阿爾瑪書第45～48章

導言

阿爾瑪給了他兒子希拉曼最後的指示後，就離開尼腓人民，從此再也他的沒有消息。在尼腓人的艱難時期中，希拉曼成了一位影響深遠的靈性領袖，而摩羅乃隊長成了一位重要的軍事領袖。亞瑪利凱是一群叛離尼腓人的首領，他進行一項狡計，要獲得統治尼腓人的權力。摩羅乃隊長協助尼腓人建設防禦工事來抵抗敵人的攻擊，以保有自由，也能自由地崇拜。

教學建議

阿爾瑪書第45章

希拉曼相信阿爾瑪的話並開始其聖工

請學生想想自己曾經和父母或某位聖職領袖進行過的一次面談。

- 父母及聖職領袖通常會在面談中提出哪一類的問題?

簡短討論過後，說明阿爾瑪在交託他兒子希拉曼保管神聖紀錄、離開該地（見阿爾瑪書45：18-19）之前，曾向希拉曼提出一連串問題。請學生默讀阿爾瑪書45：2-8，找出阿爾瑪所提的那些問題，以及希拉曼所作的回答。

- 阿爾瑪和希拉曼進行這場對話時，尼腓人正在和拉曼人作戰。你認爲，希拉曼的信心在這戰爭時期以及在他整個傳道過程中如何幫助了他。
- 你曾經在什麼時候因爲相信耶穌基督和眾先知的話、因爲承諾要遵守誡命，而獲得了力量?

概述阿爾瑪書45：9-19，告訴學生，阿爾瑪在預言過有關尼腓民族最後的毀滅之後，就離開該地，從此再也沒有他的消息。他在離去之前，曾作了最後的預言。請一位學生讀出阿爾瑪書45：16。

- 我們可以從這項預言中學習到哪些眞理?（學生也許會談到一些原則，但要確定他們都顯示出已了解這點：**主不能以最小程度的寬容來看待罪惡。**）

說明希拉曼一開始傳道，就委任祭司和教師來管理全地的教會。請學生查考阿爾瑪書45：23-24，找出人民如何回應這些教會領袖。

- 那些人民如何回應他們的教會領袖?爲什麼有些人拒絕聆聽教會領袖的話?

阿爾瑪書第46章

摩羅乃隊長召集義人來捍衛自己的權利和宗教

概述阿爾瑪書46：1-3，說明那些不願聽從教會領袖的人，都由一個名叫亞瑪利凱的人帶領。請學生默讀阿爾瑪書46：4-5，找出亞瑪利凱和跟隨他的人有何企圖。請學生說明自己發現了些什麼。

請學生默讀阿爾瑪書46：6-7，找出亞瑪利凱對跟隨他的人所造成的影響帶來什麼後果?

- 亞瑪利凱的影響帶來了什麼後果?

請學生默讀阿爾瑪書46：8-10，找出摩爾門希望我們從亞瑪利凱的行動中學到哪些教訓。你可以指出，這些教訓中有些是用「由此可知」，或「我們看到」作爲開頭的。（可以建議學生在自己的經文中將這些教訓劃記下來。）學生可能會找到以下這些教訓：

許多人都很快就忘記了主，並爲非作歹。

一個邪惡的人會造成許多罪惡。

爲了將亞瑪利凱和摩羅乃隊長作一對照，請學生默讀阿爾瑪書46：11-18及阿爾瑪書48：11-13，17。請班上一半學生找出摩羅乃有何願望，請另一半學生找出有哪些詞句描述摩羅乃是個怎麼樣的人。（幫助學生明白，摩羅乃的正義動機與亞瑪利凱的邪惡動機有何不同。摩羅乃支持的是自由和正義的信念，而亞瑪利凱渴望的是權力，他企圖將尼腓人帶入束縛。）

- 根據你讀到的內容，你會如何描述摩羅乃隊長？我們可以從這些經文中學到哪些原則？（學生也許會提出一些不同的原則，包括以下這項眞理：**一個義人能夠促成許多正義**。）
- 根據阿爾瑪書46：11-18，摩羅乃祈求的是什麼？（他祈求尼腓人能一直保有自由的祝福，也祈求「基督徒的偉業」能蒙得神的祝福。）

摩羅乃爲「基督徒的偉業」祈禱。根據阿爾瑪書46：12，摩羅乃覺得基督徒應當保衛及支持哪三項理念？（幫助學生明白：**我們有責任保衛家庭、我們的宗教和我們的自由**。亦見阿爾瑪書43：45-48。）

- 今天的家庭、基督徒和自由面臨到哪些挑戰？我們可以用哪些正當的方式保衛我們的家庭、我們的宗教和我們的自由？

請學生默讀阿爾瑪書46：18-22，找出摩羅乃要求他的人民怎麼做。（可以建議學生劃記這些經文中的*立約*、*誓約*等詞。）

- 那些人民立約要做些什麼？（擁護他們的權利和他們的宗教；不背棄主；不違反神的誡命；不以承受基督的名爲恥。）
- 根據阿爾瑪書46：22，那些人民做了些什麼，作爲所立之約的標記？（他們撕裂外衣，丟在摩羅乃腳前。）

舉起一塊布，將之撕成兩半。你可以說明，那些人民藉著撕裂他們的外衣，來表明會信守所立的聖約。

- 根據阿爾瑪書46：21-22，那些人民說，要是他們違反誓約，就會發生什麼事？
- 這件事如何讓你了解到我們與神所立的聖約在本質上是極爲嚴重的？

提醒學生，摩羅乃和其人民的敵人正想要摧毀他們。

- 根據阿爾瑪書46：18，摩羅乃說什麼事會使他的人民遭到毀滅？

將以下這句未完成的話寫在白板上：*我們若遵守聖約，神必……*。

請學生談談他們會怎樣根據阿爾瑪書46：18-22，來完成這句話。也請他們舉例說明他們怎麼知道這句話是眞的。回答或許各有不同。按照下列方式完成白板上的句子，來總結這些回答：*我們若遵守聖約，神必祝福我們*。鼓勵學生在研讀阿爾瑪書其餘各章時，找出證據來支持這項原則。你可以談談神曾經怎樣因爲你遵守聖約而祝福了你。

概述阿爾瑪書46：29-41。說明亞瑪利凱和跟隨他的人都知道自己寡不敵眾，因此去到尼腓地，想要加入拉曼人。摩羅乃的軍隊阻止了大部分的亞瑪利凱人，使他們無法抵達尼腓地。許多跟隨亞瑪利凱的人立約要支持自由，極少數不願立約的人都被處死。亞瑪利凱和一小群人逃脫而加入了拉曼人。

阿爾瑪書第47章

亞瑪利凱用詐術而成為拉曼人的國王

問學生，要是他們在參加競賽或比賽，而且他們有一本書，書中詳載他們的對手想要做哪些事來獲勝，他們會有何感覺。告訴學生，藉著將阿爾瑪書第47章比作我們自己，我們可以學到一些重要的教訓，知道撒但會用哪些策略來企圖挫敗我們。

概述阿爾瑪書47：1-6，告訴學生，亞瑪利凱並沒有放棄想要統治尼腓人的目標。他想出了一個狡計，想要推翻拉曼人的國王而成爲他們的國王，因此他最後率領拉曼人來與尼腓人作戰。亞瑪利凱在加入拉曼人時，獲得了他們國王的好感，因此國王讓他指揮一部分拉曼軍隊。國王吩咐亞瑪利凱和他的軍隊去追捕由名叫利洪泰的人所率領的一支不服從國王的拉曼軍隊。亞瑪利凱受命要強迫利洪泰的軍隊拿起武器對抗尼腓人，但亞瑪利凱卻另有計畫。

請學生研讀阿爾瑪書47：7-19，並把自己當作利洪泰，把亞瑪利凱當作撒但。請他們默讀阿爾瑪書47：7-10，找出利洪泰到哪裡去保護他的軍隊，以及亞瑪利凱試圖要利洪泰做什麼。

- 利洪泰將他的軍隊聚集在哪裡準備作戰？當軍隊所在的位置高於敵人時，會有哪些優勢？
- 亞瑪利凱要利洪泰做什麼事？撒但會用哪些策略誘使我們離開高地？（可能的答案包括誘使我們降低標準，以及吸引我們去一些靈性不安全的地方。）

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書47：11-19。請全班跟著看經文，想想亞瑪利凱的策略可以如何比作撒但要用來毀滅我們的策略。

- 亞瑪利凱的策略在哪些方面與撒但用來毀滅我們的策略相似？（可能的答案包括撒但窮追不捨、虛僞、狡猾、殘忍無情。）
- 有哪些例子顯示出撒但會怎樣對我們「慢慢」下毒？

概述阿爾瑪書47：20-36，說明亞瑪利凱繼續欺騙、謀殺，直到他成了拉曼人的國王。強調亞瑪利凱的意圖和策略與撒但對我們的意圖和策略很相似。將以下這原則寫在白板上：*撒但力圖毀滅我們，引誘我們漸漸降低標準*。

阿爾瑪書第48章

摩羅乃隊長鼓舞尼腓人作好準備並保持忠信

請學生默讀阿爾瑪書48：7-10，找出當亞瑪利凱在拉曼人中尋求權力時，摩羅乃正在做什麼事。

- 當亞瑪利凱在拉曼人當中尋求獲得權力時，摩羅乃正在做什麼事？
- 摩羅乃做了什麼來鞏固人民和其城市來防禦未來的攻擊？摩羅乃特別注意哪些特定的地點？

給學生時間想想自己的生活中有哪些軟弱的地方，以及他們可以做些什麼來加強這些地方。請他們寫下自己的想法。

- 根據阿爾瑪書48：10，爲什麼摩羅乃這麼努力工作來鞏固人民抵禦敵人的攻擊？（強調摩羅乃希望幫助尼腓人保有自由來奉行其宗教。）
- 現今教會領袖教導的哪些事，是要幫助我們鞏固靈性軟弱之處？
- 爲什麼教會領袖要這麼努力工作來鞏固我們的靈性？

向學生保證：**我們若跟從主的僕人的忠告，就會更有能力對抗誘惑。**

鼓勵學生在阿爾瑪書的其餘各章中，仔細找出有哪些原則是關於遵守聖約的價值，以及鞏固自己來抗拒撒但的重要。

第102課

阿爾瑪書第49～51章

導言

摩羅乃的防禦工事對於保護尼腓人免於敵人侵犯一事可謂攸關重大。尼腓人成功地抵抗了拉曼人，直到他們自己人當中的反叛和邪惡開始削弱了他們為止。摩林安頓人和國王派人士企圖在人民中引起紛爭和分裂。摩羅乃則致力於消除分裂和分爭，以及建立和平。

教學建議

阿爾瑪書第49章；50：1-24

尼腓人建立防禦工事，昌盛起來，並保存了他們的自由

向學生讀出以下劇情，並提出所附的問題（或擬出你自己的劇情及問題）：

有個男青年覺得很累，卻不想上床去睡，因此開始搜尋網路。他禁不起誘惑去瀏覽了一些有色情影像的網站。

- 這個男青年原本可以作哪些準備來避開這類誘惑？
- 他可以做什麼事來避開未來的誘惑？

向學生說明，他們在研讀阿爾瑪書第49～51章時，可以找出摩羅乃隊長爲對抗拉曼人所作的準備，如何可以比作我們爲對抗撒但今日的誘惑所應作的準備。

說明正當亞瑪利凱煽動一支拉曼軍隊去作戰時，摩羅乃隊長正在加強尼腓人各城市的防禦工事。請學生默讀阿爾瑪書49：1，6-7。請他們想想摩羅乃隊長爲了防禦拉曼人所作的準備，如何可以比作我們需要爲防禦撒但的攻擊而作的準備。請學生默讀阿爾瑪書49：2-4；50：1-6，找出尼腓人如何準備好迎接拉曼人未來的攻擊。

- 如果你是一位拉曼士兵，你第一次看到這些防禦工事，會有何感受？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書49：8-12。請全班跟著看經文，找出拉曼人對尼腓人所作的準備有何回應。

- 當拉曼人看到艾蒙乃哈城已建立起防禦工事，他們怎麼做？（他們撤退了。）

請一位學生讀出以下總會會長團雅各·傅士德會長的話：

「撒但是我們最大的敵人，他日夜奔走，爲的是摧毀我們，但我們無須因畏懼撒但的力量而一蹶不振。除非我們允許，否則他對我們也束手無策，撒但實際上是個懦夫，如果我們立場堅定，他就會退卻」（「不要怕」，2002年10月，利阿賀拿，第4頁）。

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書49：18-20，23。請全班跟著看經文，想想我們可以如何將尼腓人爲戰爭所作的準備當作一種模式，來幫助我們爲抵抗撒但的屬靈爭戰作好準備。

- 摩羅乃隊長努力保護尼腓人不受拉曼人攻擊。我們的領袖如何努力保護我們，抵抗敵人攻擊？
- 我們可以做什麼來築起靈性的高牆，抵抗撒但的誘惑？（答案可能包括每天有意義的個人祈禱、每天研讀經文、定期出席教會聚會、爲人服務、禁食。）

考慮邀請學生在筆記本或經文研讀日記中回答下列問題。（可以在上課前將這些問題寫在白板上。）

- 你會如何描述自己每天爲了鞏固屬靈的保護牆所作的努力？

修改劇情

你最能夠了解班上學生的文化和性格，以及他們所面臨的誘惑。你所選擇的劇情要能讓學生思考自己所面臨的類似情況。這會讓聖靈有機會根據學生的需求給予他們提示。你若尋求天父的指引，祂會幫助你修改課本中的劇情，使之更接近學生的生活情況。

- 選出一件你爲了鞏固自己的靈性而會去做，或不會去做的事。你可以做些什麼使這項活動更有效率，來鞏固自己對抗邪惡?

請一位學生讀出阿爾瑪書49：28-30。請全班找出除了摩羅乃之外，還有誰在努力保護尼腓人不受拉曼人攻擊。強調希拉曼和他的弟兄們藉著協助尼腓人保持正義，來幫助他們獲得主的祝福和保護。

給學生時間研讀阿爾瑪書50：10-12。然後請他們和一位同學一起討論以下劇情。（可能的話，在上課前準備一份印有這些劇情的講義。如果不行，就一次讀出一個劇情，並給予充分時間討論每個劇情。）

1. 摩羅乃「切斷了拉曼人……所有的堅固堡壘」。一個女青年在和朋友們一起吃午餐時，可以如何「切斷」一個說閒話的情況?
2. 摩羅乃加強了尼腓人與拉曼人之間的防線（邊界）。男女青年可以如何加強遵守貞潔律法與越界到不道德之間的防線?
3. 摩羅乃的軍隊建立了防禦工事來保護人民對抗敵人。一個男青年承認自己花了太多時間使用社交媒體（上網或傳簡訊）。這項行爲似乎減低了他對家人的關心，也讓他疏忽了自己在家中的責任。他可以做些什麼來加強和保護他與家人的關係?

請幾位學生概述，在保護自己對抗敵人的攻擊方面，他們從摩羅乃隊長的行動中學到了什麼。要確定學生都了解：**我們若作好準備，就有能力抵抗敵人的攻擊（誘惑）**。可以將這項原則寫在白板上。

請一位學生讀出阿爾瑪書50：1。問全班：

- 除了知道摩羅乃隊長的準備很成功之外，我們還可以從這節經文領悟到什麼?（摩羅乃「並未停止」準備；他繼續加強防禦，即使眼前似乎沒有危險。）

爲了幫助學生了解持續鞏固靈性的必要，讀出以下總會會長團亨利艾寧．會長的話：

「隨著我們周遭的各樣勢力日益增強，無論哪種靈性力量，過去雖然足夠，將來卻都不夠。無論我們認爲自己的靈性力量能有多大的成長，將來會有更大的成長空間。我們對靈性力量的需求，以及獲得這力量的機會都將繼續增長，而我們若低估其增長的速度，就會咎由自取」（“Always,” *Ensign,* Oct. 1999, 9）。

將以下內容寫在白板上：

我會藉著……來準備好抵抗誘惑。

當……時，我會堅定站立。

請學生在筆記本或經文研讀日記中完成這些句子。學生寫完後，讀出以下泰福．彭蓀會長的話。（可以建議學生將這些話寫在自己的經文中，靠近（阿爾瑪書50：10-12的地方。）

「準備和防範，好過彌補和悔改」（*The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], 285）。

- 在你看來，爲什麼這句話是眞的?你曾經在什麼時候見到實例，顯示了這句話所教導的原則?

說明尼腓人的準備帶來了數年的繁榮昌盛與和平。指出在亞瑪利凱因爲戰敗而詛咒神的時候，尼腓人卻在「感謝主他們的神」（阿爾瑪書49：28）。

請學生想像自己有個朋友住在戰亂之地。這個朋友覺得，由於周遭動亂不安，他無法找到平安和幸福。將以下這段參考經文寫在白板上：*阿爾瑪書50：18-23*。請學生閱讀這段經文，找出一個答案來回答這個朋友。請一些學生分享他們要說的話。他們的答案可能包括以下這項眞理：**即便處在動亂之中，對神忠信會帶來幸福，即使處在動亂中**。（可以將這項原則寫在白板上。）幫助學生了解，這項眞理不僅適用於戰爭，也適用於財務困境、失業、親人死亡、家人關係惡化及天災等個人挑戰。

- 根據阿爾瑪書50：18-23，爲什麼那些尼腓人經歷了一段幸福的時期?
- 你曾經在什麼時候感受到神因爲你很服從並且鞏固自己對抗誘惑，而賜給你力量和祝福?
- 主曾經在什麼時候在你或你所認識的某人遭遇困難的時候祝福你們，使你們享有昌盛、平安與幸福?（在學生回答後，考慮分享你自己生活中的一個例子。）

阿爾瑪書50：25-40；第51章

尼腓人的防禦變弱，摩羅乃遭到自己的人民反叛

（注意：由於到目前爲止的課程長度，你可能必須簡短地概述其餘的授課內容。如果你這樣做，要說明阿爾瑪書50：25-40包含了摩林安頓的叛亂及死亡，以及首席法官派賀藍的任命。阿爾瑪書第51章談的是一群稱爲國王派的人士企圖變更法律，好讓一個國王來統治尼腓人。他們的企圖失敗了。這些國王派人士因失敗而憤怒，以致在亞瑪利凱和拉曼人來與尼腓人作戰時，拒絕拿起武器。摩羅乃根據法律，要求他們拿起武器，否則要受處罰。亞瑪利凱的軍隊占領了許多尼腓人的城市，殺戮了許多尼腓人。當亞瑪利凱企圖占領滿地富地時，遇到了鐵安肯和其軍隊。鐵安肯殺死亞瑪利凱，並阻止拉曼軍隊前進。）

將以下這句話寫在白板上：*團結就能站立；分裂就會倒下*。

請學生默讀阿爾瑪書50：25-26，找出這兩節經文都用了哪一個詞來描述尼腓人分裂的原因。

- 是什麼導致人民分裂?

概述阿爾瑪書第50章的其餘部分，說明摩林安頓和他的人民企圖離開尼腓人，逃進北部地方。摩羅乃擔心這樣的分裂會導致尼腓人失去自由。他派了一支軍隊，由一個名叫鐵安肯的人帶領，去阻止摩林安頓的人離去。鐵安肯的軍隊阻止了摩林安頓的人，使之無法抵達目的地，而摩林安頓則被殺了。他其餘的人民都「立約維護和平」（阿爾瑪書50：36）。摩林安頓叛亂後不久，尼腓人中發生了一次危險的政治分裂。有些尼腓人想要讓首席法官派賀藍下台，改以一個國王取代。其他人則想維護原來的法官統治制度。

請學生查考阿爾瑪書51：5-6，找出這兩個對立團體的名稱爲何（國王派和自由派）。給學生一些時間，在阿爾瑪書51：8中找出國王派的動機。

將以下這項眞理寫在白板上：*分裂和紛爭會破壞和平、摧毀平安*。

- 在阿爾瑪書第50章及第51章有關分裂及紛爭的記事中，如何看出這項原則?
- 你可以在家中、在朋友之間，或在社區之中做些什麼來消除紛爭?
- 你曾經在什麼時候見到一個家庭、一個定額組或一個班級因團結而蒙福，得以鞏固?

爲你感到應該強調的那些眞理作見證。提醒學生，接下來幾課會讓他們有更多機會，在尼腓人與拉曼人的戰役中找出一些原則，並從中學習一些教訓。

第103課

阿爾瑪書第52～55章

導言

和拉曼人作戰的期間，尼腓人因為內部的紛爭而失去了許多城市。摩羅乃、鐵安肯及李海收復了繆萊克城，擊敗了一支最強大的拉曼人軍隊。摩羅乃拒絕了拉曼領袖艾摩龍所提的交換俘虜的要求，卻施行一項計畫，沒有流血地救出了被虜的尼腓人。摩羅乃堅定不移，不向艾摩龍及其跟隨者的邪惡行為妥協讓步。

注意：本課的重點在摩羅乃、鐵安肯及李海的一生。在下一課中，學生會學到在阿爾瑪書53：16-23所提及，希拉曼2,000青年戰士的更多事蹟。

教學建議

阿爾瑪書第52～53章

摩羅乃、鐵安肯及李海合力擊敗拉曼人

上課之前，將以下的句子寫在白板上：

「今日的青少年是在敵人的勢力範圍內長大的」（培道・潘會長）。

開始上課時，請一位學生讀出這句話。然後問：

- 這個敵人是誰？（撒但。）
- 你在所處的世界中看到哪些證據證明了撒但影響力的存在？（學生也許會提到不當的言語及衣著、不誠實及不道德的行爲，以及經常透過媒體和科技而助長的各種誘惑。）

鼓勵學生想想自己所面臨的挑戰，在哪些方面可以比作阿爾瑪書第52～55章所描述的事件及情況。然後繼續讀出潘會長的這些話：

「道德觀日益淪喪，今日的青少年是在敵人的勢力範圍內長大的。但是我要以主的僕人的身分應許你們，只要你們注意來自聖靈的提示，就會獲得保護和防衛，免於遭受敵人的攻擊」（「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第18頁）。

鼓勵學生尋求聖靈的引導，以便有能力抗拒邪惡。

提醒學生，當摩羅乃正在弭平國王派人士的叛亂時，拉曼人已攻占了許多設有防禦工事的尼腓人城市（見阿爾瑪書51：26）。請學生默讀阿爾瑪書52：14，找出摩爾門如何描述尼腓人在這個時期的情況。然後請一位學生讀出阿爾瑪書53：9。請全班找出爲什麼尼腓人當時的情況很危險。

- 人們會在哪些方面讓自己置身在危及靈性的情況下？

將以下這些參考經文寫在白板上：阿爾瑪書52：5-10，16-19。爲了幫助學生了解這些經文的上下文及故事情節，請兩位學生讀出阿爾瑪書第52章及第53章的章前綱要。然後請學生研讀你寫在白板上的這些經文，並找出一些原則來協助他們避開或抗拒邪惡。經過充分的時間後，問：

- 我們可從這幾節經文學到哪些原則？（除了其他的原則之外，學生還可能會提到以下這項眞理：**我們若避開敵人的堡壘，就會更有能力避開及抗拒誘惑。**）

請學生想想，在他們看來，生活中有哪些會使用到科技（例如網際網路）的地方、社交場合或情況，可能會使他們處在危險的情況中。

幫助學生找出隱含的原則

有許多原則並沒有在經文中直接說明，而可能融入某個故事情節，某個特定的事件或比喻中。這些原則可能是由經文裡的某一部書、某一章，或某一節來敘述。分析經文中某個人或某個團體的行為和態度，然後找出這些行為和態度所造成的結果，往往可以找出一些隱含的原則。

說明摩爾門在描述鐵安肯抵禦拉曼人的情形時，使用了以下這些字眼：保衛、鞏固、保護、嚴懲及增援。請學生想想，他們可能需要在生活中「嚴懲」或剔除哪些事物，使自己的靈性獲得更大的保護。

請一位學生讀出阿爾瑪書52：19。問全班：

- 尼腓人的領袖在前去作戰之前，做了什麼事?（他們舉行了一次作戰會議。）
- 家庭議會或教會議會在哪些方面與「作戰會議」很類似?這樣的會議在我們對抗敵人時能如何增強我們的力量?

概述阿爾瑪書52：20-40及阿爾瑪書第53章，說明在舉行過作戰會議之後，摩羅乃隊長和他的軍隊就誘使拉曼人離開其堅固堡壘而收復了繆萊克城。尼腓人俘虜了許多拉曼人，於是派他們勞動來鞏固滿地富城。但由於尼腓人內部發生紛爭，拉曼人仍繼續在其他地區獲得勝利。

阿爾瑪書第54～55章

摩羅乃拒絕艾摩龍所提的交換俘虜的條件，運用計謀救出被虜的尼腓人

說明阿爾瑪書第54章記載了拉曼國王艾摩龍與摩羅乃隊長之間的書信來往。在此之前，拉曼人和尼腓人都得到了許多戰俘。本章記載了艾摩龍提議要尼腓人與拉曼人互相交換俘虜時，摩羅乃所作的回答。

說明阿爾瑪書54：9-12記載了摩羅乃隊長對艾摩龍說的話。請一位學生讀出這幾節經文。然後請另一位學生讀出阿爾瑪書54：18-20，艾摩龍對摩羅乃隊長的回答。

- 對於交換戰俘一事，摩羅乃隊長與艾摩龍的動機有何不同?（你可以指出，摩羅乃關心的是人民的家庭，而艾摩龍則僅關心自己的戰士，因爲他想摧毀尼腓人。）
- 艾摩龍在阿爾瑪書54：18-20中所說的話，如何反映出撒但對我們作戰的動機?

請一位學生讀出阿爾瑪書55：1-2。請全班找出摩羅乃對艾摩龍的要求作何回應。

- 爲什麼摩羅乃不願意按照艾摩龍所說的去做?（他知道艾摩龍在說謊，而且他不想讓艾摩龍再擁有更多軍力。）
- 我們可以從摩羅乃對艾摩龍的回答學習到什麼?（儘管學生可能會提到好幾項眞理，但要確定他們都了解：**我們若堅守正義的事，就能避免讓邪惡的勢力勝過我們。**

在討論這些經文時，約瑟．斯密以下這些話可能會有助益：

「撒但無法用他的詭計誘惑我們，除非我們內心同意並屈服」（總會會長的教訓：約瑟．斯密〔2007〕，第213頁）。

「除非我們讓魔鬼有機可乘，否則他沒有力量轄制我們」（總會會長的教訓：約瑟．斯密，第214頁）。

將以下這些參考經文寫在白板上：阿爾瑪書55：15-24，28-31。

說明在阿爾瑪書第55章中，我們得知摩羅乃隊長用計謀（一種在戰時用以欺瞞或智取敵人的方式）救出了被監禁在基特城的尼腓人。在阿爾瑪書55：3-14中我們得知摩羅乃利用一個名叫拉曼的尼腓士兵，讓看守尼腓戰俘的拉曼士兵喝醉。請學生默讀你寫在白板上的那些經文，找出摩羅乃隊長包圍基特城裡的拉曼人之後做了什麼。提醒學生，在研讀的時候要找出一些原則。經過充分的時間之後，請他們報告他們所找到的內容。你也可以問：

- 這些經文教導了你有關摩羅乃的什麼事?

將以下這句話寫在白板上，請學生在空白處填上字詞：

我們不喜歡……，只想……。

- 我們可以怎樣應用摩羅乃不喜歡殺人流血的榜樣？舉例來說，我們可以怎樣將摩羅乃的榜樣應用在我們所閱讀、觀賞的事物，或我們所玩的遊戲及競賽上？

請學生想想以下這問題：

- 在你看來，摩爾門希望你從今天的課程學到什麼，來幫助你在與敵人作戰時保持忠信？

考慮給學生時間在筆記本或經文研讀日記中寫下他們會做些什麼，來避免進入撒但的勢力範圍，並堅定地抵抗撒但的攻擊。

結束時，爲今天上課時所討論的各項眞理作見證。

補充教學建議

阿爾瑪書53：20-21。正直地行走在神面前

請一位學生讀出阿爾瑪書53：20-21。

- 何謂正直地行走在神面前？

請學生想想自己可以怎樣像那些青年戰士一樣，「任何時候，託付他們任何事情，他們都值得信賴。」讀出以下這段話，喬治．斯密會長分享了他的祖父喬治．艾伯特．斯密所作的明智忠告：

「我的祖父常對我們說：『主的疆界和惡魔的疆域之間，有一條清楚定好的分界線。如果你們留在主這一邊的界線內，就會處在主的影響力中，也不會想作惡；但是如果你們越過分界線，進到惡魔那一邊，即便只有一英寸，也會落入惡魔的勢力之中，並且如果讓他成功了，你們就不能正確地思考，甚或推理，因為那時你們就失去主的靈了。』

「有時當我受到誘惑想做某一件事時，我會問自己：『我現在是在界線的哪一邊？』只要我決定留在安全的這邊，也就是主的這邊，我就每次都能做出正確的事情。所以當誘惑來臨時，要懷著祈禱之心來思考自己的問題，那麼主的影響力就會幫助你作出明智的決定。我們唯有留在主這一邊的界線內才會有安全」（“A Faith Founded upon Truth,” *Deseret News,* June 17, 1944, Church section, 9）。

考慮在白板中央畫一條垂直線。在白板的一邊寫**主的疆界**，而在白板另一邊寫**魔鬼的疆界**。問學生：

- 就那條分隔兩個疆界的分隔線來說，最安全的地方是哪裡？（在主的這一邊，盡量遠離分隔線。）
- 要是想住在主的這一邊，卻又想盡可能地靠近分隔線，會有什麼危險？
- 有哪些事物能幫助你遠離那條分隔線？

第104課

阿爾瑪書第56～58章

導言

希拉曼和摩羅乃隊長分別在不同的地區與拉曼人作戰。希拉曼寫了一封信給摩羅乃，描述他的軍隊和拉曼人作戰的情形，並表明他對那2,060名加入他軍隊的青年戰士有信心。希拉曼也描述了他的軍隊做些什麼來贏得戰爭，並在苦難中獲得希望和力量。

教學建議

阿爾瑪書第56章

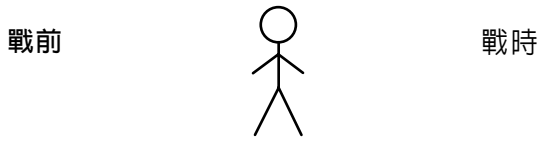
安底帕斯和希拉曼的軍隊戰勝了拉曼人最強大的軍隊

問學生，他們曾否收到一封信或信息，因而增強了他們的力量來忍受某項困難。說明阿爾瑪書第56～58章記載了一封信的內容，這是希拉曼在艱難的戰爭時期寫給摩羅乃隊長的。請學生默讀阿爾瑪書59：1-2，找出摩羅乃隊長如何回應這封信。鼓勵學生在研讀這封信時，找出摩羅乃隊長雖然處在艱難的情況中，仍然感到高興的原因。

概述阿爾瑪書56：2-17，說明希拉曼率領了一支由2,000名安太尼腓李海人（或稱艾蒙人）的兒子所組成的軍隊。這些士兵常被稱爲2,000名青年戰士。（你可能要說明，青年一詞的意思是年輕。）這些男青年的父母已立約絕不再拿起武器。而這些不受該項聖約束縛的男青年在受到拉曼軍隊威脅時，都自願出來保護他們的父母和其他尼腓人。

說明希拉曼率領2,000名青年戰士到猶大城，去協助一支由安底帕斯領導的尼腓軍隊。拉曼人已攻占了好幾座尼腓城市，並且大大削弱了安底帕斯的軍隊。安底帕斯很高興希拉曼和他的士兵前來協助。

請學生默讀阿爾瑪書53：17-21，找出有哪些字詞描述了這些男青年帶給那支軍隊的靈性力量。在他們讀的時候，將以下圖樣畫在白板上。請幾位學生到白板前面，將他們找到的字詞寫在標題「戰前」下方。



青年戰士／後期聖徒青年

- 在你看來，希拉曼將2,000名青年戰士描述爲「眞誠而認眞的人」時，可能是什麼意思？（你可以說明，認眞一詞意指嚴肅、冷靜和自制。）
- 白板上所列的這些特質能如何幫助我們面對屬靈爭戰和其他挑戰？

簡短概述阿爾瑪書56：29-43中，那些青年戰士第一次作戰一開始的情形。安底帕斯用希拉曼和他的2,000名戰士作誘餌，將一支最強大的拉曼軍隊引出安提帕勒城。大部分的拉曼軍隊都離開安提帕勒，去追趕希拉曼軍隊，讓安底帕斯的軍隊有機會從後方去追趕和攻擊他們。安底帕斯的軍隊趕上拉曼軍隊之後，就根據計畫進行攻擊。拉曼軍隊這時不再追趕希拉曼的軍隊了，希拉曼不知道這究竟是因爲拉曼軍隊企圖將他的戰士誘進圈套，還是因爲拉曼軍隊受到後頭的安底帕斯攻擊。希拉曼和他的青年戰士必須決定要繼續逃跑，還是要回頭攻擊拉曼人。

請學生默讀阿爾瑪書56：44-48。請他們找出一些字詞來證明這些男青年如何懷著信心行動。請幾位學生在白板上的標題「戰時」下方，寫出他們所發現的事情。

- 這些男青年不懷疑什麼事？（神會拯救他們。）
- 爲什麼他們不懷疑神會拯救他們？
- 他們在戰前所培養的特質如何在戰時幫助了他們？

將以下這項眞理寫在白板上：*我們若懷著信心行動，就能獲得來自神的力量*。請學生在研讀阿爾瑪書第56章時，找出這項眞理的證據。

概述阿爾瑪書56：49-53，說明希拉曼的軍隊發現安底帕斯的軍隊正處於艱難的情況。安底帕斯和軍隊裡的許多其他領袖都死了，那些疲累又困惑的尼腓人也快要戰敗了。

請一位學生讀出阿爾瑪書56：54-56。請全班跟著看經文，找出神如何因爲希拉曼那些戰士的信心而祝福了他們。

- 你認爲，白板上所列的那些靈性特質如何促成了阿爾瑪書56：56所記載的那些事件？
- 你或你所認識的某人曾經如何在艱難的處境中懷著信心行動，並獲得來自神的力量？

阿爾瑪書第57章

希拉曼和他的青年戰士收復了寇米拿城，並在戰爭中獲得保全

說明阿爾瑪書第57章延續了希拉曼寫給摩羅乃隊長的書信。開頭記述的是尼腓人從拉曼人那裡收復了兩座城市。在這段期間，希拉曼獲得了6,000人來增援他的部隊，又有60名艾蒙人的兒子加入。拉曼人也獲得增援及補給，繼續鞏固他們所攻占的各個城市。

指出在一次戰爭中，拉曼人快要打敗尼腓人（見阿爾瑪書57：18）。請學生默讀阿爾瑪書57：19-22，找出尼腓人能反敗爲勝的原因。

- 爲什麼那些尼腓人能戰勝拉曼人？
- 希拉曼說，他的戰士「確實服從並執行每一道命令」（阿爾瑪書57：21）。你認爲這句話是什麼意思？這樣的服從爲何是他們有信心的一種表現？

爲了補充學生對這些問題的回答，讀出以下十二使徒定額組羅素·納爾遜長老的話：

「〔你們〕會遇到有些人會挑選願意遵守哪些誡命，而選擇忽視和違背其他誡命。我稱這種行爲爲選擇性的服從。這種挑選誡命來遵守的行爲是行不通的，只會帶來悲慘。我們必須遵守神所有的誡命，才能使自己準備好去迎見神。服從誡命需要信心，而遵守祂的誡命會鞏固我們的信心」（「以信心面對未來」，2011年5月，利阿賀拿，第35頁）。

請一位學生讀出阿爾瑪書57：23-27。請全班找出主如何保全了希拉曼的青年戰士，以及祂爲什麼保全了他們。爲了幫助他們討論所發現的事，提出以下這些追蹤問題：

- 希拉曼說他的戰士都「意志堅定」。你認爲這句話是什麼意思？爲什麼我們在面臨挑戰時，要保持意志堅定？
- 希拉曼的戰士如何顯示出他們「不斷信賴神」？

提出以下說明也許會有幫助：在某些情況中，正義的人也會受苦甚至死亡，就像那些青年戰士都受了苦，也像尼腓軍隊中有些人被殺死一樣。但是敬神者神恆敬之，正義的人雖然死了也必蒙得祝福。

- 在你看來，那些青年戰士與敵人作戰，和我們與敵人作戰，兩者之間有何類似之處?

請一位學生讀出十二使徒定額組羅素・培勒長老所說的以下這段話：

「今日我們所從事的戰爭在許多方面比尼腓人和拉曼人之間的戰爭更爲危險……。我們的敵人狡猾又詭計多端。我們對抗的是路西弗，他是一切謊言之父，也是一切良善、正義和神聖的敵人。……

「……我們其實是在爲人類的靈魂而戰。我們的敵人無情而冷酷。他正以驚人的速度擄掠永恆的俘虜，絲毫沒有減緩的跡象。

「雖然我們極爲感激教會中有許多成員在這場爲眞理和正義而戰的戰爭中貢獻良多，但我必須誠實地告訴你們，那還不夠。我們需要更多的援助。……我們需要你們。你們就像希拉曼的兩千名青年戰士，……你們也可以蒙得力量來建立和護衛祂的國度。我們需要你們像他們一樣，訂立神聖的聖約。我們需要你們像他們一樣，完全地服從忠信」（「最優秀的傳教士世代」，2002年11月，利阿賀拿，第46-47頁）。

將以下這句話寫在白板上：*我們若信賴主並確實地服從祂，……*。

- 根據你所讀到有關希拉曼青年戰士的事，你會如何完成這個句子?（根據學生的建議，完成白板上的這句話。例如，你可能會寫出以下這項眞理：***我們若信賴主並確實地服從祂，祂必在我們的爭戰中支持我們***。）

請學生回想他們或他們認識的某人，雖然在學校、在家裡，或在社交場合中遭遇到艱難的情況，仍然怎樣確實地服從主。請幾位學生分享其經驗。問他們，主如何在那情況中幫助了他們。

給學生時間在筆記本或在經文研讀日記中寫下他們會做些什麼來「確實」地服從神的誡命（阿爾瑪書57：21），並「不斷信賴神」（阿爾瑪書57：27）。

阿爾瑪書第58章

尼腓士兵信賴神會在他們的逆境中保全他們

說明阿爾瑪書第58章記載了希拉曼寫給摩羅乃書信的結尾部分。希拉曼談到尼腓軍隊如何遭遇艱難的情況，使得他們眼前的困境更加複雜。請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書58：2，6-9，並請全班找出那些艱難的情況（缺少補給、沒有援兵、害怕自己會被敵人消滅）。

請學生默讀阿爾瑪書58：10-12，找出下列問題的答案。（上課前將這些問題寫在白板上。先向全班讀出問題，再請他們閱讀經文章節，他們讀過後，再和他們一起複習這些經文。這會幫助學生專注在希拉曼的軍隊如何回應這艱難的處境。）

那些尼腓人在面臨到這艱難的處境時做了些什麼?

主如何回應他們眞誠的祈禱和懇求?

主的保證如何幫助了希拉曼和他的軍隊?

請學生概述一項他們從阿爾瑪書58：10-12學到的眞理。（學生可能會使用不同的說法，但要確定他們都認出以下這項原則：**我們若在艱難的時候轉向神，就會得到神的保證，使我們的信心增強並帶給我們希望**。）

- 主曾經在什麼時候在你遇到困難時祝福了你，賜給你平安和保證?

說明阿爾瑪書第58章的其餘部分記載了尼腓軍隊如何成攻地收復拉曼人所攻占的各個城市（見阿爾瑪書58：31）。請一位學生讀出阿爾瑪書58：39-40。

- 希拉曼的青年戰士雖然「負傷累累」，仍然如何展現他們對神的信心?
- 你在面臨生活中的考驗時，可以怎樣從跟隨希拉曼子弟兵的榜樣而獲益?

結束時，針對本課所教導的各項原則分享你的見證。

第105課

阿爾瑪書第59～63章

導言

摩羅乃隊長因希拉曼成功收復拉曼人攻占的一些尼腓城市而高興。但當他得知尼腓哈城已落入拉曼人手中時，開始惱怒政府疏忽了派兵增援。他在一封寫給首席法官派賀藍的信中，為義人所受的苦難而悲嘆，並譴責派賀藍沒有支持自由的信念。摩羅乃不知道，派賀藍已因尼腓人中的國王派人士造反而逃到基甸地。派賀藍並沒有因為摩羅乃的責備而生氣，反而因摩羅乃熱愛自由而高興。主增強了尼腓人的力量，摩羅乃、派賀藍及其人民一起打敗了國王派人士及拉曼人。經過了幾年的戰爭後，尼腓人再度有了和平，希拉曼也重新建立了教會。

涵蓋數章經文的課程

當課程涵蓋數章經文時，你無須對這些經文中的每一件事都同樣強調。你可以概述經文段落中某些部分的內容，然後用比較多的時間專注在那些對你的學生特別重要的部分。

教學建議

阿爾瑪書第59章

尼腓人失去一處堅固堡壘，摩羅乃隊長因人民的邪惡而悲傷

上課前，在白板上寫出泰福·彭蓀會長以下這句話（from *The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], 285）：

「準備和防範，好過彌補和悔改」（泰福·彭蓀會長）。

你可能已在阿爾瑪書第49～51章的那一課中引述過這句話。若是如此，就考慮在將這句話寫在白板上時，略過一些字詞，留下空白，請學生填入答案。

請學生談談在他們自己或他們所認識的某人的生活中，作好準備曾經如何使他們避免失望或憂傷。

提醒學生，他們在最近幾課的幾章經文中讀到了有關尼腓人和拉曼人之間的戰爭。請學生默讀阿爾瑪書59：5-11，想想白板上的那句話和這些經文所描述的情況有何關聯。

- 似乎是什麼原因使得拉曼人能夠攻占尼腓哈城？（尼腓哈人民的邪惡。）
- 你在這些經文中發現哪些事和白板上所寫的那句話有關聯？

如果學生沒有提到阿爾瑪書59：9中的這句話，就指出來：「守住該城不落入拉曼人手中，要比從他們手中收復該城容易得多。」可以建議學生在自己的經文中將這句話劃記下來。爲了幫助學生想想這項眞理如何適用在他們自己的生活中，請他們將這句話中的城市比作他們自己，以及他們所面臨的屬靈爭戰。然後提出以下的一個或多個問題：

- 這項眞理與我們有何關聯？（幫助學生明白：**一直保持忠信，要比偏離正道後再恢復信心容易得多，也好得多。**）
- 爲什麼一直在教會中保持忠信，要比不活躍一段時間後再回到教會容易得多？
- 爲什麼一直保有見證，要比偏離正道後再重新獲得見證容易得多？

請學生想想，敵人和他的跟隨者會用哪些方式攻擊他們。鼓勵他們在筆記本或經文研讀日記中寫下他們會做些什麼來爲屬靈爭戰作好準備。

阿爾瑪書第60～62章

摩羅乃錯怪派賀藍，派賀藍卻以愛與尊重來回應

讀出阿爾瑪書59：13。要確定學生都了解，摩羅乃生氣是因爲他以爲政府當局毫不關心人民的自由。他怒氣沖沖地寫了一封信給在柴雷罕拉的首席法官派賀藍。請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書60：6-11。

- 摩羅乃隊長爲了什麼事責備派賀藍？
- 你從摩羅乃的責備中感受到怎樣的情緒？

將以下參考經文寫在白板上：*阿爾瑪書60：17-20，23-24*。請學生默讀這些經文。鼓勵他們想像自己若處在派賀藍的情況，會有何感受。

- 摩羅乃隊長的責怪可能會在哪些方面讓派賀藍傷心？

請幾位學生輪流讀出阿爾瑪書60：33-36。請全班跟著看經文，找出要是派賀藍不同意摩羅乃隊長的要求，摩羅乃隊長已準備好要怎麼做。讓學生報告過他們所發現的事情後，請他們在這些經文中找出有哪些字詞說明摩羅乃提出該項要求的原因或動機。

請學生默讀阿爾瑪書61：1-5，找出爲什麼摩羅乃沒有得到增援？

- 派賀藍告訴了摩羅乃什麼消息？
- 當人們被錯怪時，會用哪些方式回應？
- 是否曾經有人錯怪你？你當時對那樣的責怪以及責怪你的人有何感受？

請學生默讀阿爾瑪書61：9-10，15-18，找出任何足以反映出派賀藍寬大性格的事。經過充分的時間後，請幾位學生分享他們所發現的事情。

- 我們可以從派賀藍回應摩羅乃的責怪所用的方式學到什麼教訓？（幫助學生明白以下這項原則：**我們可以選擇不被他人的言行冒犯**。學生可能找到的其他眞理包括：**我們應該避免對他人作出不仁慈的論斷**，以及**我們與他人在正義中團結一致時，就能夠更堅強地抗拒邪惡**。可以將這些眞理寫在白板上。）
- 我們可以怎樣選擇不受冒犯？

考慮問學生是否願意分享經驗，談談當人們用不仁慈或不眞實的話來談論他們時，他們曾經怎樣選擇不受冒犯。你也可以考慮談談自己的一個經驗。見證：當他人在言行上冒犯我們時，寬恕他人很重要。鼓勵學生跟從派賀藍的榜樣。

請一位學生讀出阿爾瑪書62：1。請全班找出摩羅乃在收到派賀藍的回信時有何感受。

說明雖然摩羅乃隊長錯怪了派賀藍，但他仍教導了一些可以應用在我們生活中的眞實原則。請一位學生讀出阿爾瑪書60：23。指出摩羅乃所說，有關潔淨「器皿的內部」的話，可以適用於每一位需要悔改的人。說明器皿是一種容器，如杯子或碗等。將灰塵或泥巴抹在一個杯子內外兩側（可能的話，用透明的杯子效果最好）。問學生是否願意用這個杯子喝水。把杯子外側擦乾淨，問學生，現在用這個杯子喝水是否就放心了。

- 如果把自己比作器皿，那麼，潔淨這器皿的內部，或內側，會是什麼意思？

讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「我們必須潔淨器皿的內部（見阿爾瑪書60：23），首先從我們自己開始，然後是我們的家庭，最後是教會」（參閱「潔淨器皿的內部」，1986年7月，聖徒之聲，第2頁）。

- 爲什麼我們的內部（別人看不到的地方）和外部（別人看得到的地方）都保持潔淨，是很重要的？

- 爲什麼若要在主的國度中充分發揮力量，在我們生活中潔淨器皿的內部很重要?

概述阿爾瑪書62：1-38，說明摩羅乃隊長帶了他的一部分軍隊去柴雷罕拉協助派賀藍打倒國王派人士。之後，在兩支軍隊聯手及其他尼腓軍隊協助之下，摩羅乃和派賀藍收復了已淪入拉曼人手中的其他城市。他們把拉曼人趕出該地，在人民中建立了和平。

- 個人和家庭在戰爭過後，可能會面臨到哪些挑戰?

請學生默讀阿爾瑪書62：39-41，看看那些尼腓人因爲這次戰爭的考驗，受到了哪些影響。

- 你可以在阿爾瑪書62：40-41找到哪些原則?

學生在討論這個問題時，可能提出以下這類的答案：

我們正義的祈禱會對我們的社區帶來正面的影響。

身處逆境的時候，有些人會在神前謙抑自己，有些人則變得頑硬。

- 在你看來，爲什麼有些人在面臨考驗時會與主更接近?爲什麼有些人在面臨考驗時會離開主?（幫助學生了解，我們在考驗當中所作的選擇，會決定我們是否會與主更接近。）
- 你已經在摩爾門經中讀到有關戰爭的章節，關於如何在戰時或紛爭中當個耶穌基督的門徒，這些經文教導了你什麼?

阿爾瑪書第63章

許多尼腓人到北部地方

概述摩爾門在本章中所說的話，說明許多尼腓人開始經由陸地或海運，遷徙到北部地方。希伯隆將神聖紀錄交託給希拉曼。摩羅乃隊長死了，他的兒子摩羅乃哈率領軍隊擊退了拉曼人的另一次攻擊。

在結束本課時，你可以談談某個人怎樣在面臨逆境和苦難時，仍選擇有顆柔軟的心，並更加信賴神。考慮分享一個親身經驗。

阿爾瑪書複習

花點時間幫助學生複習阿爾瑪書。請他們想想自己在福音進修班及個人經文研讀中，從阿爾瑪書中學到了什麼。必要時，請他們複習阿爾瑪書的一些章前綱要來幫助他們記得。經過充分的時間後，請幾位學生分享其看法和感受，談談該部書中哪些事最令他們印象深刻。

自修班課程

阿爾瑪書第45～63章（第21單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀阿爾瑪書第45～63章（第21單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（阿爾瑪書第45～49章）

阿爾瑪向他的兒子希拉曼說明，主不能以絲毫寬容來看待罪惡。學生藉著將尼腓人的戰事比作自己的爭戰，學習到以下這些真理：我們像摩羅乃隊長一樣英勇地遵守誡命時，神必增強我們的力量並祝福我們。撒但企圖毀滅我們，他會誘使我們慢慢降低標準。

第2天（阿爾瑪書第50～52章；第54～55章）

雖然尼腓人在亞瑪利凱離去後昌盛了一段時期，摩羅乃仍繼續幫助人民為將來的攻擊作好準備。尼腓的在艱難情況中的榜樣讓學生了解到，即便處在動亂不安之中，對神忠信會帶來幸福——但分裂及紛爭則會摧毀我們的平安。學生也學習到，我們若堅定守住正義之事，就能避免讓邪惡的勢力勝過我們。

第3天（阿爾瑪書第53章；第56～58章）

希拉曼在最艱難的戰爭時期，領導了一群由艾蒙人的男青年所組成的軍隊。這些青年戰士顯示出，我們若懷著信心行動，就會獲得來自神的力量。學生從這些英勇戰士的榜樣學習到，只要信賴主並確實服從祂，祂必在我們的爭戰中支持我們。這支尼腓軍隊和青年戰士雖然負傷累累，經歷許多苦難，卻仍展現出：我們若在艱難的時候轉向神，就會獲得神的保證，進而增強我們的信心並帶給我們希望。

第4天（阿爾瑪書第59～63章）

尼腓人因為內部的叛亂而失去了一些城市；這件事讓學生知道，一直保持忠信，要比偏離正道後再恢復信心容易得多，也好得多。摩羅乃錯怪首席法官派賀藍疏忽其職責，而學生從派賀藍的回應中學習到，我們可以選擇不被他人的言行所冒犯。除此之外，學生也學習到，正如摩羅乃和派賀藍所展現的榜樣，我們在正義中與他人團結一致時，就會更有力量對抗邪惡。

導言

由於本課涵蓋了阿爾瑪書中的19章，你將無法教導或強調所有的歷史背景，以及學生在本週所學到的所有教義及原則。以下的教學建議會使學生有機會將他們從研讀尼腓人戰事所學到的真理，應用在自己生活中的爭戰上。要帶著祈禱之心研讀本課的經文，好使你能受到啓發，在上課時強調學生需專注的那些真理。

教學建議

阿爾瑪書第45～63章

尼腓人信靠神並服從受靈啓發的領袖，因此打敗了拉曼人

上課前，將以下泰福．彭蓀會長的話寫在白板上：*「從摩爾門經中，我們學到，基督的門徒怎樣度過戰亂的時期」*（「摩爾門經：我們宗教的拱心石」，1987年1月，*聖徒之聲*，第4頁）。

請學生說出一些他們本國曾經歷過的戰事。然後請他們說出幾項人們在戰爭時可能遇到的挑戰。

問：為什麼在戰時當一個耶穌基督的門徒可能會很困難？

請學生想想自己在上一週所讀，記載在阿爾瑪書第45～63章的那些戰事。你可以鼓勵他們快速複習一下阿爾瑪書第45～63章中的一些章前綱要。請他們說說這些尼腓人在戰時面臨到哪些挑戰。

提醒學生，就算我們從未真正打過仗，我們卻都參與了一場屬靈爭戰。請一位學生讀出以下總會會長團亨利．艾寧會長的話，描述了我們正在參與的這場屬靈爭戰。你可以為每位學生提供一份複本。

「你們在這最後福音期加入了主的大軍。現在不是和平的時代；自從撒但在前生集結他的勢力來對抗天父的計畫以來，世上不曾有過和平的時代。關於那次大戰的種種細節，我們並不清楚，但我們知道一個結果，那就是撒但和追隨他的徒眾被驅逐到世上。自從亞當和夏娃被創造以來，對立衝突便一直存在。我們看見衝突越趨劇烈。經文告訴我們，這場戰爭會變得更加兇險殘暴，主的大軍在靈性上的傷亡也會更加慘重」（「有人受傷了」，*利阿賀拿*，2009年5月，第63頁）。

請學生注意白板上，彭蓀會長的那句話。告訴他們，無論我們談論的是屬世的戰爭或屬靈的戰爭，這句話都是真的。說明：研讀摩爾門經中戰爭時期的門徒生

活，能幫助我們培養出一些特質，而這些特質對於進行我們自己的屬靈爭戰將十分重要。

將以下名稱及參考經文寫在白板上，或製作成講義。請學生從中選出一個人或一個團體來研究。試著讓這其中的個人或團體都至少有一名學生研究。

1. *摩羅乃——阿爾瑪書46：11-21；48：7-17*
2. *希拉曼——阿爾瑪書48：19-20；56：2-9；58：4-12，32-37*
3. *2,060名青年戰士——阿爾瑪書53：16-22；56：47-56；57：19-27*
4. *派賀藍——阿爾瑪書50：39-40；51：1-7；61：1-21*

給學生幾分鐘時間盡量多研讀與他們所選擇的個人或團體有關的經文。請他們作好準備，向全班教導以下這些概念（可以將這些概念寫在白板上，或印在講義上）：

- 從這個人或團體的生活中選出一個事件，來說明這（些）人為何是救主的真正門徒。
- 這個人或團體有哪項（或哪些）特質，使他（們）在與拉曼人作戰時一直很勇敢。
- 我們從這個人或團體學到的哪一項福音原則，能在今日的屬靈爭戰中鞏固我們。

盡量多邀請一些學生和全班分享他們所學到的事。你可以請學生將他們所學到的福音原則寫在白板上。

考慮提出下列問題來幫助學生應用他們在研讀阿爾瑪書第45～63章時所學到的事：

- 想一想那些生活在與拉曼人作戰時期的人，你從他們身上見到了耶穌基督門徒的哪些特質。其中的哪些特質是你最希望在自己生活中培養的？為什麼？
- 我們今日面臨了哪些屬靈的爭戰？這些救主門徒的榜樣，如何幫助你在面臨這些爭戰時保有信心和勇氣？

你可以從阿爾瑪書第45～63章中，分享一節你最喜歡的經文。見證：我們從這幾章經文所學到的原則，可以幫助我們在這末世的屬靈爭戰中，作耶穌基督的真正門徒。

下一單元（希拉曼書第1～9章）

告訴學生，希拉曼書第一章記載了三位首席法官之死。告訴他們，他們將找到下列問題的答案：那些法官是怎麼死的？尼腓和李海被關在監獄時，發生了什麼奇蹟？他們聽到了誰的聲音？告訴學生，先知尼腓能夠透過預言的能力，解決一宗謀殺案。

導言

希拉曼書

為什麼要研讀這部書?

學生在研讀希拉曼書時，會學到希拉曼、他的兒子尼腓和李海，以及拉曼人撒母耳等偉大人物的榜樣和教導，他們勇敢地服從主並為祂作見證。這些人的傳道顯示出神會賜予力量幫助祂的僕人完成祂的旨意，以及正義者的努力能造福成千上萬的人。學生也會學到驕傲、邪惡和祕密幫派會帶來毀滅性的影響。

誰寫了這部書?

摩爾門編纂和節錄尼腓大片裡的紀錄而作成希拉曼書。這部書是以希拉曼來命名，他是希拉曼的兒子和小阿爾瑪的孫子。希拉曼從他的叔叔希伯隆那裡獲得紀錄，他是一位正義的首席法官，統治尼腓人。他教導他的兒子尼腓和李海要遵守誡命，並記住他們的救贖主，使祂成為他們生活的根基（見希拉曼書5：9-14）。尼腓和李海受到這些教導的啓發而且關心人們的邪惡情形，於是向尼腓人和拉曼人宣講悔改。尼腓放棄首席法官的職位去傳教。成千上萬的拉曼人歸信後，一位名叫撒母耳的拉曼人先知受靈啓發，到尼腓人當中宣講悔改及說預言。希拉曼書是取自希拉曼（希拉曼書第1～3章）和尼腓（希拉曼書第4～16章）統治及傳道時期所保存的紀錄。尼腓的紀錄包含拉曼人撒母耳的預言和教導。

這部書是為誰寫的?為什麼而寫?

摩爾門為後期時代的人們撰寫希拉曼書，他們會得到他的紀錄。希拉曼書和其他從尼腓大片中節錄的內容一樣，都在為耶穌基督的神性和救贖使命作見證（見希拉曼書3：27-30；5：9-12；8：13-23；14：1-29；16：4-5）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的?

希拉曼書所取用的原始紀錄可能是在主前52年至主前1年間寫的。摩爾門節錄那些紀錄的時間，大約是在主後345年至主後385年之間。摩爾門並沒有記載他在什麼地方編纂這部書。

這部書有哪些特色?

希拉曼書描繪了尼腓人在正義與邪惡間大起大落，比尼腓人歷史上的任何時期更為頻繁。這部書描述了許多紛爭、戰爭、謀殺和祕密幫派的例子。這部書也介紹和描述了甘大安敦盜匪的活動，他們的黑暗工作最終導致尼腓人的滅亡（見希拉曼書2：13-14）。希拉曼書也是獨特的，因為它描述了「大部分的」拉曼人都歸信的一段時期，「他們比尼腓人更為正義」（希拉曼書6：1）。此外，它顯明了神賜給祂的先知們能力，例如尼腓透露首席法官遇刺並預言那位法官的兄弟招認罪行（見希拉曼書第8～9章），以及尼腓從主那裡獲得印證能力，他運用那能力讓飢荒發生和停止（見希拉曼書第10～11章）。而且，這部書保存了撒母耳的話，是唯一收錄拉曼人先知向尼腓人講道（見希拉曼書第13～15章）的紀錄。在此講道中，撒母耳預言耶穌基督誕生和死亡的徵兆。

大綱

希拉曼書第1～3章 兩位首席法官派賀藍和派寇美拿被謀殺。摩羅乃哈擊退柯林德茂所帶領的一群入侵的拉曼人。凱虛庫門在企圖暗殺新任的首席法官希拉曼時被殺死。雖然甘大安敦和他的盜匪使祕密幫派蔓延，數以萬計的人受洗加入教會。尼腓在希拉曼死後成為首席法官。

希拉曼書第4～6章 叛離尼腓人的人和拉曼人的軍隊佔領尼腓人的南方土地，包括柴雷罕拉在內。尼腓人因本身的邪惡而變得軟弱。尼腓把審判席交給西卓倫。尼腓和李海想起父親希拉曼的話，於是獻身傳播福音。許多叛離的人悔改，回到尼腓人那裡。主奇蹟般地保護在獄中的尼腓和李海之後，大部分的拉曼人歸信，並把他們所佔領的土地歸還尼腓人。在一段昌盛時期，甘大安敦盜匪人數倍增。許多尼腓人參與他們的惡行，導致尼腓人的政府腐化。

希拉曼書第7～12章 尼腓在他園內的塔樓上祈禱，並告誡人民悔改。他引述了許多預言基督的人所作的見證。他還透露首席法官夕卓倫已經被他的兄弟西安德謀殺。尼腓獲得印證能力，並繼續宣講悔改。他請求主以飢荒來代替尼腓人的戰爭，並在這些人民悔改後，他的祈禱帶來雨水使飢荒結束。經過短暫的昌盛與和平後，紛爭和邪惡在人民中蔓延。摩爾門悲嘆世人的善變和愚蠢。

希拉曼書第13～16章 拉曼人撒母耳警告尼腓人要悔改，預言他們最終會毀滅，並預言耶穌基督誕生和死亡的徵兆。那些相信他的話的人都接受了洗禮。然而，大多數人拒絕撒母耳，並藐視所得到的徵兆和奇蹟。

第106課

希拉曼書第1～2章

導言

派賀藍死後，尼腓人為了誰該擔任下一任首席法官起了紛爭。民意選派了他的兒子派賀藍。然而，這位新任首席法官被凱虛庫門謀殺了，凱虛庫門是某個祕密幫派的成員。拉曼人趁著尼腓人這次的紛爭和分裂，佔領了首都柴雷罕拉。尼腓人再次奪回柴雷罕拉，凱虛庫門企圖殺害新任首席法官希拉曼（希拉曼的兒子）時被殺死。

教學建議

希拉曼書第1章

紛爭使得尼腓人分裂，而讓拉曼人佔領了柴雷罕拉

上課之前，將以下的句子寫在白板上：

希拉曼書1：1-4。什麼原因造成尼腓人之間的紛爭和分裂？

希拉曼書1：5-8。誰被推選爲首席法官，他的兩個兄弟有何反應？

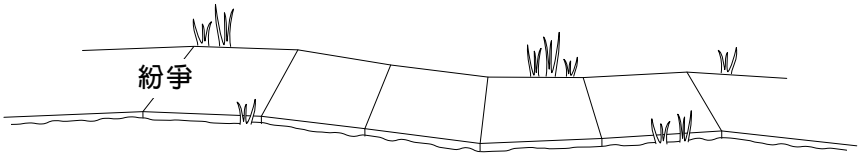
一開始上課時，請學生描述討論某個議題和爭論某個議題之間有何不同。如果學生需要幫助來了解其中的差異，請他們考慮以下的情況，找出哪些是紛爭的例子。（他們應該認出是第二和第三種情況）。

1. 透過友善的勸說和數據資料來說明你的立場
2. 對與你看法不同的人表現出不尊重的態度
3. 覺得贏得爭論比別人的福祉更重要

請學生在研讀希拉曼書第1章時，找出紛爭有何危險。鼓勵他們私下想一想他們生活中有哪些常見的紛爭。

請學生默讀你寫在黑板上的經文章節，找出對應問題的答案。請他們報告他們所發現的事情。

在白板上畫一條路徑，並把紛爭一詞標示上去。



說明紛爭就像一條路徑，會導致其他的罪和許多負面的後果。請一位學生讀出希拉曼書1：9。

請全班找出尼腓人當中的紛爭最終導致了什麼後果。（謀殺。）把謀殺寫在白板上你所畫那條路徑的某處。

請學生默讀希拉曼書1：10-12，找出凱虛庫門和那些差遣他的人做了什麼來掩蓋他所犯的謀殺。

- 爲什麼凱虛庫門和他的跟從者想讓自己的行爲變得隱祕？
- 關於人們企圖使自己不義的行爲變得隱祕，有哪些現代的例子？（答案可能包括對父母說謊，或與主教或分會會長面談時說謊。）

- 爲什麼幫助別人掩蓋罪行是不明智的舉動?

請一位學生讀出希拉曼書1：18-21。請全班追蹤和找出尼腓人的紛爭還導致了其他哪些後果。在學生報告他們的發現時，請他們把答案寫在白板上那條路徑上的某處。你也可以邀請他們提出和寫下，他們曾看到紛爭導致其他哪些後果。

概述希拉曼書1：22-30，解釋在拉曼人佔領柴雷罕拉後，尼腓人的軍隊在一場戰役中擊敗他們，很多人被殺死。

請學生根據他們在研讀希拉曼書第1章時所學到關於紛爭的事，用一項原則作結論。學生可能指出的一項原則是，**紛爭會使我們容易受到敵人的影響**。你可以把這一點寫在白板上。

爲了幫助學生更了解這項原則，並運用在生活中，不妨問以下幾個問題：

- 如果一位女青年一直跟父母爭論她結交朋友的事，這會如何影響她對父母在生活其他方面的勸告所抱持的態度?
- 如果兄弟姊妹間一直有紛爭，他們的行爲可能會如何影響他們的長久關係?這會對整個家庭產生什麼影響?
- 支會或分會中的紛爭會如何使得教會成員更容易遭受撒但攻擊?
- 如果一位男青年對他的聖職定額組中的某個人感到生氣，他的感受可能會如何影響他在教會的行爲?這可能會如何影響他在教會的出席情形?
- 在面臨試探時，紛爭的感受會如何使我們變得軟弱?

請學生提出還有哪些其他情況，紛爭會使我們變得軟弱，容易相信敵人的詭計。

給學生一些時間思考，他們生活中有哪些地方可能正在助長紛爭的感覺。請他們找出他們可以採取哪一項具體行動來避免紛爭的行爲。

希拉曼書第2章

希拉曼成為首席法官，他的僕人防止了凱虛庫門奪取他的性命

- 爲什麼收拾髒亂比把它掩蓋起來更好?
- 爲什麼有人會想要掩蓋自己所做的一些事情?

請學生默讀希拉曼書2：3-4和教約58：43。

- 根據這幾節經文，主希望我們處理罪的方式，與甘大安敦盜匪處理罪的方式有何不同?

說明在希拉曼書第2章，我們讀到凱虛庫門企圖殺害下一任首席法官希拉曼。請學生想像他們是記者，受指派去報導企圖暗殺首席法官的事件。請他們和一位夥伴閱讀希拉曼書2：2-9，並寫下標題來概述發生的事情。請幾位學生把自己寫的新聞標題唸給全班聽。

請學生默讀希拉曼書2：10-11，找出希拉曼對抗甘大安敦盜匪所採取的行動。請一位學生就這些經文作個總結。

說明甘大安敦這群人是祕密幫派的一個例子。請一位學生讀出希拉曼書2：12-14。請全班找出祕密幫派對尼腓人造成的影響。

- 我們可以從這些經文得知，祕密幫派會造成哪些危險?（在學生作答時，務必要讓他們明白以下這項眞理：**祕密幫派會導致社會的滅亡**。不妨說明祕密幫派不但造成尼腓人滅亡，也造成雅列人滅亡，學生會在以帖書中讀到雅列人；見以帖書8：20-21）。

找出教義和原則

有時候，學生在回答問題或為他們從某段經文所學到的事作總結時，會說出一些教義或原則。由於他們有時候不知道自己正說出某項重要真理，因此把它寫在白板上，或鼓勵學生把它寫在筆記本或經文研讀日記裡，可能會有所幫助。

讀出以下十二使徒定額組羅素・培勒長老的話：請學生仔細聆聽今日祕密幫派的例子：

「摩爾門經教導，利用祕密幫派來從事犯罪行爲不僅對個人和家庭構成嚴重的威脅，對整個文明也是如此。存在於今日的祕密幫派有黑幫、販毒集團和有組織的犯罪家族。……

「如果我們不謹慎，今日的祕密幫派就會像摩爾門經時代的祕密幫派一般，迅速且徹底地取得權力和影響力。……

〔魔鬼〕運用包括幫派在內的祕密幫派『盡其所能地抓住世世代代人類兒女的心。』〔希拉曼書6：30。〕他的目的是要毀滅個人、家庭、社區和國家。〔見尼腓二書9：9。〕他在摩爾門經時代獲得了某種程度的成功。而今日他得逞的程度遠勝過昔日；因此，很重要的是，我們要……堅守眞理和正義，竭盡所能地，協助保持社區的安全」（參閱「堅守眞理和正義」，1998年1月，聖徒之聲，第43頁）。

請學生思考他們能如何運用培勒長老的教導。請他們在筆記本或經文研讀日記中寫下：爲了避免任何形式的祕密幫派，他們會怎麼做；以及他們會怎麼做，使自己在社區裡能「採取堅定的立場，捍衛眞理和正義」。

注釋及背景資料

希拉曼書1：1-21。紛爭具有破壞力

希拉曼書記述了尼腓人當中一段非常黑暗的時期。甘大安敦盜匪猖獗，人民經歷了幾次邪惡、毀滅，然後悔改的循環，但最後又回到邪惡。這種種亂象多半起因於希拉曼書第一章中所描述的「紛爭」。有些人認為紛爭是微小的罪。然而，以下後期時代先知的兩段話強調了這種罪的嚴重性：

總會會長團雅各・傅士德會長警告說：「發生爭執時，無論誰對誰錯，主的靈都會離開」（「我要兒子在傳教之前知道的事」，1996年7月，聖徒之聲，第41頁）。

十二使徒定額組的約瑟・胡適令長老告誡說：「這個世界的腐敗、欺詐、糾紛、爭鬥及其他邪惡都不是偶然產生的。這些事在在證明了撒但及其徒衆冷酷的手段。他無所不用其極地欺騙，煽惑和誤導人們」（參閱「深植的根」，1995年1月，聖徒之聲，第82頁）。

有別於紛爭所造成的毀滅性影響，總會會長團的亨利・艾寧會長強調主的靈所帶來的合一與平安：

「人們有這靈同在，自然是一團和氣。聖靈將對真理的見證放入我們心中，這見證會讓所有擁有這份見證的人團結合一。神的靈從不會挑起紛爭（見尼腓三書11：29），也從不在人與人之間製造那種導致爭端的分立感覺（見約瑟F.・斯密，福音教義，第122頁）。聖靈叫人內心平安，帶來人與人之間的融洽感覺。聖靈會使人們合一。合一的家庭、合一的教會以及和平的世界都有賴於人們的合一」（參閱「使我們合而為一」，1998年7月，聖徒之聲，第74頁）。

第107課

希拉曼書第3～4章

導言

在摩爾門經歷史上的這段期間，尼腓人享有幾段和平的時期，但也經歷一些紛爭的時期。在和平的時期，成千上萬的尼腓人加入教會。在這段極大繁榮的時期之後，驕傲開始進入人們心中。然而，儘管受到驕傲者的迫害，教會中較謙卑的成員的信心不斷增加。由於許多尼腓人的邪惡，拉曼人佔領了尼腓人南方的土地。

教學建議

希拉曼書第3章

許多尼腓人向北遷移，即使面對邪惡和迫害，教會仍然昌盛

將以下的句子寫在白板上（不妨在上課前寫好）：

_____（*你的國家名稱*）的人民

_____（*你的城市名稱*）的人民

自己支分會裡的人

自己家裡的人

我自己

問學生，白板上所列的人當中，他們覺得誰是他們可以控制的。然後請曾經因爲他人行爲而感到灰心氣餒的人舉手。如果他們最近曾因爲別人的不義行爲而感到灰心氣餒，請他們繼續舉手。說明他們在研讀希拉曼書第3章時，會有所領悟，知道當周遭人們不依照福音生活時，他們可以做什麼。

請一位學生讀出希拉曼書3：1-2。請全班跟著閱讀，找出「沒有紛爭」這幾個字。請學生默讀希拉曼書3：3，19，找出顯示在尼腓人之中事情有所轉變的那些字句。

- 你覺得尼腓人爲何迅速地從沒有紛爭的時期轉變爲有許多紛爭的時期？

概述希拉曼書3：3-16，說明在這段紛爭時期，許多尼腓人遷移到北部地方。

請一位學生讀出希拉曼書3：20。請全班找出在這段紛爭時期，希拉曼的情況如何。

- 在這段紛爭時期，希拉曼的榜樣有哪些令你印象深刻？（在學生回答時，可請他們把希拉曼書3：20中不斷一詞劃記下來）。

請學生默讀希拉曼書3：22-26，找出尼腓人之中的情況有何變化。

- 什麼事情讓教會領袖感到驚訝？
- 我們從這幾節經文學到，教會能夠對人們產生什麼影響？

提醒學生，摩爾門在撰寫摩爾門經的紀錄時，有時會指出他希望讀者從某些記載中學到的教訓。以希拉曼書第3章爲例，他使用「由此可知」這句話來開始介紹他要教導的事。請學生默讀希拉曼書3：27-30，找出摩爾門希望我們從中學到哪些教訓。在學生報告他們發現的事情後，問：

- 關於神的話，摩爾門希望我們了解什麼？

找出「由此可知」這句話

先知摩爾門在撰寫摩爾門經時，有時會使用「由此可知」這類字句，來強調他想要教導的真理。你可以藉由強調希拉曼書第3章裡的這些字句，幫助學生準備好去發現摩爾門在摩爾門經的其他部分想要教導的事情。

給學生一些時間思考，研讀經文怎樣使他們獲得了祝福，例如希拉曼書3：29裡所應許的祝福。不妨請幾位學生分享他們的經驗。

說明希拉曼書第3章的其餘部分講述，在極大繁榮的時期之後，驕傲在尼腓人當中蔓延的情形。許多謙卑的教會成員遭受內心驕傲的教會成員迫害。讀出下列的情況。請學生思考他們曾在何時看到或經歷過類似的情況。

1. 一位女青年取笑支會中的另一位女孩。
2. 一名男青年嘲弄他的定額組裡某位在上課時積極回答問題、自願承擔聖職職責的成員。
3. 支會的一群男青年排斥另一位男青年，不讓他加入他們的談話，也不讓他參與他們在教會外的活動。
4. 一群女青年尖酸刻薄地批評其他女青年的穿著。

請一位學生讀出希拉曼書3：33-34。請全班找出尼腓人的情況和上述的情況有何相似之處。在學生有時間回答後，問下列問題：

- 你覺得爲何在尼腓人當中，教會中的成員迫害其他成員，被視爲是「一樁大罪」？
- 當我們對教會其他成員不好或不友善時，就是違反了哪些福音原則？我們要如何增強對聖徒同胞的愛？

請學生默讀希拉曼書3：35，找出尼腓人中的謙卑者如何回應所受到的迫害。

- 那些受迫害的人的信心是增加、減少或大致維持不變？
- 那些受迫害的人採取了哪些行動，使得他們的信心增加？（他們經常禁食祈禱，努力保持謙卑，並且內心順從神。）
- 除了信心增加之外，這些謙卑的尼腓人的行爲還帶來什麼結果？（他們獲得了喜樂、安慰、內心的潔淨及聖化。）

在白板上寫出下列這些話：*只要我們……，儘管遭受迫害和考驗，我們對基督耶穌的信心必會增加*。請學生根據他們從希拉曼書3：33-35學到的事，完成這個句子。可以請幾位學生分享他們如何完成這個句子。雖然學生們的答案可能各有不同，但要確保他們表達出以下的眞理：**只要我們努力過正義的生活，儘管遭受迫害和考驗，我們對耶穌基督的信心必會增加**。爲了幫助學生對這幾節經文的教導有更深刻的了解，你可以問學生下列問題：

- 祈禱和禁食曾經如何在你遭受迫害或考驗時幫助了你？
- 你認爲讓自己內心順從神是什麼意思？
- 爲了使自己在遭受迫害或考驗時增加信心，爲什麼內心順從神是必要的？

問學生是否曾經感覺到，由於他們用正義的方式回應所受到的迫害，他們的信心增加了。邀請幾位學生分享他們的經驗。你也可以分享自己的個人經驗。

請學生默讀希拉曼書3：36，來幫助學生準備好學習希拉曼書第4章。請他們找出尼腓人的大略情形。（儘管有基督謙卑信徒們的榜樣，尼腓人仍然越來越驕傲。）

希拉曼書第4章

由於尼腓人的邪惡，主的靈從他們之中退出，拉曼人佔領了尼腓人南方所有的土地

說明希拉曼書4：4-8講述尼腓人對抗拉曼人及叛離的尼腓人的一場戰役。請一位學生讀出這幾節經文。請全班跟著閱讀，找出尼腓人的哪些土地在這場戰爭中被佔領。

將以下的指示寫在白板上：（不妨在上課前先寫上去。）請學生把這些指示抄在在筆記本或經文研讀日記裡。

寫出能描述尼腓人的態度和行爲的三個詞句。

寫出三個詞句來描述這些行爲會導致哪些事情發生。

將學生分成兩人一組。請各組都閱讀希拉曼書4：11-13，23-26，並且根據白板上的指示，找出和寫下關鍵詞句。

請幾組同伴團來報告他們的答案。在學生分享他們所寫的內容時，不妨建議他們把經文中的下列詞句劃記下來：「他們就只能依靠自己的力量」（希拉曼書4：13），「他們變得……軟弱」（希拉曼書4：24），和「他們……變得軟弱了」（希拉曼書4：26）。

問學生，他們在研讀希拉曼書第4章時可以找到哪些原則。幫助他們找出以下的原則：**驕傲和邪惡會將我們與主的靈隔絕，使得我們只能依靠自己的力量。**你可以把這項原則寫在白板上。你也可以建議學生把這項原則寫在他們的經文中希拉曼書4：23-24的旁邊。

爲了幫助學生了解這項原則，請他們其中一位到全班前面來。請那位學生想像自己已被徵召，要在與拉曼人的一場戰役中獨自奮戰。問那位學生，與人數眾多的軍隊作戰，自己有多少獲勝的機會。請另一位學生到全班前面，站在第一位學生的旁邊。問第一位學生，有了第二位學生的幫助，他（她）戰勝敵軍的機會是否會增加。（要與人數眾多的軍隊作戰，增加第二位學生並不會大幅增加獲勝的機會。）然後在白板上寫出主。問第一位學生：

- 如果主站在你這邊支持你，你覺得自己戰勝的機會有多少？

問學生，這項活動與從希拉曼書第4章中找出的原則有何關聯。不妨問下列問題：

- 就尼腓人的經驗而言，只能依靠自己的力量意謂著戰敗和失去土地。如果沒有聖靈與我們同在，我們可能會在哪些「戰役」中戰敗？

請學生思考他們能做的一件事，使他們在生活中能一直有聖靈同在，並邀請他們去做那件事。分享你的見證，說明聖靈在生活中的重要性。

注釋及背景資料

希拉曼書3：33-34，36；4：12。驕傲對教會所造成的影響

摩爾門指出驕傲不應該出現在主的教會中，但是由於當時人們的生活極為富裕，驕傲開始進入某些教會成員的心中（見希拉曼書3：33，36）。

泰福．彭蓀會長教導：

「想想驕傲在過去和現在使我們自己、我們的家庭和教會付出了多大的代價？

「想想若不是驕傲使我們不肯認罪和棄罪，我們可經由悔改而改變了多少人的生活、挽救多少婚姻、鞏固多少家庭？（見教約58：43。）

「想想有多少人因為被冒犯而變成較不活躍的教會成員，而由於他們的驕傲，他們不肯寬恕別人或飽享主的筵席。

「想想我們可以增加成千上萬的弟兄和夫婦擔任傳教士，但因為驕傲，使他們不能把心轉向神。（見阿爾瑪書10：6；希拉曼書3：34-35。）

「想想我們可以增加多少聖殿事工，如果教會成員都認為：為這神聖事工所花的時間，比追求使自己驕傲的事情更重要」（「慎防驕傲」，1989年7月，*聖徒之聲*，第5頁）。

第108課

希拉曼書第5章

導言

尼腓人繼續處在邪惡中，直到大部分的人都選擇邪惡而背離正義。尼腓和李海獻身宣講神的話。他們的父親希拉曼教導要他們記住他們的救贖主，並使祂成為他們生活的根基。尼腓和李海在教導尼腓人後，向拉曼人傳道，拉曼人把他們關進監獄。主奇蹟似地拯救他們，大部分的拉曼人悔改並歸信了福音。

憑聖靈教導

在你準備教導時，要祈求聖靈與你和學生同在。

教學建議

希拉曼書5：1-13

希拉曼勸告他的兒子們要遵守神的誡命、宣講福音，並記住耶穌基督的救贖力量

在上課前，先準備六張紙條供展示之用。第一張紙條應寫上你的名字。其他五張應寫上下列字句：*父母*、*耶穌基督的贖罪*、*先知*、*悔改使人得到救恩*和*遵守誡命*。

給每個學生一小張紙。說明你會快速地讓他們看六張紙條，這些紙條上面寫了一些字句。然後他們要憑著記憶寫下那些字句。一次向學生顯示一張紙條。

讓學生寫下他們記得的字句。然後再次顯示這六張紙條。問學生：

- 要記住這些字句很容易或很困難？
- 如果你事先被告知你需要記住紙條的內容，你覺得會有什麼不同？

請一位學生讀出以下賓塞·甘會長的話：請全班仔細聆聽他所講述的，記住福音教導的重要性：

「各位知不知道你們能從辭典裡查到最重要的詞彙是什麼？這個詞彙可能就是記住。因爲你們每個人都已立下聖約——你們都知道該做什麼，也都知道該怎麼做——因此我們最需要的就是記住」（“Circles of Exaltation”[address to CES religious educators, June 28, 1968], 5, si.lds.org）。

向全班說明，今天他們會學到有兩個人因爲記住和實踐某些眞理，而使得成千上萬人的生活有很大的改變。鼓勵學生在今天的課程中思考，他們覺得主希望他們記住什麼。

概述希拉曼書5：1-4。說明由於人民的邪惡，尼腓辭去首席法官的職位，以便能和他的弟弟李海一起獻身宣講神的話。

在白板上寫出下列參考經文：（不包含括弧裡的字句）。

希拉曼書5：5-7（遵守誡命；記住祖先正義的榜樣。）

希拉曼書5：9-11（記住基督的贖罪；記住我們不能在自己的罪惡中得救，但是我們能透過悔改和贖罪的力量脫離我們的罪而得救。）

希拉曼書5：12（記住耶穌基督是我們的根基。）

請學生瀏覽白板上所列的經文章節，找出記住一詞。你可以建議學生把這個詞彙出現的地方劃記下來。然後給學生幾分鐘默讀這些章節，找出希拉曼希望他的兒子記住什麼。請學員報告他們所發現的事情。你可以把他們的回答寫在白板上這些參考經文的旁邊。

爲了幫助學生分析和了解這幾節經文，問學生下列問題：

- 記住別人正義的榜樣會如何幫助你選擇去「做好的事」？
- 你會做什麼來記住耶穌基督的贖罪？

將以下這句話寫在白板上：*如果我們……，撒但就沒有力量勝過我們。*

請一位學生讀出希拉曼書5：12。請全班跟著閱讀，找出一種方法來完成白板上這句話。雖然學生可能用不同的詞句，但要確定他們表達出，**如果我們把根基建立在耶穌基督上，撒但就沒有力量勝過我們**。你可以請學生把希拉曼書5：12中表達這項原則的字句劃記下來。指出希拉曼書5：12是一節精通經文。你可以建議學生用特殊的方式劃記這節經文，使他們能很容易地找到這節經文。

希拉曼書5：12是一節精通經文。請參考本課末尾的教學建議，幫助學生精通這節經文。

爲了幫助學生了解這節經文所教導的原則，用一些物件（如積木或書本）建造一個小型的塔或房子，並問下列這類問題：

- 爲什麼建築物有穩固的根基是必要的？
- 你認爲把我們的根基建立在耶穌基督上是什麼意思？
- 把根基建立「我們救贖主這塊磐石」上的人，獲得了哪些應許？
- 我們可以做什麼，把我們的根基建立在耶穌基督這塊磐石上？（不妨問學生，希拉曼書5：6-11所教導的眞理，爲何是把我們的根基建立在耶穌基督上的好例子。）

不妨指出，把我們的根基建立在救主上，雖無法防止敵人的攻擊，卻會使我們有力量克服那些攻擊。

- 你過去曾在何時因爲把根基建立在耶穌基督上，而得以抗拒誘惑或忍受考驗？

見證你曾經因爲把根基建立在耶穌基督這塊磐石上而獲得的力量。給學生一點時間，在筆記本或經文研讀日記中寫下一種方式，讓自己更努力地把根基建立在救贖主這塊磐石上。

希拉曼書5：14-52

主保護被關在獄中的尼腓和李海，許多拉曼人歸信了

概述希拉曼書5：14-19，說明尼腓和李海用極大的力量在尼腓人和拉曼人當中宣講福音。結果，許多叛離的尼腓人回歸信仰。在柴雷罕拉及周邊地區，有8,000名拉曼人受洗。

將以下圖表畫在白板上：將全班分成兩人一組，請每一組把這份圖表畫在一張紙上。請各組閱讀圖表中所列的章節，然後針對每段經文所描述的內容，繪製一幅簡單的圖或寫下簡短的摘要。（請學生複製這份圖表，鼓勵他們在各段經文底下預留足夠的空間來畫圖或寫摘要。）

希拉曼書5：20-21	希拉曼書5：22-25	希拉曼書5：26-28
希拉曼書5：29-34	希拉曼書5：35-41	希拉曼書5：42-44

在給予充分的時間後，請學生簡單扼要地向另一組學生展示和說明他們畫的圖或寫下的摘要。爲了幫助學生更深刻地了解這幾節經文的教導，你可以問學生下列問題：

- 當拉曼人被烏雲籠罩時，有聲音敦促他們做什麼?（見希拉曼書5：29，32。）
- 希拉曼書5：30如何描述這個聲音?
- 你曾在何時感覺到或聽到這個「十分柔和微小的聲音」向你低語?
- 亞米拿達教導他的弟兄們做什麼，以驅散烏雲?（見希拉曼書5：41。）
- 拉曼人服從亞米拿達的勸告並運用對基督的信心後，發生了什麼事?（見希拉曼書5：43-44。）

請學生默讀希拉曼書5：44-47，找出哪些詞句描述了悔改的一些結果。

- 從這幾節經文中，你學到了哪些關於悔改的事?（幫助學生找出以下眞理：**當我們運用對耶穌基督的信心，悔改我們的罪，聖靈會使我們的心充滿平安和喜樂。**））

概述希拉曼書5：48-52，說明拉曼人和叛離尼腓人的人經歷了這樣的奇蹟後，都出來施助人民，而且「大部分的拉曼人」都歸信了福音。

鼓勵學生思考他們目前是否在生活中感受到平安和喜樂。如果他們沒有，請他們思考可以做什麼，把自己的根基建立耶穌基督上，以及驅散籠罩著他們的烏雲。

精通經文——希拉曼書5：12

請一位學生讀出希拉曼書5：12。爲了幫助他們背出這節經文，給每個人一張白紙。請他們只用圖畫和個別的注音符號把這節經文寫在紙上。對於那些會讓人聯想到意像的詞彙（如磐石、根基、風、冰雹和風暴），讓他們畫出簡單的圖。對於那些不會讓人想到意像的詞彙（如要和這樣），請他們寫下這些詞彙的第一個注音符號。請學生只用他們畫的圖和寫下的注音符號，來背誦這節經文。你也可以邀請他們相互交換紙張，使用其他同學所畫和所寫的輔助提示來背誦這節經文。鼓勵學生把這張紙帶回家，放在經常會看到的地方，好使他們能背下這節經文。

注意：由於今天的課程內容較多，你可以在改天有更多時間時再進行這項活動。

注釋及背景資料

希拉曼書5：12。我們能如何抵擋敵人的「強烈風暴」?

賓塞．甘會長教導，敵人會使盡一切力量來攻擊我們，因此我們必須固守耶穌基督的福音：

「我們也要面對敵人發動的強大毀滅勢力。罪、邪惡、淫亂、墮落、暴虐、欺詐、密謀、不誠實如一波波的浪潮般威脅著我們每一個人。它們挾帶著極大的力量和速度而來，如果我們不警醒，就會遭致毀滅。

「不過，我們也聽到了警告的聲音。為了永生，我們應當警醒、傾聽，並且遠離邪惡。然而，沒有任何幫忙的話，我們是抵擋不住的。我們必須逃到高處，或者趕快抓住那不會讓我們被沖走的東西。為了安全起見，我們必須緊握住耶穌基督的福音。它能保護我們，不受邪惡者所集結的勢力影響。摩爾門經中一位受靈啓發的先知勸告他的人民：『記住！你們要在神的兒子基督，我們救贖主這塊磐石上建立根基，這樣，當魔鬼颳起他的強風，是的，在旋風中射出他的箭，是的，當他所有的冰雹和強烈風暴打在你們身上時，都沒有力量控制你們，將你們拉進那悲慘與無盡災禍的深淵中』（希拉曼書5：12）」（參閱1979年2月，聖徒之聲，第6頁）。

第109課

希拉曼書第6～7章

導言

由於尼腓和李海的傳道工作，拉曼人變得越來越正義。然而，尼腓人卻變得邪惡，開始支持甘大安敦盜匪，主的靈從尼腓人之中退出。尼腓預言，如果尼腓人繼續過著邪惡的生活，他們必會滅亡。他還預言，主會因為拉曼人的正義而憐憫和保護他們。

教學建議

希拉曼書第6章

拉曼人變得正義並對抗甘大安敦盜匪，尼腓人卻越來越邪惡並支持甘大安敦盜匪

將以下圖表畫在白板中央：

⇧

聖靈在你生活中的影響

⇩

請學生找出並思考：哪些態度和行爲會使聖靈在他們生活中的影響增加，哪些態度和行爲則會使聖靈在他們生活中的影響減少。

說明摩爾門記載主從尼腓人之中收回祂的靈，並開始傾注祂的靈在拉曼人身上（見希拉曼書6：35-36）。提醒學生，尼腓人「由於犯罪……變得軟弱了」（希拉曼書4：26）。「主的靈不再保護他們了」（希拉曼書4：24），而且他們「毀滅時機已成熟了」（希拉曼書5：2）。

請一位學生讀出希拉曼書6：2。請全班跟著閱讀，找出是哪些行爲和態度使得尼腓人不斷讓「永遠毀滅的時機〔成熟〕」（希拉曼書6：40）。在學生報告他們所發現的事情時，請一位學生把他們的回答寫在白板下半部，向下箭頭的下方或旁邊。（不妨說明*不知悔改*的意思是指沒有悔改而且毫無悔意。）

提醒學生，由於尼腓和李海過去一年的傳道工作，柴雷罕拉地有數千名拉曼人受洗，尼腓人土地上的大部分拉曼人都歸信了福音（見希拉曼書5：19-20，50-51）。請一位學生讀出希拉曼書6：1，3-5。請全班跟著閱讀，找出是哪些行爲和態度使得拉曼人享有更多聖靈的影響。在學生報告他們所發現的事情時，請一位學生把他們的回答寫在白板上半部，向上箭頭的上方或旁邊。

- 對你而言，信心堅定不移是指什麼意思？（見希拉曼書6：1。）
- 教會的人對拉曼人的歸信有何反應？（不妨指出，分享福音以及與聖徒交誼可以帶來極大的喜樂，即使我們生活在充滿邪惡的環境中。）

概述希拉曼書6：7-14，說明大約有三年時間，尼腓人和拉曼人共享和平。這兩個民族在工業和貿易方面的往來增加，因此都繁榮興盛。後來，在法官統治的第66年，兩位首席法官被謀殺。請一位學生讀出希拉曼書6：16-17。請全班跟著閱讀，再找出是哪些態度和行爲造成聖靈從尼腓人之中退出。在學生報告他們所發現的事情時，請一位學生把他們的回答寫在白板下半部，向下箭頭的下方或旁邊。

與學生分享以下的數據資料：

心臟對於我們身體的存活是不可或缺的。心臟輸送血液到身體各處，使氧氣和其他養分可以送達身體所有的細胞。普通成年人的心臟大約是一個拳頭大小，每天能輸送2,000加侖（7,570公升）的血液。心臟大約每分鐘跳動70次，或每天10萬次。

- 在了解心臟的重要特性後，你願意做什麼來保持心臟的健康?

在白板上寫出下列參考經文：*希拉曼書6：17，21，26，28-31*。指出這每一節參考經文，都使用了心這個字，指的是我們的靈性之心。給學生一些時間來研讀這些經文，並沉思以下幾個問題。（爲了節省時間，在上課前把這些問題寫在白板上，或作成講義，讓學生在研讀白板上所列的經文時可以參考。）

你認爲撒但爲何對神兒女的心這麼感興趣?

尼腓人做了什麼，而使得撒但緊緊抓住了他們的心?（見希拉曼書6：17。）

一個人的心被撒但影響或控制時，會發生什麼情況?（見希拉曼書6：21，28，30-31。）

邀請幾位學生回答這些問題。請一位學生讀出以下十二使徒定額組培道．潘會長所說的話。請全班仔細聽，找出撒但會用哪些方法試圖在我們心中種下誘惑。

「會有僞裝的啓示、來自魔鬼的提示和誘惑！只要你們活著，魔鬼都會設法誘你離開正道。……

「如果你收到提示，要你做一些你感覺不自在的事，或心智上知道是錯誤，而且與正義原則相違背的事，絕對不要有所回應！」（「個人的啓示：恩賜、考驗及應許」，1995年1月，*聖徒之聲*，第66-67頁。）

把*聽信*和*屈服*誘惑添加到白板下半部所列的事情上。請幾個學生輪流讀出希拉曼書6：20-21，37-38。請全班跟著閱讀，找出拉曼人和尼腓人對甘大安敦盜匪的影響各有何不同反應。

告訴學生，摩爾門記載了尼腓人和拉曼人所發生的事情後，也指出了我們可以從他們的經驗中學到的教訓。將以下不完整的句子寫在黑板上：

尼腓人失去了聖靈，因爲……

主將祂的靈傾注在拉曼人身上，因爲……

請學生閱讀希拉曼書6：34-36，找出能幫助他們完成白板上句子的資料。

- 根據你所讀的這些經文，你會如何完成白板上的句子?（你可以用學生們所作的回答來完成白板上的句子。）
- 這些經文教導，我們可以做什麼來擁有聖靈同在?（雖然學生可能會提供幾種不同的答案，要確定他們表達出，**只要我們相信和服從主的話語，祂會將祂的靈傾注在我們身上**。學生也應該表達出，**如果我們讓撒但緊抓住我們的心，主的靈就會退出**。）

引導學生注意他們寫在白板上的箭頭上方和下方的事。指出在白板上半部的行爲和態度，代表願意相信和服從主的話，而在白板下半部的行爲和態度，則代表邪惡和心地頑硬。

- 你目前在做哪些事來主動邀請聖靈的影響進入你的生活，並使你的心遠離撒但的影響?

- 你曾因爲做了白板上半部所列的某一項行動，而怎樣邀請聖靈進入你的生活中?（你也可以請學生思考，他們是否曾做過白板下半部所列的任何行爲或態度，並思考那項行爲或態度如何使得聖靈在他們生活中的影響減少。）

請學生在筆記本或經文研讀日記寫出他們會做的一件事，來邀請主的靈進入他們的生活中。鼓勵他們追蹤自己達成目標的情形。

希拉曼書第7章

尼腓向邪惡的尼腓人傳教，並命令他們悔改

針對以下的每個問題，請學生利用自己的經文，儘快找到答案。指示他們在找到答案時站起來。請第一位站起來的人回答每個問題。然後請學生們坐下來，接著你讀出下一個問題。

- 根據希拉曼書7：1，從北部地方返回的那位先知叫什麼名字?
- 希拉曼書7：2裡的哪句話，描述了尼腓教導北部地方人們什麼事情?
- 根據希拉曼書7：3，尼腓爲何離開北部地方?
- 根據希拉曼書7：4，尼腓回到柴雷罕拉時，哪些人佔據了審判席?

請一位學生讀出希拉曼書7：5，並請全班找出甘大安敦盜匪怎樣統治人民。

概述希拉曼書7：6-12，說明尼腓看到他人民的狀態時，「他的心因滿腔悲傷而腫脹」（希拉曼書7：6）。他到他園內的一座塔樓上祈禱，爲人民的邪惡而悲傷。當人們聽到他的祈禱和悲慟，許多人聚在一起，想了解他爲何如此難過。他利用這個機會教導他們。

請學生默讀希拉曼書7：15-16。

- 尼腓爲何說這人民「應該驚訝」?
- 撒但千方百計想做什麼?

請學生停下來想一想尼腓所使用的景象。撒但掌握人們的心之後，他的目的是要把他們的靈魂扔到永恆的悲慘中。

- 你認爲尼腓爲何告誡人們要提防撒但的意圖?尼腓希望他們能夠避免什麼?

請幾位學生輪流讀出希拉曼書7：17-22，26-28。請全班一半的人，找出尼腓人所犯的罪，並請全班另一半的人找出尼腓警告人們，如果他們不悔改會招致什後果。

在全班前面一半的人報告他們所發現的事情時，指出那些事與白板的下半部所寫的有哪些相似之處。在全班其餘一半的人報告時，問下列問題：

- 希拉曼書7：22裡的哪句話指出，主會扣留什麼不給那些拒絕悔改的人?（不妨建議學生把經文中的這句話劃記下來。）
- 根據希拉曼書7：28，人們拒絕悔改的後果是什麼?（他們必滅亡。不妨說明就尼腓人的情況而言，他們拒絕悔改意謂著他們會在身體和靈性上滅亡）。

在白板上寫出以下眞理：*如果我們拒絕悔改我們的罪，我們會失去主的保護和永生的祝福*。

爲了幫助學生了解這項原則，請他們說明下列情況裡的人可能會有什麼後果：（1）某位男青年沉迷於色情，拒絕悔改；（2）某位女青年的第一優先是變得有名和受歡迎，儘管那與她父母所教導的有所不同；（3）某位男青年雖然已聽到先知教導要查考經文和祈禱，但是仍不肯去做。

請學生思考他們可能需要在哪些方面悔改。鼓勵他們悔改，使他們在生活中能一直有主的力量和保護。

第110課

希拉曼書第8～9章

導言

在尼腓宣告人們必須悔改，否則會滅亡之後，腐敗的法官煽動許多人反對他。有些人勇敢地為尼腓辯護。尼腓教導，凡拒絕他見證的人，也拒絕了在他之前的眾先知，眾先知為耶穌基督作見證。尼腓為了證明他是一位先知，透露首席法官已被人謀殺。尼腓的話獲得證實後，有些人接受他為先知。

教學建議

希拉曼書8：1-10

腐敗的法官企圖煽動人們反對尼腓

- 有哪些影響力試圖說服你不要相信先知的話？

在學生討論這個問題時，請一位學生把他們的回答寫在白板上。請學生從希拉曼書第8章中尋求見解，以明白當他們面臨類似他們所讀到的那些影響時，應當怎麼做。

提醒學生，尼腓勇敢地向他的人民宣講悔改的信息（見希拉曼書第7章）。請幾位學生輪流讀出希拉曼書8：1-6。請全班跟著閱讀，找出法官對尼腓的教導有何反應。不妨指出，有些法官屬於甘大安敦祕密幫派。

- 這些法官給人們的信息是什麼？（他們試圖說服人們對尼腓感到氣憤。）
- 根據希拉曼書8：4，爲什麼法官沒有懲罰尼腓？

請學生想一想，如果有人試圖說服他們不要理會先知的話，他們會怎麼做。

告訴學生，有些人出言反對法官的想法。請一位學生讀出希拉曼書8：7-9。指出我們可以像那群人中的一些人那樣，**提高我們的聲音支持先知，即使這麼做並不受人歡迎。**

- 在你的生活中，你曾在哪些時候提高自己的聲音支持活著的先知，即使先知的教導一直不受人歡迎？這麼做讓你的生活產生了什麼改變？這麼做對別人產生了什麼影響？

請學生默讀希拉曼書8：10，找出這些人的話如何使得情況扭轉。

- 當一些人支持先知時，會帶來什麼影響？你認爲，爲何我們在今日做到這一點是很重要的？

請一位學生讀出以下十二使徒定額組羅素·培勒長老的話：

「我們必須謹記艾德蒙·布克的這句話：『好人不聞不問，惡人就爲所欲爲。』〔Attributed in John Bartlett, comp., *Familiar Quotations,* 15th ed. (1980), ix〕我們必須與世界各地的憂心之士一同提高聲音，反對目前的潮流。我們必須對贊助那些令人作嘔的媒體贊助商說，我們已經受夠了，我們必須支持積極正面、激勵人心的節目與產品。讓我們跟那些與我們有著相同憂慮的街坊鄰居或朋友攜手努力，將信息明確的信函寄給那些負責人」（「讓世人聽見我們的聲音」，2003年11月，*利阿賀拿*，第18頁）。

- 我們要如何抗拒那些試圖說服我們反對先知話語的影響力？
- 有哪些適當的方法能勇敢直言，反對邪惡的影響，以及支持先知的話語？

請學生講述他們或他們所認識的人曾在何時挺身而出，反對這類影響。

給學生一些時間思考

提出經過審慎構想、能激發思考的問題。有些問題可能需要學生花時間去思考，才能作答。遇到在這種情況，你可以說：「請花一分鐘時間想想你們的答案，然後我會請你們回答。」

希拉曼書8：11-24

尼腓教導，衆先知都為耶穌基督作見證

請一位學生讀出希拉曼書8：13。請全班跟著閱讀，找出尼腓說人民否認什麼。向學生展示摩西和銅蛇的圖片（62202；福音畫冊〔2009〕，編號16）。請他們閱讀希拉曼書8：14-15，並找出摩西教導哪些關於救主的事。

- 一個人可以用哪些方式「懷著信心仰望神子」？
- 若要懷有希拉曼書8：15所述的「痛悔的靈」，就要謙卑、悔改和願意接受主的旨意。爲什麼在我們仰望救主時，懷著這樣的態度是很重要的？
- 了解救主的使命，如何能幫助我們抗拒邪惡？

請學生用自己的話重述希拉曼書8：15裡的教導。例如，他們可能會說**如果我們專心仰望耶穌基督和運用對祂的信心，我們會獲得永生。**

請一位學生讀出希拉曼書8：16。請全班跟著閱讀，找出還有哪些人也曾教導希拉曼書8：15裡所傳達的信息。然後請學生從希拉曼書8：17-22裡很快地找出，爲基督作見證的其他先知的名字。請學生沉思他們所讀到或聽到，古代和近代先知爲耶穌基督所作的許多見證。

說明很多人拒絕了尼腓和他的信息。請學生閱讀希拉曼書8：24-26，找出尼腓人因爲拒絕先知的見證而面臨什麼樣的後果。

- 你認爲那些一直否認眞理和反抗神的人，爲何會面臨如此嚴重的後果？
- 先知的信息曾如何幫助你轉向主？

請學生想一想，他們如何改善他們在轉向救主這件事情上所作的努力。鼓勵他們專注採用一項方法，使他們在下一週有所進步。

希拉曼書8：25～9：41

尼腓透露首席法官已遭謀殺

概述希拉曼書8：25-28，說明尼腓透露首席法官已遭謀殺，來證明這人民處在罪惡的狀態以及尼腓在宣講神的話。將全班分成兩人一組。請每一組同伴團想像他們是偵探，正在調查是誰謀殺了首席法官。將下列問題寫在白板上，或印成講義分給各組：

第一天的調查：

1. 有五個人調查尼腓所說的事情，他們發現了什麼？他們爲何倒在地上？（見希拉曼書9：1-5）

2. 人民懷疑誰是兇手？（見希拉曼書9：7-9）

第二天的調查：

3. 誰被釋放？（見希拉曼書9：10-13，18）

4. 誰遭到指控？（見希拉曼書9：16-17，19）

5. 尼腓還提供了其他哪些資訊？（見希拉曼書9：25-36）

6. 誰是兇手？（見希拉曼書9：37-38）

請各組找出問題1和問題2的答案。給他們足夠的時間，然後問：

- 那五個人發現首席法官被人謀殺時，他們相信了什麼事？他們害怕什麼？（見希拉曼書9：5）

請各組回答其餘的問題，來完成他們的調查。然後問：

- 根據尼腓所說的，西安德在承認自己的罪行後會說什麼？（見希拉曼書9：36）
- 根據希拉曼書9：39-41，爲什麼有些人相信尼腓？

請學生摘要說明他們從希拉曼書第9章所學到的關於先知的話。學生可能會表達許多不同的想法，但是要確定他們找出以下這項原則：**先知說的話必會應驗**。爲了加強對這項眞理的認識，你可以請學生閱讀教義和聖約1：37-38。

- 哪些經驗曾經增強你的見證，讓你知道今日在世上有眞正的先知？

在結束課程時，見證先知說的話必會應驗。

注釋及背景資料

希拉曼書8：14-15。「銅蛇」

尼腓談到摩西舉起「銅蛇」時，他指的是以色列人被「火蛇」困擾的一段時期（見民數記21：6-9）。以色列人遭致這項災禍，是因為他們怨讟神和祂的先知（見民數記21：5）。仰望這銅蛇的人都被治癒，選擇不仰望這銅蛇的人都死了（見民數記21：9，尼腓一書17：41）。

尼腓時代的許多人和那些以色列人一樣，反對神和祂的先知。尼腓提到有關銅蛇的記載時，強調他的人民要「用信心仰望神的兒子」而活（希拉曼書8：15；亦見約翰福音3：14-15，在這段經文裡，耶穌基督談到銅蛇是象徵祂將被釘十字架）。尼腓接著提醒人民記得，所有的先知都曾為基督作見證（見希拉曼書8：16-23）。

補充教學建議

希拉曼書第7～9章播放影片

你可能想要播放「驕傲的循環」這段影片，而不使用本課的調查活動；這段影片描述希拉曼書7～9章和希拉曼書第10章前幾節裡的記載。這部影片可在摩爾門經DVD講介1-19（54011）和LDS.org上找到。

自修班課程

希拉曼書第1～9章（第22單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下針對學生在研讀希拉曼書1～9章（第22單元）時學到的教義和原則所作的摘要，你在上課時並不需要全部都教導。上課時只需要專注於其中一些教義和原則。在考慮學生的需求時，要跟隨聖靈的提示。

第1天（希拉曼書第1～2章）

學生在研讀尼腓人當中的政治分歧和謀殺，和拉曼人佔領柴雷罕拉時，他們會學到紛爭會造成分裂，使我們容易受到敵人的影響。他們也會學到，祕密幫派會導致社會的滅亡。

第2天（希拉曼書第3～4章）

學生在研讀尼腓人中相信救主的謙卑信徒如何忍受許多迫害時，會學到儘管遇到迫害和考驗，只要我們謙卑地呼求神，並使我們的心順從祂，我們對基督耶穌的信心就會增加。學生在研讀尼腓人日益驕傲如何使得拉曼人獲得尼腓人的一半土地時，會學到驕傲和邪惡會讓我們與主的靈隔絕，使我們只能依靠自己的力量。

第3天（希拉曼書第5章）

學生在研讀希拉曼給他的兒子尼腓和李海的勸告時，會學到如果我們把根基建立在耶穌基督上，撒但就沒有力量勝過我們。經由神的能力和尼腓及李海的信心與傳教工作，許多拉曼人悔改了。學生會學到，當我們運用對耶穌基督的信心，悔改我們的罪，聖靈會使我們的心充滿平安和喜樂。

第4天（希拉曼書第6～9章）

學生會學到，只要我們相信和服從主的話，祂會將祂的靈傾注於我們身上。尼腓警告邪惡的尼腓人關於他們邪惡的後果，並強調如果我們拒絕悔改我們的罪，我們會失去主的保護和永生的祝福。有些人在聽了尼腓所說的話後，挺身而出支持他。學生會學到，如果我們抗拒邪惡，就能防止它蔓延。尼腓提醒人們，許多先知曾為救主作見證，並教導如果我們專心仰望耶穌基督和運用對祂的信心，我們會獲得永生。從希拉曼書第7～9章所記載的尼腓的教導，學生會學到先知說的話必會應驗。

導言

紛爭和邪惡日益增多，希拉曼教導他的兒子要以耶穌基督作為他們信心的根基。尼腓教導要悔改和聆聽主先知的話語，這些事情對於人們的幸福是至關重要的。

教學建議

希拉曼書第1～5章

尼腓人因紛爭和邪惡而戰敗；許多拉曼人因尼腓和李海的傳道而歸信

請學生思考為什麼有些建築物能屹立很長一段時間，而其他建築物則倒塌傾毀。然後問：建築物有穩固的根基為何很重要？

請一位學生讀出希拉曼書5：12。由於這是一節精通經文，請一些學生試著背誦出來。鼓勵他們試試看，即使他們可能無法完全記住。然後問下列問題：

- 如果我們把生活的根基建立在耶穌基督上，這節經文提供了什麼應許？（學生的回答應當表達出，**如果我們把根基建立在耶穌基督上，撒但就沒有力量勝過我們**。）
- 你做了什麼來把自己生活的根基建立在耶穌基督上？

請學生講述，他們對救主的見證曾在哪些時候幫助他們抗拒誘惑或承受考驗。分享你的見證：你因為把生活的根基建立在耶穌基督上而獲得靈性力量。鼓勵學生想出一種或多種方式，讓他們把自己的生活更穩固地建立在基督這塊磐石上。

希拉曼書第6～7章

拉曼人變得更正義，而尼腓人則變得更邪惡；尼腓向邪惡的尼腓人傳教，命令他們悔改

提醒學生，當許多拉曼人悔改並在福音中日益茁壯時，尼腓人則處在邪惡中，聖靈從他們當中退出。請學生想一想他們曾在什麼時候，由於自己所作的決定而感覺到聖靈退出。

說明尼腓看到他人民的狀態時，「他的心因滿腔悲傷而腫脹」（希拉曼書7：6）。他到他園內的一座塔樓上祈禱，為人民的邪惡而悲傷。許多人在他周圍聚攏，尼腓利用這個機會教導他們。

請一位學生來到全班前面，代表在塔樓上的尼腓。請這名學生讀出希拉曼書7：15-22，26-28，全班其餘的人跟著閱讀。在這名學生朗讀之前，把全班分成兩半。請全班一半的人找出尼腓人所犯的罪，並請全班另一半的人找出尼腓警告人們，如果不悔改會招致什後果。然後請學生報告他們所發現的事情。

在學生回答之後，邀請他們說出我們可以從這段記載學到哪些原則。學生可以分享許多不同的原則，但是他們應當表達出，**如果我們拒絕悔改我們的罪，我們會失去主的保護和永生的祝福**。

為了幫助學生了解這項原則，邀請他們說明在下列情況裡的人可能會有什麼後果：（1）某位男青年拒絕悔改對色情的沉迷。（2）某位女青年的第一優先是變得有名和受人歡迎，儘管那與她父母所教導的事情有所不同。（3）某位男青年雖然已聽到先知教導要查考經文和祈禱，但是仍不肯去做。

請學生思考他們可能需要在哪些方面悔改，使他們在生活中能更充分地有主的力量。

希拉曼書第8章

尼腓教導，眾先知都為耶穌基督作見證

把接受和否認這兩個詞彙寫在白板上。請學生解釋這兩個詞彙的區別。邀請一位學生讀出希拉曼書8：13，請全班跟著閱讀，找出尼腓說人民否認什麼。你可以鼓勵學生把他們發現到的事劃記下來。

向學生展示摩西和銅蛇的圖片（62202；福音畫冊〔2009〕，編號16）。邀請他們閱讀希拉曼書8：14-15，並找出摩西教導了哪些關於救主的事。請他們報告所學到的事情。然後問：

- 一個人可以用哪些方式懷著信心仰望救主？
- 懷有「痛悔的靈」是指什麼意思？（謙卑、悔改和願意接受主的旨意。）為什麼在我們仰望救主時，懷著這樣的態度是很重要的？
- 了解救主的贖罪會怎樣幫助我們抗拒邪惡，並悔改我們的罪？

請學生說出我們可以從這幾節經文中學到的某項原則。雖然學生可能用不同的話來說，但要確定他們表達出，**只要我們專心仰望耶穌基督和運用對祂的信心，我們必獲得永生**。

請一位學生讀出希拉曼書8：16，並請全班找出還有誰曾教導有關救主的使命。請學生從希拉曼書8：17-22裡很快地找出，為基督作見證的其他先知的名字。請學生思考古代和現代的先知怎樣為救主的使命和贖罪犧牲作見證。

請學生分享自己的見證，說明救主的贖罪對他們的生活有何意義。你也可以分享自己的見證。

下個單元（希拉曼書第10～16章）

請學生想像主已應許他們，祂會做他們要求祂的任何事情。由於尼腓極為忠信，主賜給他這項應許，並賜給他印證能力。鼓勵學生在這一週研讀希拉曼書第10～11章，找出尼腓用哪些方式運用神賜給他的能力，來幫助他的人民。並請他們在研讀希拉曼書第13～16章中拉曼人撒母耳的預言時，看看他們可以找出多少個有關耶穌基督誕生和死亡的徵兆。

第111課

希拉曼書第10章

導言

尼腓所得到有關謀殺者的啓示獲得證實後，找出誰謀殺首席法官的審判案件便結束了。尼腓擺脫了一直把矛頭指向他的不實指控，開始走回家。他沉思主向他顯明的事，他因人民的邪惡而感到十分沮喪。在這樣的沉思和難過的時刻，他聽到主的聲音。主賜給他印證的能力，並命令他繼續向這人民宣講悔改。尼腓立即服從了主的命令。

教學建議

希拉曼書10：1-11

尼腓獲得印證能力

提醒學生，希拉曼書第8～9章記載，尼腓得到首席法官被謀殺的啓示。請學生想像自己處在尼腓透露了是誰殺害首席法官之後的情況中。

- 你有何感受？你希望別人作何回應？
- 你會想要對人們說什麼？
- 如果人們忽視你，對你置之不理，你會有何感受？

說明尼腓在首席法官的謀殺案中無罪獲釋後，開始走回家去。請一位學生讀出希拉曼書10：1-3，請全班找出尼腓在走回家時做了什麼。不妨建議學生把這幾節經文裡的沉思一詞劃記下來。

- 尼腓爲何感到「十分沮喪」？
- 尼腓在沉思時，發生了什麼事情？（主的聲音臨到他。）沉思與獲得啓示之間有何關聯？

在學生回答時，幫助他們找出以下的原則：**沉思主的事能幫助我們準備好獲得啓示**。你可以把這項原則寫在白板上。

問學生，他們是否能想到經文或教會歷史上有哪些記載，記錄了人們在沉思主的事時得到啓示。（例子包括李海的兒子尼腓，他在渴望看見他父親所看到的事情並「在心中沉思」後，獲得異象〔見尼腓一書10：17；11：1〕，約瑟·斯密在「一再思考」聖經雅各書1：5後，獲得第一次異象〔見約瑟·斯密——歷史1：11-17〕；約瑟F.·斯密，在沉思和思量主的話語後，獲得救贖死者的異象〔見教約138：1-6，11〕。）

- 沉思曾如何幫助你獲得個人啓示？（不妨說明，獲得個人啓示通常不像經文中的某些例子那麼戲劇化。獲得啓示的經驗通常是頓悟的時刻，例如我們突然明白自己一直想要獲得解答的某件事。）
- 哪些時刻或情況特別適合沉思主的事？（這類時刻的例子包括聖餐聚會時或之後、個人祈禱和研讀經文前後、觀看或聆聽總會大會後、禁食時、在聖殿中服務時，以及在安息日崇拜主時。）

鼓勵學生撥出時間定期沉思。建議他們在沉思時，把他們得到的靈感寫下來。

爲了幫助學生繼續學習有關尼腓的經驗，邀請他們想像他們的鄰居即將離開家一段時間，需要有人看顧他們的家和財產的情景。

教室環境

理想的福音學習場所會滋養出愛、尊重、虔敬和平安的感受。那是一個有秩序的地方，能幫助人們感受到明確的目標。培道·潘會長教導：「在安詳的環境裡比較容易得到靈感」，他還說：「虔敬能帶來啓示」（「虔敬帶來啓示」，1992年1月，*聖徒之聲*，第21，22頁）。

- 你認爲你的鄰居會想要找什麼樣的人來看顧他們的家?
- 你會如何告訴你的鄰居，你已經準備好被交託這樣的責任?

請學生默讀希拉曼書10：4-5，找出主爲何把偉大的祝福和責任交託給尼腓。（你可能需要說明毫不厭倦的意思是孜孜不倦或非常勤奮。）請學生報告他們所發現的事情。

- 毫不厭倦地服務一事，爲何能顯示主可以把祝福和責任交託給我們?
- 尼腓不畏懼世人的榜樣，如何能幫助我們準備好負起在主國度中的責任?
- 「你……不求保全自己的性命」這句話對你有何意義?

在白板上寫出下列這些話：*當我們____，主會把祝福和責任交託給我們*。請學生根據他們從希拉曼書10：4-5所學到關於尼腓的事，來完成這個句子。學生可以完成這個句子的一個方式如下：**當我們把主的旨意放在自己的意願之前，主會把祝福和責任交託給我們**。不妨請學生把這項眞理寫在筆記本或經文研讀日記裡。

請學生沉思下列問題，並針對其中一個問題寫下答案：

- 你最近在生活中做了哪些事情，向主表明祂的旨意比你自己的意願更重要?
- 你可以在生活中的哪個方面更加尋求主的旨意?

見證只要我們尋求主的旨意並遵守祂的誡命，主樂意把更大、更多的祝福交託給我們。

請學生默讀希拉曼書10：5-7，找出主給予尼腓哪些祝福和責任。在學生閱讀時，把以下內容寫在白板上：

第5節

第6節

第7節

請幾位學生在白板上相對應經文的節次旁，寫出主賜給尼腓的祝福。

強調主賜給尼腓的其中一項祝福是印證能力。將以下這項眞理寫在白板上：*印證的能力能使人在地上和在天上結合在一起或解開*。不妨建議學生把這項眞理寫在自己經文中的希拉曼書10：7旁邊。

問學生，除了希拉曼以外，他們是否知道還有哪些人被賜予印證能力。在學生回答後，你可以請他們將希拉曼書10：7與下列經文作交互參照：列王紀上17：1（以來加）；馬太福音16：15-19（彼得）；教義和聖約132：46（約瑟．斯密）。

說明耶穌基督後期聖徒教會的總會會長今日持有此相同能力的權鑰。本教會的總會會長和尼腓一樣，毫不厭倦地服務，並顯明主可以把極大的祝福和責任交託給他們。我們最常提到的印證能力，是關於透過聖殿教儀所做的家庭印證。

爲了幫助學生更了解印證能力，請一位學生讀出以下十二使徒定額組羅素·納爾遜長老的話：

「聖殿、教儀、聖約、恩道門和印證，都已經復興了，正如預言所說的一樣，絲毫不差。聖殿教儀讓我們有機會與主和諧，讓家人永恆印證在一起。服從在聖殿裡訂立的神聖聖約，能使我們有資格獲得永生——這是神給人的一切恩賜中最大的」（「爲聖殿的祝福作準備」，2010年10月，利阿賀拿，第42頁）。

- 了解家人可以永遠結合在一起，使你在哪些方面獲得了祝福?
- 你要如何尋求在將來獲得印證能力的各項祝福?（答案可能包括，學生可以爲聖殿婚姻作準備，以及他們現在可以做聖殿及家譜事工，好讓他們可以印證給已逝的祖先。）

分享你對印證能力所帶來的祝福，以及在聖殿內接受印證教儀的重要有何感覺。

希拉曼書10：12-19

尼腓服從主的命令，向人們宣講悔改

問學生是否曾經拖延他們被要求去做的事情。（例子可能包括拖延做家事、學校功課或職場上的工作。）

- 當我們拖延別人要求我們去做的事情時，可能傳達給別人什麼樣的信息?

請一位學生讀出希拉曼書10：11-12。請全班跟著閱讀，找出當主命令尼腓去向人們宣講悔改時，尼腓怎樣回應。

- 當我們迅於聽從主的勸告和誡命時，我們向主顯示出什麼?

請一位學生讀出希拉曼書10：13-14。然後請另一名學生讀出希拉曼書10：15-17。

- 尼腓在這幾節經文中的榜樣教導了我們什麼?
- 主如何幫助了尼腓?

幫助學生了解，由於尼腓的忠信，主保護他並賜給他極大的能力。尼腓決心去完成主交給他的使命。

- 你要如何顯示出你事奉主的決心?

鼓勵學生找出方法把神的旨意放在自己的意願之前，並迅速服從。爲服從主所帶來的祝福作見證。

複習精通經文

本課的長度可以有時間進行下列複習精通經文的活動。

指派每個學生默讀下列其中一節精通經文：尼腓一書3：7；尼腓二書2：27；尼腓二書31：19-20；摩賽亞書2：17。請學生閱讀被指派的章節，並思考如何將該節經文運用在希拉曼書第10章所記載的尼腓和他的傳道工作。在給予充分的時間後，請幾位學生回答。

第112課

希拉曼書第11～12章

導言

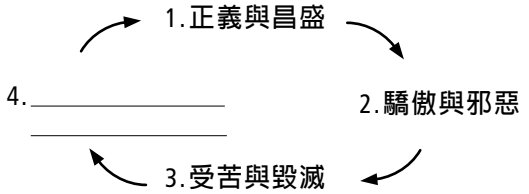
希拉曼書第11和12章涵蓋了尼腓人14年的歷史，這段歷史記載了這人民經歷正義與邪惡的循環。這段歷史顯示出人們多麼迅於忘記主，以及主如何懲戒他們來幫助他們悔改、轉向祂。

教學建議

希拉曼書第11章

尼腓人經歷了正義與邪惡的循環

將下列圖表畫在白板上：說明這張圖表代表了所謂的驕傲的循環。



請學生想一想他們會寫什麼作爲這循環的第四個要素。讓學生們討論可能的答案。經過討論後，在圖表數字4的旁邊寫上謙卑與悔改。說明以下的經文活動會顯示出，摩爾門經的人民怎樣經歷這種循環。指出這種循環在大型社會中很常見，但是它也能反映家庭和個人生活的模式。

提醒學生，即使尼腓告訴人們他們的首席法官已死，「他們仍硬起心來，不聽主的話」（希拉曼書10：13）。在法官統治的第71年結束時，人民「彼此分裂，開始用刀劍互相殘殺」（希拉曼書10：18）。

- 在這段時期，你認爲這些尼腓人處在驕傲的循環中的那個階段？

上課之前，將下列圖表寫在白板上：不要把第三欄和第四欄的答案寫上去。如果可能，將此表作成一張講義發給每位學生。如果無法做到，就請他們把此表抄在筆記本或經文研讀日記裡。

藉由帶領全班一起畫第一條線，來示範要如何完成這份圖表。請一位學生讀出希拉曼書11：1-2。請全班針對這幾節經文所述，簡要說明這人民的情況。將他們的回答寫在此表上。然後請學生找出這人民處在該循環的哪個或哪些階段。將他們的回答寫在圖表上。

在學生了解要如何完成此表後，給他們時間去做。你可以請他們單獨、兩人一組或幾個人一組，或全班一起進行。

示範經文活動

在你準備請學生完成某項經文活動時，要判斷該項活動的難易度和學生的能力。在某些情況，你可能想要示範該項活動的某個部分，好讓學生可以看到他們需要做什麼，使自己可以獨力完成被指派的工作。

法官統治的年份	希拉曼書第11章的節次	人民情況的描述	在該循環的階段
72-73	1-2	*紛爭和戰爭增加，盜匪的祕密幫派從事毀滅的工作。*	2，3
73-75	3-6	*由於尼腓請求主以飢荒代替戰爭，數以千計的人開始因飢餓而死亡。*	2，3
75	7-11	*人們開始記起主、謙抑自己，掃蕩他們之中的甘大安敦幫派。*	3，4
76	17-20	*人們快樂而讚頌神。他們變得正義，開始再度昌盛。*	4，1
77-79	21-23	*恢復昌盛與和平。有些小紛爭，都透過啓示和福音教導解決了。*	1
80	24-26	*人民再次變得驕傲、憤怒和邪惡。一幫邪惡的盜匪再度在人民中形成，從事謀殺和祕密計畫。*	2，3
80-81	27-35	*盜匪造成大騷動和滅亡，尼腓人和拉曼人的軍隊無法消滅這個邪惡的幫派。盜匪殺害許多人，並將一些人擄往曠野，其中包括婦女和小孩。這些考驗喚醒人們記起主。*	3，4

給學生時間來完成此表，然後請他們報告從這項活動中學到了什麼。接著問下列問題：

- 根據希拉曼書11：4，尼腓爲何祈求飢荒?（他希望飢荒會喚醒人們記起主並悔改。）
- 人們可以做什麼來避免此循環中「苦難和滅亡」的階段?

學生可能會針對這個問題提出許多良好的回答。要確定他們找出以下的原則：**透過謙卑和悔改，我們可以避免驕傲和滅亡。**指出尼腓人原本可以跳脫此循環的第二和第三個階段。他們原本可以過正義的生活，一直保持謙卑，在犯罪後不拖延悔改。如果他們過這樣的生活，他們仍會遇到一些考驗，但是他們就不必承擔他們的邪惡所帶來的可怕痛苦和滅亡。

請一位學生讀出希拉曼書11：36-37。請全班跟著閱讀，聆聽在這段短時期內所發生的變化。

- 尼腓人在記起主後，過了多久的時間他們「毀滅的時機又要成熟了」?（四年。）
- 希拉曼書第11章結尾所描述的是這驕傲的循環的哪個階段?

請學生找出並思考他們曾在什麼時候，看到這個循環在某種程度上反映在自己或他們所認識之人的生活中?請他們思考他們可以做什麼，來避免這個循環的第二和第三個階段。鼓勵他們在思考時，寫下他們得到的具體想法。

希拉曼書第12章

摩爾門說明主懲戒人民的原因

在白板上寫出下列這句話：*「由此可以看出……」*。說明摩爾門用這句話來指出，能從他寫下的這些記載中學到的教訓。

- 根據希拉曼書第11章，你會如何完成這句話？

請一位學生讀出希拉曼書12：1，請全班找出摩爾門如何完成這句話。

- 你認爲「人類兒女的心虛僞不定」這句話是指什麼？
- 什麼會幫助你堅定不移地保持對主的奉獻熱忱？

請學生默讀希拉曼書12：2-3，找出摩爾門希望我們從尼腓人的這段歷史中學到其他哪些教訓。提醒學生，當摩爾門分享一些我們可以從經文記載學到的眞理時，他經常使用「我們可以知道」（第2節）和「由此可知」（第3節）等字句。

- 用你自己的話說明，摩爾門希望我們學到哪些教訓？（學生可能會提出以下這類回答：**如果我們不謹愼，我們的昌盛可能會使我們忘記主；主懲戒祂的人民，來激起他們記得祂。**）
- 你覺得爲何人們在昌盛時，有時候會忘記主？
- 你覺得爲何人們有時需要被懲戒才會記起主？（你可能需要解釋，懲戒一詞是指經由某種程度的懲罰或苦難來糾正一個人。）

請學生思考下列問題：

- 今日主可能會用哪些方式來管教我們？

爲了幫助學生回答這個問題，讀出以下十二使徒定額組陶德．克理斯多長老的話：

「神的管教至少有三個目的：（1）勸服我們悔改，（2）淬鍊和聖化我們，（3）有時候是要修正我們的人生方向，引導我們到那條神知道是更好的路上」（「凡我所疼愛的，我就責備管教他」，2011年5月，利阿賀拿，第98頁）。

- 主的管教爲何能證明祂的愛？

請一位學生讀出希拉曼書12：4-6。請全班跟著閱讀，找出哪些態度會使人們難以記起神。請學生報告他們所發現的事情。

說明摩爾門描述，那些拒絕讓主引導他們的人「不如地上的塵土」（希拉曼書12：7）。請一位學生讀出希拉曼書12：7-8。

- 爲何這些人會被認爲「不如地上的塵土」？（幫助學生了解，摩爾門並不是在教導對天父而言這些人的價值不如地上的塵土。他是要讓人們注意到，塵土始終服從神的命令，但人們往往並非如此。）

概述希拉曼書12：9-22，說明摩爾門在這些經文中提醒我們，主可以命令元素移動或改變，也能使犯罪的人被剪除，與祂隔絕。請學生查考希拉曼書12：23-26，找出有哪些證據可以證明我們比地上的塵土更有價值。不妨建議學生把對他們很重要的字句劃記下來。

- 我們若悔改，聽從主的話，會得到什麼恩賜？
- 這如何顯明我們對神的價值？

將以下不完整的句子寫在白板上：請學生完成這些句子，寫在筆記本或經文研讀日記裡，作爲今天課程的結論。

從希拉曼書第11～12章，由此可知……
因此，我會……

見證當我們記得主、聽從祂的話並悔改時，就是表現出謙卑和對祂的信心。相對的，祂應許會祝福我們、使我們昌盛，最後賜給我們永生。

第113課

希拉曼書第13章

導言

在救主誕生的幾年前，主差遣一位名叫撒母耳的拉曼人先知向尼腓人宣講悔改。他向柴雷罕拉的尼腓人宣告，經由耶穌基督的贖罪而獲得救贖的大喜信息。他還明白指出他們拒絕先知，並以作惡來追求幸福。他警告他們若不悔改，毀滅就會臨到他們。

教學建議

希拉曼書第13章

撒母耳警告尼腓人，若不悔改就會滅亡

上課之前，準備好本課最後面的講義。你可以把講義切成三份，把給各組的指派分別寫在一張紙上。上課之前，將以下希拉曼書第13章的大綱寫在白板上：

希拉曼書13：1-4。主召喚拉曼人撒母耳向尼腓人傳道。

希拉曼書13：5-23。撒母耳警告尼腓人，他們若不悔改，毀滅必臨到他們。

希拉曼書13：24-39。撒母耳警告人們，拒絕先知和不肯悔改的後果。

在課程一開始，展示拉曼人撒母耳在城牆上的圖片（62370；福音畫冊〔2009〕，編號81）。問學生是否知道尼腓人爲何想殺死撒母耳。在學生回答後，說明希拉曼書第13～16章收錄了拉曼人先知撒母耳的記載。這份記載是獨特的，因爲這是我們在摩爾門經裡所知，拉曼人先知向尼腓人呼籲悔改的唯一一段時期。在這段時期，拉曼人比尼腓人正義。參考白板上的大綱，簡要地向學生介紹希拉曼書第13章。

將全班分成三組。（盡可能讓各組的人數相同。）發給每位學生一張給該組的指派任務（可在本課最後面找到）。告訴學生，他們每個人要研讀希拉曼書第13章的一部分，然後彼此教導所學到的事情。請每個學生準備好從他們被指派的經文中教導一些原則，並準備好回答相關問題。讓學生自行決定是否寫下他們的答案。（這項活動通常可以讓所有的學生參與，並提供安全的環境，讓學生彼此分享感覺、想法和見證。）

在學生有充分的時間作個別研讀後，把他們分成三人一組。如果可能，每個小組應該有一位學生研讀希拉曼書13：1-7，11，有一位學生研讀希拉曼書13：17-23，還有一位學生研讀希拉曼書13：24-33。讓每位學生有足夠的時間，與同組的其他人分享自己的答案。進行小組討論時，你要在教室裡四處走動，觀察學生回答的情形。適當的話，可以針對你聽到的討論內容提出見解。

在學生花時間互相教導後，邀請其中幾位與全班分享他們在這個活動中從別的學生那裡學到的某項眞理或見解。

概述希拉曼書13：9-14，說明尼腓人會在400年後滅亡（見希拉曼書13：9-10），他們那時沒有滅亡的唯一原因，是因爲還有義人住在他們當中（見希拉曼書13：13-14）。見證撒母耳蒙主差遣到尼腓人那裡，他把主放進他心中的話說出來，以邀請尼腓人悔改和歸向主（見希拉曼書13：11）。

讓學生表達他們從彼此學到的事情

透過聖靈的力量，學生說的話和表達的內容會在同儕的心思意念中留下深刻的影響。當你請他們表達他們從彼此那裡學到的眞理時，就是在幫助他們營造愛、尊重和合一的環境。

請一位學生讀出希拉曼書13：27-28。請全班跟著閱讀，找出尼腓人對假先知有何回應。

- 根據撒母耳的說法，尼腓人對教導虛假事情的人作何回應？你覺得爲何有些人接受了撒母耳的勸告，而其他人則拒絕？
- 我們在希拉曼書13：27中所讀到的這些話和態度，怎樣在我們的時代中顯而易見？

邀請一位學生讀出以下泰福・彭蓀會長的話：

「活著的先知會說出我們需要知道的事情，而不是我們想要聽到的事情，而我們會如何回應他的話，正考驗著我們的忠信」(“Fourteen Fundamentals in Following the Prophet”[BYU devotional address, Feb. 26, 1980], 3–4, speeches.byu.edu）。

- 今日某些人可能難以遵從先知的哪些忠告？
- 你曾選擇遵從先知的哪一項勸告？你曾因遵循這項忠告而蒙得哪些祝福？

請學生想出在聽從活著先知的忠告方面可以改進的一個方法，並把它寫在筆記本或經文研讀日記裡。

在學生有時間寫下來後，邀請一位學生讀出希拉曼書13：33-37。請全班跟著閱讀，找出不悔改的尼腓人最後會經歷什麼，以及他們對於自己的下場會說什麼。然後請另一名學生讀出希拉曼書13：38。請全班找出撒母耳宣告了尼腓人後來的世代的悲哀情況。

- 關於尼腓人後來的世代，撒母耳宣告了什麼悲哀的情況？
- 你覺得撒母耳說他們「受驗證的日子已經過了」時，他的意思是什麼？（尼腓人後來的世代會拖延悔改，直到他們要悔改已經太遲了。並且由於他們不悔改，他們的罪會導致他們滅亡。）
- 以「作惡追求幸福」有何錯誤？（幫助學生看出**唯有遵守神的誡命才會帶來眞正的幸福**。）
- 人們現在用哪些方式，以「作惡追求幸福」？

提醒學生回想摩爾門經中的其他記載，有些人堅持叛逆和邪惡，直到他們的心地強硬，無法感受到聖靈的影響。（例子包括拉曼和雷米爾，他們變得「麻木」〔尼腓一書17：45〕而且拒絕聽從神，以及挪亞王和他的人民，儘管先知阿賓納代提出警告，他們仍拒絕悔改。）撒母耳強調尼腓人拒絕悔改，會導致他們後來的世代滅亡。

幫助學生了解，就個人而言，選擇悔改的人會有希望。經由悔改，我們可以獲得主的寬恕和防止我們的心變得頑硬。爲了幫助學生了解我們可以經由悔改修正我們的方向，讀出以下總會會長團迪特・鄔希鐸會長的話：

「在受訓成爲機長的期間，我需要學習如何駕駛飛機長途飛行。不論是飛越浩瀚的海洋、遼闊的沙漠，還是洲際大陸，都需要仔細周詳地策劃，才能確保安全抵達預定的目的地。有些直飛的航程可以長達14個小時，飛行距離將近14,500公里。

在這樣的長途飛行中，有個關鍵性的決定點，就是眾所皆知的*平安返航點*。在飛越此點之前，飛機尚有足夠的燃料，可以平安折返出發的機場。一旦越過平安返航點，機長就別無選擇，只能繼續往前飛行。這就是爲什麼此定點常被稱爲*不歸點*。

「……撒但希望我們覺得自己犯罪後，已跨越了那『不歸點』，再也來不及改變人生的旅程。……

「……他爲了使我們喪失希望，覺得自己也像他一樣地悲慘，並相信自己罪不可赦，甚且還會曲解那些強調神之正義的經文章節來暗示毫無慈悲。……

「基督前來拯救我們。我們若是走錯了路，耶穌基督的贖罪能向我們保證，犯罪並不是無法回頭的不歸點。如果我們遵循神爲我們的救恩所定的計畫，就能平安返航」（「平安返航點」，2007年5月，利阿賀拿，第99頁）。

• 鄔希鐸會長的這番話如何能爲犯罪的人帶來希望?

鼓勵學生思考他們剛才所討論的眞理，鼓勵他們在獲得聖靈的提示時要採取行動，見證聽從主的邀請而悔改的人會獲得幸福。

注意：爲本課前面所述的三個組準備下列講義。

第1組——希拉曼書13：1-7，11

先知說出神放入他們心中的信息。

1. 你覺得哪幾節經文教導了這項眞理?
2. 神把什麼信息放入撒母耳的心中?
3. 你覺得撒母耳爲何難以傳遞這項信息?
4. 撒母耳希望他的信息對尼腓人有何影響?
5. 你覺得你的父母或教會領袖曾在何時受到啓發，給你一項信息?那項信息對你產生了什麼影響?
6. 你在這幾節經文中還找到哪些其他眞理?

第2組——希拉曼書13：17-23

我們不記念主時，很容易變得驕傲和作惡。

1. 你覺得哪幾節經文教導了這項眞理?
2. 撒母耳說如果尼腓人堅持作惡，哪些詛罰會臨到他們?
3. 尼腓人愛慕財富，導致了哪些其他罪惡?
4. 青少年可能會心思專注在哪些事情上，而導致驕傲和罪惡?
5. 你覺得「記念主你們的神賜福你們的事」爲何是非常重要的?（希拉曼書13：22）
6. 你在這幾節經文中還找到哪些其他眞理?

第3組——希拉曼書13：24-33

如果我們拒絕主的先知的話語，將會經歷後悔和悲傷。

1. 你覺得哪幾節經文教導了這項眞理?
2. 根據撒母耳所說的，尼腓人爲何拒絕眞正的先知?
3. 你覺得爲何有些人接受撒母耳所說的假先知?
4. 活著的先知和使徒教導了哪些明確的事項?
5. 活著的先知和使徒警告我們要避免哪些「愚蠢盲目的嚮導」（希拉曼書13：29）?
6. 你在這幾節經文中還找到哪些其他眞理?

第114課

希拉曼書第14章

導言

拉曼人撒母耳繼續向柴雷罕拉地的尼腓人傳道，他宣告耶穌基督誕生和死亡時的徵兆。他說明，他預言這些徵兆是要幫助人們相信耶穌基督，並勸服人們悔改他們的罪。他教導透過耶穌基督的贖罪，全人類都會被帶回到神面前。他呼籲人們悔改，並應許悔改的人所犯的罪會被寬恕，而不悔改的人會再次從神面前被剪除。

作見證

見證是對真實的事所作的簡單、直接的聲明。你要經常為耶穌基督和祂的復興福音作見證。這會邀來聖靈的影響，能夠鞏固學生努力去學習、了解和奉行福音。

教學建議

希拉曼書14：1-13

撒母耳預言救主誕生的徵兆

上課之前，在白板上畫三個箭頭如下。隨著課程的進行，你會在這些箭頭的周圍插入一些字句。

→ → →

請學生回想他們在前一課所討論的內容，是關於希拉曼書第13章。如果他們需要幫助記憶，就提醒他們學到關於一位名叫撒母耳的先知。請他們分享他們還記得哪些關於他的細節，例如他是誰、他去了哪裡、他教導了什麼，以及他所教導的人的靈性狀態。請學生回想人們對撒母耳的信息有何回應。說明希拉曼書第14章延續了撒母耳的教導。

說明撒母耳預言了未來會發生的事，其中有些發生在離柴雷罕拉數千英里遠的地方。請學生快速瀏覽希拉曼書14：1-2，並找出撒母耳預言的一個事件（耶穌基督的誕生）。

請學生默讀希拉曼書14：3-6，找出尼腓人在救主誕生時會看到哪些徵兆。不妨建議學生把經文中這些徵兆劃記下來。你可能要請學生注意這幾節經文的註腳，那些註腳指出撒母耳預言的應驗情形。

- 救主的誕生對你有什麼意義？

請一位學生讀出希拉曼書14：8-9。強調相信救主以獲得永生一事的重要性。在白板最後一個箭頭後面寫上永生。說明「永恆的生命」和「永生」的意思是一樣的。永生是過著像神一般的生活，並且永遠與家人住在神面前。撒母耳教導柴雷罕拉地的尼腓人需要做什麼，才能得到永生。

找出作者或演講者的用意

古代先知在撰寫經文時，受到靈的啓發要收錄與我們今日的需求有關的信息。教師在努力找出摩爾門經中某位作者或演講者的用意時，要當心除了內文清楚說明的事以外，不可任意穿鑿附會。教師也應該牢記，眾先知的主要動機始終都是為耶穌基督作見證。

請學生默讀希拉曼書14：11-13，找出撒母耳希望人們能知道什麼和做什麼。不妨建議學生把撒母耳希望人們知道和去做的事劃記下來。

在白板第一個箭頭的左邊，寫上知識。然後請學生報告他們發現撒母耳希望人們知道什麼。請幾位學生在白板上知識這個詞彙下面列出這些事情。（答案應當包括撒母耳希望人們知道神對犯罪者的審判、悔改的條件、耶穌基督的來臨，以及祂來臨的徵兆。）

- 撒母耳希望這些知識會促使人們去做什麼？（相信耶穌基督和悔改他們的罪。）

請學生根據希拉曼書14：13，寫出一項原則。邀請幾位學生讀出他們所寫的內容。（其中一個可能的答案可能是**相信耶穌基督會促使人悔改，並得到罪的赦免**。）

爲了幫助學生了解「靠祂的功勞」這句話的含義，說明功勞是使一個人應得到酬賞的特質或行爲。若要配得罪的赦免，我們必須做某些事情，例如眞誠地悔改、接受洗禮和證實，以及遵守誡命。然而，我們獲得寬恕這項恩賜，是因爲救主的功勞，而不是我們的功勞。不妨提醒學生尼腓二書25：23是一節精通經文：「在我們盡力而爲後，才能藉著恩典得救。」你還可以建議學生閱讀阿爾瑪書22：14和阿爾瑪書24：10-11。

在白板上完成下列圖表：

知識 ⟶ 相信基督 ⟶ 悔改 ⟶ 永生

- 獲得關於救主的知識如何幫助了你更相信祂?
- 你相信救主，這件事如何促使了你悔改和努力變得更像祂?

見證唯有藉著耶穌基督的功勞，我們才能獲得罪的赦免和永生。

希拉曼書14：14-31

撒母耳預言救主死亡的徵兆

請一位學生讀出希拉曼書14：14。然後請學生默讀希拉曼書14：20-27，找出尼腓人在耶穌基督死亡時會看到哪些徵兆。不妨建議學生把這些徵兆劃記下來。在他們有充分的時間閱讀後，請他們報告他們所發現的事情。告訴他們，這些徵兆的應驗情形都記載在尼腓三書（見希拉曼書14：20的註腳a）。

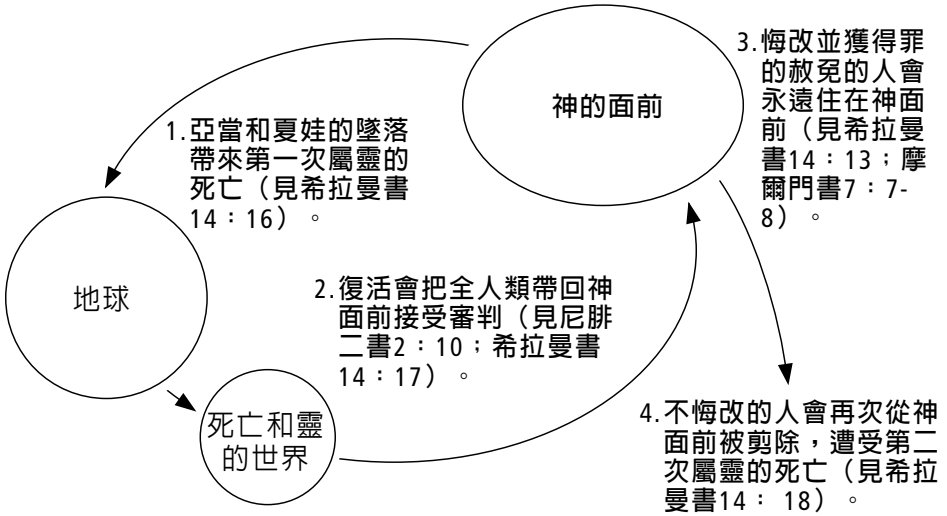
請一位學生讀出希拉曼書14：28-29。請全班跟著閱讀，找出主提供徵兆和奇蹟的原因。請幾位學生用自己的話說出這些原因。（學生可能會用不同的措辭，但是要確定他們認出以下這項眞理：**主提供徵兆和奇蹟，來幫助人們相信祂。**）

- 這項眞理能教導我們哪些關於救主第二次來臨前的徵兆?

請學生想想主已賜給他們哪些徵兆或證據，幫助他們相信祂。你可以鼓勵學生分享自己的經驗（但是要提醒他們，他們不必覺得有責任要分享太過個人或隱私的經驗）。見證主在我們的時代會提供徵兆，並差遣像撒母耳那樣的先知，來勸服人們相信祂。

注意：由於許多經文章節告誡我們不要尋求徵兆，學生對於討論徵兆可能會感到有些困惑。幫助他們了解，認出象徵神的愛的徵兆，以及爲了自私的原因而尋求徵兆，這兩者之間是有區別的（見摩爾門經雅各書7：9-14；阿爾瑪書30：43-50；教約46：9；63：7-11）。先知告誡人們不要尋求徵兆，他們指的是那些除非向他們顯神蹟，否則就拒絕相信的人，而不是指那些根據主的旨意運用信心來尋求奇蹟的人。

說明了解尼腓人所看到的關於救主死亡的徵兆固然很好，但更重要的是，要了解撒母耳所教導有關耶穌基督死亡和復活的重要意義。將下列圖表畫在白板上，但不要寫出那些編號的說明。討論希拉曼書14：15-19時，適時加上這些解釋。（不妨請學生把這份圖表畫在筆記本或經文研讀日記裡。）



說明「屬靈的死亡」這句話是指與神隔絕。請一位學生讀出希拉曼書14：15-16。

- 希拉曼書14：16所說的第一次屬靈的死亡是什麼？（你可能需要解釋，由於亞當和夏娃的墜落，使得我們與神隔絕。）

請一位學生讀出希拉曼書14：17。請全班跟著閱讀，並思考他們如何克服第一次屬靈的死亡。在白板上寫出以下的眞理：*耶穌基督把全人類從墜落中救贖出來，使我們能回到神面前*。說明全人類都會回到神面前接受審判（見尼腓二書2：10）。

請一位學生讀出希拉曼書14：18-19。

- 希拉曼書14：18-19所說的第二次屬靈的死亡是什麼？（你可能需要解釋，不悔改的人會再次從父面前被剪除。）
- 我們可以做什麼來避免撒母耳所說的第二次死亡？（可以請學生閱讀希拉曼書14：13和摩爾門書7：7-8。指出**經由耶穌基督的贖罪，悔改的人會永遠住在神面前**。）

爲了強調選擇權在我們尋求救主贖罪祝福的過程中的重要性，請學生默讀希拉曼書14：30-31。請他們找出關於自己的選擇權的字句。邀請他們分享他們找到的字句。請他們說明這些字句如何幫助他們了解他們每天所作選擇的重要性。

注釋及背景資料

希拉曼書14：18-19。神聖的悔改恩賜

十二使徒定額組陶德．克理斯多長老為悔改所帶來的喜悅作證：

「我感謝能知道並且作證：我們的主經歷了我們無法體會的痛苦、死亡和復活，『使悔改的條件生效』（希拉曼書14：18）。神聖的悔改恩賜是今生和來生獲得幸福的關鍵。我滿懷謙卑與愛，引述救主的話來邀請各位：『天國近了，你們應當悔改』（馬太福音4：17）。我知道，各位若接受這項邀請，必會在現今和永遠找到喜樂」（「神聖的悔改恩賜」，2011年11月，*利阿賀拿*，第41頁）。

第115課

希拉曼書第15～16章

導言

拉曼人撒母耳警告尼腓人，除非他們悔改，否則他們必滅亡。拉曼人已經變得比尼腓人還正義，他宣告主會延長拉曼人的日子。有些尼腓人相信撒母耳的教導，並由尼腓施洗。不相信撒母耳的人企圖殺害他。但是撒母耳受到神的大能保護，他回到自己的家鄉。

教學建議

希拉曼書第15章

撒母耳警告尼腓人，並說明拉曼人如何已成為蒙應許的民族

讀出以下的敘述：

有位男青年由不是教會成員、也不重視耶穌基督教導的父母教養長大。他們允許他喝酒，他在大學仍繼續喝酒。後來他遇到後期聖徒傳教士。與傳教士見過幾次面後，他承諾戒酒。幾天後，他與一群朋友在一起。他們拿含酒精的飲料給他喝。

另一位男青年是在後期聖徒家庭中長大。他的父母會舉行家人家庭晚會，並作家庭經文研讀。他養成了每天研讀經文和作個人祈禱的習慣。他參加過初級會，在亞倫聖職定額組服務過，並從福音進修班畢業，了解主的誡命和主的方式。他在讀大學時，結交了一些新朋友。有一天晚上，一位朋友請他喝含酒精的飲料。

- 接受這含酒精飲料對第一個或第二個男青年而言，哪一個人的違誡情況比較嚴重？爲什麼？

將以下內容寫在白板上：

尼腓人當時的靈性狀態——希拉曼書15：1-3，17

拉曼人當時的靈性狀態——希拉曼書15：4-6

請學生默讀白板上所列的經文章節。（在他們閱讀之前，不妨引導他們注意希拉曼書15：5中小心翼翼地這幾個字。小心翼翼地做事表示行動極爲謹愼。）請學生寫出兩句話，一句是概述尼腓人當時的靈性狀態，另一句是概述拉曼人當時的靈性狀態。在給予充分時間後，問學生：

- 我們在課程一開始所討論的這兩位男青年，哪一位與這些經文所描述的尼腓人相似？哪一位與拉曼人相似？
- 雖然拉曼人長久以來很邪惡，他們爲何能獲得這麼多的祝福？
- 爲何尼腓人有滅亡的危險？
- 主的管教爲何象徵祂的愛？（你可能需要解釋，懲戒一詞是指經由某種程度的懲罰或苦難來糾正一個人。）

將以下內容寫在白板上：

當人們認識眞理並相信經文，會引領他們……，帶來……

請學生默讀希拉曼書15：7，找出他們要如何完成白板上這句話。給予充分的時間後，問幾位學生他們會如何完成這句話。（例如，學生可能會說出以下這項原則：**當人們認識眞理和相信經文，會引領他們有信心並悔改，帶來心的變化。**）

請一位學生讀出希拉曼書15：8。請全班跟著閱讀，找出撒母耳怎樣描述那些體驗到內心變化的拉曼人。（他們「在信心上堅定穩固。」）

給學生時間思考，研讀經文是否已使他們對主有更大的信心。並請他們思考這是否已使他們在信心上堅定穩固。可考慮請一兩位學生說明，研讀經文如何使他們對基督耶穌有更多的信心。

請學生特別留意希拉曼書15：9-17。說明在這幾節經文中，你們指的是尼腓人，而他們指的是拉曼人。向全班讀出這幾節經文，視需要暫停一下，提供解釋或回答問題。然後給學生時間再次看這幾節經文，並寫下一句話來說明這些經文所教導的某一項眞理。

請幾位學生讀出他們所寫的內容。學生分享其他眞理時，可能會寫出這樣的句子：**如果人們在獲得了圓滿的福音後變得不信，他們會遭受更大的詛罰**。不妨建議學生把這項眞理寫在自己的經文希拉曼書15：9-17旁邊。

在學生們討論這項眞理時，強調現在就了解和奉行福音所帶來的偉大祝福。撒母耳的教導並不表示教會新成員犯罪是情有可原的，也不代表拒絕學習福音就可以逃避要負起的責任和詛罰。雖然擁有福音知識確實會使我們在做錯時要負起更大的責任，但是這也讓我們在做正確的事時，有更大的力量。我們若遵從神的旨意，並幫助別人這麼做，祂會祝福我們獲得平安和幸福，這是其他任何方式所無法得到的。

希拉曼書第16章

凡相信撒母耳的人都悔改並接受洗禮，而其他人則硬起心來

展示耶穌基督後期聖徒教會現任總會會長的圖片。請學生描述他們看到（教會內外的）人們對先知的信息有哪些不同的回應方式。

請全班一半的人默讀希拉曼書16：1-5，找出相信撒母耳信息的人所採取的行動。請全班另一半的人默讀希拉曼書16：2-3，6-7，找出不相信撒母耳信息的人所採取的行動。（不妨在白板上寫出這些參考經文。）邀請幾位學生報告他們所學到的事情。

- 你覺得爲什麼人們對先知和他們的信息有這麼多不同的回應方式？
- 你覺得爲什麼有些人在先知提出勸告，像是*鞏固青年*這本小冊子裡的話語時，會感到氣憤？

請一位學生讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「先知說出世人的罪行時，世人不但不悔改他們的罪，反而希望先知閉口，要不然就是表現得彷彿先知沒說過似的。受歡迎與否，從來不是試驗眞理的方式。許多先知不是被殺害就是被驅趕。越接近主的第二次來臨，你們就會看到世人變得越邪惡，而先知也越不受他們歡迎」（*The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], 133）。

- 有哪些例子說明人們會聽從先知的忠告，即使其他人拒絕那些忠告？

請學生把經文闔上。請一位學生翻開自己的經文並讀出希拉曼書16：13-14，而其他學生則仔細聆聽。問全班學生，他們認爲不信者對於這些徵兆和景象會作何回應。

請學生翻開自己的經文，並在你向他們讀出希拉曼書16：15-16時跟著閱讀。然後請他們假想，在這些徵兆被賜予的時候，他們有機會能跟柴雷罕拉地的人說話。請他們想一想他們要問某位相信者或不信者什麼樣的問題。在學生有時間思考問題後，請其中幾位跟全班分享他們的問題。

請學生思考以下問題，但不必出聲回答：

- 如果你在現場，親眼目睹那些徵兆和奇蹟，你覺得你會作何回應?

在學生有時間思考後，問大家：

- 根據希拉曼書16：16，爲什麼有些人拒絕相信先知預言的應驗，包括天上徵兆的應驗?

給學生幾分鐘的時間默讀希拉曼書16：17-21，找出不正義的人爲了不相信撒母耳的預言還說了哪些藉口。請幾位學生說說他們從這幾節經文中找到的藉口。

- 你認爲這些反對先知的哪個藉口或論點在我們的時代最常見?

請一位學生讀出希拉曼書16：22-23，然後請全班找出在很多人繼續忽視撒母耳的警告後，發生了什麼事。請學生報告他們所發現的事情。

- 如果我們拒絕主在後期時代的先知，會發生什麼事?

在學生回答時，強調以下這項原則：**我們若拒絕主的證人，便是容許撒但緊抓住我們的心**。（不妨把這句話寫在白板上。）

請一位學生讀出以下總會會長團亨利．艾寧會長的話，來結束今天的課程。請班上其餘的人仔細聆聽，神的忠告有許多是經由後期先知而來的，當我們拒絕來自神的忠告時，其實是在選擇什麼。

「我們不接受來自神的忠告時，並非選擇了不要受外力影響，而是選擇另一種影響。我們拒絕全知、全能慈愛天父的保護，而祂的目的就如祂愛子的一樣，是賜給我們永生、將祂的一切賜給我們，並帶我們的家庭返回神的家，回到祂愛的臂膀中。我們若拒絕祂的忠告，就是選擇了另一種力量所帶來的影響；那種影響的目的是要使我們變得悲慘，而且它的動機是仇恨。我們都擁有道德選擇權這項神的恩賜。這項權利並非是要讓我們選擇免於受到外力的影響，這項不可剝奪的權利，是讓我們將自己交託在我們所選擇順服的力量之下」（參閱「聽忠告享安全」，1997年7月，*聖徒之聲*，第29頁）。

- 根據艾寧會長所說的，如果我們拒絕神和祂先知的忠告，其實是在選擇什麼?

請學生安靜地想一想，他們是否曾經以任何方式，硬起心來反對神透過先知和使徒所給予的忠告。鼓勵他們要堅定穩固地奉行福音，並且聽從主透過祂的先知所給予的忠告。爲你們在這堂課所討論的眞理作見證。

希拉曼書複習

花一些時間來幫助學生複習希拉曼書。請他們想一想他們從這部書中學到了什麼，包括在上福音進修班和個人研讀經文時。請他們簡略地複習希拉曼書各章的摘要內容，來幫助他們記得。請幾位學生分享希拉曼書裡的哪些部分啓發、激勵了他們，或幫助他們對耶穌基督有更大的信心。在給予充分的時間後，請幾位學生分享他們的心得感想。

自修班課程

希拉曼書第10～16章（第23單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下摘述學生在研讀希拉曼書10～16章（第22單元）時所學到的教義和原則，並不是在上課時全部都要教導。上課時只需要專注於其中一些教義和原則。考慮學生的需求時，要跟隨聖靈的提示。

第1天（希拉曼書第10章）

希拉曼書第10章讓學生有機會更了解尼腓的靈性力量。學生們會透過他的榜樣學到，沉思主的事能幫助我們準備好獲得啓示。他們也會學到，當我們把主的旨意放在自己的意思之前，主會把祝福和責任交託給我們。尼腓把主的旨意放在自己的意思之前，之後主賜給他印證的能力。

第2天（希拉曼書第11～12章）

學生從研讀尼腓人14年的歷史中學到，透過謙卑和悔改，我們可以避免驕傲和滅亡。如果我們不謹慎，我們的昌盛可能會使我們忘記主。尼腓教導，為了幫助人們避免犯下這樣的錯誤，主會懲戒祂的人民，來激起他們記得祂。

第3天（希拉曼書第13～14章）

拉曼人先知撒母耳親自展現，先知會說出神放入他們心中的信息。學生在研讀這位先知的警告時會學到，如果我們拒絕主的先知的話，將會經歷後悔和悲傷。撒母耳勸誡人們要相信耶穌基督，並作見證，主會提供徵兆和奇蹟來幫助人們相信祂。

第4天（希拉曼書第15～16章）

由於主曾經賜予尼腓人極豐盛的祝福，撒母耳努力要幫助他們了解，如果他們不悔改，將會面臨神的審判。學生從這件事學到，如果人們在獲得了圓滿的福音後變得不信，必遭受更大的詛罰。學生會從尼腓人對撒母耳的反應中學到，我們若拒絕主的證人，便是容許撒但緊抓住我們的心。

導言

希拉曼書第10～16章強調了先知在宣告悔改方面所扮演的角色。學生在本週有機會研讀尼腓和拉曼人撒母耳這兩位先知的忠信表現。他們兩個人都獲得了一些屬靈的顯示，並且擁有權柄在叛逆的尼腓人當中施助。儘管人們心地頑硬，他們兩人仍宣告悔改。他們教導，奉行耶穌基督所制定的原則，而非作惡，才能得到幸福。

教學建議

希拉曼書第10～16章

希拉曼和撒母耳忠信地施助人民

問學生，他們是否曾在某個情況下支持《堅固青年小冊子》所教導的標準，而那些標準並不受到朋友歡迎。不妨邀請幾位學生分享他們的經驗，談談他們有何感想和心得。

告訴學生，希拉曼第10～16章提供了兩個人的榜樣，他們捍衛主的標準，即使那些標準並不受人歡迎。請學生想一想他們可以從尼腓和拉曼人撒母耳的榜樣中學到什麼，來幫助他們面對類似的情況。

將下表畫在白板或一張紙上：

尼腓和拉曼人撒母耳之間的相似之處		
尼腓（希拉曼書10：1-5，12，15-16）		撒母耳（希拉曼書13：1-6；16：1-2）

請學生查考此表所列的經文，找出尼腓和拉曼人撒母耳之間的相似之處。請幾位學生將這些相似點列在白板上空白的地方。列出的事項可能包括以下內容：被人民拒絕、聽到主的聲音、立即跟從主的指示；說出主將什麼放入他們心中；警告尼腓人，如果他們不悔改，必被毀滅；他們受到神的大能保護，因此能傳達祂的信息。

在學生列出他們所發現的相似之處後，請一位學生讀出希拉曼書10：4。接著問下列問題：

- 是哪些可能的原因讓尼腓毫不厭倦地工作？
- 撒母耳也如何展現出毫不厭倦的精神？我們要如何培養這種毫不厭倦的精神？

請一位學生讀出以下十二使徒定額組尼爾．麥士維長老的話，他教我們如何培養這種特質：

「若我們專注在耶穌以及祂的事工上，我們的喜樂和耐力都會增加。……尼腓並沒有自私地尋求他『自己的生命』，而是努力去遵行神的旨意。這都使得他能更加集中心力，因而毫不厭倦、勤奮地努力去做。尼腓知道他面對的是哪個方向：是神的方向」（*If Thou Endure It Well* [1996], 116）。

問：

- 根據尼爾．麥士維長老的說法，我們能做什麼來毫不厭倦地服務？
- 希拉曼書10：4裡的哪些字句顯示出，尼腓「對著神的方向」，也就是專注於遵行神的旨意？
- 希拉曼書13：3-5裡哪些字句顯示，撒母耳把神的旨意放在自己的意思之前？
- 我們可以從尼腓和撒母耳的經歷中學到哪些真理？（其中一個可能的答案可能會反映出學生在本週作個人研讀時所學到的一項真理：**當我們把主的旨意放在自己的意思之前，主會把祝福和責任交託給我們**。）

讀出以下十二使徒定額組的達林．鄔克司所講述的故事，是關於一名12歲的女孩把神的旨意放在自己的意思之前：

「我們若無法完全信賴主的旨意和時間表，就無法真正對主有信心。我們對主有這種信心和信賴時，生活中就會有真正的安全。……

「我讀過一篇文章，文章中的女青年運用了那樣的信心與信賴。她的母親罹患重病已經好幾個月。最後，忠信的父親叫孩子們到她床邊，要他們向母親告別，因為她快死了。12歲的女兒不肯，說：

「『爸爸，我不要媽媽死。我已經在醫院陪她六個月了；你一次又一次幫助她，所以她的病痛減輕了，也能安穩睡覺。我希望你再把手放在媽媽頭上，治好她。』

「這位父親就是禧伯．郭長老，他告訴孩子們，他心裡覺得他們母親的時間已到了。孩子們離去，他便跪在他妻子的床邊。後來他回憶他的禱告，說道：『我告訴主我承認，無論生與死，都操在祂手中。……不過我告訴主，我沒有力量讓我妻子的死亡不影響到我年幼子女的信心。』他懇求主讓他的女兒知道『她媽媽會死，是主的旨意。』

「一個小時之後，這位母親過世了。禧伯．郭長老將孩子們喚回房間，告訴他們這噩耗，他6歲的小兒子〔禧伯〕哭得很傷心。12歲的姊姊摟著他，說道：『小禧伯，別哭，我們一走出這房間，主的聲音就從天而降對我說，母親的死亡是主的旨意』」（Bryant S. Hinckley, *Heber J. Grant: Highlights in the Life of a Great Leader,* Salt Lake City: Deseret Book Co., 1951, pp. 243–44）。

「我們若有那位女青年所展現的那種信心與信賴，每次生活中遭逢重大事故時，就會有足夠的力量支持著我們」（參閱「對主耶穌基督的信心」，1994年5月，聖徒之聲，，第106-107頁）。

問：

- 是什麼幫助了禧伯．郭會長和他的家人把神的旨意放在自己的意思之前？
- 你是否曾經有過這樣的經驗，需要信賴主，以及把祂的旨意放在自己的意思之前？（不妨請幾位學生跟全班分享他們的經驗。）（提醒他們不要分享太過個人或隱私的經驗。）

向學生保證，只要我們信賴神並把祂的旨意放在自己的意思之前，祂會在困難時刻支持我們。

說明尼腓傳道的一個重要部分，是幫助人們記得神和悔改他們的罪。然而，人們繼續硬起他們的心，不想被糾正。

將全班分成兩組，請一組閱讀希拉曼書10：15-18；11：3-10，另一組閱讀希拉曼書11：30-37；12：1-3。（不妨在白板上寫出這些參考經文。）請各組作好準備來討論主懲戒祂人民的各種原因。學生可能會提到一些不同的原因，但要確定他們表達出：**主懲戒祂的人民，來激起他們記得祂**。

- 神用了哪些方式懲戒人民，來喚起他們的注意？
- 根據希拉曼書12：3，主若不用懲戒的方式，很多人不會記得祂。你覺得為什麼會這樣？

請一位學生讀出希拉曼書15：3。

- 主的管教為何是一種愛的表現？

請學生分享他們對本週第2天第5項作業的回答。不妨重申**透過謙卑和悔改，我們可以避免驕傲和滅亡**，以及**如果我們不謹慎，我們的昌盛可能會使我們忘記主**。

下一單元（尼腓三書第1～11章）

在學生下次的指派作業中，他們會讀到整個尼腓民族聚集起來，在一場戰役中英勇對抗甘大安敦盜匪。尼腓人為何能夠擊敗邪惡的盜匪？學生也會讀到耶穌基督在耶路撒冷死亡時，美洲發生了巨大的毀滅。人們在黑暗中聽到耶穌基督的聲音。接著復活的救主降臨，施助他們每個人。請學生想一想，如果他們當時在現場，他們會有什麼感覺。

導言

尼腓三書：尼腓書

為什麼要研讀這部書？

學生在研讀尼腓三書時，會學到有關救主在尼腓人中施助三天時所說的話和行動。泰福．彭蓀會長教導：「尼腓三書包含了所有經文中最感人、最有力的信息。它為耶穌基督、祂的先知及救恩的教義作見證」（「救主訪問美洲」，1987年7月，**聖徒之聲**，第5頁）。學生在看到耶穌基督如何「一一」向人們展現愛心時，會更加了解祂是如何關心他們每一個人（見尼腓三書11：15；17：21）。他們會從那些準備好迎見救主之人的正義榜樣中，學習到重要的教訓。他們也會從那些沒有準備好迎見救主之人的不正義榜樣中學到教訓。

誰寫了這部書？

摩爾門從尼腓大片中節錄了一些紀錄，寫成尼腓三書。這部書是以尼腓的兒子尼腓為名，這位尼腓的服務期間從救主向人民顯現之前起，一直到救主向人民顯現期間及以後。在耶穌基督訪問之前那段極大邪惡期間，尼腓「以權力和極大的權柄」施助（尼腓三書7：17）。他的努力是耶穌基督前來施助的序曲，而耶穌基督的話語和行事則構成了尼腓三書的焦點。摩爾門在節錄尼腓的紀錄時，也加入了他自己的評論和見證（見尼腓三書5：8-26；26：6-12；第29～30章）。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

摩爾門在尼腓三書中的寫作是為兩群人寫的。首先，他說明了他是為李海的遺裔寫的（見尼腓三書26：8）。其次，摩爾門也對後期時代的外邦人講話，並記載了主勸告他們要歸向祂，成為祂的約民（見尼腓三書第30章）。尼腓三書對耶穌基督作了有力的見證，並強調聖約的重要，這更加強了這項歸向主的邀請。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

尼腓三書所取用的原始紀錄大約寫於主前1年至主後35年之間。摩爾門節錄這些紀錄的時期大約在主後345年至主後385年之間。摩爾門並未記錄他是在什麼地方編寫這部書的。

這部書有哪些特色？

尼腓三書記載了有關耶穌基督降生、死亡及復活等預言的實現（見尼腓三書第1章；第8章；第11章）。記載中有關救主向尼腓人顯現一事，正呈現了傑佛瑞．賀倫長老所說的，「摩爾門經整個歷史中最重要的焦點及至高無上的一刻」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 250）。尼腓三書涵蓋的三十章中，有二十章都在記述救主直接對人民的教導（見尼腓三書第9～28章）。

大綱

尼腓三書第1～5章 尼腓從他父親那裡獲得紀錄。基督降生的預兆已賜下，毀滅信徒的陰謀已挫敗，許多人都歸信了。尼腓人和拉曼人聯合對抗甘大安敦盜匪。他們悔改了自己的罪，最後在拉康以阿斯和吉吉度乃領導下擊敗了盜匪。摩爾門談到自己是基督的門徒，也是保管紀錄的人。

尼腓三書第6～7章 尼腓人的昌盛導致驕傲、邪惡及祕密幫派。政府被推翻，人民分裂成各部落。尼腓用極大的能力施助。

尼腓三書第8～10章 風暴、毀滅及黑暗是基督被釘十字架及死亡的徵兆。人民為那些在毀滅中死亡的人而悲慟。耶穌基督的聲音邀請生還者悔改並歸向祂。

尼腓三書第11～18章 耶穌基督在聖殿向群眾顯現，邀請每個人去感覺祂手上和腳上的釘痕。祂任命十二位門徒，給他們權柄執行教儀、管理教會。救主教導祂的教義、制定正義的律法，並說明祂已成全了摩西律法。祂醫治人民的疾病、為他們禱告，並祝福他們的孩童。祂設立聖餐、給予更多教導之後，就離開了。

尼腓三書第19～26章 十二位門徒向人民施助，聖靈傾注於他們。耶穌基督再次顯現，為所有願相信祂的人祈禱。祂主理聖餐，並教導人們天父會如何實現祂與以色列所立的約。救主命令人民查考以賽亞和眾先知的話，並指示尼腓將拉曼人撒母耳所作預言已然應驗一事記下來。祂談到天父給瑪拉基的話，並講解了「從開始直到祂要在榮耀中來臨時，一切……的事」（尼腓三書26： 3），然後就離開了。

尼腓三書第27～28章 耶穌基督顯現，指示十二位門徒要用祂的名字稱呼教會。祂制定福音，指示祂的門徒要像祂一樣。耶穌基督成全十二門徒的願望。

尼腓三書第29～30章 摩爾門說明摩爾門經的問世象徵著神已開始在這後期時代聚集以色列。主勸告外邦人悔改，加入祂的約民之中。

第116課

尼腓三書第1章

導言

在拉曼人撒母耳所說有關救主降生的預言即將應驗之時，信徒守候著撒母耳所說的徵兆出現。不信的人威脅說，若到了某一天預言還沒有應驗，就要殺害信徒。希拉曼的孫子、尼腓的兒子尼腓為了信徒而向主懇求。尼腓的祈禱得到回答，主的聲音臨到他，宣告當晚即將出現徵兆。那天太陽下山後並沒有黑暗，而且出現了一顆新星。儘管撒但仍繼續企圖破壞人們的信心，但大多數人都歸信了主。但是兩年後，甘大安敦盜匪開始引誘許多尼腓人和拉曼人變得邪惡。

教學建議

尼腓三書1：1-26

有關耶穌基督降生的預言已應驗，許多尼腓人歸信了

請學生想想哪些人爲了福音而犧牲性命。（這樣的例子有耶穌基督、阿賓納代、某些安太尼腓李海人、約瑟·斯密和海侖·斯密。）請學生說明，在他們看來，人們爲什麼會願意作這樣的犧牲。給學生片刻時間想想，要是他們處在需要爲福音犧牲性命的情況，會怎樣回應。說明在拉曼人撒母耳到柴雷罕拉傳教之後五年，有一群忠信的尼腓人面臨到這種可能。

概述尼腓三書1：1-3，告訴學生，希拉曼的兒子尼腓將神聖紀錄交給自己的兒子尼腓後，就離開該地。沒有人知道他去了哪裡。

請幾位學生輪流讀出尼腓三書1：4-9。請全班跟著看經文，找出那些忠信的尼腓人所面臨的挑戰。

- 那些信徒面臨了哪些挑戰？
- 爲什麼在這種情況下有些人可能會很難保持忠信？
- 你所認識的人中，你相信誰在這種情況下會保持忠信？爲什麼你認爲他們會保持忠信？

請學生默讀尼腓三書1：10-12，找出尼腓在這緊要關頭做了什麼？

- 尼腓對這情況所作的回應，最令你印象深刻的是什麼？爲什麼？

請一位學生讀出尼腓三書1：13-14，並請全班特別注意主如何回答尼腓的祈禱。

- 主說祂會「向世人顯示」什麼？（學生的回答應當反映出**主會實現祂藉著衆先知所說的一切話**。）
- 主談到自己要來到世間「執行父與子兩者的旨意」，這指的是祂的贖罪。這項信息如何能使我們「開心」？

請學生默讀尼腓三書1：4，14-15，19-21，從中找出有哪些詞句強調了主已應驗衆先知的話。

- 你想，如果這徵兆來臨時，你就在那些信徒之中，你會有何感受？
- 在有人嘲弄你的標準或因你的信仰而迫害你時，你知道主會應驗衆先知的話，這種認識對你會有什麼幫助？

請兩三位學生輪流讀出尼腓三書1：16-18。請全班跟著看經文，找出那些惡人在見到了預言中的徵兆時作何回應。

- 在那徵兆出現之後，那些惡人知道了什麼?
- 爲什麼罪惡和不信會導致懼怕?

請一位學生讀出尼腓三書1：22-23。請全班跟著看經文，找出撒但做了什麼來說服人們不要相信主降生的預兆。

- 撒但做了什麼?（在人民之中散佈謊言。）撒但在今天散佈了哪些謊言?
- 我們可以從那些人對撒但謊言的回應中學習到哪一項眞理?（幫助學生認清以下這原則：**在面對撒但的謊言時，我們可以選擇相信耶穌基督並歸信祂**。你可以將這項原則寫在白板上。）

爲了幫助學生感受這項原則的眞實及重要性，分享以下總主教團的理查．艾格利主教所說的話。考慮將這段話列印後發給學生，大小適合讓他們夾在經文裡。

「由於我們在今日世上所面臨的種種衝突和挑戰，請容我提出一項建議——一項能帶來平安和保護、並適用於所有的人的選擇。這項選擇就是信心。……選擇信心而非懷疑，選擇信心而非懼怕，選擇信心而非憑著眼見，選擇信心而非悲觀。……

「當邏輯、推論或者個人的聰明才智和神聖的教導或教義有所衝突時，或各種矛盾的訊息……攻擊你的信仰時……，請選擇不要用自己的不相信把心裡的那顆信心種子擠出去〔見阿爾瑪書32：28〕。切記，在我們的信心受到考驗之前，我們不能獲得見證（見以帖書12：6）」（「信心——你得自行選擇」，2010年11月，*利阿賀拿*，第31，32-33頁）。

- 我們可以做些什麼來選擇信心而非懷疑、懼怕或悲觀?（答案可能包括：我們可以選擇祈禱並尋求主的協助、研讀經文、遵守誡命、參加教會聚會和爲人服務。）

請學生默讀尼腓三書1：24-25，找出有些信徒還面臨了哪一項挑戰?

- 有些人想證明有關摩西律法的什麼事?
- 這些人在知道自己錯了之後所作的回應，有什麼讓你印象深刻的?

將以下這問題寫在白板上：*當敵人企圖讓我懷疑時，我要如何保持對耶穌基督和對祂復興福音的信心?*請學生將這個問題抄在筆記本或經文研讀日記上。給他們幾分鐘時間寫出自己的答案。

尼腓三書1：27-30

叛離的尼腓人和一些拉曼青少年加入甘大安敦盜匪

請兩位學生到教室前面來。請其中一位學生閉上雙眼，單腳站立。說明這位學生代表一個雖知道眞理，卻沒有運用對天父和對耶穌基督的信心，也沒有努力遵行福音的人。

說明在這項示範中，第二位學生代表的是能使那人遠離眞理的影響力。請第二位學生輕推第一位學生的手臂，直到第一位學生失去平衡，或變得不平穩。指出當一個人沒有努力遵行福音時，就比較容易受到撒但的謊言和誘惑所欺騙。

- 第一位學生必須做些什麼才能保持平穩?（那學生應該張開眼睛，並以雙腳站立。）

指示第一位學生張開眼睛，雙腳與肩同寬。說明這位學生現在代表的是一個「在信心上……堅定穩固」的人（希拉曼書15：8）。然後請第二位學生再次輕推第一位學生的手臂。指出當一個人努力研讀福音、遵守神的誡命時，即使受到阻力，也會保持平穩。

請這兩位學生回座。說明在耶穌基督降生的徵兆出現之後幾年，撒但繼續企圖使人懷疑福音不是眞實的。

請幾位學生輪流讀出尼腓三書1：27-29。請全班跟著看經文，找出那些不義的人對某些拉曼青少年造成了什麼影響。

- 某些拉曼青少年怎麼樣了?（他們「爲一些卓倫人……所引誘」，加入了甘大安敦盜匪。）
- 根據尼腓三書1：29，爲什麼某些拉曼青少年會相信卓倫人的「謊言」及「諂媚的話」?（如果學生沒有提到摩爾門所說，那些青少年「有了自己的主張」，就向他們指出這點。）
- 你想，「有了自己的主張」這句話是什麼意思?

在學生討論這個問題時，讀出總會慈助會會長團成員凱薩琳．休斯姊妹對這句話的解釋：

「在我看來，這句話暗示著他們先是自作主張，沉溺於眾先知警告他們應加以規避的種種慾求。他們屈從於撒但的慫恿和誘惑」（「在主前長大」，2010年2月，利阿賀拿，第42頁）。

請一位學生讀出尼腓三書1：30。請全班跟著看經文，找出這「新生一代」（那些青少年）對他人造成了什麼影響。

- 這新生一代對周遭人們的信心造成了怎樣的影響?

爲了幫助學生藉著這件事聯想到現代的情況，提出下列問題：

- 有哪些「謊言」及「諂媚的話」會誘使今日的青少年去和一些不正義的團體來往?
- 你曾在何時見到青少年對其他人的信心造成負面影響?

請學生提出一項原則，以概述我們可從尼腓三書1：29-30學到的事情。他們也許會使用不同的詞句來陳述答案，但要確使他們都認清以下這眞理：**我們若屈服於誘惑，我們的壞榜樣就會對其他人的信心和正義造成負面影響**。可以鼓勵學生將這項眞理寫在他們自己的經文上。

指出雖然尼腓三書1：30所提的那些青少年對其他人的信心造成了負面影響，但青少年也能對周遭的人產生正義的影響。請一位學生到白板前面，擔任全班的抄寫員。請抄寫員寫出學生們對以下這問題所作的回答：

- 你可以用哪些方式在自己家庭、支會或分會以及社區中，對他人的信心造成正面影響?

鼓勵學生從白板上選出一兩項建議，是他們願意立刻付諸行動的。向他們保證，他們能夠透過自己正義榜樣的力量，來增強他人的信心。

注釋及背景資料

尼腓三書1：29-30。「新生一代的邪惡」

總會會長團的亨利．艾寧會長說明了一個走入歧途的人會對一個家庭造成怎樣的影響。他說：

「本教會的青少年……手中握著未來。這教會若會滅絕，往往只在一代之間。如果整個世代都迷失了（那是絕不會發生的），我們就會失去這教會。但是在耶穌基督的福音中，即使只有一個人迷失了，也會為世世代代的後裔關上這福音之門，除非主伸出援手，帶領他們一些人回來」（“We Must Raise Our Sights” [address to CES religious educators, Aug. 14, 2001], 1, si.lds.org）。

第117課

尼腓三書第2～5章

導言

人民在見過耶穌基督降生的徵兆之後，對各種徵兆開始越來越不覺驚奇，並且硬起心來。許多人不相信會再有徵兆和奇事，並且越來越邪惡。結果，甘大安敦盜匪日益猖獗，以致尼腓人和拉曼人被迫拿起武器對抗他們。歸信的拉曼人加入尼腓人，被算在尼腓人之中。尼腓人的首席法官拉康以阿斯呼籲人民悔改，並讓他們準備好作戰。那些尼腓人由於悔改、對主有信心並勤於準備，因此勝了甘大安敦盜匪。他們獲救之後，承認是神的大能保全了他們。

教學建議

尼腓三書第2章

歸信的拉曼人與尼腓人團結一致，共同抵禦甘大安敦盜匪

請學生用幾分鐘時間在筆記本或經文研讀日記中寫下自己的一些靈性經驗。提醒他們，靈性經驗即使沒有戲劇性、也不特別，照樣能有意義。建議他們想想自己曾經在何時感受到天父的愛，或感受到聖靈的影響力。例如，他們可以寫一些自己的祈禱獲得回答、接受聖職祝福或爲人服務等的經驗。他們寫完後，問他們爲什麼認爲在今天以及在未來的10年或20年，記住這些靈性經驗會很重要。

請一位學生讀出尼腓三書2：1-3。請全班跟著看經文，找出當人民開始忘記與救主降生有關的徵兆時，發生了什麼事。

- 關於忘記靈性經驗會產生的危險，這段記載教導了我們哪些眞理？

在學生分享所找到的眞理時，強調以下這原則：**我們若忘記先前的靈性經驗，就會變得比較容易受到撒但誘惑及欺騙**。你可以將這項原則寫在白板上。也可以鼓勵學生將它寫在自己所列出的靈性經驗中。

- 你想，爲什麼忘記靈性經驗會使我們容易受到撒但影響？
- 我們可以做些什麼來確使自己不會忘記曾經有過的靈性經驗？（答案可能包括在適當的時候與他人分享這些經驗、將它寫在個人日記中、或將從對神盡職及個人進步活動中得來的經驗記錄下來。）

請一位學生讀出以下這段話，總會會長團的亨利·艾寧會長說明在日記中寫下靈性經驗如何幫助了他自己。請全班仔細聽，保存這樣的紀錄會帶來哪些祝福。

「我每天都會寫幾行，持續寫了許多年。不論有多疲憊，也不論隔天要多早出門，我沒有一天中斷過。每次動筆前，我會思考這個問題：『今天我看到神的手影響我們、我們的孩子或我們的家庭了嗎？』我持續不斷地思考，奇妙的事就發生了。我回想著當天的情形時，總會看見一些證據，顯示神施助了家中某個人，而那是我當天在匆忙時所沒有看出來的。當這種情形發生（其實這經常發生）時，我了解到，只要努力去記住，神就會向我顯示祂所做過的事。

「我不僅內心的感激之情油然而生，見證也成長了。我更確信天父會垂聽並回答禱告，也更感激由於救主耶穌基督的贖罪，使人們的心變得柔和、純淨。我更相信聖靈能使我們想起一切的事——甚至是我們在當下沒有注意到或忽略的事」（「記住啊，記住」，2007年11月，利阿賀拿，第67頁）。

請學生分享，記住靈性經驗——透過寫日記或其他方式——如何在撒但力圖誘惑或欺騙他們時，幫助了他們保持忠信。

概述尼腓三書2：4-19，說明當那些人民繼續留在邪惡之際，甘大安敦盜匪人數日增、勢力也越發強大了。甘大安敦盜匪變得越來越猛烈激進，歸信的拉曼人加入尼腓人的兵力，一起對抗他們。尼腓人雖然在將甘大安敦盜匪逐出他們的土地方面有些成功，但在耶穌基督降生的徵兆發生後十五年，這些尼腓人（和歸信的拉曼人，現在也稱爲尼腓人）的處境仍很危險。

尼腓三書3：1-10

甘大安敦盜匪的首領要求尼腓人投降

說明在尼腓三書3：1-10中，我們看到一個例子，顯示出魔鬼有時會怎樣企圖透過其他人來削弱我們的信心、引我們走入歧途。甘大安敦盜匪的首領基底安海寫了一封信給尼腓人的首席法官拉康以阿斯，想說服他向甘大安敦盜匪投降。

在白板上寫基底安海誘惑拉康以阿斯。請班上一半學生默讀尼腓三書3：2-5，另一半學生默讀尼腓三書3：6-10。請學生在讀的時候，從中找出哪些詞句描述基底安海企圖運用策略來削弱拉康以阿斯的信心，想引他走入歧途。學生讀完之後，請他們報告他們所發現的事情。請一位學生在白板上寫下他們的答案。

爲了概述學生在尼腓三書3：2-10所找到的那些策略，將以下這項眞理寫在白板上學生所列舉的各項答案下面：*撒但及其跟隨者通常會用諂媚、虛假的應許及威脅等方式，來引人走入歧途*。請學生從白板上寫的，基底安海所用的各項策略中選出一項，說明撒但及其跟隨者會怎樣對當今青少年使用類似的策略。爲了幫助學生探究一些這樣的對比，可以提出以下這類的問題：

- 有哪些例子顯示出魔鬼會怎樣諂媚當今的青少年（不眞誠或過度的讚美）？魔鬼可能會使用哪些虛假的應許或空洞的威脅？你想，青少年可以怎樣抵抗這類的策略？

尼腓三書3：11～5：7

拉康以阿斯的人民準備好保衛自己，他們擊退了甘大安敦盜匪

請一位學生讀出尼腓三書3：11-12。請全班跟著看經文，找出拉康以阿斯如何回應基底安海那封威脅信。

- 我們可以從拉康以阿斯回應基底安海的方式中學到哪些眞理？（學生可能認出的一項眞理是：**正義的男女都毋須害怕惡人，更不應屈服於他們的威脅**。）

將全班分成四組，給每組一大張紙。請各組將他們的紙劃分成兩欄，一欄標示拉康以阿斯的準備，另一欄標示現代的對比。將以下的經文章節寫在白板上，並逐一指派給各組：尼腓三書3：12-15；尼腓三書3：16-21；尼腓三書3：22-26；尼腓三書4：1-4。請學生閱讀指派給自己組別的經文，找出拉康以阿斯用哪些方式使他的人民作好靈性和實質上的準備，來抵禦甘大安敦盜匪的攻擊。從各組中請一位學生，在拉康以阿斯的準備下方，寫出人們作了哪些準備。（注意：在學生研讀這些經文之際，要確定他們都能區分：基底安海是甘大安敦盜匪的首領，而吉吉度乃是尼腓人中的偉大先知暨總隊長。）

給學生充分時間在拉康以阿斯的準備下方寫出所要列舉的項目後，請他們在現代的對比下方寫我們在這後期時代，受到告誡要作的靈性和屬世準備。學生有充分時間完成這指派作業後，從各組中請一位學生和全班分享他那一組學到的事。爲了幫助學生決定自己要如何應用所學，可以在他們陳述之際或之後，提出一些類似以下的問題：

- 我們如何鞏固自己的家，來抵擋魔鬼的攻擊?
- 爲什麼在這末世時代，諸如接受教育及家庭儲藏等的屬世準備很重要?
- 在家庭中聚集以及在支、分會中聚集，如何爲我們提供保護?
- 祈禱曾經在什麼時候幫助你獲得靈性力量?
- 悔改如何能使我們爲將來作好準備?
- 我們跟隨活著的先知和使徒時，會得到哪些祝福?
- 我們怎樣能邀請啓示之靈進入我們生活中?

請幾位學生輪流讀出尼腓三書4：7-12。請全班跟著看經文，找出人們由於在靈性和屬世上作了準備，而在哪些方面蒙得祝福。

- 你從這記事中學到了哪些眞理?（在學生分享答案之際，要強調以下這項原則：**我們若是在屬靈和屬世上準備好自己，主會增強我們的能力去克服各樣挑戰**。）

概述尼腓三書4：13-29，說明拉康以阿斯和他的人民擊敗了甘大安敦盜匪。讀出尼腓三書4：30-33，請學生跟著看經文，找出人民對這次勝利有什麼樣的反應。

- 這些人民在主解救他們脫離敵人的手以後，有什麼樣的反應?
- 這些人民承認是什麼因素使得他們從甘大安敦盜匪手中獲救?（他們的悔改、謙卑和神的良善。你可以指出：**我們若悔改並謙抑自己，神會支持我們通過考驗，並拯救我們脫離考驗**。）

你可以分享一個經驗，談談你如何倚靠神，以及神如何幫助你忍受或克服某項考驗。你也可以邀請一、兩位學生分享這類的經驗。

請一位學生讀出尼腓三書5：1-4。請全班跟著看經文，找出那些尼腓人由於在對抗甘大安敦盜匪時獲得幫助和祝福，因而做了什麼。在學生分享他們的發現之際，強調那些人回應的方式之一是向他人宣揚福音。

尼腓三書5：8-26

人民中恢復了和平；摩爾門說明為何要節錄這些紀錄

告訴學生，尼腓三書第5章的其餘部分包含了摩爾門說明爲何他要節錄此一紀錄。請學生默讀尼腓三書5：12-15，找出摩爾門在談到自己有責任節錄尼腓人紀錄一事所說的話。

- 這幾節經文描述了我們身爲耶穌基督門徒所負的責任，你從中學到了哪一項眞理?（雖然學生可能會用不同的字詞表達，但他們都應認出以下這項眞理：**身爲耶穌基督的門徒，我們有責任教導他人永恆生命之道**。可以將這項眞理寫在白板上。）

指出：當我們要爲主所賜的祝福向祂表達感激時，所能採取的最重要方式之一，是幫助他人歸向祂並獲得那同樣的祝福。請學生提議他們身爲耶穌基督的門徒，可以用哪些方式教導他人永恆生命之道。鼓勵學生從這些分享福音的提議中選出一項或兩項，然後懷著祈禱之心尋求主的協助，來進行所選擇要做的這些項目。

第118課

尼腓三書第6～7章

導言

尼腓人奇蹟般地從甘大安敦盜匪手中獲救後，享有了大約三年的和平。但人民當中開始有了驕傲、階級區分及迫害。雖然有些人仍保持對神忠信，但許多人都加入了祕密幫派。由於這些祕密幫派的緣故，首席法官遭到謀殺，尼腓人的政府也被推翻了。人民分裂成各部落，各自指定自己的首領。尼腓則以權力和極大的權柄教導人民。

教學建議

尼腓三書6：1-18

尼腓人昌盛了一段時期之後，開始驕傲起來，而教會分裂了

上課前，將下列問題寫在白板上。請學生回答這些問題，並說明其答案。

一個人可能……

既富有又謙卑嗎？

既貧窮又驕傲嗎？

既有學識又謙卑嗎？

既沒有學識又驕傲嗎？

鼓勵學生在研讀尼腓三書第6章時，繼續思考這些問題。概述尼腓三書6：1-9，說明尼腓人和拉曼人一起打敗了甘大安敦盜匪後，就在地上建立起和平，開始昌盛起來。但一段短時期後，他們的和平與昌盛就受到了威脅。

請一位學生讀出尼腓三書6：5，10-12，並請全班找出是什麼開始威脅到人民的和平與昌盛。

- 當時開始發生什麼事，威脅到人民的和平與昌盛？
- 你曾否在自己的學校、社區或國家，見到財富或學識的累積造成類似的問題？如果是的話，是在哪些方面造成問題？

在白板中央畫一條垂直線，將白板隔成兩欄。將驕傲寫在其中一欄頂端，將謙卑寫在另一欄頂端。請學生查考尼腓三書6：13-14，從中找出哪些詞句描述人們在因爲財富和學識而開始分裂後，有了怎樣的回應。（你可能必須說明，辱罵或罵人指的是很憤怒地批評某人，或對某人說出苛薄無禮的話。）學生讀完後，請他們在白板上適當的欄位中寫出所找到的詞句。

- 你在尼腓三書6：13中見到什麼證據，顯示出有些人被驕傲的人迫害，自己也以驕傲來回應？
- 你想，爲什麼「以辱罵回應辱罵」（或以批評回應批評）正是驕傲的表現？
- 歸信的拉曼人在此一時期的反應，最讓你印象深刻的是什麼？
- 我們可以從尼腓三書6：13-14中學到哪些原則？（學生的回答也許各有不同，但他們都應能認出以下這項原則：**無論情況如何，我們都可以選擇做個謙卑與忠信的人。**）

請學生注意白板上在謙卑那一欄所列的回應。問學生下面這些問題：

- 無論在什麼情況下，我們都可以採取哪些行動來使自己保持謙卑與忠信？（將學生的答案列在白板上標示謙卑的那一欄。）
- 想想有誰是個好榜樣，這人無論碰到什麼情況，都會選擇謙卑與忠信。這人何以是謙卑的榜樣？

說明由於大部分的尼腓人都不悔改自己的驕傲，因此他們的情況越來越壞了。請幾位學生輪流讀出尼腓三書6：15-18。請全班跟著看經文，找出人民的驕傲如何使撒但得以影響他們。

- 關於驕傲與撒但誘惑我們的能力這兩者間的關係，這幾節經文教導了些什麼？（在學生回答時，幫助他們認出以下這項眞理：**我們驕傲時，就會使得撒但有更大的能力誘惑我們，使我們犯下更多的罪**。你可以鼓勵學生將這項原則寫在自己的經文上，或寫在筆記本或經文研讀日記上。）
- 根據尼腓三書6：15-18，有哪些詞句描述了這些人因爲驕傲，以致心中產生了邪惡的改變？（他們「被交出去……受……擺佈……，任〔撒但〕牽著走，去做他要他們做的一切惡事」。他們已「處於非常邪惡的狀態中」，而且「故意反叛神」。）
- 你想，爲什麼驕傲會影響到撒但能夠改變我們的程度？

除了學生所作的答案以外，考慮請一位學生讀出以下總會會長團的亨利．艾寧會長所說的話：請全班學生注意聽，艾寧會長針對驕傲的一項危險所作的警告。

「驕傲在我們的內心製造噪音，使我們聽不到聖靈微小的聲音。很快地，我們因爲虛榮而不再傾聽那聲音，我們很快就認爲我們不需要那微小的聲音了。」（「祈禱」，2002年1月，利阿賀拿，第17頁）

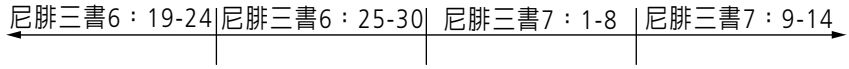
- 爲什麼不再傾聽聖靈的聲音會很危險？（幫助學生了解，我們疏忽聖靈的低語時，就會更容易受到魔鬼的誘惑。）

請學生再次注意白板上所列的各項謙卑的回應。請他們從這些謙卑的回應中，選出在他們看來對自己最有幫助的一項。給他們幾分鐘時間，寫出他們可以怎樣立刻在學校或在家中應用那項建議。

尼腓三書6：19～7：14

祕密幫派破壞了尼腓人的政府，人民分裂成各部落

將以下的時間表畫在白板上：



將全班分成四組，指派各組一段白板上所列的經文章節。請學生默讀指派給自己的經文章節，從中找出尼腓人中發生的主要事件。學生有充分時間閱讀之後，從各組中請一位學生將自己受指派的章節裡的主要事件，寫在時間表上相關的欄位下方（各組中的其他學生可給予協助。）他們完成後，說明所列的這些事件顯示出祕密幫派如何導致尼腓人政府瓦解，使人民分裂成各部落。

請幾位學生輪流讀出尼腓三書6：27-30。請全班跟著看經文，找出祕密幫派的創始人及該祕密幫派的目的。學生認出祕密幫派的創始人（魔鬼）後，問他們：

- 哪些詞句描述了祕密幫派的目的？（答案可能包括：「聯合起來反對一切正義」、「毀滅」主的人民、「公然反抗國家法律和權力」，以及「使這地不再有自由」。）

- 那些謀殺先知的人如何逃避懲罰?（他們由同屬祕密幫派的親戚朋友幫助，使他們的行爲保持祕密，來逃避他們行爲的後果。）
- 想像你有些朋友想要逃避他們行爲的後果。你可以怎樣幫助他們改爲遵行福音和福音的標準?

請幾位學生輪流讀出尼腓三書7：1-8。請全班跟著看經文，找出尼腓人中這些祕密幫派造成了哪些影響。說明**魔鬼誘使人們加入祕密幫派，企圖以此來摧毀正義、增加邪惡不義**。幫助學生了解，祕密幫派的方法和動機通常都很神祕，往往不容易察覺。鼓勵學生要避免與那些在任何方面類似祕密幫派的團體或個人來往。

尼腓三書7：15-26

在這段極少人保持忠信的期間，尼腓仍繼續施助，有些人歸信了

- 你想，如果你生活在那些政府已被推翻的尼腓人當中，你會有何感受?爲什麼?
- 你想你會轉向何處去獲得領導及指示?

請幾位學生輪流讀出尼腓三書7：15-20。請全班跟著看經文，找出在這種情況下，他們爲什麼會想要去跟隨尼腓。可考慮請學生每讀完一節或兩節經文後就暫停一下，好讓你能請學生說明，爲什麼他們可能會受到啓發去跟隨尼腓。

- 尼腓在這時期給了人民哪項信息?（見尼腓三書7：16。）
- 今天的教會領袖如何像尼腓一樣?
- 你曾在什麼時候見到一位教會領袖「以權力和極大的權柄教導」?（尼腓三書7：17）。

請學生默讀尼腓三書7：21-26，找出那些歸信的人如何因爲跟隨尼腓並悔改自己的罪而蒙得祝福。請幾位學生說明自己所發現的事情。

- 我們可以從那些悔改並跟隨尼腓的人們所立的榜樣中，學到哪些原則?

學生也許會提到幾項不同的眞理，但他們應能認出以下這原則：**我們若悔改並跟隨主的僕人，就能接受到聖靈的影響力。**

- 爲什麼若要有聖靈與我們同在，我們就必須悔改?
- 你想，爲什麼跟隨主的僕人，可幫助我們比較容易接受到聖靈的引導?

讀出以下由總會會長團的雅各．傅士德會長所說的話：

「我自己下的結論是，大多數的靈性指引有賴於與總會會長、總會會長團，以及十二使徒定額組和諧一致，這些人都被支持爲先知、先見，和啓示者。我不知道如果我們與總會會長以及其他的先知、先見、啓示者不和諧，我們如何期望自己能完全與主的靈和諧呢」（「蒙召喚和蒙揀選」，2005年11月，利阿賀拿，第53頁）。

- 你曾在什麼時候因選擇服從主的僕人，而感受到聖靈的影響力?

鼓勵學生寫下他們覺得自己能做些什麼來應用今天所學的眞理。強調：就像那些尼腓人的情形一樣，即使其他人都選擇違反主的誡命，我們仍然可以選擇謙卑地跟從神和祂所揀選的僕人。

第119課

尼腓三書第8～10章

導言

尼腓人見到基督降生的徵兆後，過了三十三年，便開始期盼拉曼人撒母耳所預言，有關救主死亡的徵兆。雖然已出現了許多徵兆，人民中仍起了懷疑與爭論。到了隔年，撒母耳的預言應驗了。極大的暴風雨、地震和其他災難使得遍地遭到毀壞，然後黑暗籠罩著地面達三天之久。這場毀滅中倖免於難的人在黑暗中聽到了耶穌基督的聲音。祂邀請他們悔改並歸向祂。黑暗散去之後，人民的悲慟轉為喜悅，並讚美耶穌基督。

教學建議

尼腓三書8：1-18

巨大的毀滅象徵耶穌基督的死亡，應驗了拉曼人撒母耳的預言

開始上課時，提出以下這問題：

- 你是否注意到任何已經出現的徵兆，顯示出救主的第二次來臨已近？（你可以指出，許多預言都已應驗，或正在應驗中，例如福音的復興、先知以來加的來臨，以及福音正傳播到全世界等。）
- 當你看出某件事正是救主第二次來臨的明顯徵兆時，你有何感受？

說明：我們生活的這個時代，類似於耶穌基督即將造訪尼腓人的時期。正如那些尼腓人期盼著拉曼人撒母耳預言的，象徵耶穌基督死亡及復活的各種徵兆一樣，我們也應期盼救主第二次來臨的徵兆。

請學生默讀尼腓三書8：3-4，找出某些尼腓人對徵兆有何不同的感受。請學生報告他們所發現的事情。（雖然人民「殷切」期盼著徵兆來臨，他們之中仍起了「莫大的懷疑與爭論」。）

- 尼腓三書8：3-4所述的情況，在哪些方面類似於今日世界上的情形？
- 即使周邊有許多人都表示懷疑，我們仍可以怎樣增強自己對耶穌基督的信心？

問學生，他們曾否經歷過狂風暴雨、地震或其他災難。學生回答時，請他們分享在那次經驗當中及之後，他們有些什麼感受。

請一位學生讀出尼腓三書8：5-7。請全班跟著看經文，找出在耶穌基督降生後的第34年發生了什麼事。然後請學生默讀尼腓三書8：8-18，找出那些城市的居民遭到了什麼。請學生報告他們所發現的事情。提醒學生拉曼人撒母耳曾預言過這些事（見希拉曼書14：20-27）。強調：**先知所說的話都必應驗**，並且**神要惡人爲自己的行爲負責**。

尼腓三書8：19-25

黑暗籠罩地面三天之久

說明在暴風雨和地震停止後，黑暗籠罩地面達三天之久。將教室裡的燈全部關掉一會兒。然後問學生，他們曾否去過一個完全黑暗的地方，例如一個洞穴，或一個沒有窗戶的房間。

- 你在那個地方時有何感覺？

指出那籠罩地面三天的黑暗，並不同於我們關掉燈光，或進入沒有窗戶的房間時所感受到的黑暗。請學生默讀尼腓三書8：19-23，找出有哪些詞句描述尼腓人所經歷的黑暗。（答案可包括：「濃厚的黑暗」、「黑暗的霧氣」、「黑霧」，及「看不見光」。）

請學生默讀尼腓三書8：23-25，找出那黑暗對倖免於難的尼腓人造成了什麼影響。請學生報告他們所發現的事情。

尼腓三書9：1-14

在黑暗之中，耶穌基督邀請那些倖免於難的人悔改並歸向祂

將以下這些問題寫在白板上。請學生默讀尼腓三書9：1-12，找出這些問題的答案。

爲什麼會發生這次毀滅？

撒但對這次毀滅作何反應？

關於撒但以及他如何對待跟隨他的人，這件事教導了什麼？

向全班讀出尼腓三書9：13-14。請學生跟著看經文，找出救主對那些倖免於難的人提出什麼邀請。請學生想像那些尼腓人，在完全的黑暗中聆聽著救主的聲音。他們因爲「比〔遭到滅亡的人〕正義而得免一死」，但他們仍需要悔改，並有所改變（見尼腓三書9：13；10：12）。

- 你想，那些尼腓人在聽到救主的這項邀請時有何感受？爲什麼？

請一位學生讀出以下七十員司考德．葛洛長老所說的話：

「耶穌基督是醫治我們靈魂的偉大良醫。……

「我們犯罪時，撒但就會告訴我們，說我們已經迷失了。相較之下，無論我們犯了怎樣的錯，我們的救贖主都會爲我們所有的人，爲你我，提供救贖」（「贖罪的奇蹟」，2011年5月，*利阿賀拿*，第109頁）。

向學生確證，救主在尼腓三書9：13所提的這項邀請——歸向祂並獲得治癒——也是向我們每一個人提出的。爲了使救主能治癒我們，我們必須接受祂的邀請、歸向祂、悔改自己的罪，並使自己歸信。請學生想想自己生活中有哪些方面需要救主的醫治。然後請他們在筆記本或經文研讀日記中回答以下這問題：

- 你必須做些什麼才能在生活中獲得救主的醫治？

涉及私人的問題

涉及私人的問題能幫助學生應用福音真理。但由於這些問題的性質，學生可能會猶豫作口頭回答。請學生用書面方式回答這些涉及私人的問題，能讓他們作出比較坦率而由衷的回答。但你應警告他們不要寫出機密的事項，例如過去所犯的罪或違誡等。

尼腓三書9：15-22

救主宣告，經由祂的犧牲，摩西律法已成全了

讀出尼腓三書9：19。請全班跟著看經文，找出耶穌基督所說，祂不再接受尼腓人的什麼。可能必須提醒學生，尼腓人當時仍在遵守摩西律法。摩西律法有一部分，是主吩咐祂的人民要獻上動物祭，作爲救主捨命贖罪的一種獻祭形式和表徵。

請學生默讀尼腓三書9：20，找出救主所說，尼腓人現在要獻上什麼作爲祭品。請學生報告他們所發現的事情。

- 你認爲，以「破碎的心和痛悔的靈」作爲祭品是什麼意思？
- 救主對那些帶著破碎的心和痛悔的靈歸向祂的人應許了哪些祝福？

說明十二使徒定額組的陶德・克理斯多長老曾教導可以用一種方式來思考「破碎的心」和「痛悔的靈」這兩個詞。讀出以下這段話，請學生仔細聽，克理斯多長老用哪些詞句來幫助我們了解這兩個詞：

「各位……可以向神獻上的祭品就是你們破碎或悔改的心，以及痛悔或服從的靈。事實上，你們獻上的禮物就是你們自己——你們的爲人和你們的未來。

「你們個人或是你們在生活上有沒有不純潔或不配稱的地方？改掉這些缺點，就是你們獻給救主的禮物。你們的生活是不是缺乏良好的習慣或特質？培養良好的習慣，成爲你們品格的一部分，就是你們獻給救主的禮物」（「你回頭以後」，2004年5月，利阿賀拿，第12頁）。

- 克理斯多長老用哪個詞來幫助我們了解何謂「破碎的心」？（悔改）你覺得，有顆悔改的心是什麼意思？
- 克理斯多長老用哪個詞來幫助我們了解何謂「痛悔的靈」？（服從。）你會如何描述一個有服從之靈的人？

請學生默讀尼腓三書9：21-22，找出救主所說，我們應該如何歸向祂。請學生報告他們所發現的事情。舉起一張小孩的圖片，可以是你家中的一個孩子。

- 在你想像中，一個小孩會如何歸向救主？這點如何幫助你了解我們應該如何歸向救主？

將以下未完成的句子寫在白板上：

我們若帶著破碎的心和痛悔的靈歸向基督，祂會……。

請學生複習尼腓三書9：13-15，19-22，找出一些方法來完成白板上的句子。請學生報告他們所發現的事情。答案可包括：祂會治癒我們（見尼腓三書9：13）、給我們永生（見尼腓三書9：14），並接待我們（見尼腓三書9：22）。在學生回答後，完成白板上的話：**我們若帶著破碎的心和痛悔的靈歸向基督，祂會接待我們、治癒我們，並給我們永生。**

尼腓三書第10章

主說祂會像母雞聚集小雞那樣聚集祂的人民

概述尼腓三書10：1-3，說明人民在聽到救主的聲音以後，因爲太過驚異而寂靜了許多時辰。之後救主再次向人民說話。

請幾位學生輪流讀出尼腓三書10：4-6。指出在這幾節經文中，救主談的是以色列家族，即祂的約民。

- 救主在哪些方面就像一隻母雞在保護小雞免於危險？爲什麼救主沒有聚集並保護所有以色列家族？（因爲他們不願意歸向祂。）
- 救主對那些悔改並歸向祂的人作了哪些應許？（祂會像母雞聚集小雞那樣聚集他們。）

請學生在筆記本或經文研讀日記中回答以下這問題。（你可以將這問題寫在白板上，或慢慢讀出來，好讓學生寫下來。）

- 你曾在什麼時候感受到救主邀請你去接受祂的滋養和保護？

請一位學生讀出尼腓三書10：9-11。請全班跟著看經文，找出在救主對人民說過話後，發生了什麼事。你可以在結束時作以下見證，說救主會慈悲地對待所有帶著破碎的心和痛悔的靈歸向祂的人。你也可以說明在下一課中，學生將討論救主造訪那些人民，以及祂如何親自施助他們每一個人。

第120課

尼腓三書11：1-17

導言

在那象徵救主死亡的大毀滅及三天的黑暗之後，大約2,500名尼腓人，包括男人、女人、小孩，都聚集在滿地富聖殿四周（見尼腓三書17：25）。正當他們彼此交談之際，他們聽到天父的聲音向他們介紹祂的兒子耶穌基督，接著耶穌就顯現了。耶穌基督邀請人們親自去證實祂曾因世人的罪而遭殺害。那些人一一走向祂，感覺祂肋旁的傷痕，以及祂手上和腳上的釘痕。

教學建議

尼腓三書11：1-17

尼腓人聽到父的聲音宣告祂的兒子即將顯現

在學生進入教室時，輕聲地——用僅僅足以聽到的聲音，播放聖樂或總會大會的錄音作爲背景配音。到了要作開會祈禱和靈修的時候，就停止播放。作完祈禱之後，問學生是否聽到了那些錄音。（如果你沒有音響器材可進行這項活動，可考慮請一位學生在其他學生進入教室時，輕聲讀出尼腓三書第11章。如果你選擇這樣做，並在前一天提出這項指派，會有最好的效果；你或許可指派給一位通常很早到的學生。）

- 一個人必須怎麼做才能聽到並了解輕柔的聲音？
- 你今天進入教室時，正在播放的那首歌（或那篇總會大會講詞，或那段經文）裡面的信息是什麼？
- 每個人正在走進教室時，要聽到並了解那些話是很容易還是很難？爲什麼？

請一位學生讀出尼腓三書11：1-3。請全班跟著看經文，找出那些尼腓人很難了解的是什麼。

- 尼腓三書11：3對那聲音怎麼描述？（你可以建議學生在自己經文中劃記出對那聲音所作的描述。）
- 那聲音對聽到的人產生了什麼影響？

請學生默讀尼腓三書11：4-7，找出那些尼腓人在第三次聽到那聲音時，做了什麼不同的事來了解那聲音。

- 那些尼腓人在第三次聽到那聲音時，做了什麼不同的事？
- 根據你在尼腓三書11：7所讀的內容，那些人聽到的是誰的聲音？（他們聽到天父的聲音向他們介紹祂的兒子耶穌基督。）

考慮請學生閱讀希拉曼書5：30，找出對主的聲音所作的另一個描述。

- 那些尼腓人聽到的聲音和我們從聖靈得到的提示有何類似之處？（雖然學生可能會用不同的詞句表達，但他們都應指出以下這項眞理：**聖靈通常透過我們的感覺向我們說話**。）
- 要注意自己透過聖靈從主接受到的靈感，這事爲什麼很重要？

請學生分享他們曾經在腦海或心中感受到聖靈啓發的經驗。請他們描述當時的感覺。你也可以分享自己的經驗。

調整上課速度

調整每一課的速度，好讓你有足夠的時間用在最重要的部分。例如，在本課結尾，學生會有機會為耶穌基督作見證。雖然本課的其他部分也很重要，但務必留下充裕時間來作見證。

請一位學生讀出以下十二使徒定額組的培道·潘會長所說的話，談及我們必須做些什麼才能聽到並了解那透過聖靈而來的主的聲音：

「聖靈並不以大聲喊叫來引起我們的注意，祂也絕不會以強有力的手搖撼我們。聖靈會低語。祂的輕觸如此柔和，事實上若我們心有旁騖，就完全無法感受到。

「偶爾，祂也會稍加催促或稍爲頻繁地提醒我們，好引起我們的注意。但根據我的經驗，多數時候，如果我們不留意那柔和的感覺，不循著那些感覺來傾聽，聖靈就會引退，等到我們用自己的舉止和話語尋求和傾聽，祂才會來到」（"How Does the Spirit Speak to Us?" *New Era,* Feb. 2010, 3）。

- 我們可以從尼腓三書11：1-7，及從潘會長的話中學到什麼原則？（學生也許會提出各種的回答，但要確定他們提到以下這項眞理：**我們若學習透過聖靈來傾聽主的聲音，就能了解主給我們的信息。**）
- 哪些事有助於你在心思意念中準備好聆聽並了解聖靈的低語？

尼腓三書11：8-17

耶穌基督向尼腓人顯現，邀請他們一一去感覺祂手上、腳上及肋旁的傷痕

請一位學生讀出尼腓三書11：8-10。請全班跟著看經文，想像自己要是處在當時的尼腓人中會是什麼樣子。展示圖片：耶穌教導西半球的人民（62380；福音畫冊，編號82），並問：

- 你想，如果你在救主造訪尼腓人時處在他們當中，你會有什麼想法及感受？

提醒學生，那些尼腓人在救主顯現之前，才剛經歷過黑暗及大毀滅。然後請一位學生讀出以下十二使徒定額組的傑佛瑞·賀倫長老所說的話，談到救主向尼腓人顯現一事很重要。他說：

「祂那次的顯現和宣告構成了整本摩爾門經歷史的焦點及最至高無上的一刻。六百年來每一位尼腓人先知都熟知這顯現和宣告，也都受其啓發，而他們數千年前的以色列祖先或雅列祖先就更不待言了。

「每個人都在談論祂、歌頌祂、夢見祂，並爲祂的顯現祈禱——但此刻祂眞的來了。何其輝煌的一天！那位將每個黑夜轉爲晨光的神已經到來」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 250-51）。

向全班說明，本課的下一部分是計畫來讓他們自行沉思救主這次的訪問。上課前，爲每位學生準備一份講義，列出以下的指示及問題（或將它們寫在白板或一張海報上。）給學生充分時間閱讀尼腓三書11：11-17，並跟隨講義上的那些指示。鼓勵他們在研讀這些經文時，仔細沉思其中的意義。

1. 默讀尼腓三書11：11-12。找出耶穌基督希望人民知道有關祂以及祂在其塵世傳道中所做的哪些事。沉思下列問題：
   - 救主在尼腓三書11：11所說的話，哪些對你深具意義？爲什麼？
   - 救主說：「我喝乾了父給我的苦杯」，祂指的是什麼？爲什麼知道耶穌基督始終都順服天父的旨意很重要？
2. 閱讀尼腓三書11：13-15，並沉思以下這些問題：
   - 救主邀請那些尼腓人做什麼事？祂希望他們從這經驗得知些什麼？

- 那些人「一一」走向救主，「直到每一個人都上前去」（尼腓三書11：15）。想想看，當時群眾中約有2,500人（見尼腓三書17：25）；關於救主對我們每一個人有何感受，這點教導了你什麼？

3. 在筆記本或經文研讀日記中回答以下這些問題：
   - 你想，爲什麼主會希望那些人「一一」去看祂並觸摸祂？
   - 你想，能夠去觸摸救主在爲你贖罪時所受的傷，會給你什麼樣的感受？

4. 考慮將以下這眞理寫在你自己經文中，尼腓三書11：11-15旁邊。**耶穌基督邀請我獲得個人見證，知道祂是我的救主**。在筆記本或經文研讀日記中回答以下這些問題：
   - 有哪些經驗讓你獲得自己的見證，知道耶穌基督是你的救主？
   - 你想，救主會希望你做些什麼來增強你對祂的見證？
   - 你曾在什麼時候感受到救主認識你，並且祝福了你個人？

學生有充分時間完成這項活動後，請一位學生讀出尼腓三書11：16-17。請全班跟著看經文，找出那些人在經過這次與救主的親身經歷後，做了些什麼。你可以說明和散那是希伯來話，意思是「現在就拯救」或「請拯救我們」，而在經文中，這是用以表達讚美和懇求的話（見Bible Dictionary, “Hosanna”；經文指南，「和散那」；scriptures.lds.org）。

- 你想，爲什麼那些人在觸摸過救主後，會呼喊出「和散那」？

請學生更仔細地看尼腓三書11：15。請他們找出那些人在見到並感覺到救主的傷痕之後做了些什麼。（那些人作證祂就是耶穌基督。）

- 我們是否必須要能見到並觸摸到救主，才知道祂活著？（見摩羅乃書10：5）。我們如何能爲耶穌基督「作證」？
- 我們可以怎樣將尼腓三書11：15比作自己？我們每一個人在接受到對耶穌基督的見證後，都應該做些什麼？（**我們獲得對耶穌基督的見證後，就有責任爲祂作證**。）

課程結束時，邀請學生談談他們與人分享對耶穌基督的見證時有何感覺。若時間允許，請全部有意願的人簡短地分享對救主的見證，或許也談談他們曾做了什麼來獲得那見證。若還有時間，你也可以請他們分享在今天研讀尼腓三書第11章時所記寫或感受到的一些事。

注釋及背景資料

尼腓三書11：3。「微小的聲音」

十二使徒定額組的培道．潘會長曾說明聖靈的聲音如何在我們的心思意念中運作。他說：

「聖靈的聲音是一種感覺，而非一種聲響。你們會學到，就像我學到的那樣，要『傾聽』所感覺到的聲音而不是聽到 的聲音。……

「只要你們願意，聖靈的恩賜會指引和保護你們，甚至糾正你們的行為。這是屬靈的聲音，進入意念中，就是一種想法，進入心中，就是一種感覺。……

「沒有人期望你們一輩子都不會犯錯，但是在你們犯下大錯前，聖靈必定會先提醒你們，警告你們。」（參閱「給青少年的忠告」，2011年11月，利阿賀拿，第17-18頁）。

自修班課程

尼腓三書第1章～11：17（第24單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓三書第1章～11：17（第24單元）時，所學到的教義和原則概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓三書第1章）

學生在讀到拉曼人撒母耳預言有關耶穌基督的降生將應驗時，學習到主會應驗一切祂藉著眾先知所說的話。有些人即使在不信者計畫要毀滅他們時，仍保持忠信；學生可從他們的榜樣學習到當我們面對撒但的謊言時，可以選擇相信耶穌基督並保持忠信。某些拉曼青少年的叛逆可讓學生知道，我們若屈服於誘惑，我們的榜樣就會對他人的信心和正義造成負面影響。

第2天（尼腓三書第2～5章）

學生在讀到那些人民越來越不正義時，可觀察到我們若忘記先前的靈性經驗，就會變得比較容易受撒但誘惑及欺騙。他們在分析基底安海寫給拉康以阿斯的欺騙信時，可發現到撒但和他的跟隨者往往怎樣地使用諂媚、虛假的應許和威脅，來引人走入歧途。學生從那些成功地擊敗甘大安敦盜匪的尼腓人和拉曼人身上學習到，我們若在靈性和屬世上作好準備，主會增強我們的力量來克服挑戰。學生在讀到尼腓人因獲救而讚美主時，學習到我們若了解神在拯救我們脫離苦難時的良善和慈悲，能使我們保持謙卑。尼腓人努力傳講福音，以及摩爾門宣告他自己的責任，都說明了我們身為耶穌基督的門徒，有責任教導他人永恆生命之道。

第3天（尼腓三書第6～10章）

學生在讀到那些尼腓人和拉曼人如何再次陷入罪惡時，發現到我們若變得驕傲，就會讓撒但有更大的力量來誘惑我們、引導我們犯下更多的罪。但有些人的忠信榜樣卻顯示出無論情況如何，我們都可以選擇作個謙卑與忠信的人。當尼腓人的政府遭到破壞時，那些跟隨尼腓的人顯示出我們若悔改並跟隨主的僕人，就會在生活中享有聖靈的影響力。經過可怕的毀滅後，該地所有的人都在黑暗中聽到耶穌基督的聲音，宣告若我們帶著破碎的心和痛悔的靈歸向祂，祂就會治癒我們並賜給我們永生。

第4天（尼腓三書11：1-17）

學生在讀到天父宣告耶穌基督的顯現時，可發現聖靈往往會透過我們的感覺向我們說話。他們也可學到，我們若學習透過聖靈來傾聽主的聲音，就能了解祂要給我們的信息。學生從救主開始在尼腓人中施助的記載中學習到：耶穌基督邀請我們所有的人都獲得個人的見證，知道祂是我們的救主，而我們一旦獲得這見證，就有責任為祂作證。

導言

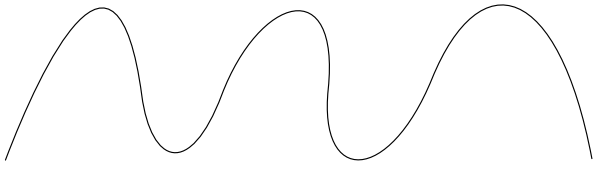
本課中，尼腓三書第1～7章的活動強調了一些教義和原則，能幫助學生更加了解歸信耶穌基督的福音是什麼意思。尼腓三書第8～10章的教學活動，會讓學生準備好，在研讀尼腓三書第11章中，救主向李海的後裔顯現一事時，思考自己對救主的見證。

教學建議

尼腓三書第1～7章

徵兆和奇事宣告耶穌基督的降生；人民在正義和邪惡之中循環，直到政府瓦解

在白板上畫一條類似以下的線：



問：根據你上星期所讀的內容，這條線可以怎樣代表尼腓三書第1～7章中的尼腓人？（你可以請學生複習尼腓三書第1～7章的章前綱要來提醒他們，在主後1年到主後33年之間，尼腓人如何浮沉在正義和邪惡之中。）

為了幫助學生想想，關於真正歸信耶穌基督和祂的福音一事，尼腓三書第1～7章可以教導我們些什麼，請一位學生讀出以下總會會長團的墨林．羅慕義會長所說的話。（可能的話，為每位學生提供一份複本，請他們劃記在他們看來最能描述一個歸信者的那些詞句。）

「歸信是靈性與道德上的改變。歸信不僅指心智上接受耶穌及祂的教訓，也是指自動自發地相信祂及祂的福音。……一個真正完全歸信的人，對於違反耶穌基督福音的事已斷絕了念頭。取而代之的是對神的愛，以及遵守祂誡命的堅定、自持的決心」（in Conference Report, Guatemala Area Conference 1977, 8）。

問：你想，哪些詞句最能描述一個歸信的人？

將下表畫在白板上，或作成講義發給學生：

	促成歸信的信念和行為	削弱歸信的信念和行為
尼腓三書 1：15-23，27-30		
尼腓三書2：1-3；3：1-10		
尼腓三書4：7-12，30-33		
尼腓三書6：13-18；7：1-5		
尼腓三書 7：15-22		

指派給每位學生白板上的一段經文。給學生時間查考被指派的經文，找出那些促成歸信或削弱歸信的信念和行為。學生可能找到的原則，有許多都列在本課開頭處，自修班每日課程概要，第1～3天。在學生報告他們所發現的事情時，將他們的答案寫在白板上，或鼓勵他們寫在自己的講義上。針對學生找到的一項或兩項真理，提出類似以下的問題，來幫助學生應用所找到的原則：

- 你或你所認識的某人是怎樣依據該項真理生活，或怎樣體驗到那項原則？
- 根據你所發現的真理，你會提出什麼忠告來幫助某個人更加歸信、靈性更加穩定？

尼腓三書第8章～11：17

巨大的毀滅和黑暗象徵著耶穌基督的死亡；祂復活後，造訪李海的後裔

請一位學生概述尼腓三書第8章中的各項事件，並和全班分享自己在上一週研讀這一章時所獲得的任何感受或印象。請一位學生讀出尼腓三書8：20-23。請學生說明為什麼這幾節經文所描述的徵兆很適合作為耶穌基督死亡的徵兆。若要強調那些尼腓人經歷到的黑暗，可以使用以下的活動：

給每位學生一支手電筒，並關掉教室的燈。（如果沒有足夠的手電筒，學生可能必須共用。）請學生打開手電筒，並請幾個人輪流讀出尼腓三書9：13-20。請全班跟著看經文，找出那些人民在經歷到耶穌基督死亡後的黑暗時，學習到有關祂的哪些真理。重新打開電燈，在白板上概要寫出學生所找到的各項真理。強調以下這些原則：**耶穌基督是世界的光和生命。我們若帶著破碎的心和痛悔的靈歸向耶穌基督，祂就會接待我們、治癒我們，並給我們永生**。

概述尼腓三書11：1-7，說明那些在毀滅之後仍倖存的人都聚集在滿地富聖殿。

展示圖片：耶穌教導西半球的人民（62380；福音畫冊，編號82），或耶穌治癒尼腓人（福音畫冊，編號83）。請學生在你讀出尼腓三書11：8-17時，想像經文中的情形。你讀的時候，偶爾停頓一下，邀請學生分享他們在想像此一經驗時有何感受，特別是在尼腓三書11：15所述，尼腓人「一一」到救主那裡的部分。

在讀完尼腓三書11：8-17後，向學生提出以下這些問題。請他們先用幾分鐘時間靜靜思考這些問題後，再行作答。（要確實留下足夠時間給學生回答這些問題，好讓他們在思考及分享感受與見證時不會覺得倉促。）

- 如果你處在那些尼腓人當中，有機會感覺救主的傷痕，你會對祂說些什麼？
- 當耶穌基督向尼腓人介紹自己時，要他們注意那「苦杯」，你想，這件事為什麼意義深遠？（尼腓三書11：11）。
- 耶穌基督所稱的那「苦杯」指的是什麼？（見教約19：16-19）。

分享你對救主的見證，以及在你跟隨祂時，你生命中所獲得的光。（你也可以鼓勵學生記住他們在這次上課時所體驗到的感受，回家時寫在自己的日記中。）

下一單元（尼腓三書11：18～16：20）

請學生在研讀下一單元時，思考以下這些問題：我是否會將他人視為我的敵人？如果是的話，我如何對待這些人？在神看來，我的生活中擁有哪些美德是很重要的？論斷他人是可接受的嗎？學生在研讀第25單元中救主的話時，會找到這些問題的答案。

第121課

尼腓三書11：18-41

導言

在那些尼腓人上前去，感覺救主手上、腳上和肋旁的傷痕後，主就賜給尼腓和其他人權力去施洗並執行聖職的其他職務。救主也警告那些人民要避免紛爭，又應許那些遵行祂教義的人會繼承神國。

教學建議

尼腓三書11：18-27

耶穌基督賜給尼腓和其他人權力去施洗

上課前，將以下這些問題寫在白板上：*誰可以爲我施洗？洗禮要如何完成？*

如果你的學生中有一人或多人最近剛加入教會，可以在開始上課時請他們分享一些在認識這教會的過程中所得到的經驗。問他們，在他們決定受洗時，是否曾想過白板上的這兩個問題。

你也可以這樣開始上課：請學生想像他們有個朋友最近決定要加入教會，因此向他們提出了白板上的這兩個問題。請學生說明他們會如何回答這些問題。或者，也可以請兩位學生用角色扮演的方式，模擬一位教會成員和他的朋友，針對這兩個問題進行討論。

提醒學生，他們在前一課學到了耶穌基督向一群尼腓人顯現的事。耶穌基督邀請他們去感覺祂手上、腳上和肋旁的傷痕，從而親眼目睹祂的復活和祂的神性。說明緊接著這經驗之後，救主即教導那些人祂的教義，也就是要相信祂、要受洗，並接受聖靈。

請一位學生讀出尼腓三書11：18-22。請全班跟著看經文，找出以下這問題的答案：誰可以爲我施洗？請一位學生將大家的答案寫在白板上問題的下方。雖然學生可能會用不同的詞語表達，但他們都應認出以下這項眞理：**洗禮必須由一位持有適當權柄的人執行**。（如果這項觀念還沒有寫在白板上，你可以把它加在那些答案中。）

爲了幫助學生進一步了解這項眞理，可以簡短地說明，洗禮僅能由持有亞倫聖職祭司職位的人（見教約20：46），或已被授予麥基洗德聖職的人執行（見教約20：38-39；107：10-11）。此外，這人還必須經過一位持有聖職權鑰的聖職領袖（諸如主教、分會會長，或傳道部會長）授權給他，才能執行這教儀。

- 你想，主爲什麼規定洗禮的教儀要由一位經過授權的聖職持有人執行？

請一位學生讀出尼腓三書11：23-27。請全班跟著看經文，找出以下這問題的答案：洗禮要如何完成？請一位學生將他們的答案寫在白板上問題的下方。

- 要是在洗禮儀式中，沒有正確地說出教儀用詞，或者受洗的人沒有完全浸沒在水中，會怎麼樣？（教儀就要重新進行。）我們可以從這一點學到什麼眞理？（雖然學生可能會用不同的詞句表達，但他們都應提出以下這項眞理：**洗禮必須以主所制定的方式完成**。可以將這句話寫在白板上。）
- 你想，嚴格依照主制定的方式執行洗禮爲什麼很重要？

調整課程

本書有許多課程在開頭處都建議了一項活動或一個問題，用意在使學生準備好研讀經文。這些建議都可根據學生的需求及情況加以調整。

爲了幫助學生感受到尼腓三書11：18-27所討論的各項眞理是多麼重要，可以提出以下的一些問題：

- 你在受洗時，有什麼樣的感覺？知道你是按照主制定的方式，由一位持有適當權柄的人施洗，對你而言具有什麼意義？
- 你最近曾親眼見過一場洗禮會嗎？你那時有什麼感覺？

如果你的學生中有人持有亞倫聖職祭司的職位，問：

- 知道你持有施洗的權柄對你有什麼影響？（你可以找出班上學生中是否有人曾有機會爲人施洗。如果有的話，請他們分享從那經驗中他們學習到什麼，又有什麼感受。）

你可以分享自己對神聖洗禮教儀的經驗和感受。

尼腓三書11：28-30

耶穌基督警告人們紛爭是屬於魔鬼的

將*紛爭*這個詞寫在白板上。

- 何謂紛爭？（爭辯、衝突或爭論。）

請學生在筆記本或經文研讀日記中，簡短地列出一些可能發生紛爭的情況或活動。學生有充分時間書寫後，請一位學生讀出尼腓三書11：28-30。請全班跟著看經文，找出有些尼腓人因什麼事而發生紛爭。

- 有些尼腓人很顯然地在爲哪些事爭論？（洗禮的教儀〔亦見尼腓三書11：22〕及基督的教義。）
- 根據尼腓三書11：29，紛爭之靈從何而來？（將以下眞理寫在白板上：*紛爭之靈不是屬於神，而是屬於魔鬼*。可以建議學生在尼腓三書11：29中劃記這項眞理。
- 你想，爲什麼與人討論福音時避免紛爭很重要？爲什麼爭辯不是教導福音的正確方式？（學生也許會提出幾個不同的答案，但要確定他們都了解，當我們與人爭論或爭辯有關福音的事時，聖靈就不會在場協助我們教導，也不會在我們所教導的人心中爲眞理作見證。）

爲了強調紛爭的重大後果，在白板上寫出以下總會會長團雅各·傅士德會長的這段話。你也可以鼓勵學生將它寫在自己經文中，尼腓三書11：29的旁邊。（這段話刊載於「我要兒子在傳教之前知道的事」，1996年7月，*聖徒之聲*，第45頁）。

「發生爭執時，無論誰對誰錯，主的靈都會離開」（雅各·傅士德會長）。

- 你曾在什麼時候感受到主的靈因爲紛爭而離開了？你那時怎麼知道聖靈離開了？

指出尼腓三書11：30中，救主所說有關紛爭的這段話：「這是我的教義，就是要消除這種事。」

- 我們可以怎樣「消除」紛爭和爭論？（答案可包括以下這些：我們可以尋求成爲使人和睦的人〔見尼腓三書12：9〕。我們可以祈求有智慧和耐心來克服紛爭。我們可以努力避免引誘我們與人紛爭的情況。）
- 你曾在什麼時候因爲努力避免或克服紛爭，而感受到祝福？
- 當你發現自己處在紛爭、或可能變成紛爭的情況時，記起救主在尼腓三書11：29-30中的教導，對你會有何幫助？

你可以分享自己的一個經驗，談談你曾經怎樣因爲努力避免或克服紛爭，而感受到祝福。爲了鼓勵學生應用他們從尼腓三書11：28-30所學到的事，請他們再看看自己先前所列，可能會發生紛爭的各種情況或活動。請他們設立一個目標並寫下來，載明自己要如何在所列的情況或活動中，尋求避免或解決紛爭。

尼腓三書11：31-41

耶穌基督宣講祂的教義

爲了幫助學生準備好研讀尼腓三書11：31-41，將以下詞語寫在白板上：

行為 ——————→ 結果

請學生簡短地向一位同學說出他們最近所做的一件促成好結果的事，並說明那結果是什麼。你也可以請他們談談他們所做或所見的一件導致不良結果的事。（請學生留意，不要分享任何不恰當或太過隱私的事。）

向全班讀出尼腓三書11：31。說明尼腓三書第11章的其餘部分，記載了耶穌基督對尼腓人宣講祂的教義。本章也提到，接受或拒絕祂的教義，各有什麼結果。

將以下的參考經文寫在白板上：*尼腓三書11：32-34；尼腓三書11：35-36；尼腓三書11：37-38；尼腓三書11：39-40*。將學生分成兩人一組，指派各組研讀一段經文。請他們找出耶穌基督所教導的那些行爲和結果。（可以建議學生將這些教導與信條第四條作比較。）

學生有充分時間研讀之後，請幾個人報告他們在指派的經文中找到的行爲和結果。請他們將答案寫在白板上的行爲或結果下方。在學生針對各段經文提出報告時，問他們以下這些相關問題：

對受指派研讀尼腓三書11：32-34的組別，問：

- 聖靈如何幫助我們相信耶穌基督和天父？（**聖靈爲天父和耶穌基督作證。**）聖靈什麼時候曾向你作證天父和耶穌基督確實存在，而且愛你？

對受指派研讀尼腓三書11：35-36的組別，問：

- 根據這幾節經文，選擇相信天父和耶穌基督，會如何在我們的生活中邀來聖靈的影響力？

對受指派研讀尼腓三書11：37-38的組別，問：

- 你在尼腓三書11：37和尼腓三書11：38之間，發現哪些類似之處？
- 小孩具有哪些良好的特質？你想，爲什麼「變得像小孩那樣」很重要？

對受指派研讀尼腓三書11：39-40的組別，問：

- 救主在這些經文中的教導，如何強調我們選擇服從或不服從祂的教義，攸關重大？

請學生概述耶穌基督教導的，我們必須採取哪些關鍵行爲，才能進入天國。學生可能會用不同的詞語，但他們都應表達出以下這項眞理：**要進入天國，就必須悔改、相信耶穌基督、受洗，並接受聖靈**。你可以在課程結束時，分享你對這項眞理的見證。鼓勵學生遵行耶穌基督的教義，以便能繼承神的國。你也可以提醒他們要努力達成自己的目標，去避免和解決紛爭。

第122課

尼腓三書第12章

導言

耶穌基督教導尼腓人如何獲得祂的福音所帶來的祝福，並指示他們要影響他人向善。祂宣告自己已成全了摩西律法，祂也賜給人民一條更高的律法，使他們準備好變得像祂和我們的天父一樣。

教學建議

尼腓三書12：1-12

耶穌基督教導群眾有關遵行祂的福音所能得到的祝福

上課前，將以下這些問題寫在白板上：

天父期望我們成爲完全嗎？

我們在今生必須變成完全，才能進入高榮國度嗎？

我們有可能成爲完全嗎？

在一開始上課時，就請學生思考這些問題。請他們在整堂課中都想著這些問題。

請一位學生讀出尼腓三書12：48。指出這是一節精通經文。可以鼓勵學生將這節經文用特別的方式劃記起來，以便日後能輕易找到。

📖 **尼腓三書12：48是一則精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。**

請一位學生讀出以下十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老所說，有關要成爲完全的誡命：

「即使努力達到完全，目前看來似乎很難且無盡期，我們也無須氣餒。完全終歸會來臨，唯有在復活之後，也唯有靠主才能成全。『完全』等待著所有愛祂並遵守祂誡命的人」（參閱「完全終歸會來臨」，1996年1月，聖徒之聲，第94頁）。

- 你想，爲什麼要達到完全，「唯有靠主」？

複習上課一開始的那三個問題。問學生，在讀過尼腓三書12：48，又聽過納爾遜長老的話後，他們的答案有沒有改變。幫助學生了解，天父並不期望我們在今生就變得完全，但我們若勤奮努力遵守誡命並倚靠贖罪，最終就會成爲完全。

將有福了這個詞寫在白板上。請學生默讀尼腓三書12：1-12，找出救主敦促我們要培養出哪些特質，又應許我們會因此獲得哪些祝福。

- 你的生活曾因遵行了耶穌基督在尼腓三書12：1-12中的教導，而蒙得哪些祝福？

指出有福了一詞在這幾節經文中出現許多次。分享你的見證，說明你怎樣因爲遵行救主的教導而蒙得了祝福。

請學生從尼腓三書12：1-12所形容的祝福中，選自己渴望的一項，寫在筆記本或經文研讀日記上。請他們寫下自己必須培養什麼特質，才能獲得那項祝福。然後請他們寫下自己想做些什麼來培養那項特質。請幾位學生分享所寫的內容及理由。

尼腓三書12：13-16

救主勸勉群眾要成為世人的正義榜樣

展示一個鹽罐。請全班說出鹽有哪些益處。在學生回答時，要確定他們都清楚鹽能爲食物增加風味，也能作爲防腐劑，用來保存肉類免於腐敗。你也可以說明，在摩西律法下，祭司受命要在獻祭時配上鹽（見利未記2：13）。因此，鹽也是主與祂人民立約的象徵。

請學生默讀尼腓三書12：13，找出救主把哪些人比作鹽。在學生回答時，說明救主指的不單是當時在聖殿的群眾，也是指所有受洗加入祂教會並遵行祂福音的人。

- 我們身爲耶穌基督的跟隨者，能在哪些方面像鹽一樣？（我們要協助保全或拯救他人，並藉著影響他人向善來改進世界。）
- 你想，鹽失了味是什麼意思？

在學生討論這個問題時，你可以讀出以下七十員的嘉祿·亞薩長老所說的話：

「鹽不會因時間而失去它的味，唯有與別的東西混合或染污時才會失味。……當人被不潔的念頭玷污了思想，說謊話而褻瀆了自己的嘴巴，並濫用他的權力去做邪惡的事，他便會失去他的味和品格」（參閱「世上的鹽、人類的味和世人的拯救者」，1980年11月，聖徒之聲，第56頁）。

- 爲什麼我們必須純潔，才能影響他人向善？

說明救主用了另一個象徵來教導，已在祂教會中立約的成員應該如何影響他人向善。請一位學生讀出尼腓三書12：14-16。請全班跟著看經文，找出救主如何用燈光來教導有關祂的約民在世上的角色。在那位學生讀出來以前，你可以說明，「斗」指的是籃子。

- 教會成員怎麼樣成爲他人的光？你想，讓我們的光照耀是什麼意思？（在學生回答這問題時，幫助他們看出，他們正義生活的榜樣怎樣能對他人有所幫助。）
- 某些教會成員可能會如何遮蓋自己的光？
- 根據尼腓三書12：16，爲什麼救主希望我們讓我們的光照耀？（**我們立下正義的榜樣時，能幫助他人榮耀天父**。你可以建議學生用自己的話，將這項原則寫在自己的經文上。）
- 誰的正義榜樣曾幫助你更接近天父，並增強你遵行福音的渴望？

請學生想想自己爲周遭的人立下了什麼榜樣。鼓勵他們想想自己可以怎樣更加幫助他人，更愛天父，更有渴望跟隨祂。

尼腓三書12：17-48

耶穌基督教導群眾更高的律法；這律法能幫助他們變得像祂和天父一樣

說明救主繼續教導尼腓人如何歸向祂並進入天國。請一位學生讀出尼腓三書12：19-20。請全班跟著看經文，找出在這兩節經文中出現許多次的一個詞。

- 救主在邀請人們歸向祂時，曾三次用了哪一個重要的詞彙？（誡命。）

說明尼腓三書12：21-27包含了救主所賜的一些明確的誡命，這些誡命能幫助我們歸向祂並變得更像祂。祂在向尼腓人教導這些誡命時，先提到摩西律法中的教訓，然後才教導更高的律法。當祂提到「古人說的話」，及「記載著」等詞句時，指的是摩西律法上的傳統認知；而當祂說「只是我告訴你們」時，祂是在向我們介紹，祂希望我們今日如何去遵守那項誡命。

爲了幫助學生研讀這幾節經文，將下表抄在白板上。將全班分成四組。指派各組該表中的一行，請他們閱讀所附的經文並回答問題。

摩西律法的傳統認知為何？	救主勸告我們要如何生活？	男青年或女青年可以做些什麼來應用救主的這項教導？
尼腓三書12：21	尼腓三書12：22-26	
尼腓三書12：27	尼腓三書12：28-30	
尼腓三書12：38	尼腓三書12：39-42	
尼腓三書12：43	尼腓三書12：44-46	

爲了使學生閱讀尼腓三書12：22而獲益，你可以說明，拉加是一個帶有輕視、嘲笑意味的貶損用語。你也可以說明，七十員的大衛·蘇倫森長老曾教導，這句「趕緊與〔你的仇敵〕和好」（尼腓三書12：25）指的是「儘早消除彼此的歧異，不要讓激動的情緒失控，進而擴大爲身體或情緒的虐待，淪爲憤怒的奴隸」（「寬恕會化仇恨爲愛」，2003年5月，利阿賀拿，第11頁）。

學生讀完指定的經文後，請各組報告答案。可以請他們將答案寫在白板上的表格內。

- 在摩西律法和耶穌基督所教導的更高律法之間，似乎有了哪些改變？

你可以指出，更高的律法著重在我們的願望、思想和動機，更甚於我們外在的行爲。

- 在我們努力成爲完全之際，爲什麼著重在我們的願望、思想和動機是這麼重要？

請學生在尼腓三書第12章中選出一項救主的教導，並寫一段話說明自己會怎樣在那個領域中求進步。

請一位學生讀出尼腓三書12：19-20。幫助學生了解藉著悔改和勤奮努力遵守救主教導的誡命，我們可以透過贖罪成爲完全，並「進天國」（尼腓三書12：20）。

學生完成這些活動之後，請他們分享，對他們而言什麼才是最重要的。在白板上寫出以下這項原則，來概述本章內容：*我們歸向基督、遵守祂的誡命時，就會變得更像祂和我們的天父；祂們是完全的*。提醒學生，要獲得任何程度的完全，都必須倚靠耶穌基督的贖罪。請學生寫下他們想在哪一方面或哪兩個方面，應用今天所學到的救主的教導。結束時，針對白板上所寫的這項原則分享你的見證。

精通經文——尼腓三書12：48

請學生將經文翻到尼腓三書12：48，然後一起讀出這節經文。給學生時間研讀這節經文，然後請他們闔上經文，盡可能地再次複誦這節經文。請他們重複這過程：查看經文、闔上經文，然後憑記憶背誦出那節經文。

- 你經過努力之後有何進步？
- 這項活動對於你了解那通往完全的旅程有何幫助？

指出我們今生的努力是極爲重要的。但要提醒學生，主並不期望我們在今生就凡事都變得完全。我們透過贖罪和自身的勤奮努力來跟隨救主，最後就能變得完全。請學生想想自己可以在哪一方面努力跟隨救主。

（注意：由於這一課很長，你可以改天有較多時間時再使用這活動。

第123課

尼腓三書第13章

導言

救主繼續祂在滿地富聖殿所作的講道。祂警告人民要防備假冒為善，並教導他們要行事正義，以使天父喜悅。祂也指示群眾要積存財寶在天上，並指示祂的門徒要先尋求神的國，其次才是自己屬世的顧慮。

教學建議

尼腓三書13：1-18

救主警告人民要防備假冒為善，並教導他們要做正義的事以使天父喜悅

上課前，將以下的自我評估作成講義，發給每位學生。如果不可能做到的話，可以用口頭提出這份評估，或寫在白板上。

1. 我賙濟（宗教上的奉獻行爲，或爲人服務）是因爲：
   a.這是我應該做的。
   b.我愛主，也喜歡幫助他人。
   c.我希望別人認爲我很好。
2. 我祈禱，是因爲：
   a.我希望在我的父母或主教問我有沒有祈禱時，能夠回答「有」。
   b.這只是我每天的例行事項。
   c.我想要與我的天父溝通。
3. 我禁食，是因爲：
   a.禁食讓我更接近主。
   b.如果我沒有禁食，別人會認爲我軟弱。
   c.我的父母說我應該禁食。

開始上課時，請學生在講義、筆記本或在經文研讀日記中完成這份自我評估，指出哪些句子最能說明他們自己賙濟、祈禱和禁食的動機或理由。向學生保證，你不會請他們和其他人分享答案。在學生完成自我評估後，指出在賙濟、祈禱和禁食下方所列的種種答案，正反映了我們在做這些或其他與福音有關的活動時，會有的不同動機或理由（例如，我們做這些事可能是出於責任或義務，或爲了給他人好印象，或爲了使天父喜悅）。

- 我們爲什麼要做正義的事，這很重要嗎？爲什麼很重要，或爲什麼不重要？

將以下的主題及附帶的參考經文寫在白板上（可以在上課前寫好）：

賙濟：尼腓三書13：1-4

祈禱：尼腓三書13：5-6

禁食：尼腓三書13：16-18

說明尼腓三書第13章記載了耶穌基督如何繼續指示在聖殿的那群尼腓人，並教導他們在賙濟、祈禱及禁食時，個人的動機是多麼重要。

請學生從白板所列的主題中選出一項。請他們默讀相關的經文章節，找出下列問題的答案（你可以將這些問題寫在白板上）：

- 主警告我們，在做這項活動時要避免什麼動機？
- 主說，我們應該用什麼方式做這項活動？

在學生開始之前，提出以下定義或許會有幫助：假冒爲善指的是虛假地裝出正義的樣子，或者說的是一套，做的卻是另一套。

請幾位學生分享所找到的，對這兩個問題的答案。（學生查考經文後應該發現到主警告我們，不可爲了讓人家看而做正義的事，主也教導，我們做正義的事應該是爲了使天父喜悅。）爲了幫助學生進一步思考及應用救主的教導，提出以下這些問題：

- 我們基於什麼動機做正義的事，對於我們做這些事的方式有何影響？
- 有哪些正義的動機會激發一個人暗中賙濟、祈禱或禁食？

將以下未完成的句子寫在白板上：*我們若是做正義的事以使天父喜悅，……*。

- 根據尼腓三書13：4，6，18，做正義的事以使天父喜悅的人，會蒙得哪些祝福？（在學生回答時，將白板上的句子完成如下：**我們若是做正義的事以使天父喜悅，祂會公開酬賞我們**。）

請學生簡短地複習他們所作的自我評估，並爲自己在賙濟、祈禱或禁食方面的動機給予評價。鼓勵他們想想可以怎樣應用救主的教導，使自己有更好的動機來進行這些或其他活動，如研讀經文、繳付什一奉獻、參加教會聚會，及領受聖餐。

為困難的詞句下定義

經文用語有時可能會讓學生難以理解。為困難的詞句下定義，不但能幫助學生更了解某段特定經文的內容，還能幫助他們更了解先知作者的整個信息。字典、註腳，以及研讀經文的輔助資料等，都是有用的工具，能幫助學生找出特定詞句的意義。

尼腓三書13：19-24

耶穌基督教導群眾要積存財寶在天上

將以下這些詞寫在白板上：地上的財寶及天上的財寶。請學生和一個同伴討論以下這問題：

- 地上的財寶和天上的財寶各有哪些例子？

學生有時間兩人一組地討論這個問題後，你可以請一些人和全班分享他們的答案。考慮從你自己的生活中舉出地上財寶的一個例子（可以展示你擁有的一樣寶貴東西），以及天上財寶的一個例子（可以展示你的一張家庭照，或提到擁有見證對你而言是多麼重要）。請一位學生讀出尼腓三書13：19-23。請全班跟著看經文，找出救主對於尋求地上財寶及天上財寶所給的勸告。

- 根據尼腓三書13：19-20，地上的財寶和天上的財寶有何不同？
- 尋求地上的財寶會怎樣使我們分心，而不去尋求天上的財寶？（你可以澄清，救主並不是在教導金錢或世上財物都是邪惡的；祂是在強調，把我們的心放在能夠持久的天上財寶上是多麼重要。）
- 你想，尼腓三書13：22中的這句「你們的眼睛若專一」是什麼意思？你可以如何顯示自己專注於積存財寶在天上？

請一位學生在一張紙上寫出神這個字，並把這張紙放在教室的一邊。請另一位學生在一張紙上寫出世俗這個詞，並把這張紙放在教室裡相對的一邊。請第三位學生站在全班前面，面對寫著神的那張紙。然後，請這位學生轉身面對寫著世俗的那張紙。請這位學生試著同時面對這兩張紙。請全班默讀尼腓三書13：24，想想這節經文所述，如何就像那位學生企圖同時面對那兩張紙一樣。說明瑪門一詞代表世俗或財富。

- 尋求事奉神和瑪門，如何就像企圖同時面對那兩面牆一樣?
- 有哪些事可能是企圖同時事奉神和瑪門的一些例子?

請全班站起來，面對寫著神的那張紙。

- 你想，讓神作你的主人爲什麼很重要?
- 根據救主在尼腓三書13：24中的話，你怎麼知道神是不是你的主人?（儘管學生也許會提出許多正確的答案，但要確定他們都看出以下這項原則：**要讓神做我們的主人，我們就必須愛祂、事奉祂，甚於世上的一切。**）

學生還站著時，向他們讀出以下這些例子。請他們想想，例子中的人是在事奉神或世俗（瑪門），並請他們面對教室裡代表那個主人的一邊。請學生說明爲什麼他們會選擇轉向那一邊。（你可以修改這些例子來符合你學生的情況和興趣。）

1. 一位男青年拒絕了一份工作，因爲那工作會讓他無法參加星期日聚會，他選了一份待遇較低的工作，因爲不會影響參加聚會。
2. 一位女青年經常向父母抱怨，說她需要新衣服，而她想買的衣服價格高昂，超過她的家庭所能負擔。
3. 一位男青年工作所賺的錢，會定期繳付什一奉獻。但他把其餘的收入都用來購買娛樂用品，包括一些不適當的影片和歌曲，也沒有爲傳教或教育經費存錢。
4. 一位女青年經常用自己一部分收入買些小禮物送人，來表達她的愛。

活動之後，請學生就座，然後向他們提出以下這些問題：

- 根據你的經驗，永遠都愛神、事奉神，甚於世上的事物，爲什麼可能很困難?爲什麼把神放在首位是值得付出努力的事?

尼腓三書13：25-34

救主指示十二門徒要先尋求神的國，其次才是自己屬世的顧慮

概述尼腓三書13：25-31，告訴學生，耶穌基督指示祂的十二門徒不要擔心自己的食物和衣服等屬世需求。指出雖然這些教導是特別賜予那十二門徒的，但其中的原則也可應用在一般人身上。請一位學生讀出尼腓三書13：32-33。請全班跟著看經文，找出救主如何安慰祂的門徒有關他們屬世的需要。

- 了解到神知道我們的需要，對我們會有何幫助?
- 根據尼腓三書13：33，耶穌基督對那些將神和祂的國放在生活中首位的人，應許了什麼?（儘管學生也許會用不同的方式回答，但要確定他們都看出以下這項原則：**我們若先尋求神的國，祂會協助提供我們所需**。可以將這項原則寫在白板上。）
- 如果有個親近的朋友或家人，將你的興趣和需求看得比他自己的更重要，你會有何感覺?我們將天父和救主看得比我們的屬世需求和興趣更重要時，是在向祂們傳達什麼信息?

請學生針對自己可以做什麼事，來更完全地將神放在生活中的首位，在筆記本或經文研讀日記中寫下一個目標。你可以在結束本課時，見證自己曾因爲尋求將神和神的國放在生活中的首位，而體驗到哪些祝福。

第124課

尼腓三書第14章

導言

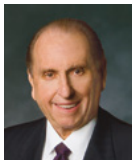
耶穌基督繼續在滿地富的聖殿講道時，警告人民不要論斷他人，又指示他們要藉著祈禱和遵行天父的旨意來尋求神的祝福。救主也警告他們有關假先知的事，並強調遵行神的旨意很重要。

教學建議

尼腓三書14：1-6

救主教導有關正義的論斷

爲了幫助學生準備好研讀救主針對正義論斷的教導，讀出以下多馬·孟蓀會長所述的故事：



「麗莎和約翰這對年輕夫妻剛搬到新的地方。有一天早上，他們在吃早餐時，麗莎從窗戶望出去，看到隔壁鄰居正在晾衣服。

「麗莎嚷嚷說：『衣服沒洗乾淨！我們鄰居不懂得怎樣把衣服洗乾淨！』

「約翰看了一下，但是沒吭聲。

「每次鄰居在晾衣服的時候，麗莎都會說同樣的話。

「過了幾個星期，有一天麗莎從窗戶看出去，她驚訝地發現鄰居院子裡晾的衣服竟然非常乾淨。她對她丈夫說：『約翰，你看——她總算學會怎麼正確洗衣服了！不知道她怎麼學會的?』

「約翰回答說：『親愛的，我知道答案。妳大概不曉得，今天我起了個大早，把家裡的窗戶都洗過了」（「愛是永不止息」，2010年11月，利阿賀拿，第122頁）。

- 我們可以從這個故事學到哪些教訓?

說明尼腓三書第14章包含了救主在聖殿繼續教導尼腓人的事。請一位學生讀出尼腓三書14：1-2。請全班跟著看經文，找出耶穌基督對於論斷他人提出什麼警告。你可以說明，尼腓三書14：2中的量字，意思是衡量或判斷。「你們用什麼量器量給人」這句話，指的是一個人用什麼標準來衡量或論斷他人。

- 你要怎樣用自己的話來表達尼腓三書14：2中的眞理?（學生的回答應反映出以下這項眞理：**我們怎樣論斷他人，就會怎樣受到論斷**。）

爲了幫助學生了解尼腓三書14：1中，救主這項「不要論斷人」的誡命，請一位學生讀出以下十二使徒定額組的達林·鄔克司長老所說的話：請全班仔細聽，我們應該避免對他人作哪一類的論斷。

「最後的審判……是一項未來的事件，屆時我們所有的人都會站在基督的審判寶座前，根據自己的行爲接受審判。……我相信，經文裡這項『不要論斷人』的誡命，很顯然就是指這最後的審判。……

「……爲什麼救主會吩咐我們不要對人作定論?我相信這誡命之所以賜下，是因爲當我們說某人會因爲做了某事，或者會在某個特定時間下地獄（或上天堂），我們就是在作定論。雖然我們常常會忍不住這麼做，但當我們這麼做，不但會傷害到自己，也會傷害到那個被我們論斷的人。……

「……這福音是充滿希望的福音，我們任何人都沒有權柄否認贖罪的大能會在適當的條件下，使個人潔淨罪惡、獲得寬恕、重獲新生」（“‘Judge Not’ and Judging,” *Ensign,* Aug. 1999, 7, 9）。

- 鄔克司長老的話對於你了解救主這項「不要論斷人」的誡命有何幫助?

展示一小點某樣材料，例如一小點木屑。說明另一個代表一小點的詞是微塵。然後展示（或在白板上畫出）一根樑木，或一根長木頭。告訴學生，救主用微塵和樑木這兩樣東西來幫助我們了解，我們不正義地（不當地）論斷他人時，會發生什麼問題。請一位學生讀出尼腓三書14：3-5，並請全班想想，微塵和樑木各代表什麼。

- 微塵代表什麼?（我們在別人身上見到的缺點。）樑木代表什麼?（我們自己的缺點。）

指出救主的這項比喻，重點在於我們眼中的東西。這些東西會影響到一個人的洞察力。

- 我們自己的缺點會怎樣影響到我們看待他人的方式?

請學生想想，論斷他人有可能是正當的嗎?給他們一點時間思考這個問題。然後說明，先知約瑟·斯密在馬太福音7：1的靈感譯文中，澄清了救主對於論斷他人的教導。根據約瑟·斯密，救主說的是：「不要不義地論斷，好使你們不被論斷；但要作正義的論斷」（約譯，馬太福音7：1）。請一位學生讀出以下忠於信仰中的說明：

「有時候，人們覺得以任何方式評斷他人是不對的。你的確不應該責備他人或不公正地評斷他人，但是你這一生中難免要對某些觀念、情況和人物作出評斷。主已賜予許多誡命，你在遵守這些誡命時不免要作出評斷」（忠於信仰：福音參考資料，第125頁）。

爲了幫助學生明白救主是在教導正義論斷的重要，請他們默讀尼腓三書14：6，找出救主指示我們應作哪些判斷。請他們報告他們所發現的事情。

- 把聖物給狗或把珍珠丟在豬前，是什麼意思?（把神聖的事分享給那些不會感激、也不會尊重其神聖性的人。）
- 救主在尼腓三書14：6中的勸告，要求我們如何去判斷他人?

在學生回答後，讀出以下達林·鄔克司長老的話，他談到我們還要在其他哪些情況下作出正義的判斷：

「我們都需要作出判斷來選擇朋友、選擇如何使用自己的時間及金錢，當然，還有選擇一位永恆伴侶。……

「……正義的判斷是受主的靈引導所致，而不是受憤怒、報仇、嫉妒或一己的私利所驅使」（“‘Judge Not’ and Judging,” 9）。

- 在選擇朋友、選擇如何使用自己的時間及金錢，以及選擇一位永恆伴侶等方面，爲什麼作正義的判斷很重要?
- 我們還需要在其他哪些情況下作出判斷?（學生可能會提到在兩個未來僱主之間作選擇，或決定是否接受邀請出去約會。）

尼腓三書14：7-11

救主教導有關尋求來自天父的祝福

請學生默讀尼腓三書14：7-11，找出救主所教導，有關天父樂意回答我們祈禱的事。說明，如果那些親切、慈愛、卻不完全的塵世父親，都樂意給兒女餅和魚，而不是給石頭和蛇，那麼，我們那位親切、慈愛又完全的天父，當然更樂意回答祂兒女求助的祈禱。

- 我們可以從尼腓三書14：7-11學到哪些原則？（學生可能會提到一些不同的原則。你可能要強調的一項原則是：**我們祈求天父幫助時，祂會祝福我們**。）
- 對你而言，爲什麼知道天父會回答你的禱告，是很重要的？
- 你什麼時候曾經從天父回答你祈禱的方式，感受到天父對你的愛？（可以給學生片刻時間想想這個問題，再請他們回答。也可考慮分享你自己的一個經驗。）

尼腓三書14：12-27

救主教導了遵行天父旨意的重要

請學生默讀尼腓三書14：12，並請他們想想，救主在這節經文中的教導能怎樣幫助他們變得更像天父一樣。

- 服從尼腓三書14：12中的勸告會如何幫助我們變得更像天父一樣？

告訴學生，救主在繼續教導的時候，用了強而有力的比喻來幫助我們了解遵行天父旨意的重要。

爲了幫助學生準備好研讀救主在尼腓三書第14章中的比喻，進行以下這活動：

將學生分成2到4組，給每位學生一張紙。將以下的經文章節寫在白板上，並逐一指派給各組：尼腓三書14：13-14；尼腓三書14：15-20；尼腓三書14：24-27。（如果班級人數很多，可以將經文指派給一組以上。）請學生閱讀指派給自己的經文，並畫圖顯示救主所用的那些比喻。同時請他們寫出從這些比喻中學到了什麼。

經過充分時間之後，請學生向全班展示圖畫，並說明他們學到了什麼。在學生陳述所學到的事時，提出類似以下這些問題：

- 服從耶穌基督的教導如何就像走在窄小的路上？拒絕耶穌基督的教導如何就像走在寬大的路上？（見尼腓三書14：13-14）救主的教導在哪些方面不同於世人的教導？
- 爲什麼狼要披著羊皮？（見尼腓三書14：15）關於假先知的願望和行爲，這項比喻告訴了我們什麼？
- 如果尼腓三書14：16-20中的樹代表人，那麼，果子代表什麼？（答案可包括人的思想、言語、行爲以及對他人的影響。）
- 我們聽救主的話並跟隨祂時，爲何就像一個人把房子蓋在磐石上？（見尼腓三書14：24-25。）如果我們選擇不跟從救主的話，爲何就像一個人把房子蓋在沙土上？（見尼腓三書14：26-27。）

學生陳述完並討論過後，請一位學生讀出尼腓三書14：21-23。

- 我們可以從尼腓三書14：21學到什麼？（學生也許會用不同的詞句回答，但他們都應看出以下這項眞理〔將這項眞理寫在白板上〕：*我們必須遵行天父的旨意，才能進入天國*。）
- 這項眞理與大路及小路、好樹及壞樹、聰明人及愚人等描述有何關聯？

給學生片刻時間去思考及應用他們從尼腓三書第14章所學到的事。請他們在筆記本或經文研讀日記中寫下他們要如何改進，來更努力地跟從救主在尼腓三書第14章中的教導。時間許可的話，請幾位學生概述自己所學到的事，並分享他們因爲學到這些事，而會怎麼做。結束時，可以作見證說明你自己因爲服從天父的旨意而獲得了哪些祝福。

第125課

尼腓三書第15～16章

導言

耶穌基督在滿地富聖殿繼續教導人民的時候，宣告摩西律法已成全，而祂就是人民應當仰望的光和律法。然後祂向十二門徒說明，美洲人民正是祂在耶路撒冷所說的「另外有羊」（見約翰福音10：14-16）。祂也應許，悔改並歸向祂的人會被算在祂的約民當中。

教學建議

尼腓三書15：1-10

救主宣告，祂已成全了摩西律法

上課前，將以下這些問題寫在白板上。

爲什麼要繳付什一奉獻？爲什麼要守安息日爲聖？爲什麼要孝敬父母？

開始上課時，指向白板上的那些問題，並問：

- 有些人可能會想知道主爲什麼要賜給人誡命？你要如何解釋誡命的目的爲何？

告訴學生，耶穌基督在指示尼腓人時，教導他們，祂的誡命有一個目的，就是要人民認識祂。請學生在研讀尼腓三書第15章時，找出這項目的。

說明救主在向群眾說話時，看出他們當中有些人有疑問。請學生瀏覽尼腓三書15：1-2，找出這些人想知道些什麼。（他們想知道，對於「摩西律法」，救主希望他們做些什麼。尼腓人過去的崇拜、儀式及教會組織，一向是根據摩西律法，來使人民準備好迎接耶穌基督的來臨，並幫助他們期待救主的贖罪犧牲。顯然地，有些人很困惑，不知道應該做什麼來取代遵行摩西律法。）

請一位學生讀出尼腓三書15：3-5，9。請全班跟著看經文，找出救主的說明中哪些詞句可能是在向尼腓人保證，他們的信仰毋須改變。請幾位學生分享所找到的詞句。請他們說明，爲什麼他們認爲這些詞句對那些尼腓人可能有幫助。

- 你想，當耶穌宣告自己就是「律法」時，祂是在教導什麼？（尼腓三書15：9）。

學生也許會提出一些不同的答案。在他們回答時，幫助他們看出以下眞理（將這些眞理寫在白板上）：*耶穌基督是律法的源頭。所有的福音律法都爲我們指向耶穌基督及祂的贖罪。我們若服從祂的誡命，就會獲得永生。*

- 爲什麼了解這些眞理對於這時候的尼腓人來說非常重要？（你可以指出，這新的律法也像摩西律法一樣，都指向救主和祂的贖罪。雖然人民的某些崇拜方式會改變，但他們仍要繼續運用對耶穌基督的信心，並奉祂的名崇拜天父。）

概述尼腓三書15：6-8，說明救主再次向人民保證，正如眾先知所說有關救贖主的話，已應驗在祂身上，他們對未來事件所作的預言也會應驗。祂也說明，祂與祂人民所立的約仍然有效，並且也將應驗。

請一位學生讀出尼腓三書15：9-10。請學生跟著看經文，找出救主希望祂的人民知道了你在白板上所寫的那些眞理後，會做些什麼。

- 對你而言，「仰望」基督是什麼意思？

請學生複習尼腓三書15：9-10，並概要說明，主希望我們怎樣去遵行福音，以獲得隨之而來的祝福。（學生也許會用不同的方式概述這經文章節，但他們的回答要反映出以下這原則：**我們若藉著遵守誡命及持守到底來仰望耶穌基督，祂必賜給我們永生。**）

- 我們有可能跟隨耶穌基督卻沒有遵守祂的誡命嗎？爲什麼？

請學生想想你上課前寫在白板上的那些問題。

- 一個人有可能表面上遵守了誡命，但其實並沒有仰望耶穌基督嗎？
- 哪些原因會使一個人可能表面上服從了誡命，但其實並沒有仰望耶穌基督？（答案可包括出於責任、害怕受懲罰、希望與他人一樣或在面子上好看，或者喜愛條文規定。）
- 我們服從誡命應該出於哪些原因？（我們遵守誡命應該是因爲愛主、希望使祂喜悅，並且想歸向祂。）
- 你眞誠地遵守誡命，因此蒙得了什麼祝福？

請學生想出一個既難理解又難遵行的誡命或福音標準。請他們想想，如果是因爲愛主而服從，他們對這項誡命或標準的感受可能會有何改變。鼓勵他們要以對主的愛爲動機，來服從誡命。分享誡命在哪些方面使你更接近天父和救主。

尼腓三書15：11～16：5

耶穌基督對門徒談到祂另外有羊

問學生，是否曾經覺得自己不如他人重要，有的話就舉起手來。請他們想想自己是否曾經覺得被遺忘或感到孤單，或者他們是否曾懷疑天父知道他們是誰。

將以下這些話寫在白板上：*神關心祂所有的兒女，祂會向他們顯現*。向學生保證這句話是眞實的，並請他們在研讀尼腓三書第15章其餘的部分及尼腓三書第16章的開頭部分時，找出證據來證明這項眞理。

請一位學生讀出尼腓三書15：11-17，並請班上學生找出，主怎麼對耶路撒冷的人民提及祂在美洲大陸的人民。你也可以請學生閱讀約翰福音10：14-16（幫助學生了解，「另外有羊」指的是跟隨牧人（即耶穌基督）的其他人。圈這個字可以指羊圈，但也代表有共同信仰的團體。）

- 根據尼腓三書15：17，主應許祂會如何向其他的羊或跟隨者顯現？（他們會聽到祂的聲音。）

請一位學生讀出尼腓三書15：18-19。請全班跟著看經文，找出天父爲什麼命令耶穌基督不要讓耶路撒冷的人民知道祂還有另外的羊。在學生報告過他們所發現的事情以後，問：

- 我們可以從這點學到哪個原則？（學生的回答要反映出以下這原則：**神會根據我們的信心和服從程度，賜給我們知識和眞理。**）

概述尼腓三書15：21-23，說明主告訴尼腓人，他們就是祂所說的另外的羊；但耶路撒冷的猶太人卻以爲祂說的是外邦人，或非以色列人。他們並不明白外邦人不會親自聽到祂的聲音。

請一位學生讀出尼腓三書15：24，並請全班仔細聽，主用什麼方式向那些尼腓人保證，祂很關心他們。你可以問學生，如果他們聽到主向他們說出這些話，會有何感受？

請學生默讀尼腓三書16：1-3，找出還有哪些人會聽到救主的聲音。說明：沒有相關的紀錄記載救主還造訪了哪些地方和人民，但顯然祂已造訪了其他一群人（或稱其他「羊圈」）。

尋找的問題

尋找的問題是邀請學生在讀經文時找出重要細節；以幫助學生對該段經文基本的了解。學生閱讀經文之前，先提出這類的問題，有助於找出答案。這會使學生專注，能在所讀的經文中找出答案。

在介紹「救主也會向沒有聽到祂聲音的人顯現」這個概念時，先提出下列問題，再請學生從經文中尋找答案：

- 那些沒有聽到救主聲音的人會怎麼樣？祂會如何向他們表示關心？

請學生查考尼腓三書15：22-23及尼腓三書16：4，找出主曾宣稱祂會用什麼方式向外邦人顯現（透過他人的傳道、透過聖靈的見證，並透過先知的寫作。）

- 這些顯現如何表現出神關心祂所有的兒女？
- 主曾經用哪些方式向你和你的家人顯現？
- 你可以如何協助主向祂所有的人民顯現？

尼腓三書16：6-20

耶穌基督向那些要在後期時代接受福音的外邦人宣告祝福，並提出警告

問學生，他們是否想成爲某個團體、俱樂部或團隊的成員。問他們必須具備哪些資格，才能成爲該團體的成員。指出我們所能加入的最偉大團體，就是主的約民所組成的團體。

請一位學生讀出尼腓三書16：6-7。請全班跟著看經文，找出主說過，在末世時代由於外邦人相信祂而以色列家族卻不相信祂，因此會發生什麼事。（你可以說明，摩爾門經的眾先知都用外邦人一詞來稱呼那些不是來自聖地的人。因此，外邦人一詞既可指本教會的成員，也可指不信的人和其他信仰團體的成員。）在學生回答後，概述尼腓三書16：8-9，說明耶穌基督預言，末世時代也會有不信的外邦人來分散和擊打以色列家族的成員。請一位學生讀出尼腓三書16：10。請全班跟著看經文，找出這些不信的外邦人將會如何。

- 主宣稱那些不信的外邦人會失去什麼？
- 這點如何適用於那些雖知道眞理卻變得驕傲自大的人？

說明主應許祂會遵守與以色列家族所立的約，將福音帶給他們（見尼腓三書16：11-12）。請一位學生讀出尼腓三書16：13。請全班跟著看經文，找出一個人必須做什麼，才能成爲主的約民中的一員。將以下未完成的句子寫在白板上：*「如果我們……，必……。」*請學生用尼腓三書16：13來完成這句話。學生應能夠找出以下這項眞理：*如果我們肯悔改而轉向耶穌基督，必被算在祂的人民中*。

- 爲什麼被算在主的人民中是一種祝福？

結束時，分享你對今天上課所教導的各項眞理的見證。

注釋及背景資料

尼腓三書15：5-8。聖約尚未完全完成

耶穌說：「我和我人民立的約尚未完全完成」，這是什麼意思？（尼腓三書15：8）。耶和華在古代與亞伯拉罕立約，亞伯拉罕蒙應許會擁有（1）永恆的後裔，（2）一塊繼承的土地，以及（3）神的聖職能力。這些應許也賜給亞伯拉罕的子孫（見教約132：30-31），而且將來一定會應驗。

自修班課程

尼腓三書11：18～16：20（第25單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓三書11：18～16：20（第25單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓三書11：18～12：48）

學生學習到，洗禮必須由一位持有適當權柄的人，依照主規定的方式執行。他們也讀到基督的教義，學習到聖靈會為天父和耶穌基督作證。他們在研讀八福及救主對更高的律法所作的說明時，學習到我們若遵行耶穌基督的教訓，就必蒙福，並準備好進天國。他們也學習到，我們歸向基督、遵守祂的誡命時，就會變得更像祂和我們的天父一樣完全。

第2天（尼腓三書第13章）

從救主所教導，有關賙濟、祈禱及禁食的動機中，學生學習到，我們若做正義的事以使天父喜悅，祂必公開酬賞我們。他們在研讀救主所教導，有關無法事奉兩個主人一事，學習到以下這些原則：要讓神成為我們的主，我們就必須愛神、事奉神，甚於世上的一切。我們若先求神的國，祂必協助提供我們所需。

第3天（尼腓三書第14章）

救主對於要正義地論斷所給的教導，讓學生了解到我們怎樣論斷他人，就會怎樣受到論斷。他們也學習到，我們若向天父祈禱求助，祂會祝福我們。學生畫圖描述救主的教訓，並學習到我們必須遵行天父的旨意，才能進天國。

第4天（尼腓三書第15～16章）

學生學習到，耶穌基督是一切律法及福音誡命的源頭。我們若藉著遵守誡命及持守到底來仰望耶穌基督，祂必賜給我們永生。學生在研讀救主所說的「另外有羊」（尼腓三書15：21）時，學習到神關心祂所有的子女並會向他們顯現。他們也學習到，神會根據我們的信心和服從程度，賜給我們知識和真理。

導言

學生在這一課會考慮紛爭對於他們感受聖靈的能力有何影響。他們也能想到那些為他們樹立好榜樣的人，並想想自己可以怎樣為他人樹立更好的榜樣。

教學建議

尼腓三書11：18-41

耶穌基督制定洗禮的方式、譴責紛爭，並宣告祂的教義

在白板上寫出*紛爭*一詞，請學生為這個詞下定義（爭辯、衝突或爭論）。

請學生簡短地在白板上列出一些可能發生紛爭的情況或活動。（可以請一位學生在同學提出答案時，擔任抄寫員。）在進行這項活動時，要避免採用十二使徒定額組的達林·鄔克司長老所稱的「敵人的作法」，以免助長「辯論和爭論」（*The Lord's Way* [1991], 139）。

提醒學生，他們已在尼腓三書第11章讀到耶穌基督向聚集在聖殿的尼腓人顯現。請一位學生讀出尼腓三書11：28，並請全班找出有些尼腓人在爭論著什麼主題。（為了幫助學生更了解這節經文，你可能要說明*爭論*一詞指的是爭辯或異議。）

問：你想，為什麼在與人討論福音時，避免爭論或紛爭很重要？

將以下未完成的句子寫在白板上：*紛爭之靈不是屬於神的，而是……*。請一位學生讀出尼腓三書11：29-30，並請大家找出紛爭之靈來自何處。他們找到的真理可以表達如下：**紛爭之靈不是屬於神的，而是屬於魔鬼的**。你可以建議學生在自己的經文中劃記這項真理。

問：當你處在可能發生紛爭的情況時，記住救主在尼腓三書11：29-30的教導，對你會有何幫助？（你可以指出白板上所寫的特定情況，或請學生想想，一個人在什麼情況下，會想去爭論福音的要點。）

為了幫助學生了解紛爭的一項嚴重後果，讀出或展示總會會長團的雅各·傅士德會長這句話：「發生爭執時，無論誰對誰錯，主的靈都會離開」（「我要兒子在傳教之前知道的事」，1996年7月，*聖徒之聲*，第45頁）。

可以建議學生將這句話寫在他們自己的經文或經文研讀日記上。

問：你是否曾感覺到主的靈因為紛爭而離開了？那是什麼樣的感覺？

指出在尼腓三書11：30中，救主所說有關紛爭的這句話：「這是我的教義，就是要消除這種事。」然後提出以下這些問題：

- 我們可以如何消除紛爭和爭論？
- 我們可以怎樣在與他人意見不同時避免紛爭？
- 你曾經因為努力避免或解決紛爭，而在哪些方面蒙得祝福？

你可以分享自己的一個經驗，談談你曾在什麼時候因為努力避免或解決紛爭而感到自己蒙得祝福？請學生注意白板上的項目，並選出一個在他們看來可能會經常發生紛爭的情況。給他們時間，針對他們在那種情況中要如何努力避免或解決紛爭，寫下一個目標。

尼腓三書第12～16章

耶穌基督教導了能幫助祂的兒女邁向完全的各項原則

請學生起立，背誦尼腓三書12：48。你可能必須請他們練習幾次，他們才能完整地背誦出這節精通經文。請學生用自己的經文，指出尼腓三書12：1-12所提的各種有關完全的特質中，有哪些是他們希望進一步培養的。

把一小撮鹽放在一個湯匙內，請學生猜猜那是什麼物質。然後請一位學生上前嚐嚐看，辨認那是什麼物質。等學生辨認出那物質是鹽後，請全班列出鹽的各種益處。在他們回答時，要確定他們都清楚，除了為食物調味外，鹽也可以當防腐劑，使肉類不致腐敗。

請學生閱讀尼腓三書12：13，找出救主將誰比作鹽。在學生回答時，說明祂不僅指的是當天在聖殿的那群人，而且還包括所有受洗並與祂立約的人。

問：身為耶穌基督的門徒，我們可以在哪些方面像鹽一樣？（我們要協助保全或拯救他人，並藉著影響他人向善來改善這世界。）

說明在尼腓三書12：13中的味這個字，不僅指的是鹽的味道，也指鹽作為防腐劑的功能。

請一位學生讀出以下七十員的嘉祿．亞薩長老所說的話，談及鹽會怎樣失去它的味：

「鹽不會因時間而失去它的味，唯有與別的東西混合或染污時才會失味。正如，……當人被不潔的念頭玷污了思想，說謊話而褻瀆了自己的嘴巴，並濫用他的權力去做邪惡的事，他便會失去他的味和品格」（參閱「世上的鹽、人類的味和世人的拯救者」，1980年11月，*聖徒之聲*，第56頁）。

問：為什麼我們必須努力保持純潔，才能影響他人向善？

向學生展示一支手電筒。打開手電筒，請學生閱讀尼腓三書12：14-16，找出救主如何用光來進一步教導祂的約民在世界上應扮演的角色。在他們讀以前，先作以下說明可能會有幫助：*斗*是一個籃子。

問：遵守聖約的教會成員如何成為他人的光？

用一個籃子或一條手巾蓋住光，然後提出以下這些問題：

- 我們可能會在哪些方面受到誘惑去蓋住我們的光？
- 根據尼腓三書12：16，為什麼救主希望我們為他人樹立正義的榜樣？（**我們樹立正義的榜樣時，能幫助他人榮耀天父**。你可以建議學生將這個原則寫在他們經文的邊緣。）
- 誰的正義榜樣曾幫助你更接近天父，或加強你的渴望，更完全地遵行福音？

鼓勵學生藉著選擇樹立正義的榜樣，來成為世人的鹽和光。

說明救主繼續教導尼腓人，他們若不假冒為善地崇拜，也不將心思放在世間的財寶或酬勞上，就會因為正義地服從誡命而獲得真正的酬賞。將下列參考經文寫在白板上：尼腓三書13：22；13：31-33；14：7-8；15：9；16：13。請學生查考這些經文，找出我們若將心思專注在過正義的生活，天父應許會賜給我們哪些酬賞。給他們充分的時間後，請他們報告所發現的事情。

向學生分享你的這個見證，說明他們若努力消除紛爭，成為世人的正義榜樣，天父和耶穌基督會幫助他們、祝福他們。

下一單元（尼腓三書第17～22章）

告訴學生，他們在研讀尼腓三書第17～22章時，會讀到耶穌基督和尼腓人的小孩在一起時，祂哭了。鼓勵他們找出下列這些問題的答案：祂為他們做了什麼？耶穌在施助那些尼腓人時，還行了哪些奇蹟？

第126課

尼腓三書第17章

導言

救主與尼腓人共處的第一天將近尾聲，祂看出許多人沒有完全明白祂的話。祂教導他們如何才會更加了解，又強調了祈禱和沉思的重要。當祂宣告要離開時，人民哭了。充滿憐憫的救主多逗留一些時候，醫好病人、為人民祈禱，並祝福他們的小孩。那些尼腓人快樂極了，全都因而不勝負荷。

教學建議

尼腓三書17：1-3

耶穌指示尼腓人要沉思祂的話，為明白祂的話而祈禱

請學生想像自己處在下列這情況：你和一位朋友坐在一場總會大會或區域大會的前排座位上，聽先知演講。你們兩個人在那裡時，都和先知見了面。大會結束後，你和朋友就回家了。

- 你想，聚會之後，你會和你的朋友談些什麼？

提醒學生，耶穌基督當時教導了尼腓人大約一整天的時間。祂在準備離開的時候，看出那些人並沒有完全了解祂教導的事。請學生默讀尼腓三書17：1-3，找出救主告訴那些尼腓人應該做些什麼，來更明白祂的話。（可以建議學生將他們所發現的事情劃記出來。）在學生報告過他們所發現的事情以後，問：

- 沉思是什麼意思？

請一位學生讀出以下總會會長團的亨利·艾寧會長所說的話。請全班仔細聽，他對於沉思的意義教導了什麼？

「閱讀、研讀和沉思經文這三件事情並不相同。我們可能會從讀到的字句中產生一些想法。我們可能會在研讀經文時，發現一些相同的模式和經文之間的關聯性。但是只有在我們沉思經文時，才能邀請聖靈啓發我們。對我而言，沉思就是在仔細閱讀和研讀經文之後加以思考和祈禱」（「與聖靈一同服務」，2010年11月，利阿賀拿，第60頁）。

- 你想，沉思和祈禱如何相輔相成，幫助我們了解在教會或在福音進修班中學到的事？

指出救主在尼腓三書17：3中的指示，祂叫尼腓人應「爲明天準備好〔他們的〕心」，那時祂會再來教導他們。

- 一個人在出席教會聚會或上福音進修班之前，可以做些什麼來準備自己的心？
- 我們若爲這類的學習機會準備好自己的心，會有什麼不同？

爲了幫助學生找出尼腓三書17：1-3所教導的一項原則，將以下未完成的句子寫在白板上，請學生根據所學到的內容完成這句話。

藉著沉思和向天父祈禱，我們能夠……。

學生也許會用不同的詞語表達，但他們應提出以下這原則：**藉著沉思和向天父祈禱，我們能夠獲得更多的了解。**

將以下內容寫在白板上：

在出席教會聚會或上福音進修班之前準備好我的心。

沉思我在教會或福音進修班聽到的事。

爲我在教會或福音進修班聽到的事祈禱。

請學生從白板上所寫的行爲選出一項來。給他們時間想想（1）他們怎樣做到了這一項，（2）這樣做如何幫助了他們在教會或福音進修班學習更多。請幾位學生向全班分享他們的想法。鼓勵學生想想自己可以如何改進這三項的其中一項，並爲如何去做擬出計畫。可以建議他們將這計畫寫在筆記本或經文研讀日記上。告訴學生，本課的下一部分會給他們機會練習沉思。

尼腓三書17：4-25

救主在尼腓人中醫好病人、為人民向天父祈禱，並祝福他們的小孩

展示圖片：耶穌教導西半球的人民（62380；福音畫冊，編號82）。請一位學生讀出尼腓三書17：4。指出這句：「現在我要到父那裡去」。請學生想像，他們剛剛和救主共度了一天時間，而祂宣告要離開了。請幾位學生分享他們在這情況中可能會有什麼感受?請一位學生讀出尼腓三書17：5，並請全班找出，當救主表示有意離開時，那些尼腓人的反應如何。

說明要不是因爲那些尼腓人正義的願望，在尼腓三書第17章和第18章所記載的那些事件可能永遠不會發生。以下活動的目的在於幫助學生更完全地了解耶穌基督對祂人民的愛，並幫助他們針對耶穌基督的品格，自己在經文中找出一些眞理。將以下參考經文寫在白板上，請學生抄在筆記本或經文研讀日記上：

尼腓三書17：6-10

尼腓三書17：11-18

尼腓三書17：19-25

讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「生活方式最接近基督的人是最偉大、最快樂、也最蒙福的；這與俗世的財富、權力或名聲一點關係都沒有。一個人偉大、快樂、蒙福與否，完全在於他有多麼像我們的夫子耶穌基督。祂是正道、祂是完全的眞理、祂是豐盛的生命」（參閱「耶穌基督：禮物與期望」，1987年12月，聖徒之聲，第3頁）。

給學生5到10分鐘默讀寫在白板上的每段經文章節。請他們針對救主的品格找出一些眞理。他們研讀的時候，應該在每段經文章節中找出至少一項眞理。請他們寫出所找到的眞理。

學生讀完後，請其中幾位在白板上相關的參考經文下方，寫出他們所學到的一項有關救主的眞理。學生完成這項活動後，提出以下這些問題：

- 爲什麼知道這些有關救主的眞理對我們很重要?
- 你找到了哪些證據來證明救主敏於察覺我們的需求和願望?
- 這段記事的哪些部分最令你印象深刻?爲什麼?
- 你想，那些人爲什麼會因快樂而不勝負荷?（見尼腓三書17：18）
- 你想，爲什麼救主在那天會快樂十足?（見尼腓三書17：20）

請學生概述他們從尼腓三書17：6-25中所學到的事情。學生也許會提出各種不同的答案。他們可能找到的一項眞理是：*救主對我們懷著極大的憐憫*。將這項眞理寫在白板上。你可以建議學生將這項眞理，或將他們找到的另一項眞理，寫在自己經文中靠近尼腓三書17：6的邊緣。

爲了幫助學生得知了解耶穌基督的品格會怎樣幫助我們增長信心，讀出以下這段話：

「當你確知基督活著，對祂的品格有正確的概念，並知道你正努力按照祂的旨意生活時，你就能運用對基督的信心」（忠於信仰：福音參考資料，第39頁）。

- 了解救主心懷憐憫，怎樣有助於你運用對祂的信心?

指出尼腓三書17：9中的這句「有任何病痛的」。

- 這裡的「任何」病痛可能包括哪些類的病症?（身體、情感、心理及靈性上所有的病症。）

請學生想想自己可能在哪些方面有「病痛」。還有，如果救主親自祝福他們，他們會請救主醫治他們的什麼。提醒他們，雖然救主沒有來這裡親自施助我們，但祂已透過聖職提供祂的祝福及醫治能力。

- 你會向誰請求聖職祝福?
- 你最近一次在生活中感受到救主的醫治力量是什麼時候?

提醒學生，他們在上課一開始時曾討論到有關沉思的原則。指出沉思的方法之一，是想像自己處在經文所述的情況中。請學生想像自己身在尼腓三書第17章所述事件當時的尼腓人中。給學生時間在筆記本或經文研讀日記，寫出他們要是當時身處那些尼腓人中，與救主在那場合互動，他們可能會聽到、看到、感受到，以及學習到什麼。可以建議他們寫出他們會請救主醫治的一項病痛。他們寫完後，考慮請幾位學生向全班讀出他們所寫的內容。確定他們都了解，他們不要覺得自己有責任分享任何太過個人或隱私的事。

幾位學生分享過所寫的內容後，可以請一、兩個人談談他們如何知道耶穌愛他們、憐憫他們。鼓勵學生沉思這個課程，並在仰賴救主協助他們的願望、軟弱、心痛及考驗時，信賴救主的憐憫。

想像

想像是研讀經文的一種技巧，能幫助學生分析、了解及應用所讀到的事。幫助學生學習想像經文事件，鼓勵他們試著將所讀到的人物、地點及事件，在腦海中描繪出來。學生可以做到這點的方式之一，是想像他們自己就是所讀故事中的人物。

第127課

尼腓三書第18章

導言

耶穌基督在尼腓人中結束第一天傳道之際，主理了聖餐。祂命令他們領受聖餐、常常向天父禱告，並要與所有的人交誼。救主應許服從的人會獲得極大的祝福。然後祂針對十二位尼腓門徒在教會中的事工，給了他們指示。祂在升上天去之前，授予他們權力賜予聖靈。

教學建議

尼腓三書18：1-14

耶穌基督在尼腓人中主理聖餐

請一位學生讀出以下七十員傑瑞·倫德長老所說的話。鼓勵全班想像，倫德長老所提的攀岩人會是什麼樣子。

「前些日子，有篇關於攀岩的有趣文章刊載在一個醫學雜誌裡。……

「這篇文章談到一個名叫詹谷胥的人，他是某間攀岩學校的校長。……詹谷胥向作者描述了攀岩的繫繩系統。這是攀岩者不慎跌落時的一種保護機制。一個攀岩的人固定了安全地點，就幫另一位攀岩者把繩索固定，通常是綁在自己的身體上。『你在繩子上了。』意思是：『我把你繫好了，要是有什麼事發生，我會止住你，不讓你繼續往下掉。』這是攀岩的一個重要部分。現在注意這篇文章接下來的記述：『繫繩法爲詹谷胥的攀岩生涯帶來了最美好、也最驚險的時光。有一次，詹谷胥從很高的懸崖跌下，扯落了三個支撐架，也把幫他繫繩的人拖離了岩架。他在離地約三公尺高的地方，頭下腳上地停了下來，靠的是他的繫繩者〔唐恩〕像老鷹一樣伸展雙臂、奮力扯住繩索，才止住了他的跌勢。詹谷胥說：『唐恩救了我的命。對這樣的人你要怎麼回報呢？給他一條用過的攀岩索當作聖誕禮物嗎？不！*而是要記得他。你要一直記得他。*』」〔Eric G. Anderson, "The Vertical Wilderness," *Private Practice,* November 1979, 21; emphasis added〕（"The Grace and Mercy of Jesus Christ," in *Jesus Christ: Son of God, Savior,* ed. Paul H. Peterson, Gary L. Hatch, and Laura D. Card [2002], 48）。

- 你想，爲什麼這位攀岩的人會覺得給他的救命恩人物質上的禮物，並不足以表達感謝？

請學生默讀尼腓三書18：1-7，找出救主要求尼腓人做什麼事來記得祂。（可以建議學生在尼腓三書18：7中，劃記記得這個詞。）在學生報告過他們所發現的事情以後，提出以下這些問題：

- 領受聖餐如何幫助我們記得救主爲我們所作的犧牲？
- 根據尼腓三書18：7，那些尼腓人在領受麵包時，應該記得什麼？

給學生時間回顧尼腓三書11：14-15。然後提出以下這些問題：

- 爲什麼記得救主的身體對那些尼腓人來說，格外意義深遠？
- 雖然你不像那些尼腓人一樣見過救主身上的傷痕，爲什麼領受聖餐麵包來「記得〔救主〕的身體」對你來說仍然很重要？（教約20：77）
- 你可以做些什麼來一直記得救主？

將以下未完成的句子寫在白板上：*我們領受聖餐時，是在向天父證明……*。

請學生默讀尼腓三書18：8-11，找出一些詞語來完成白板上的話。請幾位學生分享他們所發現的事情。（學生可能會這樣完成這句話：**我們領受聖餐時，是在向天父證明我們會一直記得耶穌基督**。另一個可能的答案是：**我們領受聖餐時，是在向天父證明我們願意去做救主吩咐的一切事**。）

用以下的一些問題或全部，來幫助學生更了解、也更感激聖餐幫助了我們記得救主：

- 我們在聖餐教儀中，可能會記得救主的生平和傳道中的哪些事跡？（答案可能包括祂的死亡和贖罪犧牲、祂卑微的出生、祂的奇蹟和教導、祂懷著愛心照顧他人，以及祂順服於天父。）
- 雖然領受聖餐只需一點點時間，但是爲這教儀作準備及參與這教儀，所帶來的影響卻是永恆的。在領受聖餐後，以及一星期裡的其餘幾天裡，我們可以做些什麼來一直記得救主？
- 我們在領受聖餐時的眞誠和專注，會怎樣幫助我們在平日記得救主？
- 如果我們沒有記得祂，聖餐會有什麼意義？
- 根據尼腓三書18：7，11，主向領受聖餐並記得祂的人作了什麼應許？（**我們若領受聖餐並一直記得救主，就必有祂的靈與我們同在**。）

請一位學生讀出尼腓三書18：12-14，之後再請另一位學生讀出希拉曼書5：12。請其餘學生跟著看經文，想想這兩段經文之間有何關聯？

- 定期領受聖餐會怎樣幫助你以耶穌基督爲生活的根基？

爲了幫助學生更記得耶穌基督，請他們在下一週當中，每天都在筆記本、經文研讀日記或個人日記上，寫出他們做了些什麼來記得救主。鼓勵他們考慮寫下在聖餐儀式當中想到的事，或記得救主對他們的思想、言語和行爲有何影響。

在接下來幾堂課都鼓勵學生繼續每天記寫，作爲後續追蹤。在這一週中，可以在上課一開始時給他們幾分鐘時間，記寫他們正在做些什麼來記得救主。

尼腓三書18：15-25

耶穌教導尼腓人要常常向天父禱告，也要常常聚在一起

將學生分成兩人一組。請各組一起閱讀尼腓三書18：15-21，找出救主教導我們要做什麼來抗拒誘惑。他們讀完後，請各組根據自己的感覺，寫出一句話來概述這些有關克服誘惑的教導。請幾組分享所寫的內容。（雖然學生可能會用不同的詞句來概述，但他們應提出以下這項眞理：**我們若隨時警醒，常常向天父禱告，就能抗拒撒但的誘惑**。）

- 你想，尼腓三書18：18中的警醒一詞是什麼意思？（在靈性上有所警惕、留意，或提防。）
- 你想，爲什麼若要抗拒誘惑，警醒和禱告都是必要的？

指出尼腓三書18：15，20-21是一則精通經文。可以鼓勵學生用獨特的方式將這經文劃記下來，以便能輕易找到。

- 關於撒但力圖誘惑我們一事，禱告如何幫助我們保持警醒和警惕？

尼腓三書18：15，20-21是一則精通經文。請參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這段經文。

請學生在筆記本或經文研讀日記中，回答下列問題之一：（可以將這些問題寫在白板上，或慢慢讀給學生聽，讓他們寫下來。）

- 禱告曾如何幫助你抗拒撒但的誘惑?
- 你可以做些什麼來改進自己的個人祈禱?
- 你因爲和自己的家人一起祈禱，見到了哪些祝福?
- 你可以做些什麼來協助家人堅定地進行有意義的家庭祈禱?

時間允許的話，考慮請幾位學生和全班分享他們寫的內容。

請學生想想他們希望幫助哪一個人更接近救主。將以下這原則寫在白板上，鼓勵學生抄下來：***我們施助他人時，能幫助他們歸向基督***。請學生默讀尼腓三書18：22-24。

- 救主要求我們做什麼來幫助他人歸向基督?（我們不應拒絕他人參加我們的教會聚會，我們也應該爲他們祈禱。）
- 救主說，祂是我們要向世人舉起的光。我們每個人可以怎樣生活，來舉起救主的光?

讀出以下十二使徒定額組的羅拔·海爾斯長老所說的話。請學生仔細聽，海爾斯長老所說，我們正義地生活時，會發生什麼事。

「我們若讓我們的光照耀，使得跟隨我們的人都會跟隨救主，耶穌不就會很高興嗎?有些人正在尋找這光，他們會很高興地通過洗禮之門，走上那通往永生的窄而小的路（見尼腓二書第31章）。你們願意成爲那光，來引導他們抵達安全的港灣嗎?」（"That Ye May Be the Children of Light" [Brigham Young University fireside address, Nov. 3, 1996], 8, speeches.byu.edu）。

- 當你想到這問題：「我們若讓我們的光照耀，使得跟隨我們的人都會跟隨救主，耶穌不就會很高興嗎?」你有什麼想法?

說明爲他人祈禱、邀請他們參加教會聚會，以及樹立基督般的榜樣，都是我們可以用來施助他人的方式。請幾位學生分享在他們的經驗中，他們怎樣舉起救主的光，來幫助他人歸向祂。

尼腓三書18：26-39

救主教導祂的門徒要跟所有的人交誼

概述尼腓三書18：26-39，說明救主在向群眾說過話後，就轉向祂所揀選的十二門徒，指示他們如何帶領及管理教會的事務。請學生默讀尼腓三書18：32，找出我們應該如何對待那些偏離信仰的人。

- 我們要繼續施助偏離信仰的人，此事爲什麼很重要?

考慮分享一個經驗，談談你怎樣幫忙施助神的一個孩子，並幫助那人歸向基督。

精通經文——尼腓三書18：15，20-21

注意：由於這一課很長，你可以用以下的精通經文活動來開始下一堂課。或者，你也可以在將來的課程中，有較多時間複習精通經文時，才使用這活動。

用幾分鐘時間幫助學生記住尼腓三書18：15，20-21。將這三節經文都寫在白板上，請學生練習唸出來。學生把這幾節經文全部唸過幾遍後，開始擦去不同的部分，同時請學生繼續背出這整段經文。重複這過程，直到白板上全部的字都擦掉了爲止。

第128課

尼腓三書第19章

導言

在救主第一次造訪尼腓人之後，祂來訪的消息就徹夜傳遍了那裡的人民。（尼腓三書第11～18章所記的事件全部發生在一天當中。）那一整個晚上，人民都「非常辛苦，以便第二天可以來到（救主要再次）顯現的地方」（尼腓三書19：3）。到了早上，十二門徒便教導人民，並和他們一起禱告。耶穌基督顯現，吩咐人民禱告，祂也為他們向父禱告。十二位門徒由於他們的信心，都變得潔淨了。耶穌祈求讓門徒和所有相信他們話語的人，都能與祂和祂的父合而為一。

教學建議

尼腓三書19：1-14

十二位門徒按照救主的吩咐施助人民

請學生想像，要是他們知道明天耶穌基督就會來到聖殿（或支聯會中心、市中心，或需要學生付出努力才能抵達的其他地方），他們會怎麼做，或有何感受。

- 你要怎麼去那裡？
- 你會希望誰和你一起去？
- 你會做些什麼來準備迎接這次經驗？

提醒學生，救主在訪問尼腓人的第一天即將結束時，曾鼓勵他們回家去沉思祂的教導並祈禱得以明瞭，來為祂第二天的訪問作準備（見尼腓三書17：3）。請學生默讀尼腓三書19：1-3，找出那些尼腓人如何回應救主所說，祂第二天要再來的這項應許。在學生報告過他們所發現的事情以後，概述尼腓三書19：4-8，說明第二天群眾聚集起來之後，十二門徒就將人民分成十二組，開始教導他們。十二門徒指示群眾跪下祈禱之後，也跟著祈禱，然後將救主前一天所教導的那些眞理教導給人民。之後那些門徒再次跪下祈禱。

請一位學生讀出尼腓三書19：8-9。請全班跟著看經文，找出那些門徒祈求些什麼。

- 那些門徒最渴望的事情是什麼？
- 救主離去之後，十二門徒將在尼腓人中管理教會的事務。你想，為什麼他們在從事聖工時會需要聖靈？
- 在你的祈禱中，你最渴望的事情是哪些？
- 你有沒有祈求能擁有聖靈？為什麼有，或為什麼沒有？

請一位學生讀出尼腓三書19：10-12。等他（或她）讀完之後，說明這第二次的洗禮情況很特別。雖然那些尼腓人先前已經接受過赦罪的洗禮，也配稱來到耶穌基督面前，救主仍命令他們要再次受洗，因為祂已重新組織了教會。

請一位學生讀出尼腓三書19：13-14。請全班跟著看經文，找出那些門徒獲得了哪些祝福，以答覆他們正義的渴望。為了幫助學生更加渴望在生活中擁有聖靈的影響力，進行以下這活動：

將學生分成兩人一組。請各組在筆記本或經文研讀日記中，列出聖靈會為生活配稱的人做些什些事。其次，請學生將所列的內容，與以下十二使徒定額組的

羅拔·海爾斯長老所說的話作一比較。（上課前，先將這段話複印出來，或寫在白板上。）請學生在閱讀這段話時，將所找到的新意見，加在自己所列的內容中。

「聖靈……是我們對父與子的見證來源。……

「我們需要聖靈經常爲伴，幫助我們在每天要做的決定中做較好的選擇。……有聖靈爲伴可給予〔我們的青少年〕力量來抗拒邪惡，並在必要時悔改而回到窄而小的路上。……我們都需要藉著聖靈獲得更多的力量。……擁有聖靈的恩賜能幫助家人作明智的選擇，也就是那能讓他們和家人一起回到天父及其子耶穌基督面前，與祂們永遠住在一起的選擇」（參閱「洗禮聖約：在這國度中也屬於這國度」，2001年1月，利阿賀拿，第8頁）。

- 你所列出的那些祝福，會在哪些方面對教會中的青少年有所幫助?

請學生複習他們所列出的各項祝福，並想想自己必須做些什麼才有資格獲得這些祝福。請他們默讀尼腓三書19：9，13，找出一項關於獲得聖靈影響力的原則。請學生寫出所找到的原則。請幾位學生分享自己所寫的內容。（學生也許會分享類似以下的事：**我們正義的渴望和祈禱使我們有資格充滿聖靈。**）

- 你正義的渴望和祈禱，什麼時候曾幫助你感受到聖靈的影響力?

將以下這個未完成的句子寫在白板上。請學生將句子的這部分寫下來，然後用自己的話完成整個句子。

我會藉著……，來向天父表示我很渴望擁有聖靈爲伴。

尼腓三書19：15-36

救主顯現，並祈求父使人民能經由信心被潔淨

請一位學生讀出尼腓三書19：15-16。指出那些人民還跪著時，見到耶穌基督爲祂的門徒和群眾獻上三個不同的祈禱。（說明班員稍後會在這堂課讀到救主的第三個祈禱。）

上課前，將以下的參考經文及問題寫在白板上（或作成講義發給每位學生）：

尼腓三書19：17-18，24-26，30

尼腓三書19：19-23

尼腓三書19：27-29

你可以從這些經文章節學到什麼?

你從這幾節經文學到的事，可以如何應用在你個人的祈禱上?

將全班分成小組，每組三個學生。（如果班級很小，每組的學生人數可以減少。）在各組指派一位學生，讀出白板上所寫的一段經文。告訴學生，他們全都應當準備好，在自己這組回答白板上的問題。

經過充分時間後，請學生在自己這組與其他成員分享自己對那些問題的回答。你要事先準備回答學生可能提出的問題：爲什麼那些門徒要向救主祈禱（見尼腓三書19：18）。指出在這個獨特的場合中，那些門徒向耶穌基督祈禱，是因爲祂親自在他們當中，代表著天父（見尼腓三書19：22）。

請一位學生讀出尼腓三書19：31-34。請全班跟著看經文，想想爲什麼救主的祈禱對人民造成了這麼深遠的影響。請幾位學生報告他們所發現的事情。雖然學生在分享時，可以從彼此身上學到許多眞理，但以下的活動在強調他們研讀時所會發現的兩項原則。

將以下未完成的句子寫在白板上：*我們運用對耶穌基督的信心時，……。*

請學生默默複習尼腓三書19：28，找出可用哪些方法完成白板上寫的句子。（請學生將答案寫下來。以下是他們可能完成這句子的一個方式：**我們若運用對耶穌基督的信心，就能被潔淨。**）

- 被潔淨是什麼意思？運用對耶穌基督的信心會怎樣幫助我們成爲潔淨？
- 在尼腓三書第19章所記的事件中，門徒用哪些方式運用了信心？

爲了幫助學生了解我們會被聖靈潔淨，提醒他們，那些門徒都已獲得聖靈，並且「充滿了……火」（尼腓三書19：13）。說明這句「充滿了……火」是一種象徵，指的是透過聖靈的影響力而蒙福、被潔淨。

請學生再默讀一次尼腓三書19：23，29，找出那些有主的靈同在的人還會獲得哪一項祝福。（學生讀過後，可以建議他們劃記這兩節經文中的這句「使我們合而爲一」。）

- 耶穌基督和天父如何合而爲一？（祂們是具體、分開的人物，但祂們在目的和教義上合一。祂們完全合一，促成天父的神聖救恩計畫。）
- 對我們而言，與父神及神子合而爲一是什麼意思？
- 關於要如何與祂們合而爲一，我們從尼腓三書19：23，29學習到什麼？（**我們可以透過信心而被潔淨、與耶穌基督合而爲一，就像祂與天父合而爲一。**）

請一位學生讀出十二使徒定額組的陶德·克理斯多長老所說的以下這段話。請全班仔細聽，我們可以如何和父及子合而爲一：

「耶穌藉由將自己的身體與靈都順服於父的旨意，而達到與父完全合一的境地。祂的聖工總有很明確的重點，因爲祂不會三心二意，不會軟弱或遠離父的旨意。耶穌談到祂的父時這樣說：『我常做祂所喜悅的事』（約翰福音8：29）。……

「除非祂們的旨意和祂們所關心的事物成爲我們最大的渴望，否則我們絕無法和神及基督合而爲一。這樣的服從絕非一夕之間就可達到，但如果我們願意，主就會經由聖靈來教導我們，直到經過了一段時間後，我們可以明確地說：祂在我們裡面，就如同父在祂裡面一樣」（「使他們在我們裡面合而爲一」，2002年11月，利阿賀拿，第72，73頁）。

請學生默讀尼腓三書19：35-36，想想自己的祈禱有多少力量。應許學生，要是我們增強信心、懇切地祈求聖靈爲伴，我們也能擁有更大的靈性經驗，並與父及子越來越合而爲一。

注釋及背景資料

尼腓三書19：18，22。「他們向耶穌禱告」

我們從經文和近代先知的教導得知，我們應崇拜父神，並只向祂祈禱。我們不應向耶穌基督祈禱。例如，救主教導尼腓人：「你們必須常常奉我的名向父禱告」（尼腓三書18：19）。但在救主教導過這事不久之後，祂的尼腓門徒就直接向祂祈禱（見尼腓三書19：18）。祂說，他們這樣做是因為祂與他們同在（見尼腓三書19：22）。十二使徒定額組的布司·麥康基長老說明，這是一個例外，也是一個獨特的情況。他說：

「為什麼在這情況中會這麼做，而且僅此一次，有個特殊的原因。耶穌已經教導他們，要奉祂的名向父禱告，他們先前也照著做了。……耶穌當時在他們面前，象徵著天父。他們見到祂，就彷彿見到天父；他們向祂祈禱，就彷彿向天父祈禱。那是一個特殊而獨特的情況」（*The Promised Messiah* [1978], 560, 561）。

第129課

尼腓三書第20章

導言

耶穌在尼腓人中施助的第二天，再次為人民主理了聖餐。祂見證，天父的聖約和應許都會在末世應驗。以色列會聚集，地上萬國都必蒙福。

教學建議

尼腓三書20：1-9

救主再次為人民主理聖餐

開始上課時，說明你希望班上的男女青年分別回答不同的問題。請幾位持有亞倫聖職的男青年告訴全班，有關他們在準備、祝福或傳遞聖餐上的責任。向他們提出以下這些問題，來幫助他們分享他們對於履行這些責任的感受：

- 你想，協助主理聖餐有什麼意義？
- 你如何向主表明你了解這項教儀的神聖性質？

向幾位女青年提出以下這些問題，來幫助她們針對聖餐的神聖性分享她們的感受：

- 看到配稱的男青年主理聖餐，妳有何感受？
- 妳在聖餐儀式時都做些什麼，來顯示妳了解聖餐的神聖性質？

說明救主在施助尼腓人的第二天，和祂的門徒再次為人民主理了聖餐。請學生默讀尼腓三書20：1。指出以下這一句話：「（祂）命令他們不要停止在心裡禱告」。

- 在你看來，「不要停止在心裡禱告」是什麼意思？

請一位學生讀出尼腓三書20：3-5。

- 你想，在心中禱告對你每週領受聖餐的經驗會有何影響？
- 你想，領受聖餐時一直專注於救主，為什麼很重要？

請一位學生讀出尼腓三書20：8。請全班跟著看經文，找出麵包和酒各代表什麼。（提出以下說明可能會有幫助：教會現在的做法是以水取代酒。〔見教約27：2。〕）

- 聖餐的麵包和水各代表什麼？（救主的身體和血。）

你可以讀出以下十二使徒定額組的雅各·陶美芝長老所說的話，來幫助學生了解救主邀請我們吃祂的肉、喝祂的血，有何象徵意義：

「吃基督的肉和喝基督的血，過去和現在都是表示相信和接受祂是神的兒子和世人的救主，並遵守祂的誡命。只有這個方法才能使神的靈，好似食物被吸收入身體組織內那樣，成為人體內的一個永久部分。」（耶穌是基督，第339頁）。

- 領受麵包和水的象徵意義為何？
- 根據尼腓三書20：8，耶穌基督向領受聖餐的人應許了什麼？（他們的靈魂會飽足。）

為了幫助學生了解靈魂飽足的意義，請他們想想，在領受聖餐時，通常會吃喝多少份量的麵包和水。然後問：

- 如果你很餓、很渴，這些東西會讓你飽足嗎？

請一位學生讀出尼腓三書20：9，並問全班：

- 我們可以從救主在尼腓三書20：8-9中的教導學到哪一項原則？（學生也許會用不同的詞語表達，但他們應看出以下這原則：**我們若配稱地領受聖餐，就會充滿聖靈。**）

請一位學生讀出十二使徒定額組的達林·鄔克司長老所說的以下這段話：請全班仔細聽，我們充滿聖靈時，會在哪些方面蒙得祝福：

「讓我們自己配稱獲得救主的應許，藉著領受聖餐得以『飽足』（尼腓三書20：8；亦見尼腓三書18：9），也就是說我們會『充滿了靈』（尼腓三書20：9）。那靈——即聖靈——是我們的保惠師、我們的指引者、我們的溝通者、我們的解說者、我們的見證、我們的淨化者——我們絕對正確的嚮導和聖化者；祂在指示著我們朝永生邁進。

「……藉著看來微小的舉動，虔敬地、有意識地更新我們的洗禮聖約，就能導致更新那些經由水與靈的洗禮而來的祝福，使我們能一直有祂的靈同在。如此一來，我們都會蒙受指引，都可以潔淨」（參閱「常有祂的靈」，1997年1月，*聖徒之聲*，第66頁）。

- 我們充滿聖靈時，會在哪些方面蒙得祝福？
- 你曾在什麼時候因爲領受聖餐而充滿了聖靈？

作見證說明你因爲領受聖餐及充滿聖靈而蒙得的祝福。證實要讓自己準備好領受聖餐且充滿聖靈，作法之一是在心中祈禱。鼓勵學生在領受聖餐之前花點時間祈禱。

尼腓三書20：10-46

救主教導尼腓人，聖約會在末世應驗

請學生在筆記本或經文研讀日記上，簡短地描述自己最重要的特質。他們完成後，請他們看看自己重視的是哪些類別的特質。是身體上的特質？個性上的特質？還是靈性上的特質？（有時間的話，可以請幾位學生讀出自己寫的內容。）讀出以下十二使徒定額組的大衛·貝納長老所說的話，並請全班仔細聽他說的，是什麼決定了一個人的身分：

「你可能喜歡音樂、運動或機械方面的事，有一天你也許會學得一技之長，從事某行某業，或擔任文藝方面的工作。這些活動和職業固然重要，卻無法說明我們是誰。首先且最重要的是，我們是屬靈的人物；我們是神的〔兒女〕，也是亞伯拉罕的後裔」（參閱「成爲一位傳教士」，2005年11月，*利阿賀拿*，第47頁）。

- 貝納長老如何說明我們是誰？我們「首先」要將自己視爲有靈體的人，是神的兒女；你想，爲什麼這很重要？

指出貝納長老除了說我們是神的兒女之外，還說我們是亞伯拉罕的後裔。說明「亞伯拉罕的後裔」一詞可以指亞伯拉罕眞正的後裔，也可以指其他接受福音的人；這些人藉著接受並服從耶穌基督福音的律法及教儀，獲得圓滿的福音、聖職的祝福，以及神與亞伯拉罕所立的相同聖約及祝福。

告訴學生在尼腓三書第20章的其餘部分，他們會讀到救主教導尼腓人，那與亞伯拉罕及其後裔（以色列家族）所立的聖約及應許。祂說，他們可以藉著研讀以賽亞的話，來認識這些聖約。請一位學生讀出尼腓三書20：11-12。請全班跟著看經文，找出救主所說，以賽亞的話應驗的時候，會發生什麼事。學生報告過他們所發現的事情以後，你可能必須說明，以賽亞的話會在末世應驗。

請一位學生讀出尼腓三書20：13，並請學生找出天父會如何在末世完成祂與以色列家族所立的聖約。請學生概述他們從尼腓三書20：11-13所學到的眞理。（學生的答案也許有所不同，但他們應提出以下這項眞理：**主會履行祂的聖約，在末世聚集以色列家族**。考慮將這眞理寫在白板上。）

- 根據尼腓三書20：13，以色列家族的這次聚集有個必要的部分，那就是他們會獲得什麼知識?（他們必「認識那位救贖他們的主他們的神」。）

爲了幫助學生看出，認識耶穌基督怎麼是以色列聚集的必要部分，請一位學生讀出以下十二使徒定額組的布司．麥康基長老所說的話。請學生仔細聽，以色列的聚集包括了些什麼。

「以色列的聚集包括相信、接受並和諧地生活在主曾提供給祂古代選民的所有一切之中。這包括對主耶穌基督有信心、悔改、受洗、接受聖靈的恩賜，並遵守神的誡命。這包括相信福音、加入教會，進入這國度。這包括接受神聖聖職、在聖所蒙得高天的能力，並透過高榮婚姻的教儀，接受亞伯拉罕、以撒及雅各的一切祝福。這可能也包括聚集到指定的地方或崇拜之地」（*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], 515）。

- 相信並跟隨耶穌基督，爲何是以色列聚集的必要部分?

概述尼腓三書20：14-22，說明救主教導尼腓人：天父將李海後裔所住之地賜給他們作爲繼地，是以色列聚集的一部分，也是在完成主與亞伯拉罕所立的約。祂也說，尼腓人身爲聖約中的子孫，也在另一方面蒙得祝福。請學生默讀尼腓三書20：23-24，找出根據摩西的預言，誰會祝福以色列家族。學生報告過他們所發現的事情以後，請他們默讀尼腓三書20：25-26。請他們找出李海的後裔如何因爲主與亞伯拉罕所立的約而蒙福。在學生報告他們的發現時，強調天父差遣耶穌基督造訪李海的後裔，拯救他們脫離罪，是「因爲〔他們〕是聖約中的子孫」。

- 我們會如何因爲與天父所立的約而蒙得祝福?

請一位學生讀出尼腓三書20：27，並請全班找出由於我們與主立約而來的一項責任。

- 我們一旦與主立了約，就對整個地面上的其他人負有什麼責任?（學生應能夠找出以下這項眞理：**我們身爲亞伯拉罕的後裔，在聖約中有責任去造福地面上所有的人**。考慮將這項眞理寫在白板上。）
- 你想，我們可以怎樣爲地面上所有的人帶來祝福?（如果你已將這教義眞理寫在白板上，就加上這些字詞：「**藉著與他們分享福音**。」）

概述尼腓三書20：29-46，簡短說明救主除了教導尼腓人，他們身爲聖約中的子孫，擁有哪些祝福和責任之外，還證實猶太人的繼地是耶路撒冷。祂引述以賽亞的預言，預告猶太人在相信耶穌基督，並奉祂的名向天父祈禱後，將回到他們的繼地。

結束時，請一位學生讀出尼腓三書20：46。請其他學生跟著看經文，找出他們在下一週中，可以採用哪一個方式，以福音來造福另一個人的生活。計畫在將來上課時，給學生機會報告經驗，作爲追蹤。作見證說明履行我們的責任以協助聚集以色列，是件重要的事。

第130課

尼腓三書第21～22章

導言

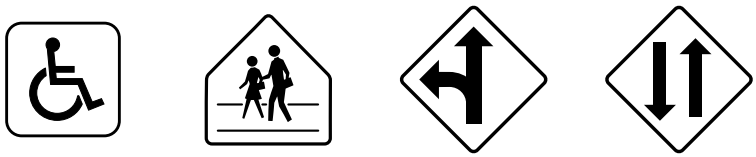
耶穌基督在繼續教導尼腓人時，說明摩爾門經在末世問世是一個徵兆，顯示出祂已開始聚集以色列，履行祂與祂的人民所立的約。救主在對祂的約民強調祂的大愛時，引述了以賽亞所作的有關約民回歸的預言。

教學建議

尼腓三書21：1-11

耶穌基督教導：摩爾門經的問世是以色列在末世聚集的徵兆

上課前，將以下標誌（註：代表徵兆）畫在白板上（或使用你所住地區常見的標誌）。



請學生找出各項標誌代表的意義。然後提出以下的問題：

- 標誌有何用途？（用來準備、警告和指示我們。）
- 適當地張貼標誌並使標誌上的信息容易理解，爲什麼很重要？

提醒學生，經文經常提到的徵兆（或稱標誌），是在準備、警告及指示我們有關履行天父的計畫。請學生查考尼腓三書21：1-2，7，找出*徵兆*一詞。可以建議他們在這幾節經文中，將這個詞劃記出來。然後請他們仔細地默讀第1節。

- 主說，祂爲什麼要給人民這個特別的徵兆？（好讓人民知道祂會聚集以色列家族。）

請學生默讀尼腓三書21：1-7，請他們注意「這些事」和「這些事工」等詞，並想想這兩個詞指的是什麼。

- 救主在對尼腓人說話時，談到「這些事，就是我向你們宣布的事」（尼腓三書21：2）。祂對尼腓人說的話會記在哪裡？（在摩爾門經裡。）
- 根據這些經文，神會在後期時代履行祂的聖約，那個徵兆是什麼？（幫助學生認出以下眞理〔將它寫在白板上〕：*摩爾門經的問世就是一個徵兆，顯明神在後期時代履行祂的聖約、聚集以色列。*）

請一位學生讀出以下十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老所說的話：請全班仔細聽，摩爾門經在哪些方面促使人們聚集到主的事工中。

「摩爾門經對這事工的推動相當重要。它傳揚聚集的教義，讓人們來學習有關耶穌基督的事，相信祂的福音，進而加入祂的教會。實際上，若是沒有摩爾門經，有關聚集以色列的這項應許就無法應驗」（參閱「聚集分散的以色列」，2006年11月，*利阿賀拿*，第80頁）。

藉聖靈教導

你在準備和教導時，都要祈求聖靈的引導。

- 摩爾門經什麼時候曾在這些方面幫助了你？你什麼時候曾見到摩爾門經在這些方面幫助了其他人？

請一位學生讀出尼腓三書21：9，請全班注意「偉大而奇妙的事工」一詞。指出這一詞指的是耶穌基督福音的復興，包括摩爾門經的問世。

- 關於耶穌基督福音的復興，有什麼偉大而奇妙之處？

指出尼腓三書21：9提到「一人」。請學生想想這個人會是誰。然後展示約瑟·斯密的圖片（可以是約瑟弟兄那張圖片，或第一次異象那張圖片〔福音畫冊，編號87，或編號90〕）。告訴學生，十二使徒定額組的傑佛瑞·賀倫曾指出那人就是約瑟·斯密（see *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 287–88）。請學生默讀尼腓三書21：10-11，想想約瑟·斯密先知怎樣符合這幾節經文中的描述。

- 神如何透過約瑟·斯密顯示出祂的「智慧勝過魔鬼的狡猾」？
- 根據尼腓三書21：11，不相信那透過約瑟·斯密而來的基督話語的人會發生什麼事？（他們必被「剪除」，無法獲得聖約的祝福。）

尼腓三書21：12～22：17

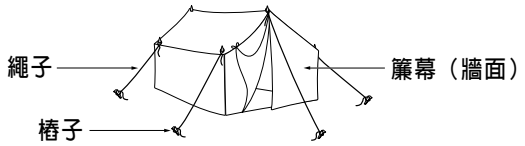
救主談到不悔改之人的毀滅，以及祂的人民若悔改並轉向祂，就能重聚

概述尼腓三書21：12-21，說明救主向末世時代不相信祂也不悔改的人提出警告。祂說，他們的財物、城市、堡壘及邪惡的作爲都會遭到毀滅。祂也說他們會從祂的約民中被剪除。

請學生默讀尼腓三書21：22，25-28，找出那些在末世悔改並聽從救主話語的人會有哪些祝福和責任。

問學生，他們會如何概述尼腓三書21：12-22，25-28中的教導。請一位學生將他們的答案寫在白板上。然後概述白板上的全部答案，指出**我們若悔改並聽從救主的話，就會被聚集到祂的約民中**。（可以將這項眞理寫在白板上。）

在白板或海報上畫一個帳幕（可以在上課前完成）。說明耶穌基督引述了一個預言，那是祂在好幾世紀以前，啓示先知以賽亞寫下來的。在這預言中，以賽亞將教會及其聖約和祝福，比作一個帳幕。



- 在帳幕遮蔽下有什麼益處？（答案可包括：帳幕可在暴風雨時提供保護，也可遮蔭避日。）
- 教會如何像一個帳幕？

請一位學生讀出尼腓三書22：2。

- 爲什麼這個「帳幕」在後期時代必須予以擴張和堅固？（因爲許多人會加入教會，或回歸到他們與主所立的聖約中。）你可以做些什麼來協助擴張這帳幕，堅固其樁子？（鼓勵學生將他們對這個問題的答案付諸行動。）

說明在這同一預言中，以賽亞還用了另一個比喻。他將以色列家族比作妻子，而主是她的丈夫。請一位學生讀出尼腓三書22：4-5，並請全班找出給這妻子的安慰之詞。

- 你在尼腓三書22：4看到哪些安慰之詞？（答案可包括「你不致蒙羞」及「你必……不再記得幼年的羞辱」。）爲什麼知道「丈夫」是「救贖主，以色列聖者」，是件令人安慰的事？（尼腓三書22：5）。
- 這幾節經文如何類似於救主在我們犯罪時對我們的反應？

請學生默讀尼腓三書22：7-10，找出救主對祂的約民中那些歸向祂的人，提出哪些應許。

- 救主對歸向祂的人提出了什麼應許？
- 我們在這幾節經文中學到哪些關於主的眞理？（學生可能會對這問題提出不同的答案。要確定他們都認出以下這眞理：**主會向歸回祂的人顯示永遠的慈愛及憐恤**。可以將這項眞理寫在白板上。也可以考慮建議學生寫在自己經文中靠近尼腓三書22：7-10的地方。）

爲了幫助學生更加了解尼腓三書22：4-10，考慮讀出以下十二使徒定額組的傑佛瑞·賀倫長老所說的話：

「雖然這新娘（以色列）不會生育，有時還不忠，但這位丈夫（基督）仍會收回並救贖祂的新娘。將耶和華比爲新郎，而將以色列比爲新娘的這個意象，是經文中最常使用的比喻之一；主和祂的眾先知都用這比喻來描述神與其聖約子孫間的關係。

「……基督偶爾會合理地對不服從的以色列發怒，但那一向很短暫——只有『片刻』。祂總會以最令人安心的方式，恢復其豐盛的憐恤和慈悲。大山和小山也許會消失、大海的水也許會乾涸、世界上最不可能的事也許會發生，但主的慈愛與平安必永遠不會離開祂的約民。祂以天上的誓約起誓，祂必不會永遠向他們發怒」（*Christ and the New Covenant,* 290）。

- 你在自己的生活中看到哪些證據顯示出救主的憐恤和慈愛？（確定學生都了解，他們毋須分享任何太過個人或隱私的事。）
- 知道救主的憐恤和慈愛，對我們忠於聖約的程度會有何影響？

說明救主繼續教導尼腓人，有祝福等候著義人。請學生默默查考尼腓三書22：13-17，找出對他們而言特別有意義的應許祝福。指出在閱讀這些應許的祝福時，我們會看出**主的人民必在正義中得以堅立，並且必勝過邪惡。**

結束時，爲這堂課所討論的眞理作見證。請學生在筆記本或經文研讀日記中寫下三、四句話，描述他們今天可以做一件什麼事，來使自己有資格獲得主希望賜予他們的祝福。

注釋及背景資料

尼腓三書21：22-25。新耶路撒冷

但以理·陸洛澄清了誰將建造新耶路撒冷城。他說：

「末世的『新耶路撒冷』將由以下這些人建造在美洲大陸上：（1）雅各的遺裔，（2）那些『將加入聖約，算在雅各的遺裔中』的外邦人，以及（3）『所有以後要來的以色列家族』（尼腓三書21：22-25。亦見尼腓三書20：22；以帖書13：1-12）」（*A Companion to Your Study of the Book of Mormon* [1976], 281）。

自修班課程

尼腓三書第17～22章（第26單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓三書第17～22章（第26單元）時，所學到的教義和原則概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓三書第17章）

學生在研讀耶穌基督對尼腓群眾講的話時，學習到我們可以藉著沉思和向天父祈禱，來更了解救主的教訓。救主回應了尼腓人的渴望，在他們那裡多逗留一些時候，治癒他們的病人、祝福他們的小孩。學生讀到這些事件時，學習到耶穌基督對我們懷著極大的憐憫。

第2天（尼腓三書第18章）

救主為群眾主理聖餐。學生學習到，我們領受聖餐時，是在向天父證明，我們願意去做祂所吩咐的一切，並且會一直記得耶穌基督。他們也學習到，我們若領受聖餐並一直記得救主，就會有祂的靈與我們同在。救主對於祈禱的教訓，讓學生了解到，我們若警醒、常常向天父祈禱，就能抵抗撒但的誘惑。他們也學習到，我們施助他人時，能協助他們歸向基督。

第3天（尼腓三書第19章）

救主在尼腓人中的第一天結束後離開了，門徒接著教導人們。他們祈求能有聖靈，也接受到聖靈。學生學習到，我們正義的渴望和祈禱能使我們有資格充滿聖靈。救主再次顯現，祂感謝天父潔淨了祂的門徒。學生學習到，我們若運用對耶穌基督的信心，就能被潔淨，並與耶穌基督合而為一，就像祂與天父合而為一。

第4天（尼腓三書第20～22章）

耶穌基督再次主理聖餐。學生學習到，我們若配稱地領受聖餐，就能充滿聖靈。救主接著教導尼腓人，天父會在末世履行祂的聖約，聚集以色列家族。學生也學習到，身為亞伯拉罕的後裔，我們有聖約上的責任，藉著與人分享福音，來造福世上所有的人。

導言

本課會讓學生了解到救主對祂人民的溫和與慈悲。此外，學生在複習主勸人禱告時，可想想有哪些方法可以讓他們的個人祈禱和家庭祈禱更有意義。

教學建議

尼腓三書第17章

救主醫好病人、為人民向天父祈禱，並祝福他們的小孩

請學生想想他們所認識的一個最會關懷他人的人。然後問：你想到了誰？這個人如何顯示出對他人和對你的愛？

展示以下圖片：耶穌治癒尼腓人（*福音畫冊*，編號83），以及耶穌祝福尼腓兒童（*福音畫冊*，編號84）。然後問：你在上一週研讀摩爾門經時，學習到什麼有關救主對人們的愛？

將以下真理寫在白板上：***救主對我們懷著極大的憐憫***。在這句話下面，寫出以下參考經文：*尼腓三書17：7，9，11，15-17，21-24*。請學生複習這幾節經文，選出一段特別能顯示出白板所寫真理的經文。經過充分的時間後，可以提出以下這些問題：

- 你所選的那節經文如何顯示出救主對我們懷著極大憐憫？
- 你從救主「一一」施助人民這件事，學習到有關救主的什麼？（尼腓三書17：21）
- 知道救主心懷憐憫如何讓你對祂有更大的信心，並對祂有更大的愛？

尼腓三書第18～19章。

耶穌教導人民要常常向天父禱告，也要常常聚在一起

將全班分成兩人一組，請各組列出五項在他們看來是今日青少年所面臨的最大誘惑。他們列好後，請各組閱讀尼腓三書18：15-20，找出救主針對克服誘惑所給的忠告。請幾位學生分享他們在這幾節經文中找到的一項原則。他們可能找到的一項原則是：**我們若隨時警醒，常常向天父禱告，就能抗拒撒但的誘惑**。

向學生提出以下的問題：

- 你想，一個年輕人應警惕些什麼，才能抗拒你所列出的其中一項誘惑？

- 一個年輕人可以祈求什麼，來幫助自己抗拒你所列出的其中一項誘惑？向天父祈禱如何幫助你保持堅強？

為了幫助學生增強對家庭祈禱的見證，請一位學生讀出尼腓三書18：21。然後問：你和自己的家人一起祈禱，得到了哪些祝福？

請一位學生讀出以下總會會長團的雅各．傅士德會長所說的話；他在談到家庭祈禱的力量時說：

「家庭祈禱是股有力且持久的影響力。第二次世界大戰那段黑暗的日子裡，有一顆五百磅重的砲彈掉在英國利物浦一個年輕父親帕提弟兄的小屋旁，但它卻沒有爆炸。帕提弟兄的妻子早已過世，他獨自一人撫養著五個子女。在這非常焦慮不安的時刻，他把家人聚集一起作家庭祈禱。他們『一起熱烈……祈禱。他們祈禱完時，孩子們說：「爸爸，我們不會有事的。我們今晚在家裡都不會有事的。」

「『他們就這樣上床了。想想看，門口外就有一顆可怕的砲彈半埋在土裡，……

「『第二天早上……附近一帶的人家都撤離了四十八個小時，那顆砲彈終於也被移走了。……

「『在回家的路上，帕提弟兄詢問空襲警備隊隊長：「那麼，你們有何發現？」

「『「帕提先生，我們在你門口拿到那枚砲彈，發現它隨時都會爆炸。那枚砲彈沒有任何問題。我們想不透為什麼它沒有爆炸。」』家人一起祈禱時，就會有奇蹟發生」（「祈禱的生命線」，2002年7月，*利阿賀拿*，第68頁）。

向學生提出以下的問題，要敏於留意那些家人可能沒有一起祈禱的學生。

- 你可以做些什麼來協助家人更持之以恆地進行有意義的家庭祈禱？
- 你要怎樣計畫使家庭祈禱成為你未來家庭的優先項目？

說明依照尼腓三書第19章所記，救主在第二天回去教導尼腓人時，再次告誡尼腓門徒要祈禱。請一位學生讀出尼腓三書19：9，13，並請學生找出那些門徒祈求些什麼。問：我們可以從這些尼腓門徒的經驗中學到什麼原則？（以下是學生可能表達這原則的一個方式：**我們正義的渴望和祈禱能使我們有資格充滿聖靈**。）

然後問學生：你何時曾真心渴望並祈求能有聖靈為伴？你因為這樣做而如何蒙得祝福？

尼腓三書第20～22章

神會在後期時代開始聚集以色列家族

說明救主在教導過尼腓人有關祈禱的事後，就開始教導他們有關以色列家族在末世的聚集。請一位學生讀出尼腓三書21：9。請全班跟著看經文，找出一些描述主的事工的詞語。然後問：

- 你想，「一件……偉大而奇妙的事工」指的是什麼？（耶穌基督福音的復興，包括摩爾門經的問世。）
- 在你看來，關於耶穌基督福音的復興，哪一件事是偉大而奇妙的？

請學生複習尼腓三書21：10-11，並想想主所描述的「我僕人」是誰。問：有哪些詞句讓你知道主描述的是先知約瑟．斯密？然後展示圖片：約瑟．斯密在利伯地監獄（*福音畫冊*，編號97）。

問：神如何透過約瑟．斯密顯示出祂的「智慧勝過魔鬼的狡猾」？

結束時，請學生分享他們對先知約瑟．斯密及對福音復興的見證。與學生分享你對這些事的見證。

下一單元（尼腓三書第23～30章）

請學生想像，救主告訴他們，祂會賜給他們一切渴望的事。說明他們在下一週研讀尼腓三書第23～30章時，會學到有十二個人有過這樣的經驗，以及他們要求的是什麼。

第131課

尼腓三書第23章

導言

耶穌基督在引述過以賽亞的話以後（見尼腓三書第22章），就命令尼腓人查考這位先知的話。祂說，以賽亞的話是一項祝福，因為以賽亞「講到我人民以色列家族的一切」（尼腓三書23：2）。祂也說，以賽亞全部的話要不是已實現，就是將要實現。然後救主命令尼腓人查考眾先知的話，又指示他們在他們的紀錄中加上資料。

教學建議

尼腓三書23：1-5

耶穌基督命令人民查考眾先知的話

將以下詞語寫在白板上：*我從研讀經文所得到的祝福*。請學生想想他們今年在家中以及上福音進修班時研讀摩爾門經的經驗。請他們到白板前面，用一個字（詞）或一個短語，描述他們因爲研讀經文而在生活中蒙得什麼祝福。可以請一些學生更詳細地說明他們所寫的內容。然後指向白板上所寫的祝福。

- 你想，爲什麼閱讀經文會使我們在這些方面蒙得祝福？

請學生回想前一課所學，耶穌基督引述誰的話來教導尼腓人。（以賽亞的話。）請一位學生讀出尼腓三書23：1-3。請全班跟著看經文，找出救主所說，我們應該怎麼看待以賽亞的話。可以建議學生在這幾節經文中劃記他們覺得特別醒目的字詞。請他們分享他們所發現的事情。

- 主爲什麼希望人民查考以賽亞的話？（見尼腓三書23：2-3）
- 爲什麼知道以賽亞所有的話都會應驗，是一項祝福？

請一位學生讀出尼腓三書23：4-5。指出：救主說我們要查考以賽亞的話後，又說我們要「查考眾先知的話」。將以下這項眞理寫在白板上：*救主命令我們要努力查考以賽亞及其他先知的話*。

- 根據尼腓三書23：5，我們必須做些什麼才能獲救？眾先知的話語如何幫助我們遵從這些誡命？
- 努力查考眾先知的話，和單單閱讀眾先知的話，這兩者在哪些方面是不同的？你想，爲什麼努力查考以賽亞和其他先知的話語很重要？
- 哪些研讀經文的方式最能幫助你，使得查考以賽亞及其他先知的話語一事，成爲你生活中有意義的一部分？

請一位學生讀出以下七十員的梅羅・培曼長老所說的話：

「查考經文能使人獲得特定的祝福。一個人若研讀主的話語並遵從之，就會更接近救主，更願意過正義的生活。他抗拒誘惑的能力會增強，靈性上的弱點會被克服，靈性上的創傷也得以痊癒」（參閱「研讀經文，歸向基督」，1993年1月，*聖徒之聲*，第25頁）。

- 除了經文以外，我們還能在哪裡找到先知的話語？

請學生在筆記本或經文研讀日記中，回答以下的問題：

- 你可以做哪些改變，以便更努力地研讀眾先知的話？

請幾位學生見證他們因查考眾先知的話語而蒙得哪些祝福。

尼腓三書23：6-14

救主指示門徒將一件重要的事加到他們的經文紀錄中

請幾位學生說出他們最喜歡的摩爾門經事件。將他們的回答寫在白板上。然後擦掉其中一個回答。請學生想像摩爾門、尼腓或另一位寫紀錄的人，因爲疏忽而沒有寫下那件事。

- 如果這件事沒有寫下來，摩爾門經會漏掉哪些重要的教訓?

說明救主在教導尼腓人時，指出他們寫紀錄的人因疏忽而沒有寫下一件重要的事，而那件事應驗了預言。請幾位學生輪流讀出尼腓三書23：6-13。請全班跟著看經文，找出尼腓人沒有寫下什麼事。

- 尼腓人已經擁有撒母耳預言的紀錄（見希拉曼書14：25）。你想，擁有這預言應驗的紀錄對他們來說爲什麼很重要?

指出雖然我們沒有受到命令爲教會寫經文紀錄，但我們受到勸告，要記寫個人日記。

- 救主在尼腓三書23：6-13中的勸告，如何適用於我們在寫個人日記上所作的努力。

爲了幫助學生了解他們可以用哪一種方式寫日記，請一位學生讀出以下總會會長團的亨利．艾寧會長所分享的經驗：

「有一天我做完教會的事工回家時，時間已經很晚了。我朝著家門走，很意外地遇到了住在附近的岳父。他穿著工作服，快步走著，肩上扛了幾根管子。我知道他在建造一個抽水系統，要把我們家山坡下的河水抽送到我們家裡。

「他面帶微笑，說話親切溫和，與我匆匆擦身而過，就消失在黑暗中，繼續做他的工作。我往家門走了幾步，想著他爲我們做的這件事，一走到門口，就聽到腦海裡有個聲音——不是我自己的聲音——說：『這些經歷不是你自己知道就好了，把這些事寫下來。』

我走進屋裡，雖然很疲憊，但沒有去睡。我拿出幾張紙來開始寫。在寫的時候，我明白了剛才在腦海裡聽到的那項信息。我應該爲孩子們記錄這些事，留待他們日後閱讀，讓他們知道我曾經看到過神的手祝福我們的家庭。外公大可不必爲我們做這些事，他可以請別人做，或者根本不必做。但是他在爲我們這些家人服務，這是與神立約的耶穌基督門徒的一貫作爲。我知道那是眞的，於是把這些事寫下來，好讓孩子們在將來需要時可以記得這件事。

「我每天都會寫幾行，持續寫了許多年。不論有多疲憊，也不論隔天要多早出門，我沒有一天中斷過。每次動筆前，我會思考這個問題：『今天我看到神的手影響我們、我們的孩子或我們的家庭了嗎?』」（「記住啊，記住」，2007年11月，利阿賀拿，第66-67頁）。

- 你想，把那些能鞏固我們靈性的經驗寫下來，對我們爲什麼很重要?
- 我們可以如何從跟隨艾寧會長的榜樣而獲得益處?我們的紀錄可能會怎樣幫助他人?

說明艾寧會長談到由於他每天記寫神如何祝福他的家庭，因此他獲得了一些祝福。請一位學生讀出以下這段話。（你可能已在第117課分享過這段話的一部分。學生可再度聆聽而受益。）

「我持續不斷地思考，奇妙的事就發生了。我回想著當天的情形時，總會看見一些證據，顯示神施助了家中某個人，而那是我當天在匆忙時所沒有看出來的。當這種情形發生（其實這經常發生）時，我了解到，只要努力去記住，神就會向我顯示祂所做過的事。

「我不僅內心的感激之情油然而生，見證也成長了。我更確信天父會垂聽並回答禱告，也更感激由於救主耶穌基督的贖罪，使人們的心變得柔和、純淨。我更相信聖靈能使我們想起一切的事——甚至是我們在當下沒有注意到或忽略的事」（「記住啊，記住」，第67頁）。

- 我們可以從尼腓三書第23章的記事和從艾寧會長的經驗，學到哪一項原則？（學生可能會用數種不同的方式回答這個問題。他們的答案應反映出以下眞理：**我們記錄靈性經驗時，我們個人和我們家庭都會蒙得祝福。**）

有些學生可能覺得自己沒有任何事值得記錄的。爲了幫助他們，可以請一位學生讀出以下七十員的約翰・葛羅伯長老所說的話：

「有些人說：『我沒有任何事可以記錄。我沒有任何靈性經歷。』我這樣回答：『開始記錄，靈性事情就會發生。這些事情一直都已存在，當我們開始記錄時，我們會更敏於發現這些事』」（「記寫你們個人及家庭歷史」，1980年11月，聖徒之聲，第65頁）。

請學生自問，有沒有因疏忽而沒有寫下曾鞏固了他們靈性的經驗。鼓勵他們寫下這些經驗，並終其一生繼續記寫其他經驗。可以建議他們跟隨艾寧會長的榜樣，每天寫一些事。

追蹤目標及挑戰

你向學生提出挑戰要他們做某件事，例如寫日記，之後就要想法子追蹤，提醒他們曾立下的承諾。給他們機會分享經驗，談談他們如何應用上課時學到的眞理。他們透過分享經驗，可以在遵行福音方面互相啓發。你可以考慮在一開始上課就提供這樣的機會。並非每位學生都需要分享。

精通經文複習

學習如何用經文去解決問題，對學生畢生都有幫助。給每位學生一小張紙。請他們寫下自己面臨的一個問題或挑戰。說明你會把紙收回來，並讀出幾張紙上的內容給全班聽。指示學生不要寫上自己的名字，並提醒他們不要加上屬於個人的、或不適合在班上討論的細節。（把紙收回來後，可以大略看一下，確定內容都適當，並且沒有太過個人的細節。）向全班讀出一個問題或挑戰，看看學生能否運用精通經文章節來處理該問題或挑戰。

說明救主命令我們要將祂教導我們的事教給其他人（見尼腓三書23：14）。爲了幫助學生準備好遵守這條誡命，鼓勵他們在運用精通經文章節解決問題的時候，同時練習教學技巧，例如：說明教義或原則、分享經驗及作見證等。你可以將學生提交的其他問題或挑戰留起來，等改天有多餘時間時，再用類似方式進行討論。

注意：本課的長度也許會有時間進行這項精通經文複習。這項活動可以在上課一開始就進行，或在課程前後兩單元的空檔時間進行，或在課程結尾時進行。活動要簡短，留些時間用來上課。其他複習活動，見此書末尾的附錄。

第132課

尼腓三書第24～26章

導言

耶穌基督完成天父的命令，與尼腓人分享先知瑪拉基所作的一些預言（見尼腓三書26：2）。這些預言教導，以色列家族成員必須悔改、歸向主，好為主的第二次來臨作準備。耶穌基督也向尼腓人講解了「從開始直到祂要在榮耀中來臨時，一切……的事」（尼腓三書26：3）。摩爾門教導，相信摩爾門經的人會有更重大的事向他們顯示（尼腓三書26：9）。

教學建議

尼腓三書24：1-6

耶穌基督引述瑪拉基對於第二次來臨所作的預言

開始上課時，舉起一根火柴和一塊肥皂（鹼）（或在白板上畫出一團火和一塊肥皂的樣子）。問學生，火和肥皂有什麼共同點。（肥皂和火都能作爲清潔劑或淨化劑。）

說明耶穌基督完成天父的一項命令（見尼腓三書26：2），將舊約先知瑪拉基所作的一些預言賜給尼腓人；瑪拉基約在李海一家離開耶路撒冷的170年後，生活在聖地。請學生默讀尼腓三書24：1-3，找出瑪拉基將誰比爲「煉金之人的火」和「漂布之人的鹼」。

- 誰被比作煉金之人的火和漂布之人的鹼？（耶穌基督。）
- 這幾節經文描述的是什麼事件？（「祂來的日子」。換言之，即耶穌基督的第二次來臨。爲了幫助學生回答這問題，可以建議他們瀏覽章前綱要或註腳部分。）
- 將耶穌基督比爲火和鹼，是在暗示祂第二次來臨時會發生什麼事？（學生也許會用不同的詞句表達，但他們應能認出以下這眞理：**耶穌基督第二次來臨時，會淨化世界**。可以請學生將這項眞理寫在他們自己經文上，靠近尼腓三書24：2-3的地方。）

說明煉金之人會用火將金或銀等金屬加熱，直到呈液體狀態。在加熱過程中，渣滓或雜質會浮到液態金屬表面，讓煉金之人移去，這樣就除去了該金屬中的雜質。漂布之人指的是一個用鹼（即肥皂）洗淨或漂白布料的人。你可能也必須說明，「利未的兒子們」是古代以色列中持有聖職的人。這個詞在當今可以指現代的聖職持有人（見教約84：33-34）。

請一位學生讀出尼腓三書24：5-6。請全班跟著看經文，找出在救主第二次來臨時哪些人會被燒盡（或毀滅），哪些人不會被燒盡。（你可以說明，「雅各之子」指的是以色列家族中主的約民。）

- 根據尼腓三書24：5，耶穌基督第二次來臨時會做些什麼？（學生也許會用不同的詞句表達，但他們應能認出以下這眞理：**耶穌基督第二次來臨時，會毀滅惡人**。）

尼腓三書24：7-18

耶穌基督引述瑪拉基的教導，談到以色列家族可以如何轉向主

請學生想像自己有個好友或家人正在掙扎，想要感受到主的愛及影響力，並維持對福音的見證。

決定教導的內容

本課的資料較多，你可能不會有足夠時間教導。懷著祈禱之心想一想，哪些教義、原則及教學建議最能使你班上學生受益。

- 你會做些什麼來試著幫助這個人?

請學生默讀尼腓三書24：7，並請他們找出主如何勸告那些開始遠離祂，也沒有遵守與祂所立聖約的人。

- 你想，人們「偏離」主的教儀，是什麼意思?（他們不再遵守福音的聖約和教儀。）
- 主向那些沒有遵守聖約的人作了什麼應許?（「你們轉向我，我就轉向你們。」）
- 你想，「轉向」主是什麼意思?你想，主會「轉向」那些轉向祂的人，是什麼意思?

將以下原則寫在白板上：*我們若轉向主，祂就必轉向我們*。

- 這項原則教導了你什麼有關天父和耶穌基督的事?

在白板上，寫出*轉向主*。請學生默讀尼腓三書24：8-12，找出主指示人民可以用哪個方式轉向祂。在學生回答時，將*繳付什一奉獻及捐獻*寫在*轉向主*下方。

- 樂意繳付什一奉獻如何顯示出一個人已將他的愛和情感放在主身上?

請一位學生讀出以下戈登·興格萊會長的話：

「我們能繳付什一奉獻。這不是錢的問題，而是信心的問題」（「讓我們將此事工向前推進」，1986年1月，*聖徒之聲*，第72頁）。

- 我們樂意繳付什一奉獻和捐獻一事，如何顯示出我們對主的信心?

給學生時間靜默地複習尼腓三書24：10-12。請他們找出主對那些誠實繳付十足什一奉獻的人作了什麼應許。

- 你因爲繳付什一奉獻而在哪些方面蒙得祝福?這些「天上的窗戶」的例子是怎麼向你敞開的?

概述尼腓三書24：13-18，說明主在這幾節經文中指出，有些古代以色列人曾質疑是否有必要遵守福音教儀。他們抱怨，驕傲的人和惡人雖然不義，卻似乎都很昌盛。主在尼腓三書24：16中回答，有一本「紀念冊」會被保存，並記錄下忠信之人的名字（見教約85：7-9；128：6-7；摩西書6：5-8）。然後主指出，當祂再來時，祂會保存忠信之人，把他們當財寶一樣留給自己，或稱「收集〔祂的〕珠寶」。

- 得知主會保存忠信者並使之成爲祂的財寶；爲何是一項祝福?
- 在尼腓三書24：16中，哪些詞語描述了主會當作財寶保存起來的人?（「敬畏主」和「思念祂名的人」。）

將*敬畏主*和*思念主的名*寫在*轉向主*下方。（你可以說明，在這裡的*敬畏*一詞意思是崇敬或尊敬。）請學生在筆記本或經文研讀日記中，回答以下的問題：

- 想想你自己在繳付什一奉獻及捐獻方面，以及在常常思念基督方面，做得如何。你可以用哪些方式「歸回」祂，或改進這些方面?

尼腓三書第25章

耶穌基督引述瑪拉基的預言說，以來加會在第二次來臨前回來

請一位學生讀出尼腓三書25：1-3。請全班跟著看經文，找出一個原因來說明爲什麼對那些忠於耶穌基督的人來說，第二次來臨將是一項祝福。請幾位學生報告他們所發現的事情。你可能要說明，在尼腓三書25：1中，*根本*一詞可能指的是祖先，而*枝條*一詞可能指的是後裔。因此，在來生時，惡人將無法享有和祖先及後裔印證在一起的祝福。在尼腓三書25：2中，「圈裡的牛犢」指的是生活安穩、有人餵養和照顧的小牛。主應許，祂會同樣保護和照顧那些「敬畏〔祂〕名的人」。

說明瑪拉基預言了一件會在第二次來臨前發生的事，而這件事和舊約先知以來加有關。請一位學生讀出尼腓三書25：5-6，並請全班找出以來加會做些什麼，來使世人準備好迎接主的來臨。

問學生，對於福音復興時以來加會回到世上一事，他們知道些什麼。你在補充他們的回答時，可以說明1836年4月3日，以來加在剛奉獻的嘉德蘭聖殿向約瑟·斯密及奧利佛·考德里顯現（見教約110：13-16）。當時，以來加復興了聖職權鑰，那是在主的聖殿中將家庭印證到永恆所必要的權鑰。我們則透過家譜搜尋來找出可以爲哪些家人執行聖殿教儀。

- 以來加會「使父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親」，你想這是什麼意思？
- 知道你可以在永恆中和家人印證在一起，爲什麼是一項祝福？

作見證說明**我們透過家譜和聖殿事工，將我們的心轉向祖先時，就是在協助大地準備好迎接耶穌基督的第二次來臨。**

尼腓三書26：1-12

耶穌基督講解經文，摩爾門則教導我們必須做些什麼，才能獲得救主所啓示的更重大的事

概述尼腓三書26：1-5，說明救主在分享過瑪拉基的預言之後，便教導人民有關從創造到最後審判時「一切將在地面上發生的事」（尼腓三書26：3-4）。

請一位學生讀出尼腓三書26：6-8，並請全班找出耶穌基督教導的事情中，有多少已記錄在摩爾門經中。然後請學生默讀尼腓三書26：9-11，找出摩爾門爲什麼沒有在他的節錄中收錄救主教導尼腓人的每一件事。強調這幾節經文中的相信一詞，暗示著我們必須遵行神所啓示的教義和原則，而不只是希望這些是眞實的。

- 根據尼腓三書26：9，主對那些相信並遵行祂所啓示之事的人，作了什麼應許？（在學生回答時，強調**我們若相信並遵行神已啓示的一切，就是在準備自己接受更大的啓示。**）
- 你想，爲什麼我們必須先相信已經獲得的眞理，才能接受到更多眞理？
- 我們要如何顯示出我們相信主所啓示的事情？

向學生保證，他們若忠信地研讀及應用摩爾門經裡的原則，就會更加了解福音。請學生在筆記本或經文研讀日記中回答以下問題，藉以幫助學生想想自己對於摩爾門經中眞理的接受程度爲何（可以將這些問題寫在白板上）：

- 你會在生活中做些什麼，來顯示你相信摩爾門經？
- 你曾在何時由於眞誠地讀摩爾門經而獲得了個人啓示？

尼腓三書26：13-21

救主結束在尼腓人之中的塵世傳道工作，祂的門徒跟隨祂的榜樣去施助

說明在尼腓三書第26章中，摩爾門概述了救主在尼腓人之中所做的其餘傳道事工。請學生默讀尼腓三書26：13-16。可以建議學生將摩爾門選擇強調的救主的一些事跡劃記下來。

時間許可的話，請學生複習及沉思自己在研讀尼腓三書第11～25章時所作的筆記及劃記的經文。鼓勵他們從救主在尼腓人之中的傳道事工，找出一些對他們而言很有意義或值得記憶的教導及事件。請幾位學生針對救主在尼腓人之中的傳道事工，分享他們的想法及感受。

第133課

尼腓三書第27章

導言

在救主施助過尼腓人之後，十二位新召喚的尼腓門徒就聚在一起熱切祈禱並禁食。耶穌基督向他們顯現，回答了他們關於應當如何稱呼教會的問題。祂教導他們有關祂福音的事，並吩咐他們要像祂一樣。

教學建議

尼腓三書27：1-12

耶穌基督教導十二位門徒，祂的教會應當用祂的名稱呼

將全班分成三或四組。如果你的班級很小，就請學生各自進行。請各組（或各人）想像他們要創辦一個新的俱樂部或一支運動隊伍。請各組決定出要創辦哪一種類型的俱樂部或運動隊伍，例如科學俱樂部或足球隊，然後請他們爲該組織選一個名字。請各組將其名稱寫在一張紙上。然後將各組所寫的紙收集起來。（這項活動應當簡短。不應占據太多時間或注意力而偏離了尼腓三書第27章的教義和原則。）

讀出每張紙上的名稱。每讀出一個名稱，就請全班根據這名稱猜猜看，那個俱樂部或隊伍屬於哪一種類型。

- 名稱會代表該組織或其成員的什麼事？

說明在耶穌基督造訪尼腓人後不久，祂的十二位尼腓門徒就聚在一起禁食祈禱（見尼腓三書27：1）。請幾位學生輪流讀出尼腓三書27：2-7。請全班跟著看經文，找出那些門徒所提的問題，以及救主的回答。

- 救主說，祂的教會應當怎麼稱呼？
- 祂用什麼理由來說明爲什麼要用祂自己的名字稱呼教會？

請學生默默查考尼腓三書27：8-12，找出救主對祂眞實的教會作了哪些描述。在學生研讀時，將以下未完成的句子寫在白板上：

耶穌基督眞實的教會必須是……。

學生有充分時間查考這幾節經文後，問他們會怎樣根據所讀的內容來完成白板上這句話。（學生應能看出以下這項眞理：**耶穌基督的眞實教會必須以祂的名來稱呼，並建立在祂的福音上。**）

- 你想，爲什麼救主的教會以祂的名來稱呼很重要？
- 你想，教會「建立在〔祂的〕福音上」是什麼意思？（尼腓三書27：10）。你想，教會建立在祂的福音上，而不是建立在人的事工上，爲什麼很重要？

請學生在筆記本或經文研讀日記上完成以下句子：「成爲耶穌基督教會的成員對我很重要，因爲……。」

尼腓三書27：13-22

耶穌基督為祂的福音下定義，並教導我們必須做些什麼才能無罪地站在祂和祂的父面前

請學生想想，當自己做錯事被抓到時，是什麼感覺？（不要請他們分享這些經驗。）然後請他們想想，站在主面前受審判會是什麼樣子。鼓勵他們沉思以下問題：

- 如果你在主面前被判爲有罪，你會有什麼感受?

說明福音一詞意思是「好消息」。請幾位學生輪流讀出尼腓三書27：13-16，請全班找出這幾節經文中的好消息。也請他們想想，這個好消息和他們將站在神面前受審判的那天有何關聯。

- 救主見證，祂來到世間是爲了行祂父的旨意。根據尼腓三書27：14，天父差遣耶穌基督到世上來做什麼事?
- 根據尼腓三書27：13-14，什麼是福音的基礎?（雖然學生可能會用不同的詞語表達，但他們都應看出以下這項眞理：**福音的基礎在於耶穌基督遵行祂父的旨意，完成了贖罪**。可以請學生將這項眞理寫在自己經文中，尼腓三書27：13-14的旁邊。）
- 由於救主完成了祂父的旨意，全人類因此會怎樣?（我們將被高舉到祂面前，按照我們的行爲受審判。）

請學生默默查考尼腓三書27：16，找出我們必須做哪些工作，才能獲得贖罪的全部祝福，並爲審判作好準備。請學生報告他們所發現的事情。請一位學生在白板上寫下他們的答案。

- 根據這節經文，悔改、受洗，並持守到底的人會蒙得什麼祝福?（學生的回答應反映出以下這項眞理：**我們若悔改、受洗，並持守到底，當站在神面前接受審判時，就會被判爲無罪**。）

請一位學生讀出尼腓三書27：17-19。請全班跟著看經文，找出那些不悔改或不持守到底的人會發生什麼事?

- 根據你所讀的內容，爲什麼天父所有的兒女都需要耶穌基督的贖罪?
- 想到要站在主面前受審判，對我們而言有什麼好消息?

請一位學生讀出十二使徒定額組的傑佛瑞．賀倫長老以下這段話：

「這『好消息』就是我們可以脫離死亡和地獄，可以克服錯誤和罪惡，並且擁有希望、獲得協助，使不能解決的事獲得解決，敵人也被征服了。這好消息就是每一個人的墳墓有一天都會是空的，每一個人的靈魂都能再度變得純潔，神的每一個孩子都能再次回到那位賜給他們生命的父那裡」（“Missionary Work and the Atonement,”*Ensign,* Mar. 2001, 8, 10）。

請一位學生讀出尼腓三書27：20-21，請全班找出救主向我們提出什麼邀請。

- 救主在這幾節經文中提出了什麼邀請?

爲了幫助學生想想要怎樣努力接受這項邀請，請他們在筆記本或經文研讀日記中回答以下這些問題。（你可以在上課前將這些問題寫在白板上，或慢慢讀出來，好讓學生寫下來。）

- 救主爲什麼希望你悔改並歸向祂?
- 你正在用哪些方式接受救主在尼腓三書27：20-21的邀請?
- 你今天可以做些什麼來作好準備，以便潔淨無瑕地站在主面前?

請一位學生讀出教義和聖約76：40-42。請全班跟著看經文，找出更多有關福音爲什麼是好消息的見解。（可以建議學生將教約76：40-42寫在自己經文中，靠近尼腓三書27：13的地方。）

先前在這堂課中，你請學生思考要是他們在主面前被判爲有罪，他們會有什麼感受。課程上到這裡，請學生想想，要是他們知道自己已經透過救主的贖罪，並藉著服從福音的各項原則、誡命和福音的教儀而變成潔淨，他們站在救主的面前會有何感受。

為耶穌基督作見證

耶穌基督的贖罪是一切福音教義及原則得以建立的基本真理。它應該是一切福音教導及學習的核心。找機會常常為耶穌基督作見證，幫助學生更加愛主、更有渴望成為祂真正的門徒。

- 如果你那時可以和救主說話，你會說些什麼？
- 根據你今天所讀的內容，你會怎樣向朋友說明耶穌基督的福音是個好消息？

尼腓三書27：23-33

耶穌基督指示門徒要變得像祂一樣

概述尼腓三書27：23-26，說明救主指示祂的十二位尼腓門徒，教導他們應負的責任。請學生默讀尼腓三書27：27，找出祂給門徒哪些誡命，來幫助他們履行身爲人民法官的責任。

- 人民的法官要像救主一樣，爲什麼很重要？

請學生複習尼腓三書27：21。

- 救主命令門徒做些什麼？
- 從事救主的事工，和變得像祂一樣，兩者之間有何關聯？

請學生討論這個問題，將以下原則寫在白板上：*主期望祂的門徒做祂的事工，並變得像祂一樣。*

- 我們可以在哪些方面變得像救主一樣？我們在跟隨祂的榜樣時，可以做哪些事工？
- 你在努力跟隨救主的榜樣時，曾在哪些方面蒙得祝福？

結束時，見證在你努力變得像耶穌基督一樣時，蒙得了哪些祝福。

注釋及背景資料

尼腓三書27：13-21。耶穌基督的福音

先知約瑟·斯密這樣說明耶穌基督福音的中心信息：

「我們宗教的基本原則是使徒和先知對耶穌基督的見證，見證祂死亡、被埋葬，第三天復活，以及升天；有關我們宗教所有其他的事都只是這見證的附屬部分」（總會會長的教訓：約瑟·斯密，第49頁）。

十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老教導說：

「福音的意思是『好消息』。主耶穌基督和祂的救恩信息便是這項好消息。耶穌的塵世使命及傳道事工與福音劃上了等號。耶穌論到祂的使命時，說：

「『這就是我賜給你們的福音——我來到世上是要行我父的旨意，因為我是父派遣我來的。

「『我父派遣了我，使我得被高舉於十字架上。』〔尼腓三書27：13-14。〕

「救主的塵世使命就是我們所知的贖罪。

「救主的塵世傳道包含了祂所做過的其他一切事——祂的教導、表達愛的方法、對教儀的專注、祈禱的方式、堅定不移等。祂的一生是我們的典範，祂在論到祂的使命時也將此當作福音。祂說：『這就是我的福音。……你們所看見我做的工作，你們也都要做。』〔尼腓三書27：21〕因此，信心、悔改、藉由水、火和聖靈的洗禮、選民的聚集以及持守到底，都是福音的一部分」（參閱「年長傳教士與福音」，2004年11月，利阿賀拿，第81頁）。

尼腓三書27：27。變得像耶穌基督

泰福·彭蓀會長教導：

「生活方式和基督的模式最相近的人是最偉大、最蒙福，也最快樂的。這和世上的財富、權力、或聲望無關。一個人是否偉大、蒙福、快樂，完全取決於他的生活方式有多麼像我們的夫子耶穌基督。祂是正確的道路、完全的真理和豐盛的生命」（"Jesus Christ—Gifts and Expectations" [BYU devotional address, Dec. 10, 1974], 1, speeches.byu.edu）。

第134課

尼腓三書第28章

導言

當耶穌基督問祂的十二位尼腓門徒要祂為他們實現什麼願望時，有九位說希望在完成世上使命之後，能快點回到祂那裡。另外三位則要求能留在世上帶領靈魂歸向祂，直到祂第二次來臨。主應允會實現他們這兩種正義的願望。摩爾門為這三位尼腓門徒的施助情形提供了一些細節，也談到主向他啓示，這三位尼腓門徒經歷了體質改變，以便能留在世上。

教學建議

尼腓三書28：1-11

耶穌基督成全祂尼腓門徒的願望

請學生想思考，要是耶穌基督向他們顯現，問道：「你對我有什麼願望?」他們會怎樣回答。請他們將答案寫在筆記本或經文研讀日記上。如果他們對於分享所寫的內容感到自在，就給他們機會分享。

請學生默讀尼腓三書28：1-3，找出那九位尼腓門徒對主所提的這個問題作何回應。學生報告他們所學到的事情以後，問：

- 救主對於這九位門徒的願望有何感想?

請學生默讀尼腓三書28：4-9，找出另外那三位門徒對救主有何願望。請學生報告他們所發現的事情。（請學生注意以下尼腓三書28：9中的這句話，可能對他們會有幫助：「你們希望……引領人類靈魂歸向我」。）

- 救主對於這三位門徒的願望有何感想?
- 根據尼腓三書28：8-9，救主應許那三位尼腓人什麼，好讓他們正義的願望得以實現?

請一位學生讀出尼腓三書28：10，請全班找出主應許那三位尼腓門徒什麼祝福。

- 主對那三位尼腓門徒作了什麼應許?你曾在什麼時候看到爲人服務帶來喜悅的例子?
- 我們可以從尼腓三書28：1-10學習到有關主的什麼事?（學生對這問題的回答可能包括：**主會根據我們正義的願望來祝福我們**，以及**我們渴望幫助他人歸向主時，主會很喜悅**。）

爲了幫助學生了解正義的願望多麼重要，讀出以下這些話：

十二使徒定額組的尼爾·麥士維長老說：

「因此，我們長久以來強烈渴望的事物，會決定我們最後成爲什麼樣的人、在永恆中獲得什麼。……

「所以，要不屈不撓地追求正義的願望」（參閱「按照〔我們〕心中的願望」，1997年1月，*聖徒之聲*，第22-23頁）。

百翰·楊會長教導說：

「渴望在高榮國度獲得一席之地的男女，會發現自己必須每天和所有正義的敵人戰鬥」（"Remarks," *Deseret News,* Dec. 28, 1864, 98）。

避免猜測那三位尼腓門徒的事

許多人都聽過這三位尼腓門徒可能會來探訪的種種故事。與其講述這類故事，不如教導經文裡的教訓。記住摩爾門所說，那三位尼腓門徒會在外邦人和猶太人中間，但那些人「不會認識他們」（尼腓三書28：27-28）。除了教會核准的資源以外，要避免討論其他故事或資料。

- 你想，爲什麼我們必須每天戰鬥，才能實現我們正義的願望?
- 你曾在什麼時候感覺到主因爲你懷著正義的願望而祝福了你?

請學生看看他們在剛上課時所寫的願望。請他們寫幾句話，談談他們今天會開始做些什麼，來確使這些正義的願望得以實現。

尼腓三書28：12-35

摩爾門描述那三位尼腓門徒的傳道

請一位學生讀出尼腓三書28：12-16。請全班跟著看經文，找出在救主離開之後，那三位尼腓門徒發生了什麼事。說明那些門徒改變了形像——他們的身體暫時改變了。

- 根據尼腓三書28：15，那些門徒必須改變形像的一個原因是什麼?（這樣「他們才可以看到屬神的事物。」）

說明從尼腓三書28：17開始，我們讀到摩爾門對那三位尼腓門徒傳道所作的描述。請學生默讀尼腓三書28：17，找出摩爾門在記寫這件事時，並不知道有關三位尼腓門徒身體的什麼情況。（你可以告訴學生，他們在本課稍後會學到更多有關那三位尼腓門徒所經歷的改變。）

請幾位學生輪流讀出尼腓三書28：18-23。請全班跟著看經文，找出主如何祝福那三位尼腓門徒，好讓他們能實現正義的願望。

- 那三位尼腓門徒做了什麼來實現他們的願望，帶領他人歸向救主?
- 主在哪些方面祝福了他們，使他們能實現願望?

請學生默讀尼腓三書28：25-32，找出過去及未來有哪些人會因爲那三位尼腓門徒的施助而受益。你可以建議學生將找到的內容劃記下來。（注意：尼腓三書28：27-28顯示，如果有人自稱見過那三位尼腓門徒，我們應當謹愼，不要輕易相信及分享這些故事，原因之一是：摩爾門說過，受到那三位尼腓人服務的人「不會認識他們」。）

尼腓三書28：36-40

摩爾門得知體質改變之人的性質

問學生，他們是否對福音心存疑問，或者曾否在閱讀經文時有不了解的地方。提醒他們，摩爾門第一次記寫那三位尼腓門徒改變形像的事時，說他自己並不完全了解他們在世上傳道時，身體狀態有何改變（見尼腓三書28：17）。

- 你對福音或對經文章節內容有疑問時，通常會去問誰?爲什麼?

請學生默讀尼腓三書28：36-37，找出摩爾門做了什麼，來爲他的疑問尋找解答。

- 關於如何獲得更多了解，我們可以向摩爾門學習哪一項原則?（儘管學生也許會用不同的方式回答，但要確定他們都看出以下這項原則：**我們無法了解時，應當求問天父，就必得到指引**。）
- 有哪些例子能說明這項原則?
- 在哪些情況下我們可能需要請求天父給我們更大的理解力?

讀出賓塞．甘會長以下的話，他特別指出在某些情況下，我們應當祈禱求助：

「我們每一位都極需要祂的幫助，像尋求福音上的眞理而按照它來生活；又如尋求祂幫助決定生活上重大的事情如學業、婚姻、職業、居所、養育家庭、與他人在神的事工上的服務、在一切事情上尋求祂的寬恕、指引和保護。我們的需求不勝枚舉，而這些需求既眞實且深切。……

「經歷了一生的禱告，我知道誠懇眞心的祈禱所帶來的愛、權能和力量。我知道天父會隨時協助我們今生的經驗，祂會教導、帶領及指引我們。所以，救主懷著偉大的愛心說：『我對一個人說的就是對所有的人說的；要一直祈禱。』（教約93：49）」（參閱「要時常祈禱」，1982年3月，聖徒之聲，第1，2，6頁）。

- 你要如何增加你的信心以了解祈禱的力量？你和你的家人曾在什麼時候得到了祈禱的答覆？

鼓勵學生在尋求了解福音、面對生活的各項挑戰時，要祈禱求天父。見證當你將你的挑戰和問題求助於天父時，生活就蒙得了祝福。

說明那三位尼腓門徒所經歷的改變稱爲「體質改變」。**主的某些忠信僕人已改變了體質，好繼續在世上進行傳道事工**。摩爾門在繼續詢問有關這項改變時，得知體質改變之人的性質。

將體質改變的人一詞寫在白板上。請一位學生讀出尼腓三書28：37-38。請全班跟著看經文，找出關於那三位尼腓門徒身體上的改變，摩爾門學習到什麼。

- 關於體質改變的人，摩爾門得知什麼事？（請一位學生擔任抄寫員，將其他學生的答案寫在白板上。答案應包括體質改變的人不必「嘗到死亡的滋味」，不會感到痛苦，並且除了因爲世人的罪而憂傷以外，不會經歷憂傷。）
- 爲什麼他們身體上的這種改變是必要的？（可以請學生複習尼腓三書28：6-7。這種改變是必要的，這樣他們才能達成正義的願望，留在世上，繼續帶領靈魂歸向基督，直到救主第二次來臨。）

請學生默讀尼腓三書28：39-40，找出有關體質改變之人的更多資料。學生在報告時，請另一位抄寫員將他們的發現寫在白板上。（答案應包括：體質改變的人，撒但無法誘惑他們，他們已聖化而成爲聖潔，並且「世上的各種力量限制不住他們」。）你可能必須說明，雖然體質改變的人不會遭受死亡的痛苦，但他們並非復活的人。他們要到審判日那天才會蒙得「更大的變化」，那時他們會很快地——「在一眨眼之間」，從必死變成不死（見尼腓三書28：8，40）。

結束時，爲上課時討論的原則和教義作見證。請學生按照他們從聖靈接受到的提示去做。

注釋及背景資料

尼腓三書第28章。變了形像和體質改變

那三位尼腓門徒已經改變了形像並改變了體質。

在尼腓三書28：13-17所提的「變了形像」是「人暫時在容貌及本質上改變的狀態，也就是被提升到更高的靈性層次，而能承受天上人物的同在及榮耀」（經文指南，第254頁，「變形」），scriptures.lds.org；亦見教約67：11；摩西書1：11）。經文談到變了形像的人，包括摩西（見摩西書1：9-11）；耶穌基督、彼得、雅各和約翰（見馬太福音17：1-8）；及約瑟·斯密（見約瑟·斯密——歷史1：14-20）。

體質改變的人是「已經被改變的人，所以他們在復活成為不朽之前，不會經歷痛苦或死亡」（經文指南，第254頁，「體質改變的人」，scriptures.lds.org；亦見尼腓三書28：7-9，20-22，37-40）。他們的目的是帶領靈魂歸向基督（見尼腓三書28：9）。經文記載了體質改變的人，包括以諾（見創世記5：24；希伯來書11：5）、摩西（見阿爾瑪書45：19）、以來加（見列王紀下2：11），及主所愛的約翰（見約翰福音21：22-23；教約第7篇）。

第135課

尼腓三書第29～30章

導言

摩爾門在結束他對救主訪問尼腓人的記事時，說明了摩爾門經的問世是個徵兆，顯示出主正在履行祂與以色列家族所立的聖約。他也警告說，拒絕神事工的人將承受神審判的後果。最後，他記載了救主邀請所有的人悔改，並被算在以色列家族中。

追蹤目標及挑戰

你在第131課時，曾鼓勵學生寫下在靈性上增強了他們的那些經驗。今天開始上課前，考慮提醒他們這項挑戰。你也可以給他們機會談談他們如何因為記下這些經驗而受益。

教學建議

尼腓三書第29章

摩爾門見證主會在末世履行祂與以色列家族所立的聖約

在上課之前，將以下的表格內容寫在白板上（或作成講義發給每位學生）：

_____1. 外邦人	a. 雙重意義：（1）舊約先知雅各（以色列）的後裔，主曾與他們立下聖約；及（2）耶穌基督的真正信徒，他們與神立下聖約
_____2. 以色列家族	b. 給忠信者的一項應許，包括福音的祝福、聖職權柄、永恆的家庭，以及一塊應許地
_____3. 唾棄	c. 雙重意義：（1）不屬於以色列家族的人，或不屬於猶太人的後裔，及（2）沒有福音的人
_____4. 主與以色列所立的聖約	d. 深沉的憂傷與悔恨
_____5. 有禍了	e. 用輕蔑、藐視的態度置之不理或拒絕

開始上課時，請學生將表格第一欄中的詞，和第二欄中正確的定義搭配起來（答案：1—c，2—a，3—e，4—b，5—d）。在學生報告答案時，要確定他們都了解每一項定義。你可以請學生用自己的話說明這些定義，或用這些詞來造句，以確定他們都了解。告訴學生，這些定義會幫助他們更了解尼腓三書第29-30章。

說明摩爾門在寫下救主訪問尼腓人一事後，就預言主的應許會在末世實現。問學生，他們曾否經歷過某項神聖應許的實現，無論該應許是記載在經文中，或透過先知、聖靈或聖職祝福而來。請幾位學生講述他們的經驗，但務必提醒他們，不應分享太過個人或隱私的經驗。

- 你想，爲什麼有些人會懷疑神不會實現祂的應許？
- 你怎麼知道神會實現祂的應許？

將 到了以及就寫在白板上。請學生默讀尼腓三書29：1-3，找出白板上的字詞。說明這些字詞會幫助他們找出一個事件，顯示出主在這末世正在實現祂向以色列家族所作的應許。（說明尼腓三書29：1中的「這些話」一詞指的是摩爾門經的寫作，這樣可能對學生有助。）

- 你會如何概述這幾節經文所記載的預言？（雖然學生可能會用不同的詞句表達，但他們都應看出以下這項眞理：**摩爾門經問世是主在這後期時代履行其聖約、聚集以色列的徵兆**。可以鼓勵學生在尼腓三書第29章的章前綱要中，將這項眞理劃記起來。

請學生舉起他們自己的摩爾門經。說明他們手中所拿的，正是摩爾門所作預言的實現，而且他們可以確信，主正在爲祂的來臨準備祂的人民。請一位學生讀出以下十二使徒定額組的羅素·納爾遜長老所說的話：

「摩爾門經是一項實質證據，證明了主已經開始聚集與祂立約的以色列兒女。……

「主確實沒有忘記！祂以摩爾門經祝福了我們及世界各地的其他人們。……摩爾門經幫助我們與神立下聖約，邀請我們記得祂和認識祂的愛子。摩爾門經是耶穌基督的另一部約書」（「聖約」，2011年11月，利阿賀拿，第88頁）。

- 我們擁有摩爾門經的這個事實，如何證明了神會實現祂的應許？

將以下這問題寫在白板上：*爲什麼後期聖徒會對主與以色列家族所立的聖約感興趣？*羅素·納爾遜長老在以下這段話中，列出了主與祂人民立約時所作的應許。將這段話讀給學生聽，請他們仔細聽，找出前述問題的答案。（你可以爲每位學生提供一份這段話的複本。）

「神與亞伯拉罕立下無比重要的聖約，後來祂與以撒和雅各再次確立這項聖約。這聖約包含了幾項應許：

「• 耶穌基督將出生自亞伯拉罕的家系。

「• 亞伯拉罕將會有許多子孫，這些人將有權獲得永恆的增長及持有聖職。

「• 亞伯拉罕將成爲多國的父。

「• 他的子孫將會繼承某些土地。

「• 地上所有國家都將因他的後裔而蒙福。

「• 並且，這項聖約將持續到永恆——甚至『直到千代』。

「這些應許中，有些已經實現，其他的則有待應驗。……

「我們有些人是亞伯拉罕眞正的後裔，其他人則是藉著收養而聚集到他的家族裡，這兩者對主來說並無差異。只要我們尋求主並且遵守祂的誡命，我們就會一同接受這些已應許給我們的祝福，……

「……百翰·楊說：『所有後期聖徒們加入這教會時，都立下了新永約』」（「聖約」，第87-88頁）；引述自總會會長的教訓：百翰·楊，〔1997〕，第64頁）。

- 根據你從納爾遜長老的話所學到的事，你會如何回答白板上的問題？（學生也許會提出一些不同的答案，但要確定他們都看出以下這項眞理：**後期聖徒是主的一部分約民，我們有責任造福所有國家**。）
- 後期聖徒要如何尋求造福世上各國？
- 摩爾門經在這項努力上扮演什麼角色？

請學生注意在配對活動中的*唾棄*及*有禍了*等詞。說明摩爾門知道在末世，會有人唾棄摩爾門經和其他顯明主已實現祂與其人民所立聖約的證據。請學生默讀尼腓三書29：4-9，找出那些唾棄救主及其事工的人會發生什麼事。在學生說明過他們所發現的事情以後，可建議他們將以下這項眞理寫在自己的經文上：**憂傷會臨到那些否認耶穌基督及其事工的人**。

- 爲什麼憂傷是唾棄救主及其事工的自然結果?
- 要是有人說主不會對世人說話，也不會行奇蹟，你會怎麼回應?
- 我們要如何在生活中更加承認及感激主和祂的事工?

尼腓三書第30章

主勸告外邦人悔改並歸向祂

請學生注意在配對活動中的外邦人一詞。告訴學生，在尼腓三書第30章中，摩爾門履行主的誡命，記載了耶穌基督特別向外邦人，即沒有福音的人，提出的一項邀請。請學生默讀尼腓三書30：1-2，盡可能找出向外邦人提出的各項邀請。在學生報告過他們所發現的事情以後，問：

- 你想，這些邀請中的哪一項可以爲所有其他邀請作總結?（歸向基督的這項邀請包含了悔改、受洗、接受聖靈，並被算在主的人民當中。）
- 外邦人若歸向耶穌基督，祂就應許他們哪些祝福?（罪的赦免、充滿聖靈，並被算在祂的人民當中。）
- 爲什麼被算在主的人民中是一種祝福?

將以下原則寫在白板上：***我們若歸向基督，就必被算在祂的人民中***。說明雖然尼腓三書30：2是對那些非本教會成員的人說的，但我們仍然可用耶穌基督的這些邀請，來評估自己有多努力遵守與神所立的聖約。見證遵守我們所立的聖約和主的誡命所帶來的祝福。

尼腓三書複習

花點時間幫助學生複習尼腓三書。請他們想想自己在福音進修班以及在個人的經文研讀中，從這部書學到了什麼。必要時，請他們簡短複習尼腓三書中的一些章前綱要，來幫助他們記住。經過充分的時間後，請幾位學生分享尼腓三書中一些令他們感到鼓舞的事，或一些曾幫助他們對耶穌基督有更大信心的事。

精通經文複習

給每位學生一張白紙。請他們寫一封信給某個不是本教會成員的人（可以是想像的人物或他們認識的人）。建議學生查考精通經文，找出他們可以用哪些眞理來邀請收信人歸向基督並被算爲祂的人民。請幾位學生分享他們所寫的內容。

注意：本課的長度也許會有時間進行這項活動。其他的精通經文複習活動，見本書後面的附錄。

注釋及背景資料

尼腓三書30：1-2。以色列的聚集

賓塞．甘會長教導：

「以色列的聚集包括加入眞實的教會和認識眞神。……因此，凡接受復興福音，如今想用自己的語言、與所在國家的聖徒們一起崇拜主的人，就是遵守了聚集以色列的律法，而且也繼承了在這末世應許給聖徒們的所有祝福」（*The Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball [1982], 439）。

自修班課程

尼腓三書第23～30章（第27單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓三書第23～30章（第27單元）時，所學到的教義和原則概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程，僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓三書第23章）

學生繼續研讀耶穌基督向尼腓人說的話。他們學習到，救主吩咐人民要努力查考以賽亞及其他先知的話。當救主斥責人民沒有保存自己靈性歷史的正確紀錄時，學生學習到，當我們記載靈性經驗時，就是在邀請主給予我們更多啓示。

第2天（尼腓三書第24～26章）

學生在沉思耶穌基督與尼腓人分享的瑪拉基的話語時，也就被提醒，救主在第二次來臨時會潔淨祂的人民、審判惡人。進一步省思什一奉獻的原則，以及以來加會在後期時代回來的預言，讓學生體認到，我們若轉向主，祂必轉向我們，若我們的心轉向祖先，就是在協助大地準備好迎接耶穌基督的第二次來臨。摩爾門說明為什麼他沒有寫出救主在尼腓人之中所作的全部教導，這就讓學生看出，我們若相信神已啓示的事，就是在準備自己接受更大的啓示。

第3天（尼腓三書第27章）

當十二位尼腓門徒繼續祈禱和禁食時，救主到訪，說明耶穌基督的真正教會要用祂的名稱呼，並建立在祂的福音上。從救主教導祂門徒的事，學生也學習到，耶穌基督福音的基礎在於祂遵行祂父的旨意，完成了贖罪。對福音有了這樣的了解後，學生也學習到，我們若遵行各項福音原則，就能在末日潔淨無瑕地站在神面前。

第4天（尼腓三書第28～30章）

復活後的耶穌基督成全了祂尼腓門徒的願望，這事讓學生學習到，主會根據我們正義的願望祝福我們。摩爾門求主讓他更加認識那三位尼腓門徒，學生可從這榜樣學習到我們若求主幫助我們了解，就必得到啓示。摩爾門對救主在尼腓人之中傳道一事所作的結論教導了學生一件事：摩爾門經的問世是一個徵兆，顯明主正在履行祂與以色列家族所立的聖約，而我們若歸向基督，就能被算在祂的人民中。

導言

雖然尼腓三書第23～30章裡有許多寶貴的原則，但本課前半段的重點在於學生可以從尼腓三書第24～25章學到有關為耶穌基督第二次來臨作準備的哪些事。本課後半段的重點在尼腓三書第27章裡的各項原則；這些原則能幫助學生仔細想想，成為耶穌基督的門徒是什麼意思，以及他們可以怎樣變得更像祂。

教學建議

尼腓三書第23～26章

復活後的耶穌基督向尼腓人解釋經文

請學生舉例說明，有哪些事需要用一段時間細心準備。（例子可包括長途賽跑、音樂會或戲劇表演。）請學生描述，要是一個人沒有作出必要的準備，就試圖參與這些事，可能會發生什麼事。

請一位學生讀出尼腓三書24：2，然後問全班，先知瑪拉基在這裡預言的是哪件事。一旦學生看出「祂來的日子」就是耶穌基督第二次來臨時，請他們劃記瑪拉基所提的這個問題：「祂來的日子，誰能承受得了呢？祂顯現的時候，誰能立得住呢？」

問：對於活在末世的人而言，為什麼這是一個要考慮的重要問題？

請一位學生讀出以下總會會長團的亨利．艾寧會長所作的說明；他談到繳付什一奉獻如何幫助我們作好準備，來迎接救主的第二次來臨：

「決定現在就繳付十足的什一奉獻，並且持續努力服從，會增強我們的信心，久而久之，我們的心會軟化。這是經由耶穌基督的贖罪而來的心的改變，而不是所付出的金錢和物品，讓主能應許繳付十足什一奉獻的人在最後的日子能得保護。如果現在就承諾繳付十足的什一奉獻並持續去做，我們就可確信自己有資格蒙得祝福，得到保護」（「靈性準備：及早開始並持續不懈」，2005年11月，*利阿賀拿*，第40頁）。

問：根據艾寧會長的話，繳納什一奉獻會如何幫助我們準備好迎見救主？

請一位學生讀出尼腓三書25：5-6中，瑪拉基所作的以來加要來的預言。為了讓他們更了解這預言的應驗對他們會有何影響，請一位學生讀出以下十二使徒定額組的大衛．貝納長老所提的邀請：

「我要邀請教會的年輕人去學習和體驗以來加的靈。……

「如果你們懷著信心回應此項邀請，你們的心會轉向祖先。賜給亞伯拉罕、以撒和雅各的應許就會深植於你們心中。……你們會更愛你們的祖先，並且會更感激他們。你們對救主的見證和歸信程度也會更持久、深刻。我應許你們：你們會受到保護，能夠對抗敵對者日漸猖狂的影響力。當你們參與並熱愛這項神聖事工時，你們不但會在年輕的時候，並且終其一生都會受到保護」（「兒女的心轉向父親」，2011年11月，*利阿賀拿*，第26頁）。

問：你在做家譜和聖殿事工時，曾有哪些經驗增強了你的靈性？

尼腓三書第27～30章

耶穌基督透露祂教會的名稱和主要特點，並成全祂門徒的正義願望；摩爾門結束他對救主在尼腓人中間傳道事工的紀錄

將以下約瑟．斯密的話寫在白板上（可以在上課前寫好並蓋起來，等上到這裡時才揭開。）請一位學生讀出這段話。（這段話記載在*總會會長的教訓：約瑟．斯密*〔2007〕，第49頁）。

「我們宗教的基本原則是使徒和先知對耶穌基督的見證，見證祂死亡、被埋葬、第三天復活，以及升天」（約瑟．斯密）。

說明正如先知約瑟．斯密所宣告的，救主教導尼腓人，祂福音的中心要點是祂的贖罪犧牲。將以下真理寫在白板上：***耶穌基督福音的基礎在於祂遵行祂父的旨意，完成了贖罪***。

請學生瀏覽尼腓三書第27章，找出救主用來教導這項教義的那句話。請學生分享所找到的話。

說明尼腓三書27：16-20包含了救主教導我們，要怎樣才能使祂贖罪的大能進入我們的生活中。將以下未完成的句子寫在白板上：*我們若……，就會……*。請學生默讀尼腓三書27：20，找出一些字詞來填入白板上那句話的空白處。問：遵從這項原則會怎樣幫助我們成為耶穌基督的真正門徒？

向全班說明，門徒身分的最大挑戰和頂峰，就記載在尼腓三書27：21-27。請學生默讀這幾節經文。他們讀的時候，將以下未完成的句子寫在白板上：*主耶穌基督期望祂的門徒做祂的事工，並且變得……*。

問學生，根據他們在尼腓三書27：27所讀的內容，他們會怎樣完成這句話。（學生回答時，照以下方式完成白板上那句話：***主耶穌基督期望祂的門徒做祂的事工，並且變得像祂一樣***。）讀出以下由總會會長團的雅各．傅士德會長所說的話：

「讓我們想想耶穌所做過能讓我們效法的一些事。

「1.耶穌『周流四方，行善事』。〔使徒行傳10：38〕我們大家每天都能做一點好事——不論是為家人、朋友、甚至是為陌生人都可以，只要找機會就能做到。

「2.耶穌是好牧人，總是看顧著祂的羊群，關心那些迷失的羊。我們可以找出那些孤獨或是較不活躍的人，跟他們做朋友。

「3.耶穌對眾人總是充滿憐憫之心，包括對窮苦的痲瘋病人。我們也可以有憐憫之心；摩爾門經提醒我們要『與哀者同哀』。〔摩賽亞書18：9。〕

「4.耶穌為祂自己的神聖使命、為祂父的偉大事工作見證；我們大家則可以『隨時……作神的證人』。〔摩賽亞書18：9〕」（參閱「門徒身分」，2006年11月，*利阿賀拿*，第21頁）。

將學生分成兩人一組或分成小組。請各組寫下他們可以在生活中用哪兩、三個方法，來實踐傅士德會長的四項建議。

他們寫完後，一次請一組分享他們所寫的一項建議。在白板上，針對我們可以如何從事救主的事工，並且變得更像祂一樣，寫下他們的建議。請學生默默承諾，要在下一週實踐這其中的一、兩項建議。見證只要運用對救主的信心，我們都可以變得像祂一樣。

下一單元（尼腓四書第1章～摩爾門書第8章）

鼓勵學生在研讀下一單元時，找出下列問題的答案：一個民族怎麼會從和平昌盛的情況變為邪惡？那些尼腓人怎麼會從世上最昌盛、最快樂的民族，變成十分邪惡的民族？摩爾門最後的話語是什麼？

導言

尼腓四書：尼腓書

為什麼要研讀這部書？

學生研讀尼腓四書，可學到當人們在生活中奉行耶穌基督的福音而團結合一時所獲得的祝福。救主施助李海的後裔，隨後全地所有的人都歸信了。他們遵守誡命時，享有和平、昌盛、和非凡的靈性祝福。摩爾門宣稱：「在由神的手所造的人當中，確實沒有比這人民更幸福的了」（尼腓四書1：16）。學生也將從那些人逐漸淪落到邪惡狀態的過程中，學到重要的教訓。

誰寫了這部書？

摩爾門將四位作者的紀錄編纂、節錄而作成尼腓四書。第一位作者是尼腓，這部書就以他為名。這位尼腓是主在李海的後裔中施助時，挑選的十二位門徒之一尼腓的兒子（見尼腓三書11：18-22；12：1）。另外三位作者是尼腓的兒子阿摩司、阿摩司的兒子阿摩司和阿摩龍（見尼腓四書1：19，21，47）。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

摩爾門寫尼腓四書沒有特定對象，他也沒說為什麼寫這部書。不過，這部書闡明了整本摩爾門經的至高目的——見證耶穌是基督，且向人們揭示主的聖約（見摩爾門經標題頁）。其方式是描述人們若悔改、歸向耶穌基督、與祂訂立聖約，結果就會獲得祝福。它也揭示了當人們否認救主和祂的福音、並捨棄他們的聖約時所會產生的毀滅性後果。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

尼腓四書所採用的原始紀錄，可能在主後34年到主後321年之間撰寫的。摩爾門節錄那些紀錄的時間大約在主後345年到主後385年之間。摩爾門並沒提到自己在編纂這部書時身在何處。

這部書有哪些特色？

僅只短短49節，尼腓四書就敘述了將近300年期間的事蹟——幾乎是摩爾門經所涵蓋的整個尼腓人歷史的三分之一。尼腓四書的簡短使得它顯得更為有力。它簡明扼要地強調，緊接著救主在他們中間施助之後，人們的正義，與四代之後的邪惡，兩者之間的對比。本書的前18節，描述了建立在耶穌基督福音上的社會所享有的祝福。後面各節見證了驕傲導致毀滅，顯示出這個社會如何逐漸衰落，直到幾乎全部陷入罪惡中。

大綱

尼腓四書1：1-18耶穌基督施助之後，全地的人民都歸信而受洗。他們不再區分自己是尼腓人或拉曼人，他們「凡物公用」（尼腓四書1：3），他們經歷了許多奇蹟、昌盛起來、且生活在合一與快樂中達110年。

尼腓四書1：19-34尼腓去世，他的兒子阿摩司保存紀錄。阿摩司後來將紀錄傳給他的兒子阿摩司。許多人讓撒但「抓住（他們的）心」（尼腓四書1：28）。人們之中升起了分裂、驕傲和假教會。邪惡的人開始迫害真正教會的成員、以及「留在那裡的基督門徒」（尼腓四書1：30）。

尼腓四書1：35-49人們再度區分自己為尼腓人或拉曼人。拉曼人故意反叛福音，建立甘大安敦祕密幫派。最後，尼腓人也變得邪惡了。阿摩司去世，他的弟弟阿摩龍接替他寫紀錄一段時間後，受聖靈強制把紀錄藏了起來。

第136課

尼腓四書

導言

耶穌基督施助於李海的後裔之後，人們實行了祂的教導，享有超過100年的合一、昌盛、與幸福。他們成為一體，是「基督的孩子」，不再稱自己為尼腓人或拉曼人（尼腓四書1：17）。然而，他們最後變得驕傲，越來越邪惡，也再度把自己分成尼腓人和拉曼人。在救主親臨他們大約300年後，幾乎所有的人都變得邪惡了。

教學建議

尼腓四書1：1–18

所有的人都歸信，過著和平、幸福的日子

學生一到達，就引起他們的注意。

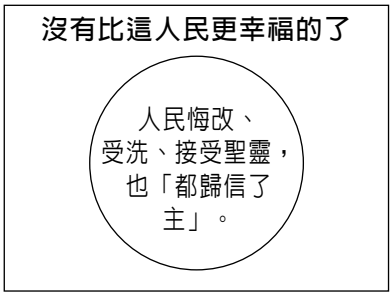
想辦法幫助學生一進教室就開始思考課程。你可以在白板上寫一個問題，或展示一樣東西或一張圖片。這樣可幫助學生集中注意力，準備好意念和心情來學習。

上課前，爲每位學生準備兩張紙——可能的話，一張白色、另一張爲其他顏色（半張大小就夠了）。學生到達前把白紙放在他們的桌子或椅子上，把色紙收在一旁，待課程稍後使用。將以下問題寫在白板上：*什麼事物能使你眞正快樂?*學生到達後，請他們把他們的答案寫在白板上。

一開始上課就討論他們寫在白板上的答案。提出以下問題：

- 使我們獲得短暫快樂的事，和導致永久快樂的事，兩者之間有什麼不同?（學生回答時，你可以強調眞正的快樂不能在屬世的事物中尋得，像聲望、財富、和實質的財產等。）

解釋尼腓四書是李海的好幾代後裔，在耶穌基督親臨之後的紀錄。請學生默讀尼腓四書1：16，找出摩爾門怎樣描述那些大約在救主親臨後100年之內的人民。你可建議學生將「確實沒有比這人民更幸福的了」這句話標記出來。請學生在你給他們的白紙頂端寫上「沒有比這人民更幸福的了」。然後請他們在紙片中央畫個大圓圈。



請學生讀尼腓四書1：1-2，找出人民做了些什麼，才能有這樣的幸福。請他們把所找到的列在圓圈裡。（答案應包括人民悔改、受洗、接受聖靈，也「都歸信了主」。）

- 何謂歸信?

爲幫助學生了解，歸信比單單有見證、或成爲教會的成員還要有深度，請一位學生讀出以下十二使徒定額組李察．司考德長老的話。如果可能，將這些話影印給學生，請他們找出哪些詞語爲歸信下了定義。

「你們現在和以後的幸福取決於你們歸信的程度，以及歸信給你們生命帶來的改變。你們如何才能眞正歸信呢?〔墨林・〕羅慕義會長談到了你們必須遵行的步驟。他說：

「『成爲教會成員和歸信未必是同義詞。歸信與擁有見證也未必是同一件事。聖靈將眞理的見證賜給熱切尋求的人時，見證就產生了。一個打動人心的見證能激發信心，這也就是說，它誘導人悔改並服從誡命。歸信是悔改和服從的結果或酬賞。』〔In Conference Report, Guatemala Area Conference 1977, 8-9.〕

「簡單來說，眞正的歸信就是信心、悔改及不斷服從的結果。……

「眞正歸信的果實是持久的幸福，是在這動盪不安、盡是愁苦之人的世界中仍然可以享有的祝福」（參閱「完全的歸信帶來幸福」，2002年7月，利阿賀拿，第27，28頁）。

- 你聽到的哪些字詞爲歸信下了定義?
- 你想，如果你周遭的每個人都歸信了主，那會是什麼樣的情形?

將下列參考經文寫在白板上：*尼腓四書1：2-3，5，7，10-13，15-18*。請幾位學生輪流讀出這幾節經文。請全班跟著看經文，找出有哪些字詞形容人們因爲全都歸信了主，所經歷的種種現象。請學生將這些字詞寫在他們紙上的圓圈旁邊。（答案可能包括下列字詞：沒有紛爭、也沒有爭論、每個人都彼此公正相待、他們凡物公用、他們奉耶穌的名行奇蹟、主使他們昌盛、他們在燒毀的城市上重建城市、他們男婚女嫁建立家庭、他們人口增加、日漸強大、人民心中有神的愛、他們成爲一體、他們何其幸福。）

請學生指出他們從尼腓四書第1章前半部學到了哪一項幸福的原則。雖然學生可能提出幾個原則，但要確定他們表達出**當人們團結歸信主，他們就能成爲一體，體驗到加增的幸福**。你也可以把這原則寫在白板上。

- 你想，假如我們都像這些人那樣地生活，會有什麼祝福降臨到我們班上?你想，會有什麼祝福降臨到你的家庭?你想，會有什麼祝福降臨到你的支會或分會?

請學生針對自己所屬的團體，諸如家庭、定額組或班級、或一群朋友，談談當這團體在正義中合一時是什麼情形。你也可以分享你的經驗。

- 你爲追求正義而努力，會怎樣影響你周遭人的快樂與福祉。（確定學生了解：我們的歸信和正義的行爲，不僅會促進我們自己的幸福，也會促進他人的快樂與福祉。當家庭、定額組、班級或其他團體的成員在正義中合一，就會比獨自一人時，體驗到更大的快樂。）
- 一個人的罪行會怎樣影響到團體中努力追求正義的其他人?

鼓勵學生鞏固自己對主的歸信，並幫助他們周遭的人也同樣做。爲幫助學生迎向這個挑戰，請他們複習列在他們紙上的字詞。請他們選擇一、兩個詞句，形容他們想要經歷的生活方式。給他們幾分鐘時間，在筆記本或經文研讀日記寫下他們要怎樣試著以這些方式生活。爲眞正歸信與在正義中合一所帶來的幸福作見證。

尼腓四書1：19-49

尼腓人變得越來越邪惡，直到只剩少數正義的人

- 你想有什麼事能毀滅一個像尼腓四書1：1-18中所形容的社會?

請學生默讀尼腓四書1：20，23-24，找出是什麼威脅了人民的團結與幸福。可以建議他們劃記出找到的內容。在他們報告過所發現的內容後，將以下總會

會長團亨利・艾寧會長所說的話寫在白板上。（這句話摘自「我們的心交織合一」，2008年11月，*利阿賀拿*，第70頁。）可以建議學生把這句話抄在他們的經文尼腓四書1：24旁邊。

「驕傲是合一的死對頭」（亨利・艾寧會長）。

- 你想，驕傲在哪些方面是合一的死對頭?

請一位學生讀出以下總會會長團的迪特・鄔希鐸會長所說的話。請全班仔細聽驕傲會怎樣毀滅合一。

「在根本上，驕傲犯的是比較的罪，因爲驕傲在剛開始的時候往往是：『你看，我有多好，我做了多少好事』，而最後則變成『所以，我比你好』。

「我們的心充滿驕傲時，就犯了嚴重的罪，因爲我們違反了兩條最大的誡命〔見馬太福音22：36-40〕。我們不崇拜神，也不愛鄰人，反而暴露出我們眞正崇拜與喜愛的——我們在鏡子裡面看到的映像」（「驕傲與聖職」，2010年11月，*利阿賀拿*，第56頁）。

- 根據鄔希鐸會長的敘述，驕傲會怎樣毀滅合一?

請幾位學生輪流讀出尼腓四書1：24-35，38-45。請全班跟著看經文，找出驕傲對人民的影響。你可建議學生劃記出所找到的內容。（答案可能包括下列各項：穿昂貴衣服、劃分階級或建立排外的朋友圈、建立教會以謀利、否認眞正的教會、迫害忠信者、組織祕密幫派、以及行各樣的惡事。）

逐一請每個學生報告所找到的一件事。（學生可以重複彼此的答案。）在每個學生回答時，把他的答案寫在你上課前放在一邊的一張色紙上。把寫好的色紙，與這學生所寫，形容人民幸福與合一的那張白紙交換。重複這個過程，直到班上所有的學生都把他們的白紙和你交換成色紙爲止。

請學生環顧四周，看班上每個人都拿到了那代表驕傲的色紙。請他們思考基督的那三位門徒，在看到驕傲和邪惡擴散在曾經那麼幸福合一的人民中間時，會有什麼樣的感受。

- 我們可從這幾節經文學到什麼眞理?（雖然學生可能使用不同的字詞，但他們應指出以下的原則：**驕傲之罪造成分裂，導致邪惡**。可以將這眞理寫在白板上。）
- 少數幾個人的驕傲會怎樣影響到整個群體的幸福?

請學生考慮以下的例子中，一個人的驕傲可能會怎樣影響到其他人：

1. 一個身爲哥哥的人，不顧家人的鼓勵，決定追求私利而不去傳教。
2. 女青年或亞倫聖職的成員故意搗蛋、拒絕參與班級活動、不願聽從指示。
3. 一位男青年或女青年，不斷地嘲笑或輕視自己朋友圈中的另一個人。

請學生想想他們所見過的，因驕傲而破壞了幸福與合一的例子。

請學生想想他們在自己所屬的各個團體裡，諸如家庭、定額組、班級、支會或分會、以及福音進修班，分別負有哪些責任。（你可以提到你的學生所屬的其他團體。）請他們思考自己在和這些團體中其他人的關係上，是否曾做過、或正在做任何事而顯現出驕傲。鼓勵他們悔改並想想有什麼方法可以克服驕傲、促進這些團體的合一與正義。同時鼓勵他們思考自己所寫，計畫怎樣生活，以更像那些歸信了主的李海後裔。

作見證說明當我們努力更加歸信耶穌基督，並合一地與他人生活在一起，我們就能經歷到尼腓四書1：1-18所形容的幸福。

導言

摩爾門書

為什麼要研讀這部書?

學生研讀本書時，可從耶穌基督的門徒摩爾門學到寶貴的教訓，儘管他的一生活在「邪惡和憎行觸目皆是，從未間斷」的環境中（摩爾門書2：18），他仍忠信地生活。學生也可從研讀摩羅乃的話語獲益，他向後期時代的讀者見證「耶穌基督已將你們顯示於我，我知道你們的行為」（摩爾門書8：35）。學生讀了尼腓人由於邪惡帶來的毀滅，就會學到按照耶穌基督福音的誡命和聖約生活的重要性。

誰寫了這部書?

摩爾門寫了這部書的前面七章，簡短記錄在他的時代裡，尼腓人和拉曼人之間的邪惡和戰爭。他也在尼腓大片上，將他一生所看見的事做了完整的紀錄（見摩爾門書2：18；5：9）。摩爾門大約10歲的時候，紀錄保存人阿摩龍交代他，等他成年以後，要負責掌管神聖紀錄。他要記錄他所觀察到的這人民的所有事情（見摩爾門書1：4）。摩爾門15歲時「蒙主親訪，體會並領悟了耶穌的良善」（摩爾門書1：15）。在那同一年，尼腓人指定摩爾門帶領他們的軍隊（見摩爾門書2：1）。他服從阿摩龍的教誨，後來獲得尼腓大片，開始寫他的紀錄。他也節錄尼腓大片，包括了從李海到阿摩龍等歷代先知和紀錄保存者的寫作，並把尼腓小片加進那份節錄內容中。摩爾門在臨終前，把所有的紀錄藏在克謨拉山，只留少數幾片交給他的兒子摩羅乃（見摩爾門書6：6）。然後他帶領尼腓人作抵抗拉曼人的最後大戰。摩爾門去世前指導摩羅乃完成他的紀錄。摩羅乃在這部書添加的話語，構成本書第8～9章。

這部書是為誰寫的?為什麼而寫?

摩爾門寫給後期時代的外邦人和以色列家族的人，期望「能勸服大地各端的每個人悔改，準備好站在基督的審判寶座前」（摩爾門書3：22）。摩羅乃為他父親的書作結論時，是直接寫給那些將來讀他話語的人。他警告他們罪惡的後果，並邀請他們「全心歸向主」（摩爾門書9：27）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的?

摩爾門很可能在主後345年到主後401年之間寫了本書第1～7章（見摩爾門書2：15-17；8：5-6）。他在尼腓人和拉曼人於主後385年最後的戰爭之後，在克謨拉山完成了他的寫作。（見摩爾門書6：10-15；7：1）。摩羅乃很可能在主後401年到主後421年之間，「為了〔他〕自己生命的安全」（見摩爾門書8：4-6；摩羅乃書1：1-3）流浪時，寫了第8～9章的內容。

這部書有哪些特色?

這部書描述了尼腓、阿爾瑪、拉曼人撒母耳、和耶穌基督對於尼腓人毀滅的預言（見尼腓一書12：19；阿爾瑪書45：9-14；希拉曼書13：8-10；尼腓三書27：32）。摩爾門把他的一些寫作稱為「我人民尼腓人滅亡的紀錄」（摩爾門書6：1）。他揭示了尼腓人的衰落是他們邪惡的後果（見摩爾門書4：12；6：15-18）。

大綱

摩爾門書第1章 阿摩龍給摩爾門一個任務，要他保存他那時代人民的紀錄。尼腓人在戰役中打敗了拉曼人。邪惡在整個地面上猖獗，三位尼腓門徒停止向人民施助，聖靈的恩賜也普遍被撤回。然而，摩爾門「蒙主親訪」。

摩爾門書第2～3章 尼腓人選派摩爾門帶領他們的軍隊。他帶領他們打仗，對抗拉曼人超過30年以上。儘管尼腓人遭受極大的毀滅與痛苦，他們還是拒絕悔改。摩爾門從一座名為歇姆的山丘上取出尼腓片，開始刻寫他的紀錄。尼腓人在幾次獲勝之後，開始誇耀自己的力量，且誓言向拉曼人復仇。摩爾門拒絕再領導他們。他寫給後期時代所有的人，勸誡大家準備好站在基督的審判寶座前。

摩爾門書第4章 尼腓人的軍隊不再由摩爾門帶領，但他們繼續與拉曼人抗戰，雙方都有數千人陣亡。李海的後裔變得比以往歷史上任何其他時期都邪惡，拉曼人開始消滅尼腓人。摩爾門保管所有尼腓人的紀錄，將它們從名為歇姆的山丘移到一座稱為克謨拉的山丘。

摩爾門書第5～7章 摩爾門雖明知他們會被毀滅，他還是再度擔任尼腓人軍隊的統帥。他預言摩爾門經會在未來問世。他聚集尼腓人到克謨拉，以進行對抗拉曼人的最後戰役，戰後他哀悼人民的毀滅。摩爾門刻寫紀錄，用意是奉勸拉曼人的後裔，要相信耶穌基督並受洗。

摩爾門書第8～9章 摩爾門去世後，摩羅乃繼續刻寫紀錄。他預言摩爾門經會在不信和邪惡的世代，藉著神的力量問世。他為耶穌基督作見證，並教導：人若對祂有信心，奇蹟和徵兆會隨之而來。他勸告那些閱讀他話語的人，要歸向主以得救。

第137課

摩爾門書第1～2章

導言

摩爾門雖然在極為邪惡的時代成長，仍選擇要忠信。由於他的忠信，阿摩龍告訴他，等他年歲稍長之後，人民的神聖紀錄將託付給他。他15歲的時候「蒙主親訪」（摩爾門書1：15）。他渴望幫助尼腓人悔改，但是由於他們故意反叛，主禁止他向人民傳道。他在這個幼小的年紀就被選派帶領尼腓人的軍隊。由於許多尼腓人失去聖靈及神的其他恩賜，他們在和拉曼人作戰時，就只能靠自己的力量了。

教學建議

摩爾門書1：1-5

摩爾門得知他將來會受託保管尼腓人的神聖紀錄

上課前在白板上寫出以下問題，讓學生一進教室就能思考這問題：*別人稱你是個摩爾門時，你有什麼感覺？*

一開始上課就請學生回答白板上的問題。在他們討論過這問題之後，請一位學生讀出以下總會會長戈登·興格萊的話：

「有時候我雖遺憾一般人不以正確的名字來稱呼教會，卻很高興他們所採用的綽號是個很光榮的名字，一方面是一位偉人的名字，另一方面是一部爲世界的救贖作出無比見證的書的書名。

「任何透過研讀、沉思摩爾門的話，而認識他的人；任何研讀這部主要由摩爾門編輯保存的寶貴歷史的人，都會知道摩爾門並不是什麼可恥的名字，而是象徵至高的良善，即屬神的良善」（參閱「摩爾門意指『更多良善』」，1991年1月，聖徒之聲，第50頁）。

爲幫助學生了解摩爾門書第1～2章的內容，解釋在救主向尼腓人顯現後320年，當地幾乎每個人都生活在邪惡中。當時有個義人名叫阿摩龍，是紀錄保存者，他「受聖靈強制，把……神聖紀錄……藏了起來」（見尼腓四書1：47-49）。大約在這同時，阿摩龍造訪了一個名叫摩爾門的10歲男孩，指示他將來要負責保管這紀錄。

請學生默讀摩爾門書1：2，找出阿摩龍用來形容摩爾門的字詞。請他們報告所找到的內容。把摩爾門這名字寫在白板上，把學生的回答寫在這名字下面。你可能需要解釋認眞一詞在此意思是冷靜、嚴肅和用心。

- 你想我們應當對哪些事認眞？（答案可能包括主理聖餐和領受聖餐、研讀經文、保持貞潔，以及講述和見證救主的事蹟。）爲何我們應當對這些事認眞？

解釋一個人能做到認眞而仍有樂趣和歡笑。不過，一個認眞的人了解何時可以放鬆、何時應該嚴肅。

- 你認爲「敏於觀察」是什麼意思？

請一位學生讀出以下由十二使徒定額組的大衛·貝納長老所給的解釋，以作爲討論的一部分：

「我們若敏於觀察，就會迅速看見或注意到並服從。這兩項基本要素——看見及服從——都是敏於觀察所不可或缺的。先知摩爾門是將這項恩賜付諸實行的絕佳典範。……

「……『敏於觀察』這項屬靈的恩賜，對於現在及將來要生活在這世上的你我而言……極爲重要」。（參閱「敏於觀察」，2006年12月，利阿賀拿，第16，18頁）。

- 有能力很快地了解與服從主的忠告，能怎樣幫助我們?

請學生在筆記本或經文研讀日記，寫下他們應更嚴肅看待的事——他們應更認眞的事。同時請他們列出主的指示中，有哪些是他們比較容易服從的。鼓勵他們力求更認眞和敏於觀察。

請一位學生讀出摩爾門書1：3-5，請全班找出阿摩龍給摩爾門的指示。

- 阿摩龍叫摩爾門做什麼?
- 你想爲何摩爾門需要認眞和敏於觀察，以完成這些責任?

摩爾門書1：6-19

由於人民故意反叛，主禁止摩爾門向他們傳道

問學生曾否遺失了珍貴的東西，或有價值的東西被人拿走了。請幾位學生分享這些經驗。

概述摩爾門書1：6-12，說明當摩爾門還年輕時，他目睹了尼腓人和拉曼人之間的幾場戰役，他也目睹邪惡在整個地面全民當中猖獗。

說明由於尼腓人變得如此邪惡，他們失去了從主而來的寶貴恩賜。把全班分成兩組。指派一組人默讀摩爾門書1：13-14，18，找出主開始從尼腓人那裡取走哪些恩賜。指派另一組人讀摩爾門書1：14，16-17，19，找出爲何主把這些恩賜從尼腓人那裡取走。請每一組學生與全班分享他們所找到的。

- 依照摩爾門書1：13-14所述，當人們反叛、背離主時，會發生什麼事?（學生可能有各種的回答。考慮在白板上寫出以下眞理，來總結他們的回答：**當人們邪惡而不信時，就會失去從主那裡得到的靈性恩賜，也無法接受聖靈的影響。**）

指出尼腓人的反叛已到達極點，然而，在我們不服從神的誡命時，這個原則也適用於我們個人。

- 在摩爾門書1：13-14，18所列出的恩賜中，失去哪一項對你而言是最難以接受的?

請一位學生讀出摩爾門書1：15。請全班跟著看經文，找出當許多尼腓人失去神的恩賜和聖靈的影響力時，摩爾門經歷了什麼?

- 你想爲何摩爾門即使處在極大的邪惡中，仍能有靈性經驗?

摩爾門書2：1-15

摩爾門帶領尼腓人的軍隊，為他們的邪惡感到憂傷

請一位15歲（或年近15歲）的學生讀出摩爾門書2：1-2。請全班找出摩爾門在15歲時（在他第「十六歲那年」）被授予什麼責任。請學生想像一個15歲的孩子帶領軍隊，會是什麼樣的情形。

- 摩爾門書2：1中所提到的特質，可能怎樣幫助了摩爾門成爲軍隊的領袖?

概述摩爾門書2：3-9，告訴學生拉曼人以極爲強大的軍力突擊尼腓軍隊，致使尼腓人驚駭而撤退。拉曼人把他們從一個地方趕到另一個地方，直到尼腓人都聚集在一處，最後摩爾門的軍隊抵抗了拉曼人，終於使他們逃走。

請學生默讀摩爾門書2：10-15，找出尼腓人在這些戰役之後的靈性狀態爲何。

- 尼腓人爲何憂傷?（見摩爾門書2：10-13。他們憂傷是因爲他們無法保有自己的東西。換言之，他們的憂傷只不過是因爲嘗到了自己犯罪的後果，而不是因爲懊悔自己的行爲。）
- 根據摩爾門書2：13-14的記載，摩爾門怎麼知道人民的憂傷並非意謂著眞正的悔改?

爲幫助學生了解「憂傷……而悔改」與「受詛罰者的憂傷」這兩者間的不同，將下列文字寫在白板上：

憂傷而悔改的人……

只因罪的後果而憂傷的人……

請學生複習摩爾門書2：12-15，找出這兩種人各有何特點。請他們報告所找到的內容。他們的答案應反映出下列眞理：

憂傷而悔改的人承認神是良善的，而且會懷著謙卑的心歸向基督。

只因罪的後果而憂傷的人，則會繼續反叛神。

解釋摩爾門用「受詛罰者的憂傷」（摩爾門書2：13）一詞，形容那些只因嘗到自己行爲的苦果而憂傷，但仍不願悔改的人。這種態度不會帶來寬恕與平安；而會導致詛罰，意思是那人在邁向永生的過程中會受到阻擋。

請學生思考，若他們醒悟到自己有罪時，會作何反應。鼓勵他們懷著謙卑的心歸向救主，使他們得以被寬恕、享有平安並且與神和諧。

摩爾門書2：16-29

摩爾門取得頁片，並記寫人民的邪惡

概述摩爾門書2：16-18，解釋正當尼腓人與拉曼人的戰爭持續進行時，摩爾門發現自己在一個稱爲歇姆的山丘附近，這裡就是阿摩龍隱藏尼腓人紀錄的地方。他取出尼腓片，開始將他從孩提時代起在那些人民當中所觀察到的事記錄下來。

請一位學生讀出摩爾門書2：18-19。請全班跟著看經文，找出摩爾門對他那時代人民的靈性情形所作的描述。同時請他們找出他個人表達了什麼希望。

- 摩爾門對他那時代人民的靈性情形，作了什麼樣的描述?（「邪惡和憎行觸目皆是，從未間斷。」
- 根據你所學到的有關摩爾門的事情，你想爲什麼他能有信心知道他「在末日……必被高舉」?（你可以幫助學生了解，當摩爾門講到他「在末日……必被高舉」時，他所指的是會復活、被帶到神的面前、與祂永遠在一起。）
- 摩爾門的正義榜樣對你有什麼樣的幫助?（學生可能分享許多不同的回答。他們的回答應表明以下的原則：**我們即使處在邪惡的社會，也能選擇過正義的生活**。你可請一位學生將這項眞理寫在白板上。）
- 你何時看過朋友或家人堅定服從神的旨意，即使他們周圍的人都不服從亦然?

鼓勵學生想想，在生活中的哪個特定方面，他們可以爲了堅守正義而多做一些。請他們在筆記本或經文研讀日記，寫出下一次他們在那個特定方面受到挑戰時，會希望怎樣回應。見證我們可以像摩爾門一樣，選擇過生活的正義，而且主會幫助我們對於正義的事堅定立場，即使我們周遭其他人不這麼做亦然。

第138課

摩爾門書第3～4章

導言

尼腓人從拉曼人那裡收復失土之後，再度準備戰爭。摩爾門呼籲尼腓人悔改，但他們不但不悔改，還誇耀自己的力量，並起誓要為去世的弟兄報仇。由於主禁止祂的人民尋求報仇，摩爾門拒絕再帶領尼腓人的軍隊，他們就被打敗了。尼腓人堅持留在邪惡中，神向他們傾出祂的懲罰，拉曼人也開始掃蕩他們。

教學建議

摩爾門書3：1-8

主在尼腓人的戰役中饒了他們的命，使他們有機會悔改，但是他們硬起心來

上課之前，將以下問題寫在白板上：*你曾否感覺到主正試圖引起你的注意，敦促你去改變生活中的一些事？*

一開始上課就請學生分享他們對白板上問題的答案。（確定他們不會覺得自己有責任分享太過個人或隱私的經驗。）你也可以考慮分享自己的經驗。

解釋主想要引起尼腓人的注意，以使他們改變邪惡的生活方式。然而，尼腓人硬起他們的心，沒認清是主在他們與拉曼人的戰役中祝福了他們。在尼腓人與拉曼人和甘大安敦盜匪訂了條約（見摩爾門書2：28）之後，主保護他們，讓他們度過10年沒有衝突的日子。在那些年中，摩爾門幫助尼腓人為未來的戰爭作準備（見摩爾門書3：1）。

請一位學生讀出摩爾門書3：2-3。請全班跟著看經文，找出主希望尼腓人在祂賜給他們的和平時期做些什麼。

- 主命令摩爾門給尼腓人什麼信息？尼腓人了解這信息嗎？尼腓人對這信息的反應是什麼？
- 依照摩爾門書3：3的記載，尼腓人那麼邪惡，主為何還要在他們最近的戰役中保全他們？
- 從摩爾門書3：2-3所記載，主對待尼腓人的方式中，你能看出什麼眞理？（學生可能提出一些不同的答案。在白板上寫出以下的眞理，來總結他們的回答：***主會給我們足夠的機會悔改我們的罪***。你可建議學生在他們的經文中寫下這項眞理。）

在概述摩爾門書3：4-8時，說明即使尼腓人邪惡且不願歸向主，主還是在下兩次的戰役中保護了他們。

- 主對於尼腓人的保護教導了你什麼有關祂的品格？（答案可能包括主很慈悲、有耐心。）

指出主賜給我們大家「悔改的機會」（摩爾門書3：3）。然後請學生默默地沉思下列問題：

- 你是否願意悔改，按照主所希望的那樣去改變？你有哪些地方可以現在就改變，以成為神希望你成就的那樣？

作你的見證說明神很仁慈、有耐心地給我們機會悔改。請學生留心他們生活中能改變的機會和邀請，鼓勵他們迅速去改變。

沉思

有一種方法可幫助學生加深了解他們所學的內容，那就是在教室裡給他們時間沉思。你可以請學生默默地思考，某一項原則如何影響了他們的生活，或他們可以怎樣運用那項原則。當學生在教室裡或私底下學習思考經文時，聖靈往往會向他們顯示眞理。

摩爾門書3：9-22

尼腓人越發邪惡，摩爾門拒絕帶領他們的軍隊

解釋尼腓人不回應主所提出的悔改邀請，反而硬起他們的心。請一位學生讀出摩爾門書3：9-10。請全班跟著看經文，找出尼腓人多次戰勝拉曼人以後，在行爲上有何反應。（你可以告訴學生，*報仇*一詞在第9節裡的意思是尋求報復。）

- 尼腓人在戰勝拉曼人幾次以後，有什麼樣的回應？
- 尼腓人誇耀自己的力量，爲何錯了？這樣的誇耀顯示他們與神的關係如何？

請一位學生讀出摩爾門書3：11-13。請學生找出當尼腓人起誓要報仇時，摩爾門的反應如何。

- 當尼腓人表示要向拉曼人報仇時，摩爾門做了什麼？
- 你曾否想過要向某人報仇？你想對許多人來說，爲何報仇是很自然的反應？
- 儘管尼腓人邪惡，摩爾門還是帶領他們的軍隊超過30年。摩爾門拒絕帶領軍隊一事，教導了什麼有關尋求報仇的嚴重性？

請一位學生讀摩爾門書3：14-16，鼓勵全班找出有關尋求報仇，主教導了摩爾門什麼事。

- 主對於尋求報仇的感覺是什麼？（學生的回答可能不同。在白板上寫出以下眞理，來總結他們的回答：***主禁止我們尋求報仇***。）

爲幫助學生更了解主在第14-16節中的勸告，請學生用自己的話重述摩爾門書3：15的前面部分（「復仇在我，我必報應」）。

- 爲何不尋求報仇是很重要的？我們如何克服想要尋求報仇的欲望？

爲幫助學生學習如何克服想報仇的感覺，請一位學生讀出下列由總會會長團的雅各·傅士德會長所給的勸告。可能的話，給每位學生一份這段引述的複本。

「我們必須察覺和承認自己有憤怒的感覺。要做到這點，必須先謙抑自己，但只要我們願意跪下祈求天父賜給我們寬恕之心，祂必會幫助我們。主要求我們，爲了自己的好處，就必須『寬恕所有的人』〔教約64：10〕，因爲『憎恨會阻擋靈性成長。』〔Orson F. Whitney, *Gospel Themes* (1914), 144.〕唯有除去憎恨和憤怒，主才能讓我們的心得著安慰。……

「……遭遇不幸時，我們不應自行報復來予以回應，卻應該讓公義來定奪一切，然後就不再追究。要不再追究並消除心裡的憤恨，並不容易。救主已藉由祂的贖罪，爲我們所有的人提供了寶貴的平安，但唯有我們願意清除憤怒、怨恨或報復等各種負面的感覺時，這平安才會臨到我們」（參閱「寬恕的醫治力量」，2007年5月，*利阿賀拿*，第69頁）。

請一位學生讀出摩爾門書3：17，20-22，請全班找出摩爾門要我們知道些什麼。你可以請學生劃記摩爾門的這項勸告：「悔改，準備好站在基督的審判寶座前」（摩爾門書3：22）。

摩爾門書第4章

拉曼人開始掃蕩尼腓人

告訴學生，他們若知道有人曾犯了錯，卻沒被抓到或沒嘗到犯錯的後果，就請舉手表示。請學生思考下面這問題：

- 你是否曾想過某人明知故犯地做了錯誤的選擇後，會在什麼時候嘗到後果？

請學生默讀摩爾門書4：1-2，找出尼腓軍隊力圖向拉曼人報仇，結果發生了什麼事。然後請學生默讀摩爾門書4：4，找出爲何尼腓軍隊沒有成功。請學生報告所找到的內容。

請一位學生讀出摩爾門書4：5。請全班跟著看經文，找出這節經文教導了什麼眞理，顯示出堅持留在邪惡的後果。學生分享他們所找到的內容時，將下面摘自摩爾門書4：5的眞理寫在白板上：*「神的懲罰必制伏惡人」*。你可建議學生在他們的經文劃記這眞理。

請學生默讀摩爾門書4：10-12，找出對尼腓人邪惡的描述。請學生報告他們所找到的內容。

請幾位學生輪流讀出摩爾門書4：13-14，18，21-22。請全班跟著看經文，找出神的懲罰怎樣傾注於尼腓人。

- 對你來說，這段記載最可悲的部分是什麼？

請學生注意你寫在白板上的那些原則。請他們思考怎樣將這些眞理運用在自己的生活中。鼓勵他們，要把在思考時所得到的聖靈提示付諸行動。

作見證說明主給我們足夠的機會悔改，是因爲祂充滿仁慈與愛。同時見證：堅持留在邪惡中的人，一定會嘗到後果。

注釋及背景資料

摩爾門書3：9-10。起誓

摩爾門說尼腓人「指天起誓，也指著神的寶座起誓」，要向拉曼人報仇（見摩爾門書3：9-10）。十二使徒定額組的布司·麥康基長老解釋了在摩爾門經的時代，起誓的意義重大，讓我們了解到尼腓人企圖把神牽扯到他們的報仇中，是一件非常褻瀆的事。他說：

「在古代，這種起誓的意義遠比我們所認識的更為重大。

「例如：尼腓和哥哥們在設法向拉班取銅頁片時，他們的性命非常危險。但尼腓起了此誓：『像主活著，也像我們活著一樣，除非我們完成主所命令的事，我們決不下到曠野中的父親那裡去。』（尼腓一書3：15。）

「這樣，尼腓使神成了他的合夥人。要是他失敗，沒有取到頁片，就代表神失敗了。由於神不會失敗，因此尼腓就要負責去取得頁片，或為此任務而捨命」（參閱「聖職的教義」，1982年7月，*聖徒之聲*，第54頁）。

第139課

摩爾門書第5～6章

導言

摩爾門預言他的紀錄會在末世時代問世，來勸服讀者相信耶穌是基督。他鼓勵那些願意讀這紀錄的人悔改，為自己在神面前的審判作準備。摩爾門到自己的人民那裡，重新考慮他辭去尼腓人軍隊統帥的事，並同意再度帶領他們打仗。然而，人民拒絕悔改，因而被拉曼人追擊，直到整個尼腓民族被毀滅。當摩爾門看到死亡和毀滅的景象時，他為人民被殺害以及不願歸向耶穌基督而哀悼。

教學建議

摩爾門書5：1-9

摩爾門決定再次帶領尼腓軍隊，但拉曼人還是戰勝了

提出一種會對你們當地造成威脅的天災——例如，地震、海嘯、火山爆發或颶風。請學生想像他們受到警告，幾天之內這個天災會在他們當地發生。

- 你要向誰求助?

提醒學生尼腓人面臨的是類似程度的危機，但是要臨到他們的災難是靈性上的。同時提醒學生，尼腓人當時是在打仗，而由於他們的邪惡，摩爾門已拒絕帶領他們的軍隊（見摩爾門書3：16）。

請一位學生讀出摩爾門書5：1-2。請全班跟著看經文，找出尼腓人相信誰能拯救他們脫離苦難。

- 雖然摩爾門能帶領尼腓人出兵打仗是個事實，但爲何摩爾門相信人民不會從苦難中被拯救?
- 從摩爾門書5：1-2我們學到，人在苦難中應首先向誰求助?（我們應先求助神，祂會回答那些悔改而在苦難中呼求祂幫助的人。）

概述摩爾門書5：3-7，說明在摩爾門的領導下，尼腓人有幾次逐退了拉曼人的攻擊。但最後拉曼人卻「將尼腓人踩在腳下」（摩爾門書5：6）。尼腓人撤退的時候，那些跑不過拉曼人的都被掃蕩毀滅了。

請一位學生讀出摩爾門書5：8-9。請全班找出摩爾門不把他所看到的整個現象寫出來的原因。

- 爲何摩爾門不願意完整地描述他所看到的事?

摩爾門書5：10-24

摩爾門解釋，他記寫摩爾門經的用意是勸服世人相信耶穌基督

請一位學生讀出摩爾門書5：10-11。請全班跟著看經文，找出哪一個詞摩爾門用了兩次，以形容末世時代的人們在得知尼腓民族的毀滅時，所會有的感受。（他說我們會「悲傷」。）

- 這紀錄裡，什麼讓你感到悲傷?

請學生注意摩爾門書5：11中摩爾門所講的，假如他的人民悔改，他們可能就「被耶穌緊緊抱在懷裡」了。

- 你想，「被耶穌緊緊抱在懷裡」是什麼意思?（你可以指出這裡被……緊緊抱一詞的意思是被人緊緊地或牢牢地抱著，或被人擁抱。）

- 有關我們自己悔改時所會帶來的結果，這一詞教導了我們什麼?（幫助學生認出以下的原則：**經由悔改，我們能「被耶穌緊緊抱在懷裡」**。把這原則寫在白板上。）

爲幫助學生更了解這原則，請他們其中一位讀出以下由七十員肯特・理查長老所說的話：

「所有願意前來的人都能『被耶穌緊緊抱在懷裡』。〔摩爾門書5：11。〕藉由祂的大能，所有的靈魂都能被治癒，所有的痛苦都能得到撫慰。我們的心可以在祂裡面『得享安息』。〔馬太福音11：29。〕我們今生的情況或許不會立即改變，但我們的痛苦、煩憂、苦難和恐懼將淹沒於祂平安和醫治的油膏中」（參閱「贖罪治癒一切的痛苦」，2011年5月，*利阿賀拿*，第16-17頁）。

請學生在筆記本或經文研讀日記上，回答以下的一個問題。（你可以將這些問題寫在白板上，或慢慢地讀給他們聽，好讓他們寫下來。）

- 你什麼時候感覺到「被耶穌緊緊抱在懷裡」?
- 你能做些什麼以更完全地得到主的安慰、保護與寬恕?

解釋摩爾門書5：12-13包含了摩爾門的預言——他的紀錄會被藏起來，然後問世，好讓所有的人閱讀。請學生默讀摩爾門書5：14-15，找出主希望摩爾門的紀錄會對末世時代的人們起什麼作用。你可以建議學生將他們認爲重要的詞句劃記下來。

- 依照摩爾門書5：14-15所述，摩爾門經的目的是什麼?（確定學生表達出：**記寫摩爾門經是爲了勸服全人類相信耶穌是基督，以幫助神完成祂與以色列家族立的聖約，並幫助拉曼人的後裔更完全地相信福音**。）

在學生作了回答，談到摩爾門的寫作是爲了勸服人類相信耶穌是基督後，你可針對這點作見證，說明這是摩爾門經的核心目的。

- 摩爾門經的這個核心目的，會在哪些方面祝福那些閱讀這本書的人?
- 研讀摩爾門經，怎樣幫助你更完全地相信和愛耶穌基督?

指出摩爾門經目前正幫助許多人悔改並「被耶穌緊緊抱在懷裡」，但是仍有許多人拒絕相信基督。

在白板上你先前所寫，有關悔改的原則旁邊，寫出以下未完成的句子：*如果我們拒絕悔改*……請一位學生讀出摩爾門書5：16-19，請全班找出尼腓人拒絕悔改的後果。請學生用他們從這幾節經文找到的內容，完成白板上的句子。他們回答後，你可以提出下列問題，以幫助他們了解這幾節經文中的詞句：

- 你想「在這世上沒有基督與神和他們同在」，這是什麼意思?（摩爾門書5：16）（答案可能包括：這意思是生活中沒有對耶穌基督或對天父的信心，也沒有神的影響力和指引。）
- 糠秕是穀類外表的輕殼。穀類收成時，糠秕是要丟棄的。你想，「像糠秕，被風吹散」這句話是什麼意思?（摩爾門書5：16）。
- 如果你搭的船沒有任何方法可以航行或駕駛，也沒有錨，會是什麼情形?（見摩爾門書5：18）這種情形和尼腓人的情形有何類似之處?
- 關於那些拒絕悔改的人，摩爾門的話語教導了我們什麼?（學生的回答應表明拒絕悔改的結果是失去主的指引。將以下的眞理寫在白板上，以完成這句話：*如果我們拒絕悔改，聖靈會退出，我們會失去主的指引*。）

請學生默默地沉思，他們曾否見過這原則怎樣應驗在他們自己或別人的生活中。

請學生很快地複習摩爾門書5：11，16-18，以及你寫在白板上的兩個原則。

- 用你自己的話說說看，誠懇悔改的結果以及拒絕悔改的後果有何不同?

請學生默讀摩爾門書5：22-24，找出摩爾門勸告後期時代的人應怎麼做。可以建議學生劃記所找到的內容。

見證白板上那兩個相反的原則都是眞實的。

摩爾門書第6章

摩爾門記載了尼腓人的最後戰役，並哀悼他人民的滅亡

提出下列問題：

- 如果你有位親人一生都忠於神，那麼，他去世的時候你會有什麼感覺?
- 如果你有位親人一生都不服從神的誡命，那麼，他去世的時候你會有什麼感覺?

解釋摩爾門對於他所有人民的去世極爲悲傷，因爲他知道他們沒有準備好迎見神。概述摩爾門書6：1-6，說明拉曼人允許尼腓人集合在克謨拉地，來和他們作戰。摩爾門漸漸老邁，他知道這會是「〔他〕人民最後的掙扎」（摩爾門書6：6）。他把少數神聖紀錄交給他的兒子摩羅乃，然後把其餘的紀錄都藏在克謨拉山裡。他把所看到的，他人民最後的滅亡情形記錄下來。請學生默讀摩爾門書6：7-15，想想摩爾門在寫這些話時會是什麼樣的心情。

- 你想，爲何尼腓人懷著「莫大恐懼」等待死亡?（摩爾門書6：7）。

向學生讀出摩爾門書6：16-22，請學生跟著看自己的經文。然後請他們在筆記本或經文研讀日記上，將他們在閱讀和聆聽這幾節經文時，所得到的感想和印象寫下來。給他們足夠的時間之後，可以給他們機會分享他們所寫的一些感想。

向學生見證：天父、耶穌基督、先知、領袖、以及父母都很愛他們。鼓勵他們運用對耶穌基督的信心，悔改自己的罪，使他們能「被耶穌緊緊抱在懷裡」（摩爾門書5：11）。

注釋及背景資料

摩爾門書5：11。「被耶穌緊緊抱在懷裡」

十二使徒定額組的羅素．納爾遜長老解釋了贖罪一詞與「被耶穌緊緊抱在懷裡」這句話之間的關聯，他說：

「研究舊約時代的閃族語文時，可以在『贖罪』一詞中發現諸多含意。在希伯來文中，『贖罪』一詞的字根是動詞kaphar，意指『遮蓋』或『原諒』。和這個字關係密切的是阿拉姆語及阿拉伯語中的kafat，意思是『緊緊的擁抱』。無疑地，這跟埃及的擁抱儀式有關。摩爾門經中有幾處清楚地提到這樣的擁抱。有一句是『主已……救贖了我的靈魂；我已見到祂的榮耀，我已永遠被圍繞在祂愛的臂膀中了。』〔尼腓二書1：15〕另一節經文提到了這榮耀的希望，談到我們都能『被耶穌緊緊抱在懷裡。』〔摩爾門書5：11。〕」（參閱「贖罪」，1997年1月，*聖徒之聲*，第38頁）。

第140課

摩爾門書7～8：11

導言

摩爾門在尼腓人與拉曼人最後的決戰以後，寫給摩爾門經中人民將來的後裔，告訴他們知道自己的出身是很重要的，以及他們必須怎麼做才能得救。摩爾門對他敵人的後裔有極大的愛；他教導他們服從耶穌基督的福音是很重要的，這樣他們才有可能「到審判的日子，〔他們的〕景況一定很好」（摩爾門書7：10）。摩爾門去世後，只留下他的兒子摩羅乃獨自一人記錄有關他人民的毀滅。

教學建議

摩爾門書第7章

摩爾門在最後的見證中，勸告拉曼人的後裔要相信耶穌基督，並遵從祂的福音

在白板上寫下這數字：230,000。問學生是否記得，這個數字與尼腓人的毀滅有什麼關係。（那是在最後的戰役中尼腓軍人戰死的人數，記載在摩爾門書第6章。你可以強調在摩爾門書6：10-15所記的人數，顯然只提到那些打仗的人，不包括由於戰爭而死去的其他許多人。）請學生想像他們在一場大戰中倖存，然而他們的家人及朋友都被殺了，他們的國家也被征服了。給他們一些時間思考，如果他們要寫個信息給那些殺害他們親人、征服他們國家的人民的後裔，他們可能會說些什麼。

請學生默讀摩爾門書7：1-4，找出摩爾門寫給拉曼人後裔的一些臨終贈言。

- 摩爾門希望拉曼人的後裔知道什麼？
- 從摩爾門給他敵人的話中，你看到了救主的什麼特質？

幫助學生了解，摩爾門教導了拉曼人的後裔，他們必須做什麼才能得救。他對所有的人懷著仁愛，甚至對他的敵人也一樣。

請學生默讀摩爾門書7：5，8，10，找出摩爾門教導他的讀者該怎麼做。請學生分享所找到的內容，並把他們的回答列在白板上。你可以提一下，摩爾門的教導與那原可拯救尼腓人免於毀滅的福音原則是相同的（見摩爾門書3：2）。

請一位學生讀出摩爾門書7：6-7。請全班跟著看經文，找出主給所有那些願意相信祂並接受祂福音的人什麼應許。學生報告了所找到的內容之後，鼓勵他們在摩爾門書7：6-7這節經文旁邊寫出下面的眞理：**主爲所有的人提供救恩，祂會救贖那些接受祂的福音原則和教儀的人。**

將以下的問題寫在白板上。請學生把自己對這問題的回答寫在筆記本或經文研讀日記上。

依照摩爾門書7：7，那些在神前被判爲「無罪的」有什麼祝福？

請幾位學生分享自己所寫的內容。

摩爾門書8：1-11

摩爾門去世後，留下他的兒子摩羅乃獨自一人記錄有關他人民的毀滅

請學生想想，他們曾經在什麼時候獨自面臨信心受挑戰的情況——也許是他們可以輕易地做壞事而不爲人知的情況。請他們思考在那種時候，他們對於跟從救主並服從祂誡命的決心，究竟是增加、仍然一樣，或減少了。

- 爲什麼有些人在獨自面臨信心受挑戰的情況時，會選擇不保持忠信?
- 爲什麼有些人在相同的情況下，會選擇保持忠信?

解釋摩爾門在尼腓人與拉曼人最後的戰役中陣亡了，留下他兒子摩羅乃獨自一人，沒有任何家人或同胞。請一位學生讀出摩爾門書8：1-9中摩羅乃的話，請全班找出對摩羅乃的處境所作的描述。請他們報告所找到的內容。

- 如果你在摩羅乃的處境下，你想你會有什麼感覺?

使用章前綱要裡的年代，幫助學生看出，從摩爾門最後寫的話語，到摩羅乃開始刻寫金頁片，大約過了16年。然後請學生再看一次摩爾門書8：1-4，看看摩羅乃雖然獨處了這麼久，仍然決心做些什麼。請他們報告所找到的內容。（他們應能看出他決心服從他的父親，在頁片上刻寫。）

- 我們可以從摩羅乃儘管環境淒涼仍然服從一事，學到什麼原則?（在學生分享意見時，要強調以下的眞理：**即使孤獨一人，仍可選擇保持忠信**。可以請學生將這項眞理寫在自己的經文中，摩爾門書8：1-4的旁邊。）

指出摩羅乃有特殊的任務。他要「獨自留下來寫〔他〕人民毀滅的悲慘故事」（摩爾門書8：3）。雖然學生不會面臨到跟那一模一樣的處境，但他們可能面臨到需要獨自保持忠信的情況。他們也可能面臨到，雖然在人群中，卻仍覺得孤單的情況——例如：身邊的人都沒有遵行主和祂的先知所建立的標準。

- 你知道有誰雖然獨自處在充滿挑戰的環境中，仍然一直保持忠信?

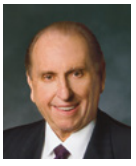
在學生回答這個問題時，提出以下的一部分或全部的追蹤問題：

- 這人在那些環境下的行爲如何?
- 這人怎樣因爲去做神所命令的事，最後蒙得神的祝福?
- 這些榜樣對你有何幫助?

邀請學生默讀摩爾門書8：10-11。請他們找出在摩爾門和摩羅乃面對困難環境時，主用哪種方法支持他們。（主派遣那三位尼腓門徒施助摩爾門和摩羅乃；亦見尼腓三書28：25-26）。強調**如果我們在孤獨或困難的環境下對神忠信，祂會幫助我們一直保持忠信**。用以下的問題討論這項眞理：

- 你什麼時候曾經在特別困難的環境下，仍服從天父的某一條誡命?你覺得自己因爲這麼做而怎樣蒙得了祝福?
- 你想爲什麼現在就爲將來作好準備，以便在困難的環境下保持忠信的這件事很重要?

爲鼓勵學生即使處在必須獨自堅守的環境下，仍要保持忠信，分享以下多馬·孟蓀會長所說的話。



「在每天的生活中，我們的信仰難免會遭受考驗。有時候，我們會發現自己置身在人群裡，卻在關乎某件事物是否合宜的議題上，成爲少數份子，甚至獨自一人。我們是否有道德勇氣去堅持自己的信仰，即使這麼做表示我們必須獨自奮戰?……願我們始終有勇氣、並且準備好維護我們的信仰；假如我們在這過程中必須獨自奮戰，願我們都能勇敢地這麼做，心裡明白只要和天父站在同一邊，我們永不孤單，因而得到鞏固」（參閱「獨自奮戰的勇氣」，2011年11月，*利阿賀拿*，第60，67頁）。

結束時，分享你的經驗，談談你曾經怎樣在孤獨或困難的環境下，因忠信而蒙主祝福。

追蹤問題

針對學生最初的回答提出追蹤問題，能幫助他們深入思考自己所作的回答，並分享有意義的想法和感覺。你可以向作了最初回答的學生提出追蹤問題，或者向其他學生提出追蹤問題，以激發討論。

精通經文複習

將勸誡一詞寫在白板上。解釋勸誡意思是極力勸告他人以某種方式行動。解釋摩爾門在摩爾門書第7章最後的話語，就是勸誡的好例子。給學生紙張，說他們就要根據摩爾門書中他們最喜歡的精通經文章節之一，寫下給人們的勸誡。請學生在紙張頂端寫「我要向末世時代的青少年說一些話」。請每位學生選一則喜歡的精通經文章節，然後根據他們所選的章節，向末世時代的青年寫些勸誡的話。他們的勸誡可包括精通經文章節裡主要眞理的摘要、解釋爲何這些眞理對當今的青少年很重要、以及邀請他們依照這些眞理行動。在這些勸誡中可提到像摩爾門書7：7或摩爾門書7：10中的應許。你可以請幾位學生向全班分享他們所完成的勸誡。你也可以收集這些勸誡，做爲將來精通經文活動的線索，或者將它們展示在教室裡。

注意：你可以在課堂上任何時候採用這活動。例如，你可以在課程結束時、或在討論完摩爾門書第7章之後採用這活動。

注釋及背景資料

摩爾門書第7章。摩爾門最後懇求人們相信基督

十二使徒定額組的傑佛瑞．賀倫長老解釋，摩爾門最後懇求人們要相信基督，是他在看到自己的整個民族毀滅後，寫給我們這時代的人的。他說：

「摩爾門臨死前的獨白跨越了時空，遍及所有的人，尤其是『以色列家族的遺裔』當中將會讀到他偉大紀錄的人。那些生在不同時代和不同地方的人，都必須學習先人所忘記的這件事——就是所有的人都必須『相信耶穌基督，相信祂是神的兒子』，並且祂在耶路撒冷被釘死在十字架上後，就已『藉著父的大能復活了，因此祂已勝過了墳墓；死亡的毒鉤也因祂而被吞沒。

「『祂促成死人的復活，……〔以及〕世界的救贖。』那些被救贖的人也就能因為基督的緣故，享有『幸福無疆』的情境。〔摩爾門書7：2，5-7〕……

「要『相信基督』，尤其是在衡量過這原可避免的慘痛後果之後，更要相信基督；這就是摩爾門最後的懇求和他唯一希望的事。這正是這整部書之所以會在後期時代問世，且冠上他的名字的最終目的。」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 321-322）。

補充教學建議

摩爾門書7：8-9。聖經與摩爾門經

展示一本摩爾門經，並標明為「這部」。然後展示一本聖經，並標明為「那部」。請學生默讀摩爾門書7：8-9，找出摩爾門所說的「這部」（摩爾門經）和「那部」（聖經）之間的關係。

- 你研讀摩爾門經，怎樣使你加強了對聖經中真理的見證？你研讀聖經，怎樣使你加強了對摩爾門經的見證？

自修班課程

尼腓四書第1章～摩爾門書8：11（第28單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀尼腓四書第1章～摩爾門書8：11（第28單元）時，所學到的各項教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你所教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（尼腓四書第1章）

學生研讀尼腓人在救主親訪他們之後將近200年間的情形時，學習到人們若團結歸信主，就能成為一體，享有加增的幸福。他們也可認清驕傲會製造分離，導致更大的邪惡。

第2天（摩爾門書第1～2章）

從摩爾門正義生活的榜樣，學生學到了有關認真和敏於觀察的特質。他們學到即使處在邪惡的社會，我們也能選擇過正義的生活。從尼腓人邪惡的例子，學生得以了解以下的原則：邪惡和不信會驅走主的恩賜和聖靈的影響力。如果我們因為罪惡而憂傷以致悔改，就能讓我們懷著謙卑的心歸向基督。如果只是因為罪惡的後果而憂傷，就會導致詛罰（或者說，在我們邁向永生的過程中被阻擋了）。

第3天（摩爾門書第3～6章）

學生在研讀主對尼腓人的耐心時，學習到主會給我們足夠的機會悔改我們的罪。然而，尼腓人拒絕悔改，並尋求向拉曼人報仇。由於主禁止人們尋求報仇，摩爾門選擇不再領導尼腓人的軍隊。尼腓人力求報仇的後果，讓學生了解到神的懲罰會突然臨到惡人。摩爾門目睹他的人民整個毀滅，哀悼他們的陣亡。

第4天（摩爾門書7：1～8：11）

摩爾門結束他的紀錄時，向拉曼人的後裔說話。學生學習到，主會向所有接受祂的福音原則和教儀的人提供救贖。摩爾門去世，摩羅乃記錄尼腓人毀滅後的情形。從摩羅乃的榜樣，學生學習到即使獨處，他們仍能選擇保持忠信。

課程介紹

在本課中，學生將複習尼腓人的毀滅，學到摩爾門多麼期望他的人民能「被耶穌緊緊抱在懷裡」（摩爾門書5：11）。學生將學到怎樣在自己的生活中邀來主的擁抱。從尼腓人的拒絕悔改，學生將了解人們不悔改時所將經歷的悲慘後果。

教學建議

尼腓四書第1章～摩爾門書第4章

尼腓人從正義和幸福墮落到邪惡

請學生算算看，這星期他們研讀了多少年的尼腓人歷史。幫助他們使用尼腓四書第1章以及摩爾門書第8章的章前綱要中的年代，來找出答案。（這幾章涵蓋了近乎400年，或尼腓人歷史的三分之一以上。）

請班上一半的學生用他們的經文和經文研讀日記，複習他們從尼腓四書第1章中學到的有關尼腓人的幸福。請班上另一半的學生用摩爾門書第1～2章和他們的經文研讀日記，複習摩爾門這個人是誰，以及為什麼他那麼受人景仰。請每一組摘述他們所學到的事。然後請這兩組人說出他們摘述的內容。

問學生：研讀這幾章時，你從中學到了哪一項真理？為什麼這項真理對你很重要？

解釋儘管摩爾門努力幫助尼腓人在靈性上準備好上戰場，他們仍拒絕悔改歸向主。由於他們的邪惡，他們只能靠自己的力量，因此拉曼人開始征服他們（見摩爾門書第3～4章）。

摩爾門書5：8-24

摩爾門解釋，記寫摩爾門經的用意是要勸服世人相信耶穌基督

問學生，他們曾否因為某人必須承擔錯誤選擇的後果而為他感到悲傷。你可以分享一個恰當的例子（而且不加以論斷），談談你曾經因為某人必須承擔所作選擇的不良後果而為他感到悲傷。解釋摩爾門記載，末世時代的人在讀到尼腓人的毀滅記事時會感到悲傷。

請學生默讀摩爾門書5：10-11，找出摩爾門所說，尼腓人原本可以享有哪些祝福。學生回答之後，提出下列問題：

- 你想，「被耶穌緊緊抱在懷裡」是什麼意思？（這裡*被……緊緊抱*一詞的意思是被人緊緊地、或牢牢地抱著，或被人擁抱著，那是一種保護和鍾愛的表示。）
- 依摩爾門書5：11所言，我們能做什麼來獲得這樣的擁抱？**經由悔改，我們能「被耶穌緊緊抱在懷裡」**。將這原則寫在白板上。）

讀出或請一位學生讀出以下七十員的肯特．理查長老所說的話：請班員仔細聽「被耶穌緊緊抱在懷裡」是什麼意思。

「所有願意前來的人都能『被耶穌緊緊抱在懷裡』。〔摩爾門書5：11。〕藉由祂的大能，所有的靈魂都能被治癒，所有的痛苦都能得到撫慰。我們的心可以在祂裡面『得享安息』。〔馬太福音11：29〕我們今生的情況或許不會立即改變，但我們的痛苦、煩憂、苦難和恐懼將被吞沒於祂平安和醫治的油膏中」（參閱「贖罪治癒一切的痛苦」，2011年5月，*利阿賀拿*，第16-17頁）。

請學生想想他們什麼時候因為悔改而感覺到「被耶穌緊緊抱在懷裡」。同時也請他們思考，他們可能必須做些什麼，才能在此時被祂緊緊抱在懷裡。作見證說明悔改帶來的結果是安慰和保護。

為了說明摩爾門書第5章的另一個原則，將一個軟木或其他會漂浮的物品放在一盆水裡。請兩三位學生從不同角度吹這軟木。問學生，這軟木對於自己移動的方向發揮了多少影響力。學生繼續研讀時，鼓勵他們注意觀察尼腓人在哪些方面可能就像這軟木一樣。

在白板上寫：*如果我們拒絕悔改……*然後請一位學生讀出摩爾門書5：2，16-19，請全班找出尼腓人拒絕悔改的後果。請學生用他們從這幾節經文找到的內容，完成白板上的句子。他們回答時，你可以提出下列的一些問題，以幫助他們了解這幾節經文中的一些字詞：

- 在第16節裡，你想，「在這世上沒有基督與神和他們同在」是什麼意思？（生活中沒有對耶穌基督或對天父的信心，也沒有祂們的影響力和指引。）
- 你想，「像糠秕，被風吹散」是什麼意思？（摩爾門書5：16）（你可解釋，糠秕指的是雜草和穀類的外殼，打穀時會被風吹走。）
- 如果你乘坐一艘沒有錨的船在大海中，沒有任何方法可以航行或駕駛，你想你會有什麼感覺？這種情形和尼腓人的情形有何類似之處？

解釋摩爾門書第5章教導：**當我們拒絕悔改，聖靈會退出，我們會失去主的指引**。將這原則寫在白板上，以完成先前所寫的不完整句子。請學生思考在他們生活中，在哪些時候可能經歷過這原則所述的情形。

你可以提出以下的問題，讓學生比較寫在白板上的兩個原則：根據白板上所寫的兩個真理，悔改的結果和拒絕悔改的後果有什麼不同？

請學生默讀摩爾門書5：22-24，找出摩爾門邀請我們大家做什麼，才不會像他那時代的尼腓人那樣。你可鼓勵學生劃記所找到的內容。

作見證說明白板上寫的兩個原則是真實的。

摩爾門書6：1～8：11

摩爾門目睹了他人民最後的毀滅之後，寫了一些話給拉曼人的後裔，然後他去世了，留下他的兒子摩羅乃獨自一人

請學生概述尼腓人最後的毀滅情形，必要時使用摩爾門書第6～8章的章前綱要。

請學生默讀並沉思摩爾門書7：10，這是摩爾門去世前最後寫的話。

下一單元（摩爾門書8：12～以帖書第3章）

摩羅乃與耶穌基督談話，並見到了我們這個時代的情形。摩羅乃警告了我們什麼？雅列的哥哥也有極大的信心。他看到耶穌基督並與祂面對面交談。得知摩羅乃和雅列的哥哥都與基督談過話，如何幫助你信賴他們的話語？

第141課

摩爾門書8：12-41

導言

摩羅乃刻寫了他人民的毀滅以及他父親的去世，然後預言摩爾門經會問世，並針對拒絕這本書的後果提出警告。摩羅乃看到，在尼腓人的紀錄問世時，世上充滿極大的邪惡，許多人愛世俗財物甚於愛神。他見證在末世時代的靈性危險狀態中，摩爾門經有極大的價值。

教學建議

摩爾門書8：12-32

摩羅乃預言摩爾門經的問世

上課前，準備展示一項代表科技進展的物件或圖片。開始上課時，先引導學生注意展示的物品。請一位學生讀出以下泰福·彭蓀會長的話：

「今天我要談一下神在近代賜與世人的一項極重大恩賜。我所指的這項恩賜比工業或技術革命所帶來的任何發明都重要。這項恩賜對於人類的價值，甚至高過近代醫學上的驚人進步。其對人類的價值，也高過飛行或太空之旅上的發展。我所要談的這個恩賜……」（「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，1987年1月，聖徒之聲，第3頁）。

- 你想要得到彭蓀會長所講的恩賜嗎？爲什麼？
- 你想這恩賜可能是什麼呢？

解釋摩羅乃教導了有關這個恩賜的事。請學生閱讀摩爾門書8：12，找出這恩賜是什麼。幫助學生了解，「這紀錄」指的是摩爾門經。說明彭蓀會長所講的恩賜就是摩爾門經。

爲幫助學生了解摩爾門經的價值，請他們默讀摩爾門書8：13-16。在他們默讀之前，請他們尋找有關摩爾門經的價值，摩羅乃教導了什麼。然後提出以下的一部分或全部的問題，以幫助他們討論和分析所找到的內容：

- 有些人可能想到金頁片的金錢價值。根據摩爾門書8：14，金頁片在哪一方面才是眞正「大有價值」？（幫助學生明白，因爲主不會容許任何人以這些金頁片「謀利」，頁片的本身「並不值錢」，但記寫在頁片上的紀錄卻「大有價值」。）
- 摩羅乃說摩爾門經只能經由某個「能將眼睛專注於〔神〕的榮耀」的人而問世。（摩爾門書8：15）。你認爲這是什麼意思？（學生討論這問題時，你可請他們閱讀約瑟·斯密——歷史1：46，這節經文包含了約瑟·斯密讓摩爾門經問世以前，摩羅乃給他的指示。）
- 在摩爾門書8：16，摩羅乃對於摩爾門經出土的描述，怎樣幫助解釋了這本書的極大價值？

摩爾門書8：17-21記載，摩羅乃對那些要指責或反對摩爾門經的人提出了警告。請學生讀這幾節經文，找出摩羅乃的警告。

- 摩羅乃對那些拒絕或指責摩爾門經的人，提出了什麼警告？
- 你從摩爾門書8：22中學到了什麼眞理？摩爾門經在末世時代問世，怎樣幫助完成主的永恆目的？

解釋摩爾門書8：23-25包含了摩羅乃所講，在他那時代以前，忠信的聖徒所作的祈禱。他提到他們「從塵埃中」向主呼求。請學生默讀這節經文，找出古代美洲的聖徒爲摩爾門經作了什麼祈禱。

- 古代的聖徒曾爲誰祈禱？（他們曾爲他們的弟兄祈禱——這些弟兄指的是拉曼人和他們的後裔——也曾爲那將公布摩爾門經的人祈禱——那人就是先知約瑟·斯密。）

解釋摩羅乃描述摩爾門經問世當時所存在的現象。然後請學生想像自己處在摩羅乃的情況，生活在1,600年以前，並在異象中見到了我們這時代。

請學生在筆記本或經文研讀日記寫下一段話，描述我們這時代的靈性狀況。學生有足夠的時間寫好之後，邀請幾位學生分享所寫的內容。然後請學生默讀摩爾門書8：26-32，並將他們寫的內容與摩羅乃對我們這時代所作的預言及描述作個比較。把學生分成每兩人一組。請各組分享他們的描述與摩羅乃的描述之間，幾個類似之處和不同之處。

- 你從摩羅乃對我們這時代的描述中，找到哪些事情是正確的？

將以下摩羅乃所作預言的摘要寫在白板上：*摩爾門經必藉著神的大能，在大邪惡的時代問世*。如果你展示了代表科技或醫學發明的物件或圖片，考慮將一本摩爾門經放在它們旁邊。爲幫助學生思考和見證摩爾門經在他們生活中的價值，問他們諸如下列的問題：

- 摩爾門經怎樣能幫助我們抗拒這時代的邪惡？
- 摩爾門經在哪些方面比科技或醫學發明更有價值？
- 你想爲何摩爾門經就像彭蓀會長所說的，是「神在近代賜與世人的一項極重大恩賜」？
- 如果朋友問你，爲何摩爾門經對你是很珍貴的，你要怎麼說？

請學生分享所寫下的回答

你可以偶爾鼓勵學生，分享他們在筆記本或經文研讀日記上寫的內容。記得要感謝學生的分享，而且誠懇地讚美他們。你在班上花時間這樣做，有助於營造充滿愛和尊敬的學習環境。

摩爾門書8：33-41

摩羅乃看到了末世時代，並譴責我們這時代在靈性上的邪惡

請一位學生讀出摩爾門書8：35。在他讀之前，指出在這節經文中，摩羅乃是直接對我們說話。

- 這節經文會怎樣影響到我們讀摩爾門經的方式？

學生討論完這個問題之後，讀出以下泰福·彭蓀會長的敘述，他在提到摩爾門經的先知時，說：

「他們若已看到我們的時代，並且選出那些對我們最具價值的事情記載下來，我們豈不應當勤讀摩爾門經嗎？我們應當常常自問：『主爲何啓示摩爾門（或者是摩羅乃、阿爾瑪），把那段經節記在他的紀錄裡呢？我可從中學到什麼教訓，以便幫助我生活在今日的時代呢？』」（「摩爾門經——我們宗教的拱心石」，第4頁）。

鼓勵學生在研讀摩爾門書第8章摩羅乃的其他話語時，要聽從這勸告。

請學生想想，他們何時曾注意到某個人遇到困難——無論是物質上的、感情上的、社交上的、或靈性上的。請學生回想他們做了什麼來幫助那個人——或者，如果他們沒伸出援手，他們原本應當能做什麼。同時請他們思考，爲何他們當時選擇去幫助，或不去幫助那人。

請幾位學生輪流讀出摩爾門書8：33-41。請全班跟著看經文，找出在末世時代，有些人之所以不去幫助困苦的人，理由何在。

- 爲何在末世時代有些人不幫助困苦的人?（答案可能包括驕傲、不義、喜愛錢財和精美服飾甚於喜愛困苦的人，以及期望受到世人的讚美。）
- 在摩爾門書8：38中，摩爾門使用了*污染*一詞。今日世上有哪些影響力可被認爲是污染?（答案可能包括驕傲、色情和愛財。）

請學生根據他們從摩爾門書8：36-41學到的事，寫下一句話來概述我們有責任照顧窮人和困苦的人一事。請兩三位學生把他們寫下的話讀給全班聽。雖然學生們的用字可能不同，他們應能表明以下的眞理：**神會要我們爲怎樣對待窮人和有需要的人負起責任。**

- 你想，在你的學校或社區中，有哪些最普遍的需求?教會的青少年能做些什麼，以協助照顧有這些需求的人?（幫助學生了解，並不是期望他們爲每一項義舉或每一個要求協助的人獻出金錢和時間。青少年在自己的家庭和教會中，都有許多機會幫助有需要的人。此外，他們也可跟隨聖靈的指引，主動提供服務。）
- 你想，教會的青少年能做些什麼以照顧窮人?（如果學生沒有提到禁食捐獻，你可以讀出*忠於信仰：福音參考資料*〔2004〕，第133-134頁的「禁食主日」標題下的幾段話，以強調繳付禁食捐獻這件事。）

討論過後，請學生在筆記本或經文研讀日記，寫下他們能做一、兩件什麼事，以照顧窮人和有需要的人。他們可以寫下在課堂上聽到的建議或他們自己的意見。請他們寫下目標，在未來幾個星期做其中的一件事。鼓勵他們完成其目標。

注釋及背景資料

摩爾門書8：14-18。「那位要公布這紀錄的人必蒙祝福」

摩羅乃預言約瑟·斯密先知會蒙揀選將摩爾門經帶給世人（見摩爾門書8：15-16）。許多古代的先知也知道約瑟·斯密這人，且祈禱他能成功地翻譯和出版金頁片，以完成神的目的（見摩爾門書8：23-25；教約10：46）。十二使徒定額組的培道·潘會長談到約瑟·斯密在公布摩爾門經這事上所擔負的任務時，說：

「很簡單，事實上他就是神的一位先知——一點不多，一點不少！

「經文不是從約瑟·斯密而來的，只是藉著他來的。他只是個管道，啓示經由他而賜下。……

「先知約瑟·斯密是個未受過教育的農場少年。讀他的早期書信原稿，可看出他在拼音與文法及表達上都不甚好。

「經由他而來的啓示，若在文字上要有任何形式的精鍊，絕對是個奇蹟」（參閱「我們相信神所已啓示的一切」，1974年12月，*聖徒之聲*，第34，35頁）。

摩爾門書8：37-38。照顧窮人和困苦的人，與永恆的幸福有什麼關係?

總主教大衛·柏頓主教見證，照顧窮人和困苦的人會帶來永恆的結果。他說：

「使教會照顧貧困者的事工得以屹立不搖的宗旨、一切應許和原則，超越了塵世的侷限。這項聖工不是僅僅造福受苦之人或窮困者；身為神的兒女，我們若不能在今生盡全力照顧彼此，就無法繼承永生的一切祝福。藉著犧牲和捨己為人的善行，我們才能學會犧牲和獻納的高榮原則」（「使人聖化的福利事工」，2011年5月，*利阿賀拿*，第81-82頁）。

第142課

摩爾門書第9章

導言

摩羅乃結束他父親的紀錄時，呼籲那些不相信耶穌基督的人，要經由悔改而轉向主。他教導人，神是一位奇蹟之神，祂不會改變，而且奇蹟停止只因為人的不信。他鼓勵人們要相信耶穌基督，並奉耶穌基督的名全心全意向天父祈禱，以蒙得他們所需的事物。

教學建議

摩爾門書9：1-6

摩羅乃呼籲不相信耶穌基督的人要悔改

請學生回想有哪個情形曾讓他們覺得不自在。請幾位學生說出他們的經驗，並解釋爲何他們感到不自在。你也可以問他們，在那些情形下，有什麼可以讓他們覺得比較自在。

請學生默讀摩爾門書9：1-5，找出摩羅乃所形容的不自在情況。（你也可以請學生閱讀阿爾瑪書12：12-15，並把這項參考資料寫在摩爾門書9：1-5的旁邊。）

- 在最後的審判時，惡人在父神和耶穌基督的面前，會有什麼感覺？爲什麼他們會有這樣的感覺？

請一位學生讀出以下約瑟·斐亭·斯密會長的敘述：

「沒有悔改就沒有救恩。一個人不能在自己的罪中進入神的國度。一個人在自己的罪中來到父的面前，並住在神的身邊，將是一件非常矛盾的事。……

「我想在這世上有極多的人，或許有許多是本教會的成員——至少有一些是本教會成員——懷著這種想法，認爲他們能在今生任意而爲，違背主的誡命，而最後還可以回到祂的面前。他們認爲自己以後會悔改，或許在靈的世界中悔改。

「他們應當讀摩羅乃說的這些話〔引述摩爾門書9：3-5〕。

「你們認爲一個生活充滿腐敗，背叛了神而且沒有悔改之靈的人，假若被允許進入神的面前，這人會快樂或舒適嗎？」（參閱救恩的教義，布司·麥康基編，共三卷。第二卷，第184-185頁）。

- 爲何我們今日就需要悔改自己的罪，而不能等到神的審判時？（爲幫助學生回答這問題，你可以請他們讀阿爾瑪書34：33-38。）

請一位學生讀出摩爾門書9：6。請全班跟著看經文，找出那些不相信的人必須做什麼，才能在神的面前感到自在。學生報告了所找到的內容後，請他們指出在摩爾門書9：6中有哪些字詞是在形容那些已轉向主並祈求寬恕的人。你可建議學生把找到的字詞劃記出來。

請學生在筆記本或經文研讀日記，寫下一個原則，作爲摩爾門書9：6的概述。邀請兩三位學生讀出他們所寫下的內容。雖然學生可能用不同的詞語，但他們的回答應表達出下面這眞理：**如果我們悔改，當我們回到神的面前時，就會被判爲無瑕。**

作見證說明經由悔改和正義的生活，我們可以準備好在主的面前感到自在。請學生沉思他們現在應做什麼，以準備好迎見主。

邀請個別學生

採用邀請個別學生的方法，能鼓勵那些不常分享的人參與。邀請學生以前，給他們時間思考，以幫助他們準備好參與。小心若他們對參與覺得不自在，就不要讓他們窘困或逼他們參與。

摩爾門書9：7-20

摩羅乃宣稱神會行奇蹟，也會回答忠信者的祈禱

將奇蹟一詞寫在白板上。問學生，他們要怎樣爲這一詞下定義。在幾位學生回答後，請全班查看經文指南裡的奇蹟一詞（第81頁）。請他們讀出內容，看有什麼資料可能澄清他們所寫的定義，或爲其增添內容。

- 你想，爲什麼有些人不相信奇蹟?

概述摩爾門書9：7-8，解釋摩羅乃是寫給末世時代那些宣稱啓示、預言、靈性恩賜和奇蹟都不會再發生的人。

把學生分成每兩人一組。請其中一人默讀摩爾門書9：9-11，另一人默讀摩爾門書9：15-19。請每位學生寫下摩羅乃勸服人們相信奇蹟的幾個重點。學生有足夠的時間寫好之後，請他們向同組的人報告所寫的內容。

在白板的左邊寫*奇蹟停止是因爲我們……*

在白板的右邊寫*奇蹟發生是因爲我們……*

請一位學生讀出摩爾門書9：20，請全班找出神之所以會在人類兒女中停止行奇蹟的三個理由。請一位學生將這些理由寫在白板上，以完成左邊的句子，正如下圖所示。

請學生將奇蹟停止的各項理由換一種方式敘述，表達出哪些情況能使奇蹟發生。他們的回答應與圖表右邊的例子類似。

奇蹟停止是因為我們……	奇蹟發生是因為我們……
在不信中衰落	增加了信心
偏離了正道	以正確方式生活，或遵守神的誡命
不認識我們應當信賴的神	認識神且信賴神

請學生很快地複習摩爾門書9：9，19，找出摩羅乃教導神有哪些特性。學生報告了所找到的內容以後，問：

- 既然我們知道神是不會變的，而且祂以前在人類兒女中行過奇蹟，那麼關於祂也會願意在我們今日的生活中行奇蹟一事，我們可以知道些什麼?（雖然學生可能使用不同的詞語，但他們的回答應表達出下面的原則：**神一直都在行奇蹟；由於祂是不會變的，祂仍然會依照我們的信心來行奇蹟**。你可以將這原則寫在白板上，也建議學生將這原則寫在他們的經文中摩爾門書9：19-20旁邊。）

解釋我們在生活的許多方面都可經歷到神的奇蹟大能。爲幫助學生思考神在哪些方面依然是奇蹟之神，請一位學生讀出以下總會初級會會長團的雪梨．瑞諾姊妹所說的話：

「我……學到，在我們努力事奉主，並遵行祂的旨意時，祂就會在我們生活中的各方面幫助我們。

「我相信我們每個人都能爲生命中的這些小奇蹟作見證。我們知道孩子祈求神幫助找到遺失的物品，就會找到。我們知道年輕人鼓起勇氣爲神作見證，就能感受到祂的支持。我們知道有朋友將他們僅有的錢拿去繳付什一奉獻，然後經由奇蹟，發現他們能繳學費、房租、或甚至有食物供養家人。我們可以分享祈禱獲得回答的經驗，還有聖職祝福給予勇氣、帶來安慰，或使人康復的經驗。這些日常的奇蹟，都讓我們知道主在引領我們的生活」（「奇蹟之神」，2001年7月，*利阿賀拿*，第13頁）。

- 你曾有什麼經驗證實了神仍是一位奇蹟之神?

摩爾門書9：21-37

摩羅乃勸告不信者要相信耶穌基督並奉祂的名祈禱

請一位學生讀出摩爾門書9：21。請全班跟著看經文，找出摩羅乃教導了什麼有關向天父祈禱的事。

- 摩羅乃給了什麼應許?（學生的回答應反映出以下的原則：**如果我們懷著信心奉基督的名祈禱，不論我們所祈求的是什麼，天父都會賜給我們。**）

爲幫助學生了解「奉基督的名」祈禱是什麼意思，請一位學生讀出以下的敘述：

「當我們的心意是基督的心意，我們的願望是基督的願望——當祂的話常在我們裡面時，我們就是在奉基督的名禱告。那時神才有可能將我們所祈求的事物賜予我們。許多禱告沒有獲得回答，是因爲這些禱告根本不是奉基督的名進行；它們絲毫沒有表現出基督的心意，反而是出自人的私心」（Bible Dictionary, “Prayer”）。

你可以提出下列這些問題：

- 我們能如何確定自己所祈求的事物，正反映出主希望賜給我們的事物?
- 你何時看過摩爾門書9：21中的應許實現了?（你可能需要給學生時間思考這問題，再請他們回答。）

概述摩爾門書9：22-25，解釋救主派遣祂的門徒去教導福音時，應許會賜給他們一些祝福。請學生瀏覽摩爾門書9：22-25，找出其中的幾項祝福。

- 對你來說，救主會「證實〔祂〕的每一句話」（摩爾門書9：25）是什麼意思?

請學生默讀摩爾門書9：27-29，找出有哪些態度和行動能幫助他們配稱得到神的協助。你可以請學生在筆記本或經文研讀日記，寫下這幾節的摘要。

結束課程時，概述摩爾門書9：30-34的內容，告訴學生摩羅乃擔心末世時代有些人會因爲記寫摩爾門經之人及其所使用語文的不完美，而拒絕摩爾門經的信息。請一位學生讀出摩爾門書9：35-37。請全班跟著看經文，找出爲何摩羅乃和其他人祈禱摩爾門經會在後期時代問世。（這樣他們的弟兄拉曼人的後裔才能恢復到「認識基督」，也恢復到神和以色列家族所立的聖約中。）

爲幫助學生對他們今天所學到的事情作總結，提出下列問題：

- 摩爾門經怎樣成爲證據，證明神是一位奇蹟之神而且祂會回答人們的祈禱?
- 你今天學到的哪些眞理會影響到你的個人祈禱?

摩爾門書複習

花些時間幫助學生複習摩爾門書。請他們想想在福音進修班、以及個人的經文研讀上，從這部書上學到些什麼。請他們簡短複習摩爾門書的一些章前綱要，以幫助他們記住。請幾位學生分享摩爾門書中哪些事啓發他們或幫助他們對耶穌基督有更大的信心。

導言

以帖書

為什麼要研讀這部書？

學生研讀以帖書時，會學到有關雅列人的事——他們是一群旅行到西半球的人，在李海一行人到達之前好幾個世紀就一直住在那裡。學生將學到有關祈禱、啓示，以及運用對耶穌基督的信心與接受靈性知識之間的關係等重要原則。他們也將學到先知的角色是在勸人悔改，以及那些拒絕耶穌基督和祂的先知的人們有何後果。

誰寫了這部書？

摩羅乃從24張稱為以帖片的金頁片節錄成這部書。本書以先知以帖命名，他是雅列人的最後一位先知，並寫了他們的歷史（見以帖書15：33-34）。大約在摩羅乃節錄這神聖紀錄前500年，一些林海人在尋找柴雷罕拉地時，發現了以帖片（見摩賽亞書8：7-11；以帖書1：2）。尼腓人的先知們和紀錄保存人，將以帖片代代相傳直到摩羅乃手中。摩羅乃說他的節錄還不到那紀錄的「百分之一」（以帖書15：33）。

這部書是為誰寫的？為什麼而寫？

由於摩羅乃節錄以帖片是在雅列人和摩羅乃自己的人民被毀滅之後，這部書是寫給我們這時代的人。摩羅乃勸告後期時代的外邦人要悔改、事奉神、消除祕密幫派（見以帖書2：11-12；8：23）。他也記錄了耶穌基督的話，邀請「大地各端的人」悔改、歸向基督、受洗、並接受那由於不信而向世人隱藏起來的知識（見以帖書4：13-18）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的？

以帖在最後的大戰期間和終了，所有的人都死了，只剩兩個人——他自己和柯林德茂時，完成了他人民的紀錄（見以帖書13：13-14；15：32-33），然後「用林海人民能找到的方式」（以帖書15：33；亦見摩賽亞書8：7-9）把他寫的紀錄藏了起來。摩羅乃節錄以帖的紀錄是在主後400年到主後421年之間（見摩爾門書8：3-6；摩羅乃書10：1）。摩羅乃寫道：雅列人在「北部地區」被毀滅（以帖書1：1），顯示著他在節錄這些人的紀錄時，很可能到過他們被毀滅的地帶。

這部書有哪些特色？

以帖書與摩爾門經中其他的書不同，它與李海後裔的歷史無關。本書描述雅列人怎樣從巴別塔出來，旅行到應許地，在那裡最後被毀滅。以帖書是尼腓人紀錄的第二個見證，證明了「擁有〔此一應許地〕的民族都應事奉神，否則……必 ……在他們惡貫滿盈時〔被掃除〕」（以帖書2：9）。

前生時的耶穌基督向雅列的哥哥顯現，誠然是「有史以來最偉大的時刻之一。」此一事件「確立了雅列的哥哥一直都是神最偉大的先知之一」（Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 17）。摩羅乃記述的這個異象為耶穌基督作了有力的見證，也為靈體的本質提出了獨特的教導（見以帖書3：4-17）。

大綱

以帖書第1～3章在巴別塔時代，主保留了雅列人的語言，應許帶領他們到精選的土地，並使他們成為大族。祂帶領他們到海邊，指示他們建造平底船，以渡過海洋。主顯示祂自己和「所有的事物」（以帖書3：26）給雅列的哥哥看。

以帖書第4～5章摩羅乃封起雅列哥哥的紀錄。他記錄了耶穌基督的話，說這些紀錄會顯示給那些運用對祂的信心的人。摩羅乃教導我們，三位後期時代證人會加入天父、聖子、和聖靈，一起為摩爾門經作證。

以帖書第6～11章雅列人旅行到應許地。這群人生養衆多，開始遍滿這地。接下來有正義的、有邪惡的國王統治許多世代。雅列人由於祕密幫派，幾乎被毀滅。許多先知警告人們悔改，但人們拒絕了先知。

以帖書第12章摩羅乃教導我們，要先有信心才會獲得靈性見證。他向主表示，他擔心未來的外邦人會嘲笑他在記寫神聖紀錄上的弱點；他記下了主給他的回答。摩羅乃勸告後期時代的讀者尋求耶穌基督。

以帖書第13～15章摩羅乃討論了以帖對於新耶路撒冷的預言。以帖在雅列人拒絕他之後，目睹了他們全部毀滅並將此事作成紀錄。

第143課

以帖書第1章

導言

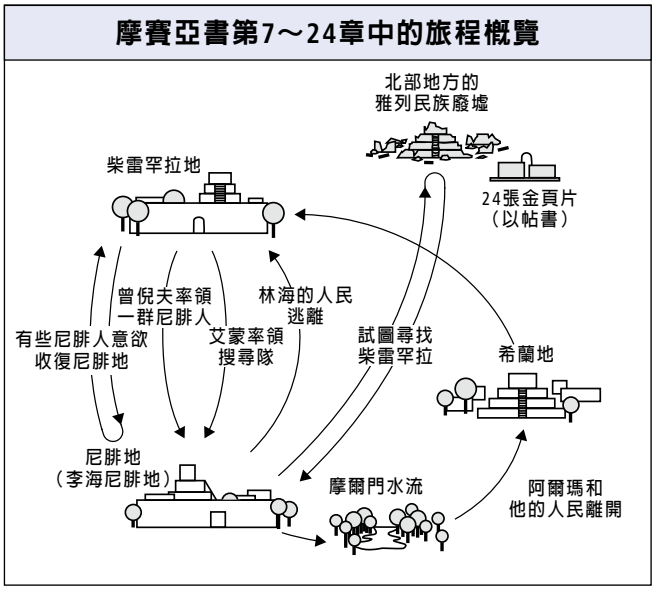
摩羅乃從林海派出的搜尋隊所發現的24章金頁片，節錄了以帖書（見摩賽亞書8：7-11）。這些頁片涵括了雅列人的歷史。雅列人的紀錄始於主混亂巴別塔時代人民的語言（見創世記第11章），雅列和他的哥哥為家屬和朋友向主尋求憐憫與指引。由於雅列的哥哥向主忠信地祈禱，主保存了雅列、他的哥哥、以及他們的家屬和朋友的語言。主宣稱祂會帶領他們到應許地，在那裡成為大族。

教學建議

以帖書1：1-32

摩羅乃記錄了以帖的家譜，追溯到巴別塔時代的雅列

爲幫助學生記住以帖書的由來，可與他們複習本書附錄中，摩賽亞書第7～24章的旅程概覽。請他們參考旅程4：試圖尋找柴雷罕拉。然後請他們找出林海的人民在此旅程中發現了什麼。再請他們翻到以帖書的第一頁。書名後的綱要說明了以帖書是錄自林海人民發現的24張頁片。



說明摩羅乃在完成他父親的紀錄之後，便爲24張金頁片上的紀錄寫了節錄，或摘述。這紀錄包含了雅列人的歷史，他們在尼腓人和拉曼人到美洲大陸之前，就已經住在那裡。請學生默讀以帖書1：1-5，看看摩羅乃從雅列人的紀錄中挑選了什麼包含在他的節錄裡。請學生報告發現到的事情。

如果你能拿到巴別塔的圖片，可考慮展示。請學生摘述他們對以帖書1：5提到的塔有何了解，以及那些企圖造塔的人有何結局。（那座塔稱爲巴別塔。由於企圖造塔的人民很邪惡，主混亂了他們的語言並把他們分散；見創世記11：1-9。）

爲了幫助學生了解雅列人的歷史與尼腓人的歷史之間的關聯，可以請他們參考摩爾門經年代表書籤（編號32336 265）。說明摩羅乃是從記寫先知以帖的祖系開始，來記述雅列人的歷史；以帖是把這歷史寫在24張金頁片上的人。摩羅乃追溯以帖的祖先到一個名叫雅列的人，他活在巴別塔的時代。

以帖書1：33-43

雅列的哥哥透過祈禱，使得自己的家屬和朋友都獲得憐憫和指引

問學生，有沒有去過哪個地方，他們無法了解周遭的人講的話。請他們分享處在那種情形下的感覺。然後請他們想像在巴別塔周圍的人們，當發現到每個人的語言都被混亂時，會有什麼感覺。請他們默想下列問題：

- 如果你處在那種情形，你最想念的是跟誰的交談？爲什麼？

請學生默讀以帖書1：33-34。在他們默讀之前，請他們找出（1）雅列希望能跟誰交談，以及（2）他提議怎樣解決困難。（他希望能和自己的家屬交談，並請他的哥哥向主呼求，不要混亂他們的語言。）在學生報告所找到的答案之後，問：

- 在你看來，「向主呼求」這句話是什麼意思?
- 你從以帖書1：33-34，有關雅列對他哥哥的感受，以及對他哥哥的祈禱的感受，學到了什麼?

把學生分成兩人一組。請學生在各組中輪流讀出以帖書1：35-42。請他們找出雅列哥哥所作的祈禱，以及主對那些祈禱的回答。學生有充分時間閱讀之後，問：

- 雅列哥哥的祈禱中，最令你印象深刻的是什麼?
- 主怎樣回答雅列哥哥的祈禱?
- 我們能從雅列哥哥的祈禱方式，以及主回答他祈禱的方式，學到什麼原則?（在學生分享意見時，鼓勵他們思考天父對他們的憐憫和愛。將以下的原則寫在白板上：***我們若一直憑信心向神呼求，神必會憐憫我們***。）

上課之前，將以下的問題寫在白板上：（或者你可以考慮用講義發給他們，或慢慢地讀給他們聽，好讓他們寫下來。）

向天父呼求和只是「說出祈禱」有什麼不同?

你什麼時候感覺到天父回答祈禱時對你懷著憐憫?你的家人或朋友什麼時候告訴過你，天父懷著憐憫回答他們的祈禱?

神對我們祈禱的回答，教導了我們什麼有關祂對我們的感覺?

你能做什麼讓你的祈禱變得更有意義?

請學生在筆記本或經文研讀日記上回答這些問題。你可以給他們機會分享所寫的內容。作見證說你知道天父愛我們，也切望在我們經常向祂祈禱時祝福我們。

說明在以帖書第1章的記載，能使我們加深了解神對我們的愛以及經由祈禱而來的祝福。請學生默讀以帖書1：34，36，38，找出雅列要他哥哥在祈禱中請求什麼。請一位學生擔任抄寫員，在白板上列出其他學生的回答。你可以建議那位抄寫員，將這些回答寫在白板上你先前寫的原則中「向神呼求」一詞下面。

你可以建議學生將以帖書1：38末了的這句「就讓我們忠於主」標記出來。強調雅列和他哥哥的行爲表示出他們對主有信心且願意服從。他們懷著信心祈求他們所需要的祝福。

請學生默讀以帖書1：35，37，40-42，找出神用什麼方式祝福雅列和他的哥哥，以及他們的家屬和朋友。請那位當抄寫員的學生，在白板上你先前寫的原則中憐憫一詞下，寫出學生所找到的答案。確定學生看出雅列哥哥的祈禱與神的祝福之間的關係。

請一位學生讀出以帖書1：43。請全班跟著看經文，找出即使雅列的哥哥沒有特別祈求，神也應許給他們哪些祝福。

- 神應許這群人民什麼額外的祝福?（雅列曾請他哥哥求問神他們應到哪裡去。雅列當時認爲，主可能會帶領他們到一塊「比世上所有土地都精選」的土地〔以帖書1：38〕，而主的確答應會帶領他們到應許地。此外，祂還給他們明確指示，告訴他們怎樣爲旅程作初步準備。祂也應許使他們全家在那裡興起，成爲大族，並且整個地面上不會有別的民族比他們的更強大。）

請學生翻到尼腓二書4：35。（你可建議他們在以帖書1：43旁邊寫下尼腓二書4：35）。然後請他們默讀尼腓二書4：35和以帖書1：43，找出這幾節經文對於神以祝福回答我們的祈禱一事，教導了我們什麼。

- 關於神回答祈禱一事，尼腓在尼腓二書4：35中教導了什麼？（神必厚賜給那些在禱告中尋求祂的人。你可能需要說明厚這個字的意思是慷慨。）以帖書1：43裡的記載怎樣證實了尼腓在尼腓二書4：35中所講的話？
- 依照以帖書1：43，有什麼理由使得主所賜的應許祝福超過了那些雅列人所祈求的？（主應許了額外的祝福是因爲他們一直都忠信地祈禱。你可以建議學生劃記以帖書1：43中的這句：「因爲你向我呼求了這麼久」。）
- 我們能從以帖書1：43中學到什麼原則？（學生可能用不同的詞句，但他們應認出下列原則：**如果我們經常懷著信心祈求神，就能獲得超乎所求的祝福**。你可建議學生在自己的經文中寫下這原則。）
- 在你的生活中或你所知道的人生活中，你何時見過這個原則？

學生分享了他們的回答之後，你可以分享你自己或他人生活中的例子。先知約瑟·斯密是遵從原則的好例子。當他祈禱求問哪個教會是眞實的（見約瑟·斯密——歷史1：10-20），以及祈禱求主讓他知道他在主面前的地位時（見約瑟·斯密——歷史1：29-47），他得到了超乎所求的祝福。

結束本課時，鼓勵學生努力更加誠懇祈禱，也鼓勵他們記住，天父充滿了憐憫，祂會依照我們的忠信程度回答祈禱，也會依照那就祂所知，能給他們生活帶來最大祝福的事，來回答祈禱。

精通經文複習

把學生分成兩人一組。給他們時間互相幫助，複習全部25節摩爾門經精通經文的經文和關鍵詞句。你可建議他們用精通經文卡來互相測驗（見第45課結尾的精通經文複習建議）。然後針對這些章節給他們一個小測驗，也許可用精通經文卡背面的線索。全班一起批改測驗。請學生記下自己需要複習哪些章節，並鼓勵他們自行研讀。學期快結束時，考慮針對摩爾門經精通經文的內容給個期末考。

注意：你可以在課堂一開始或結尾時進行這個活動。如果你在課堂一開始進行這個活動，要盡量簡短以便有時間討論課程。至於其他複習活動，見此用本附錄。

注釋及背景資料

以帖書1：34-35。雅列哥哥的名字是什麼？

七十員喬治·瑞諾長老下列的這段話，顯示雅列哥哥的名字曾顯示給約瑟·斯密。他說：

「瑞諾·柯洪長老住在嘉德蘭時，添了一個兒子。有一天約瑟·斯密會長經過他家門，他請先知進去為嬰孩祝福和命名。約瑟進去後，給嬰孩命名為穆罕瑞·摩林口茂。他祝福完後把嬰孩放在床上，轉身向柯洪長老說，我給你兒子的名字是雅列哥哥的名字；這是主剛才向我顯示的。威廉·柯洪長老當時站在旁邊，聽到了先知對他父親說的話；這是本福音期中，雅列哥哥的名字首次在教會中揭曉」（“The Jaredites,” *Juvenile Instructor,* May 1, 1892, 282）。

第144課

以帖書第2章

導言

雅列和他的哥哥以及家屬和朋友，在離開巴別塔之後，由主帶領行過曠野。主指示雅列的哥哥建造八艘平底船，以載他的人民越過大海到應許地。由於雅列的哥哥和他的人民憑信心服從主，因而主給他們所需的指引和方向，使旅途成功。

教學建議

以帖書2：1-12

雅列人開始了他們向應許地的旅程

創造興趣和專注

計畫一些活動以創造興趣，並幫助學生將注意力專注在課程裡的經文。這些活動若能簡短且引導學生專注在課程的主要原則上，就能發揮最佳效果。

舉行下列活動，以幫助學生明白跟隨神的指示，會怎樣使我們準備好接受神更多的引導和指示：

上課前，在教室內藏一些代表寶物的東西。準備三到四個連貫的線索，引導學生尋找寶物。你給學生第一個線索，用那個線索引導他們找到第二個線索，並用第二個線索引導他們找到第三個線索，直到他們找到寶物爲止。在他們找到寶物之後，問：

- 如果你們忽略了第一個線索，會有什麼結果？（他們就無法找到第二個線索。）

請學生複習以帖書1：41-42，找出主引導雅列人到應許地的第一組指示爲何。

請一位學生讀出以帖書2：1-3，以幫助他們看出雅列人對這些指示有什麼樣的反應。

- 雅列人對主的第一組指示有什麼樣的反應？

請一位學生讀出以帖書2：4-6。請全班跟著看經文，找出雅列人跟隨第一組指示後得到了哪些祝福。

- 雅列人跟隨了主的第一組指示後，發生了什麼事？（主透過雅列的哥哥給他們更多的指示。）
- 我們能從這記載，學到什麼有關如何接受從主而來的指示？（學生可能用不同的詞語，但他們的回答應反映出下列原則：**我們若憑著信心對主給我們的指引採取行動，就能從祂那裡接受進一步的指示**。你可以建議他們在自己的經文以帖書2：6旁邊寫下這個眞理。）

爲幫助學生更了解這原則並加以應用，請他們想想最近從主那裡接受到的靈感或提示。然後讀出十二使徒定額組李察．司考德長老以下的話。他在談到我們會怎樣頻繁地接受到啓示時，說：

「祈禱的回答會一點一滴地來到，就像一袋袋的錦囊一樣，如此你的能力才會成長。當你運用信心按著每次所得到的指引去做，就會獲得指引，得到其他的部份，進而獲得完整的答案。這個模式需要你運用信心，相信天父會回答祈禱。雖然有時候非常困難，但終究會爲個人帶來極大的成長」（「善用來自天上的恩賜——祈禱」，2007年5月，利阿賀拿，第9頁）。

請學生在筆記本或經文研讀日記回答下列問題。你可以把這些問題寫在白板上，或慢慢唸出，讓學生寫下來。

- 你什麼時候跟隨了靈的提示，然後接受到神的進一步指引?
- 你想，爲什麼有時候我們必須對靈的提示有反應，才能接受到更多的啓示?

概述以帖書2：8-12，說明主告訴雅列的哥哥，雅列人在到達應許地之後，若要像祂應許的那樣，變成一個大族，就應當「事奉祂這位眞實而唯一的神」（以帖書2：8）。如果他們不事奉神，必被從這地「掃除」（以帖書2：8）。摩羅乃說這是「永恆的法令」（以帖書2：10），意思是這法令適用於所有住在該地的人。

以帖書2：13-15

主懲戒雅列的哥哥，沒有祈禱呼求祂

請學生默讀以帖書2：13-15，找出雅列人到達海邊後做了什麼。

- 雅列人做了什麼?（他們搭起帳篷，在海邊住了四年之久。）
- 主爲何懲戒雅列的哥哥?
- 我們能從以帖書2：14學到什麼教訓?（學生可能提出一些不同的眞理，包括下列這項：**主希望我們經常在祈禱中呼求祂；祂不喜悅我們沒有在祈禱中呼求祂**；以及**我們若犯罪，靈就不會對我們努力**。）

請學生在你讀出七十員唐諾·史達利長老以下的話時，想想他們自己的祈禱：

「在每日的祈禱中熱切地尋求寬恕、特別的幫助和指引，對我們的生活和見證的培養是必要的。禱告時若匆匆忙忙、一再重複、敷衍了事，或是忘了祈禱，都會使我們遠離聖靈。與聖靈親近的感覺很重要，如此我們才能不斷地獲得所需的指引，成功地處理我們每天生活中的挑戰」（參閱「鞏固我們的見證」，2004年11月，*利阿賀拿*，第39頁）。

上課前將下列問題寫在白板上。（你也可以作成講義，或慢慢唸出，讓學生寫下來。）給學生兩三分鐘在筆記本或經文研讀日記上，寫簡短的回答。

你覺得應多久作一次個人的祈禱?

你覺得個人的祈禱應多眞誠?

在你個人的祈禱中，你有感覺到眞正在與天父交談嗎?
爲什麼有，或爲什麼沒有?

如果你能做一項改變來改進你的個人祈禱，你會做什麼?

以帖書2：16-25（亦見以帖書3：1-6；6：4-9）

雅列人建造平底船橫渡大海，往應許地去

請學生想想他們現在或未來可能面臨哪些挑戰，或必須作出哪些重要決定。例如，他們可能想到家庭中的困難、學校裡的挑戰、決定跟誰結婚、或選擇從事什麼職業。請他們思考主可能怎樣給他們指引或幫助。在他們閱讀以帖書第2章其餘部分時，鼓勵他們找出有什麼原則能協助他們獲得主的幫助，作出好的決定。

請一位學生讀出以帖書2：16-17。請全班跟著看經文，找出主告訴雅列人怎麼做，以朝向應許地前進。這位學生讀完後，問有沒有人願意到白板來，以速寫畫出他們認爲雅列人平底船是什麼樣子。

把下列表格畫在白板上，最下面三行的答案不要寫上。這表格可以事先印成講義發給學生，或請學生抄在筆記本或經文研讀日記上。

以帖書2：18-19	以帖書2：20-25；3：1-6；6：4-9		
平底船面臨的問題	解決方案	主做了什麼	雅列的哥哥做了什麼
沒有空氣	在平底船的頂端及底部各開一個洞，可以打開或關起來	給雅列指示	開洞
沒有舵	風會把平底船吹向應許地	命令風吹	信賴主
沒有光	準備特別的石頭，請主觸摸它們，使它們發光	告訴雅列的哥哥，哪些事行不通，指示他找出行得通的解決方案 在雅列的哥哥準備好石頭之後觸摸它們	準備好石頭，求主觸摸它們，使它們能在黑暗中發光

請學生自己查考以帖書2：18-19，找出雅列哥哥注意到，平底船的三個問題。

- 雅列的哥哥注意到哪些問題?（將學生的回答，如所示的寫在表格上第一欄。鼓勵他們也照樣寫在自己的表格上。）

在學生找出那些問題之後，請他們研讀以帖書2：20-25；3：1-6；6：4-9。（注意：以帖書第3章和第6章的內容會在第145課和147課作更詳細的討論。）給他們時間個別完成表格中其餘的部分。

學生有足夠的時間完成表格之後，提出下列問題，以幫助他們從雅列哥哥的經驗中，找出一些原則：

- 根據對空氣問題的解決方案，主有時會怎樣幫助我們解決問題或怎樣回答我們的問題?（有時候主會告訴我們怎樣解決問題，而且期望我們遵從祂的指示去做。）
- 根據對舵的問題的解決方案，主有時會怎樣幫助我們解決問題或怎樣回答我們的問題?（有時候主會自行解決那問題。）
- 根據對光線問題的解決方案，主有時會怎樣幫助我們解決問題或怎樣回答我們的問題?（有時候主會叫我們想出解決辦法，然後再尋求祂的認可並請祂協助執行。

將下列原則寫在白板上：***我們若呼求主並做到自己應做的部分以解決問題，就能得到主的幫助***。爲幫助學生運用這原則，請他們想想幾分鐘前他們所想到的那些重要決定。然後請他們思考下列問題：

- 你想，在你作出這方面的決定之前，主可能期望你做什麼?
- 主可能做些什麼來幫助你?
- 你在思索這個決定時，可以怎樣表現出對主的信賴?

給學生幾分鐘時間，寫下他們今天所學到的。分享你的這個見證：我們若忠信地呼求主，並做我們應做的事來解決問題，主會以祂的智慧和能力，指引和幫助我們。

第145課

以帖書第3章

導言

為了回答主的這個問題——「你要我怎樣做使你的船裡有光呢?」——雅列的哥哥準備了十六顆小石子，然後謙卑地求主觸摸這些石子，好「讓石子能在黑暗中發光」（以帖書2：23；3：4）。由於雅列的哥哥有極大的信心，他看到救主的手指觸摸石子。主後來將祂自己顯現給雅列的哥哥，並向他啓示了許多事。主命令雅列的哥哥把所看到和聽到的事寫下並封起來，直到主希望讓這些紀錄出現為止。

教學建議

以帖書3：1-20

主觸摸石子為雅列人的平底船提供亮光，並將祂自己顯現給雅列的哥哥

請一位學生擔任抄寫員。然後問學生下列問題，請抄寫員在白板上列出學生的回答。

- 青少年會眞誠祈求些什麼事物?

請學生想像他們的某一位朋友，正在祈求白板上所列的一件事物。這位朋友希望知道如何改進自己的祈禱和行動，以便能得到神的幫助和指引。鼓勵學生在研讀以帖書第3章中雅列哥哥的榜樣時，想想這項祈求，並找出他們可以和那位朋友分享哪些見解。

提醒學生，他們曾經在前面的課程中討論到雅列的哥哥求問主，要怎樣使雅列人的平底船中有光。

- 雅列的哥哥做了什麼以協助使平底船中有光?（見以帖書3：1。）
- 雅列的哥哥請求主做什麼來使平底船中有光?（見以帖書3：1，4。）
- 對於雅列哥哥的努力，令你印象深刻的是什麼?

指出雅列的哥哥付出極大努力去準備石子。然後請學生想想，如果主沒有觸摸那些石子，那些石子的發光效率如何。請學生默讀以帖書3：2-5，找出有哪些詞句顯示出雅列的哥哥承認自己要倚賴神。

在學生有充分時間讀完之後，將他們分成兩人一組。請他們互相報告所找到的內容。同時也請他們分享，在雅列哥哥的祈禱中，令他們印象深刻的是什麼。

學生在閱讀以帖書3：2時，可能對於「我們在您面前是不配稱的」以及「我們的本性……不斷變壞」這兩句話心中存疑。幫助他們了解，雅列的哥哥所用的這些詞句，指的是我們「由於墜落」而承襲到的狀況。我們在身體和靈性上都與神隔離了，但我們犯罪時又使自己進一步遠離神。和神比起來，我們都很軟弱且不配稱。要是沒有祂的協助，我們永遠無法回去住在祂的面前。

爲幫助學生進一步了解所讀各節經文的意義，提出下列問題：

- 在你看來，在求主幫助時，爲何承認我們必須倚賴主是重要的?
- 在以帖書3：1-5，你可以看到什麼證據顯示出雅列的哥哥有信心，相信主能幫助他解決問題?（需要的話，提示學生找出有哪些詞語在形容雅列的哥哥所付出的努力，又有哪些詞語呈現出了他對主的信賴。）

為了強調雅列哥哥信心的力量，請一位學生讀出十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老以下的話：

「確然，神以及讀者都會因這個滿懷信心之人孩童般的純眞與熱誠，而深爲所動。『主啊，您能做得到。』也許在經文裡，人們懷著信心所說的話語中，沒有比這句話更特別、更有力的了。……不論這位先知對他自己的能力有多麼不確定，他對於神的力量是沒有絲毫不確定」（“Rending the Veil of Unbelief,” in *Nurturing Faith through the Book of Mormon: The 24th Annual Sidney B. Sperry Symposium* [1995], 12）。

展示雅列的哥哥看到主的手指的圖片（62478；福音畫冊〔2009〕，編號85）。請一位學生讀出以帖書3：6。請全班跟著看經文並想像，依這節經文的記載，雅列哥哥的經驗可能是什麼樣子。

- 如果你有類似於雅列哥哥的經驗，你會有什麼想法或感覺?

概述以帖書3：6-8，說明當雅列的哥哥看到主的手指時，他就「倒在主面前」（以帖書3：6）。他很驚訝看見主的手指「像人的手指，好像有血有肉」（以帖書3：6）。（雅列的哥哥後來得知他看見的是主的靈體的一部分〔見以帖書3：16〕。）

請學生默讀以帖書3：9，找出爲何雅列的哥哥能夠看見主的手指。

學生回答時，將下列這句未完成的話寫在白板上：

我們若謙卑地呼求主，祂會按照我們的……，和祂的旨意來祝福我們。

請學生建議可用哪些字詞來完成這句話。學生應建議用信心一詞來完成這句話。他們也可能建議使用下列字詞：努力、謙卑、需求，和眞誠等。幫助他們了解，所有這些字詞都是我們信心的表現。然後這樣完成白板上那句話：*我們若謙卑地呼求主，祂會按照我們的信心，和祂的旨意來祝福我們。*

回過來看課程一開始時，在白板上所列的內容。從中挑選一、兩項。請學生分享他們的想法，談談在那些特定的情形下，人們會怎樣表現出對主的信心。學生分享之後，再提一下你剛剛在白板上寫的原則。

- 你有些什麼經驗幫助了你知道這個原則是眞的?

分享個人的經驗

當你分享自己努力遵行福音原則的經驗時，就能幫助學生了解如何將那些原則運用在自己的生活中。你的故事要保持簡短，並且永遠要包括作見證；在見證中要表達出你學到什麼，或你的經驗怎樣祝福了你。這樣做能邀來聖靈為你所分享的真理作證。

爲了幫助學生在生活中運用這原則，請他們想出一個需要主幫助的情形。給他們時間在筆記本或經文研讀日記上，寫出當他們謙卑地尋求主的幫助時，可以用哪個方式來運用更多的信心。鼓勵學生履行所寫的內容。你可以分享自己的一個經驗，談談你怎樣因爲運用對主的信心而得到祝福。

請一位學生讀出傑佛瑞·賀倫長老以下的話；這些話說明了我們過去的經驗能增強我們的信心。他說：

「初步的信心是由過去的經驗塑造的——是用已知的事，建立起信心的根基」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 18）。

- 從巴別塔起，雅列的哥哥有些什麼經驗可能增強了他對主的信心?你想，這些經驗怎樣使他作好準備，因而在把石子帶去主那裡時，能運用這麼大的信心?

請學生分成兩人一組，討論下列問題：

- 哪些經驗增強了你對主的信心?那些經驗怎樣能使你作好準備，在未來的人生中運用更大的信心?

請幾位學生輪流讀出以帖書3：9-12。請全班跟著看經文。然後提出下列問題：

- 當主問：「你相信我要講的話嗎?」雅列的哥哥說：「相信，主啊」（以帖書3：11-12）。雅列的哥哥在還沒聽到主的話語前就承諾會相信主所要說出的話，在你看來，爲何這樣的承諾很重要?

說明賀倫長老在教導過信心乃奠基於過去的經驗之後，又教導說：我們必須培養出更完全的信心。請一位學生讀出賀倫長老以下的話：

「但是具有救贖效果的信心，則通常必須運用在未來的事情上——也就是未知的事，這樣才能有機會出現奇蹟。高難度的信心、移山的信心、像雅列哥哥那樣的信心，都是先於奇蹟和知識。……信心是——在事前——無條件地同意神在近期和遙遠的未來所可能提出的任何條件。

「雅列哥哥的信心是完全的」（*Christ and the New Covenant,* 18–19）。

鼓勵學生想想自己是否對主有足夠的信心，甚至在主尚未啓示之前，就承諾會相信並遵從主所要啓示的事。

請學生默讀以帖書3：13-20，找出雅列的哥哥因信心而蒙得什麼祝福。你可以給他們時間，寫下雅列的哥哥學到哪些眞理，又得到哪些經驗。學生有時間寫完後，考慮請幾個人分享所寫的內容。

先前在課堂上，學生讀到雅列的哥哥看到主的手指，那時你曾問如果他們有類似的經驗，他們會有什麼樣的感覺。現在他們讀了更多有關雅列哥哥的經驗，你可以考慮再提出同樣的問題。

作以下見證：**我們若運用像雅列哥哥那樣的信心，就會與主更接近。**

以帖書3：21-28

主命令雅列的哥哥把所看到的事寫下來，並封起他的紀錄

請一位學生讀以帖書3：25-26，請全班找出主在異象中向雅列的哥哥顯示了什麼。請學生報告他們所學到的事。

概述以帖書3：21-24，27-28，說明主命令雅列的哥哥把他所看到和聽到的事寫下來，並封起他所寫的紀錄。主也說明祂會預備一種方式，讓雅列哥哥的紀錄在未來透過兩顆寶石翻譯出來。這些寶石是那稱爲烏陵和土明的一部分（見教約17：1；亦見經文指南，「烏陵和土明」）。

結束時，鼓勵學生運用他們今天所學的內容——找些方法來展現他們對主的信心與信賴。表明你確信：我們若運用對耶穌基督的信心，神會像祝福雅列的哥哥那樣祝福我們。

注釋及背景資料

以帖書3：15。「我從來沒有顯現給……世人」

十二使徒定額組的傑佛瑞．賀倫長老對於耶穌所說，祂在將自己顯現給雅列的哥哥之前從來沒有向世人顯現一事，提出了可能的解釋，他說：

「基督當時是對雅列的哥哥說：『我從來沒有像這樣顯現給世人——從來沒有像這樣非我所願，不由自主地，單單憑著人的信心就被人看見了。』一般而言，先知都是應邀來到主面前的，而且唯有在祂的同意之下，才會受命去見祂。在另一方面，雅列的哥哥卻似乎是自己穿越了幔子；他並非不受歡迎，但嚴格說來，算是不請自來的客人。……顯然地，是主自己把這種空前的信心與這種空前的異象連結起來的。就算這異象的本身並不獨特，但這份信心以及獲得這異象的方法卻是無與倫比的。這份信心的不凡之處在於它能讓先知在未受邀請的情況下見到神，而其他人卻只有在受到神命令時才能如此」（*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], 23）。

自修班課程

摩爾門書8：12～以帖書第3章（第29單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀摩爾門書8：12～以帖書第3章（第29單元）時所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩爾門書8：12-41）

學生得知摩羅乃看到了我們的時代，並針對我們的生活情況寫下了帶有預言的描述。他們能看出為何摩爾門經是主所賜的無價禮物，能指引他們度過這末世時代。根據摩羅乃對這末世時代的描述，學生也學習到：神會追究我們怎樣對待貧困疾苦的人。

第2天（摩爾門書第9章）

摩羅乃在結束他父親的紀錄時說：我們若悔改並呼求神，就能沒有污點地回到祂面前。從摩羅乃那裡，學生學習到由於神是不變的，祂會按照祂子女們的信心給予奇蹟，而且如果我們懷著信心、奉耶穌基督的名向天父祈禱，祂會賜予我們祝福，幫助我們完成自己的救恩。

第3天（以帖書第1～2章）

學生學習到，以帖書是摩羅乃從24張金頁片中節錄出來的；摩賽亞書記載了林海人民發現這些頁片的經過。這些頁片記錄了雅列人的事蹟，他們是一群被主帶領到應許地的人民。學生藉著研讀雅列人的經驗學習到，我們若懷著信心，遵循主給我們的方向去做，就能獲得祂進一步的指引。在前往應許地的途中，有一次主懲戒了雅列的哥哥，因為他沒有呼求主。學生藉著研讀這個經驗學習到，經常在禱告中呼求天父是多麼重要。雅列的哥哥在建造平底船時與主交談的經驗，幫助學生體認到，我們若呼求主並盡一己所能解決問題，就能得到主的幫助。

第4天（以帖書第3章）

雅列的哥哥在設法解決讓平底船有光的困難時，實踐了這項原則：我們若謙卑地呼求主，祂會根據我們的信心以及祂的旨意祝福我們。學生學習到：我們若運用對主的信心，會變得與祂更加接近。雅列的哥哥遵守這些原則，因此看到救主的靈體，並在奇妙異象中看到了世上所有居民。

導言

以帖書是摩羅乃從雅列人的紀錄中節錄出來的。先知以帖將這紀錄刻在24張金頁片上，而林海王的一群人民發現了這些頁片。以下的教學建議，可幫助學生了解以帖書第1章所教導的一些祈禱原則。

教學建議

以帖書第1章

雅列的哥哥透過祈禱，使得自己的家屬和朋友都獲得憐憫和指引

上課一開始，請學生想想他們曾有過的，覺得非常需要祈禱求助的一種情形。請幾位學生分享他們的經驗，或分享你自己的經驗。

提醒學生，以帖書是摩羅乃從雅列人的紀錄中節錄出來的。雅列、他的哥哥、他們的朋友、以及他們的家屬，生活在巴別塔的時代（大約主前2200年），那時神混亂了人民的語言。請一位學生讀出以帖書1：33-35，請學生找出為何雅列和他的哥哥覺得需要祈禱求助。在那位學生讀之前，你可以說明「呼求主」是「祈禱」的另一種說法。然後提出下列問題：

- 雅列和他的哥哥需要主的什麼幫助？
- 關於雅列對他哥哥的信心有何感受，這幾節經文告訴了你什麼？

把學生分成兩人一組。請每一組輪流互相讀出以帖書1：35-42。在他們讀之前，請他們尋找（1）雅列的哥哥每一次呼求主的情形，以及（2）主每一次因為雅列的哥哥祈禱而憐憫他的情形。給他們足夠的時間以後，請幾組分享例子，談談主怎樣因為雅列的哥哥和他的家屬一再地祈禱，而向他們顯示憐憫。

問：從這幾節經文中，我們能學到有關祈禱的什麼原則？（在學生分享所找到的原則時，強調下列這原則：***我們若一直憑信心向神呼求，祂會憐憫我們***。將這原則寫在白板上。）

向學生說明，重要的是要記住：「祈禱是一種行為，透過這行為，父的旨意和子女的意願能互相溝通。祈禱的目的並非在改變神的旨意，而是要確使我們自己和他人能獲得神已經樂意賜給我們的祝福，而其條件是：我們要祈求獲得這些祝福」（Bible Dictionary, “Prayer”）。

請學生複習以帖書1：34，36，38，找出雅列的哥哥在祈禱中祈求些什麼。請一位學生把大家找到的內容，列在白板上你所寫的原則中「向神呼求」一詞下。

強調雅列和他的哥哥有信心且願意服從主。建議學生將以帖書1：38末了的這句「讓我們忠於主」標記出來。

請學生複習以帖書1：35，37，40-42，找出主以什麼特定的方式祝福了雅列的哥哥及其家屬朋友。在學生尋找這些祝福時，請一位學生將這些祝福列在白板上你所寫的原則中*「憐憫」*一詞下方。指出主將雅列哥哥所祈求的祝福都賜給了他。

將下列問題寫在白板上，或者事先印成講義。請學生參考寫在白板上的原則，在他們各組內討論這些問題。這些問題可幫助他們了解並感受到這原則很重要。

你認為「呼求神」和只是「說出祈禱」有什麼不同?

你或你所知道的某人，曾經在什麼時候感受到天父在回答祈禱時對人的憐憫?

主回答了雅列哥哥的祈禱，從這件事情中你對主有何認識?

學生有時間討論這些問題之後，你可以請他們分享在自己這組討論過的某個經驗，或分享他們討論後的心得。

分享你的見證，說明天父愛我們，祂希望我們經常向祂呼求以便祝福我們。請學生考慮他們能怎樣運用白板上寫的原則。例如，他們可以設立一個目標更常祈禱，或選擇一種方法來使自己的祈禱更虔誠。你可以給他們時間，在經文研讀日記上寫出他們的願望。

說明研讀雅列哥哥的祈禱後，能使我們更加了解主對我們的愛，以及經由祈禱而來的祝福。請一位學生讀出以帖書1：43。請學生跟著看經文，找出神應許給雅列和他哥哥哪些額外祝福。學生報告他們所學到的內容後，指出雅列的哥哥並沒有特別祈求祝福來使他的後裔成為大族。你可建議學生劃記自己經文中以帖書1：43末了的這句：「因為你向我呼求了這麼久」，以說明為何神以這種方式回答雅列哥哥的祈禱。

問：如以帖書1：43所示，我們可從主對雅列和他哥哥的慷慨，學到哪些原則?

從這節經文，我們可以學到幾個原則。一個重要的原則是：**如果我們經常懷著信心祈求神，就能獲得超乎所求的祝福**。

問：你何時有過經驗顯示這原則是真實的?你知道誰有過這樣的經驗，或經文中哪個人曾有過這經驗?（告訴學生，在請他們回答前，你會給他們一點時間想想有哪些例子。你也可以分享自己生活中的例子。）

結束本課時，分享見證說明神會聆聽、也會回答我們的禱告。祂充滿了智慧與憐憫，樂於祝福祂的子女。我們若誠懇地經常一再向神祈禱，神會很喜悅。鼓勵學生努力以更多的信心祈禱。鼓勵他們記住，天父充滿了憐憫，祂會以祂所知，能帶給他們生活最大祝福的方式來回答他們的祈禱。

下一單元（以帖書第4～12章）

在下一個單元中，學生將學到更多有關雅列人的事。雖然先知警告雅列人不要設立國王，人民還是做了，而那些國王把人民帶進束縛。渴求世俗權力的人，通常會用祕密結社來謀取自己私心渴望的事。摩羅乃記錄了許多奇妙的事情，那都是因為有些人懷著極大的信心才發生的。他教導我們，凡在神前謙抑自己，且對祂有信心的人，會得到祂的恩典來幫助他們克服弱點。

第146課

以帖書第4～5章

導言

主命令摩羅乃封起他所節錄的雅列哥哥的異象，並說明這些寫作在人們有像雅列哥哥那樣的信心時，會再度顯現給世人。摩羅乃預言在末後的日子，會有三位證人為摩爾門經的真實性作見證。

教學建議

以帖書4：1-7

摩羅乃為雅列哥哥的異象作了完整的紀錄，並封起來

請學生想想，有哪樣東西對他們或他們的家人特別珍貴，他們得收好不讓幼小孩子拿到。你可以展示或形容一件對你來說很珍貴的東西作爲例子。

- 爲何你不會讓小孩拿到這樣的東西?
- 一個孩子必須先知道或做到些什麼，你才會信任他，把這東西交給他?

說明福音的眞理對主而言是珍貴的。祂希望與我們分享全部眞理，但是祂要等到我們準備好接受的時候。當學生在這次上課時研讀以帖書第4章時，鼓勵他們找出有哪些原則能幫助他們準備好接受從主而來的眞理。

請一位學生讀以帖書4：1-5，並請全班找出主命令摩羅乃記錄什麼且封起來。

- 摩羅乃奉命把什麼「封起來」?

說明摩羅乃所收錄的雅列哥哥的紀錄，是在那通常稱爲「摩爾門經封住的部分」當中。（你可以展示此手冊後面附錄的圖表，標題爲摩爾門經的來源。）

- 摩羅乃怎樣形容雅列的哥哥所看到的事?（見以帖書4：4。）

爲幫助學生學到更多有關主向雅列的哥哥所顯示的事，請他們默讀以帖書3：25-26，以及尼腓二書27：8-10。然後提出下列問題：

- 根據以帖書3：25-26，主向雅列的哥哥顯示了什麼?
- 根據尼腓二書27：10，摩爾門經封住的部分包含了什麼?

請一位學生讀出以帖書4：6-7請全班跟著看經文，並找出必須先存在哪些條件，主賜給雅列哥哥的啓示才會公開。你可以鼓勵學生在自己的經文上將找到的內容劃記下來。

- 你找出了哪些條件?
- 有關接受啓示的原則，我們可以從這節經文中學到什麼?（幫助學生了解：**我們若悔改並運用對耶穌基督的信心，就能接受到更多啓示。**）
- 你想爲何我們需要悔改、成爲潔淨，才能接受到更多啓示?

爲了幫助學生了解「像雅列的哥哥那樣運用……信心」（以帖書4：7）是什麼意思，請他們在筆記本或經文研讀日記上，就他們記憶所及，列出雅列的哥哥在哪些方面顯示了對主的信心。你可建議他們複習以帖書第1～3章來找出答案。給他們足夠時間思考和書寫之後，請幾位學生讀出他們所列出的一些例子，並說明爲何這些例子讓他們印象深刻。

提醒學生在一開始上課時，他們想到的珍貴東西，以及他們在什麼條件下才會信任一個孩子，把這東西交給他。作證說，同樣地，主也會先要求祂的子女符合某些條件，才會向他們啓示所有的眞理。祂要求我們展現出在靈性上已作好準備並且有信心。

以帖書4：8-19

主教導我們必須做些什麼才能得到進一步的啓示

舉起一塊布。說明主已教導了我們一些原則，來幫助我們接受啓示。當祂教導這些原則時，祂提到幔子。幔子是用來遮蓋或隱藏某件東西的簾幕或布。

請學生默讀以帖書4：15，找出含有幔子一詞的句子。

- 主所指的幔子是什麼樣的幔子?（「不信」的幔子。）不信怎麼會像是幔子呢?
- 「撕掉」意思是撕開或分開。你想，「將……不信的幔子撕掉」是什麼意思?

請一位學生讀出以帖書4：8，另一位讀出以帖書4：11，再一位讀出以帖書4：15。請全班跟著看經文，找出什麼會阻止我們接受啓示，什麼會幫助我們「將……不信的幔子撕掉」，以獲得更多啓示。

- 你想，「違抗主的話」是什麼意思?（以帖書4：8）。
- 根據以帖書4：8，我們若違抗主的話，會面臨什麼後果?
- 根據以帖書4：11，我們若相信主的話，會得到哪一種祝福?

將下列未完成的敘述寫在白板上：

我們若相信主的話，……

請學生根據他們從這幾節經文所學到的事，來完成這段敘述。雖然學生的答案或有不同，要確定他們都認出下列原則：***我們若相信主的話，主會以更進一步的啓示祝福我們***。將這原則寫在白板上。你也可以鼓勵學生將這原則寫在他們的經文以帖書4：11旁邊。

爲了幫助學生了解這個原則，問他們：

- 你想，爲何我們需要先相信已經得到的眞理，主才會給我們更多眞理?

請一位學生在白板上寫出下列對主的話運用信心的例子：*個人的經文研讀；跟隨聖靈的提示；跟從當地教會領袖的話語；在教會和在福音進修班研讀經文；跟從後期時代先知的話語*。

請學生思考，以這其中一種方式表現出相信主的話語，怎樣引領他們得到進一步的啓示。鼓勵幾位學生分享他們所經驗的事。

再次提及白板上所寫的例子。請學生想想那些例子，同時默默思考自己在表現出相信神的話方面做得如何。建議他們針對每一個例子，以1到10給自己評分，10代表在該例子上他們做得很好。請學生在筆記本或經文研讀日記，寫下他們可以用哪一種方法，對於已從主那裡得到的指引表現出更多信心。爲你在白板上寫的原則作見證，並鼓勵學生貫徹實行他們所寫的目標。

從白板上擦掉「相信主的話」這幾個字。指出主教導了有關接受啓示的更多原則。請學生默讀以帖書4：13，找出他們還可以做些什麼，以接受主的啓示。

在學生有足夠時間默讀之後，請他們建議還可用哪些方式來完成這句話。答案可包括下列原則：**我們若歸向主，主會以更多啓示祝福我們。我們若謙卑祈禱，主會以更多啓示祝福我們。**

爲幫助學生更加了解這些原則，可考慮提出下列問題：

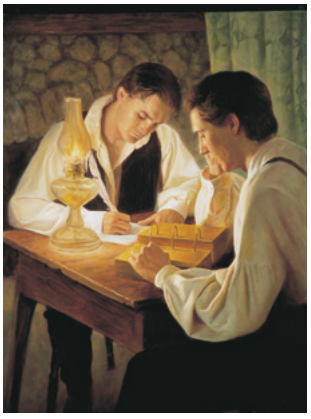
- 歸向主對你而言是什麼意思?（答案可包括研讀祂的話語、將我們的心轉向祂、悔改、以及跟隨祂和服從祂。）
- 有破碎的心和痛悔的靈，是什麼意思?（是謙卑、悔改、願意接受主的旨意。）在我們祈求從主而來的持續啓示時，爲何這些態度是必要的?

請學生想想，他們在爲接受啓示而努力時，如何應用這些原則。

概述以帖書4：17-19，說明主宣布摩爾門經的問世是神在後期時代展開祂的事工的一個徵兆，祂也敦促所有的人悔改並歸向祂。

以帖書第5章

摩羅乃宣告將有三位證人看到頁片並為之作證



舉起圖片：約瑟·斯密翻譯摩爾門經（福音畫冊〔2009〕，編號92）。請一位學生讀出以帖書5：1-3。請全班跟著看經文，並想像約瑟·斯密在翻譯摩爾門經時，領悟到這個勸告是摩羅乃在1,400多年前爲他寫的，他會有什麼感受。

- 關於他所「封起來」的頁片，摩羅乃說了什麼?
- 根據以帖書5：2-3，約瑟對於這些頁片會有何特權?

問學生是否能說出摩爾門經三位證人的姓名，是否記得他們經歷到什麼事。（如果學生需要幫助，請他們讀摩爾門經前面「三位證人的證詞」。）你可說明除了三位證人之外，其他人也證明了金頁片眞實存在，包括神組的成員（見以帖書5：4），摩羅乃（見以帖書5：6），約瑟·斯密，以及那八位證人。

- 即使你沒見過頁片，你仍可用什麼方式成爲摩爾門經的證人?你對摩爾門經的見證能怎樣影響其他人?

結束本課時，請幾位學生分享他們對摩爾門經的見證。

第147課

以帖書第6章

導言

雅列人依照主的吩咐作好準備之後，登上他們的船，信賴主會帶領他們通過艱難的旅程到達應許地。主使水面上颳起強風，把平底船吹得顛簸於海浪之上，又沉入海底許多次，但是那風也把船吹到了應許地。他們在新地方定居之後，人民不顧雅列哥哥的警告，選出了一個國王。

教學建議

以帖書6：11-12

主讓強風將雅列人的平底船吹到應許地

上課之前，將下列句子寫在白板上：

與一個朋友分享福音

保持道德潔淨

以高標準選擇朋友

設立生活的正確優先次序

指出這些例子都是主要我們做的事。不過，有些人認爲這些事太難了。請學生想想其他還有什麼例子可以添加上去。說明雅列人到應許地的旅程紀錄中所包含的原則，能在我們覺得做主所吩咐的事很困難時，指引我們。鼓勵學生在研讀以帖書第6章時，找出有哪些原則能幫助他們應付像白板上列出來的挑戰。

請一位學生讀出以帖書2：24-25。請全班跟著看經文，找出主針對雅列人到應許地的旅程，警告了他們會有什麼困難。

- 主答應雅列人，祂會做什麼以協助他們安全抵達應許地?

提醒學生，雅列人爲了抵擋海浪和強風而製造的平底船「緊密得像盤子」（以帖書2：17），並且在船頂和船底都開了洞，可以打開放進空氣。請一位學生讀出以帖書6：1-4。請全班跟著看經文，找出雅列人還用其他什麼方法，準備應付這些困難。

- 你認爲雅列人駛進大海「將自己交託給主他們的神」，意思是什麼?（他們倚賴神照顧和保護他們。）
- 你想爲何雅列人盡力準備好自己之後，就將自己交託給主，是很重要的?
- 爲何要在這種情形下倚賴主可能很困難?（如果學生沒有提到下列事項，你可以指出：雅列人必須自己造船、他們無法操控船隻、他們也很可能不知道去應許地的路或旅程有多長。）

爲了幫助學生想像以帖書第6章所記錄的事件，請他們在筆記本或經文研讀日記上，簡單幾筆畫出雅列人的平底船。然後請他們依照以帖書6：1-4所述，畫出或列出平底船裡裝的東西。

請幾位學生輪流讀出以帖書6：5-11。請全班在聽別人讀經文時，看著自己畫的船，想像搭乘這種平底船旅行會是什麼樣子。

- 你想，搭乘雅列人的平底船旅行，會有什麼困難?
- 根據以帖書6：11，雅列人以這種方式旅行了多久?

想像

當學生想像經文紀錄裡的事件，或在心中模擬那情景時，那些事件就變得更真實，並顯得栩栩如生。這樣能幫助學生更明白經文中的人物和情況，也會使他們更有效率地分析和了解經文記載。

- 你想，「如山巨浪」一詞是什麼意思?（以帖書6：6）。你想，假如你是在雅列人的船裡，當這樣的巨浪將船「沉入海底」時，你會有什麼感覺?（你可以提醒學生，雅列人必須等到他們的平底船浮到水面後，才能打開一個洞得到空氣。）

爲了幫助學生準備找出一項原則，問他們：

- 雅列人在橫渡大洋時，怎樣表現出他們對主的信賴?（見以帖書6：7，9。）
- 以帖書6：5-11中，哪些句子形容主因爲雅列人對祂的信賴而爲他們做的事?

請學生默讀以帖書6：12，找出雅列人旅程的結果爲何。

- 爲何雅列人流下高興的眼淚?主施予他們什麼「溫柔的慈悲」?

爲了幫助學生看出雅列人的經驗所呈現的原則，問他們：

- 根據你從雅列人的旅程所學到的，你想，如果我們信賴主並奉行祂的旨意，祂會爲我們做什麼?（學生應能看出的其中一個原則是：***如果我們信賴主並奉行祂的旨意，祂會指引我們的人生道路***。將這原則寫在白板上。請學生思考這個原則，並分享他們曾有哪些經驗幫助了他們知道這原則是眞實的。你也可以分享你是怎樣知道這原則是眞實的。）

請學生分享經驗

你請學生思考自己怎麼知道某個原則是真實的，就是在提供機會，使聖靈能在他們搜索記憶中的感覺和經驗時，給予他們啓發。學生在回答時，會表達出他們的見證，即使他們在回答時沒說出「我要見證」或「我知道」這類的話亦然。

請學生想想他們在目前可能面臨的困難情況中，可以怎樣更信賴主並跟從祂的指引。說明他們在以帖書6：1-12中還可發現其他原則。把白板上寫的全擦掉只留下有關信賴主的敘述。在白板的一邊畫個簡單的平底船。在另一邊寫應許地。

- 應許地可以比作救恩計畫中的什麼?（永生。）
- 我們在面對生命中的困難時，可以怎樣跟隨雅列人的榜樣?主會怎樣幫助我們走過人生旅程，就像幫助雅列人那樣?（學生的回答應反映出下列原則：**如果我們信賴主，祂會在我們前進並準備接受永生時支持我們**。你可以建議學生在自己的經文以帖書6：5-12旁邊寫下這個原則。）

請學生想想他們曾經遭遇，或現在正面臨到哪些困難。請他們在筆記本或經文研讀日記，寫下他們覺得自己是如何懷著信心應付這些困難的，以及主怎樣支持了他們。

鼓勵幾位學生分享所寫的內容。然後提出以下的問題：

- 根據你今天所研讀的，你會給一個處在逆境中或遭遇困難的人什麼勸告?

以帖書6：13-18

雅列人教導他們的子女要謙卑地行走在主前

概述以帖書6：13-18，說明當雅列人到達應許地後，開始建立家園、種植莊稼。請學生默讀以帖書6：17，找出雅列人教導子女什麼事。然後提出下列問題：

- 你想，「謙卑地行走在主前」是什麼意思?你曾在哪些例子中看到人們遵行這個原則?你的父母和其他人怎樣鼓勵你謙卑地行走在主前?
- 蒙受「天上的」教導是什麼意思?
- 你想，謙卑地行走在主前與蒙受天上的教導之間有什麼關聯?（學生的回答應反映出以下的原則：**如果我們謙卑地行走在主前，就能蒙受天上的教導**。）

你可以請學生寫出他們何時曾感覺到「蒙受天上的教導」。鼓勵幾位學生分享自己寫的內容。請學生遵行以帖書6：17所記錄的那些原則。

以帖書6：19-30

雅列人選了一個國王

概述以帖書6：19-22，說明在雅列和他的哥哥老了後，雅列人就要求立國王。
請學生從以帖書6：23找出雅列的哥哥警告他們，如果立了國王會發生什麼事。
對本課中的各項原則作見證以結束本課。

注釋及背景資料

以帖書6：1-12。雅列人平安渡過海洋

多馬．孟蓀會長教導，我們可以如何準備好應付眼前的挑戰。他說：

「在我們所處的時代裡，許多人脫離了遵守誡命所帶來的安全庇護；這是個放縱的時代，忽視和違背神的律法是一般社會大眾習以為常的事。我們往往發現自己必須奮力抵擋這股世俗潮流，有時候，那股潮流似乎要將我們淹沒。

「這讓我想起主在摩爾門經以帖書裡說過的話，主說：『除非我使你預備好面對海上的狂風巨浪，以及將要來到的洪水，否則你就無法渡此大海。』〔以帖書2：25。〕弟兄姐妹們，主已幫助我們作好準備。只要我們聽從主的話語並遵守誡命，必能安然度過這放縱邪惡的時代——這時代猶如會使人喪命的狂風巨浪和洪水。主永遠顧念我們，祂愛我們，只要我們依義而行，祂必會祝福我們」（「閉會致詞」，2009年11月，利阿賀拿，第109頁）。

以帖書6：22-24。雅列人立了一個國王

在所有的經文裡，先知們都警告過由國王統治會有何危險。想想下面的例子：

1. 雅列的哥哥警告他的人民，由國王統治會導致他們被囚禁（見以帖書6：23）。
2. 摩賽亞王警告他的人民，被不義的國王領導會有何危險。他建議他們改採法官制度。（見摩賽亞書第29章。）
3. 舊約中，當人民要求立一個王，「像列國一樣」時，先知撒母耳警告他們，由國王統治將會帶來問題。（見撒母耳記上第8章）。

第148課

以帖書第7～11章

導言

雅列的哥哥因他的人民要求由國王統治而感到悲傷。他說：「這樣一定會導致被囚禁的下場」（以帖書6：23）。他的預言在兩代以後應驗了。雅列人在許多國王統治期間，輪番歷經了幾個這樣的循環：聽從先知而生活在正義中，然後拒絕先知而生活在邪惡中。

教學建議

以帖書第7章

奧賴哈和基勃在正義中統治，柯力賀背叛篡位，後來他的弟弟休爾收復了王位；眾先知譴責人民的邪惡

在白板上畫一個簡單的監獄牢房。

請學生形容當人們被囚禁時，會有什麼感覺。指出罪惡的行爲會使人的靈性和身體受到囚禁。

- 罪惡的行爲會導致怎樣的囚禁？

學生可能提到諸如下列的意見：選擇違反智慧語或觀看色情，都可能使人陷入習癮的囚禁。所有形式的罪都會減少聖靈在我們生活中的力量。說明本課會幫助學生看清楚如何避免陷入囚禁。

說明當雅列的哥哥得知人民要一個國王時，他警告他們這樣的選擇會導致囚禁（見以帖書6：22-23）。儘管這樣，雅列人還是選擇要一個國王。他們的第一個國王是奧賴哈，他是雅列的一個兒子。他們的第二個國王是奧賴哈的兒子基勃。

請學生默讀以帖書7：1-2，找出雅列哥哥的預言是否在奧賴哈的時代應驗了。請他們報告所學到的事。

- 對於一個生活在奧賴哈國王統治時代、不相信雅列哥哥的預言就快應驗的人，你會向他說什麼？

請學生默讀以帖書7：3-7，找出雅列哥哥的預言怎樣開始應驗了。請他們報告所找到的內容。要確定他們都明白，國王基勃和他的人民都被帶入囚禁——「基勃被囚禁，他的人民〔由他的兒子柯力賀統治〕」」（以帖書7：7）。

- 到目前爲止，你從以帖書第7章看到了哪些原則？（學生分享他們所學時，要確定他們都清楚表明以下這原則：**拒絕先知的話語會導致被囚禁的下場。**）

請學生讀以帖書7：8-13來認識休爾，他是基勃被囚禁期間生下的兒子。他們讀之前，請他們想像自己是新聞記者，被指派報導以帖書7：8-13所記載的事。然後請每位學生向班上另一位學生報告，他會特別強調這紀錄的哪一部分。

概述以帖書7：14-22，說明休爾成爲國王，而柯力賀悔改了過去所行的之後，柯力賀的兒子挪亞帶領一群人背叛休爾和柯力賀。休爾被俘。休爾的兒子們殺了挪亞，救出休爾，休爾重回他的王座。然而，挪亞的兒子柯賀保留了挪亞所統治的王國。國家於是分裂成爲有兩個國王、兩群人民，直到在一場戰役中，休爾殺死了柯賀。柯賀的兒子寧錄把柯賀的王國交給休爾。

說明休爾重獲王國之後，許多先知來到人民之中。請學生默讀以帖書7：23-25，找出那些先知說了什麼，以及人民的反應如何。學生報告了所找到的內容以後，問他們：

- 人民對先知的反應如何？休爾的反應如何？
- 休爾對先知的保護，怎樣祝福了他的人民？

請一位學生讀出以帖書7：26-27。請全班跟著看經文，找出當人民服從先知的話語時發生了什麼。在學生報告所發現的內容時，要確定他們都認出了以下的原則：**我們若跟從先知的勸告並記起主，就會開始昌盛。**

- 你曾經怎樣由於服從先知的勸告，而蒙得祝福？

鼓勵學生想想看，他們可以用哪個方式來更加傾聽並服從先知的話語。

以帖書8：1～9：13

雅列和之後的艾基士透過祕密幫派成為雅列人的國王

概述以帖書8：1-14，說明休爾去世之後，俄梅珥成爲國王。俄梅珥的兒子雅列反叛父親，一心想當國王。他奪得半個王國，但是一段時間之後就被打敗，被迫放棄他那一半王國。那時雅列的女兒擬定一個計畫，要讓雅列再成爲國王。她提醒父親有關古時候的人所知道的祕密幫派。然後她說她要在一個名爲艾基士的人的面前跳舞，她知道這人會想娶她爲妻。當艾基士要求娶她爲妻時，雅列就告訴艾基士，必須先殺死國王俄梅珥。雅列和他的女兒執行了這個計畫。艾基士要求娶雅列的女兒爲妻，然後就和朋友組成祕密幫派，要殺國王俄梅珥。

指出由於這個計畫，雅列人之中開始有了祕密幫派，終於導致他們的毀滅。說明祕密幫派是「一種藉誓約來約束彼此的人爲組織，以實行該團體的邪惡目的」（經文指南第138頁，「祕密幫派」，scriptures.lds.org）。甘大安敦盜匪就是一個例子，這是摩爾門經裡利用祕密幫派來完成其邪惡目的的一個組織。

請學生默讀以帖書8：15-19，找出艾基士做了什麼來組織祕密幫派。請學生找出這幾節經文教導了什麼有關祕密幫派的事。

- 加入祕密幫派的人動機何在？（得到權力來從事惡行。）
- 祕密幫派的背後是誰的力量？（魔鬼。）
- 以帖書8：18中的哪一句話顯示出主對祕密幫派的感受？（「最爲可憎和邪惡。」）

邀請一位學員讀出以帖書8：20-22，25。請全班跟著看經文，找出他們能學到什麼其他有關祕密幫派的事。請他們特別留意祕密幫派對社會的影響。

- 根據你所讀的內容，祕密幫派對社會有何影響？（在學生表達意見時，要確定他們都認出了以下眞理：**支持祕密幫派將會導致社會毀滅。**）

請全班默讀以帖書8：23-24，26，找出摩羅乃警告我們留意祕密幫派，其目的是要我們做什麼。

- 摩羅乃告訴我們要做些什麼？（要留意祕密幫派，努力確使我們的社會沒有祕密幫派存在。）

• 如以帖書8：26所記載的，摩羅乃對末世時代的我們懷有什麼期望?

概述以帖書9：1-13，說明艾基士和他的朋友組織祕密幫派，結果推翻了俄梅珥的王國。然而，神警告俄梅珥應與家人逃離，因此救了他們的生命。俄梅珥的邪惡兒子雅列成爲國王，並將女兒許配給艾基士爲妻。艾基士和他的朋友們繼續從事邪惡計畫，殺了雅列，甚至還殺了艾基士自己的兒子。這些行爲導致艾基士和他的兒子們之間發生戰爭，幾乎毀滅了全部雅列人，而俄梅珥最後則回到他的王座。強調這些事顯示出祕密幫派會導致社會毀滅。

以帖書9：14～11：23

國王相繼統治，有些在正義中統治、有些在邪惡中統治

說明以帖書第9～11章記載，繼雅列王之後，又經過24個國王統治——其中有些正義、有些邪惡。提醒學生先前討論過的以下原則：拒絕先知的話會導致囚禁束縛。請班上一半學生讀以帖書9：26-35（赫統治期間），另一半學生讀以帖書11：1-8（柯睦和希伯倫統治期間）。請兩組學生都尋找證據來證明這個原則。請學生簡短報告所找到的內容。

分享你的見證，說明跟隨先知的勸告很重要。你可以分享自己生活中的經驗，說明這經驗怎樣教導了你跟隨先知的勸告很重要。

注釋及背景資料

以帖書7：23-27；9：28-31。先知和他們的信息經常被人拒絕。

為何先知要宣講不受世上很多人歡迎的信息?十二使徒定額組的羅拔·海爾斯長老解釋道：

「先知必須經常警告人們，違反神的律法會有何後果；他們不會宣講迎合世人的事情。……為何先知要宣揚不受歡迎的誡命，並呼籲人民悔改，不要再拒絕、篡改、甚至漠視誡命?原因很簡單。先知獲得啓示時，除了去宣講和重申神要他們告訴世人的話以外，別無選擇」（參閱「你若要進入永生，就當遵守誡命」，1996年7月，聖徒之聲，第41頁）。

七十員會長團的奧汀·波特長老教導：

「有些人抱怨，當先知發表清楚而堅定的言論時，是在剝奪我們的選擇權。其實我們仍然有選擇的自由，但是我們必須接受選擇的結果。先知並沒有奪走我們的選擇權，他們只是警告我們所作的選擇會有什麼後果罷了。如果因為先知提出警告，就去指責先知，是多麼愚蠢啊！」（參閱「我們的目的」，2000年1月，利阿賀拿，第79頁）。

第149課

以帖書12：1-22

導言

摩羅乃述說了雅列人許多年的歷史之後，就開始介紹先知以帖的事工。然後摩羅乃中斷了歷史記載，改而記寫那些對耶穌基督運用信心的人所得到的一些祝福。本課涵蓋以帖書12：1-22，而第150課將討論以帖書12：23-41。

教學建議

以帖書12：1-4

以帖向雅列人宣講悔改

開始上課時，請一位學生到白板前面，畫一些海浪和一艘船被船錨固定。

- 船有碇錨爲什麼很重要?
- 船如果沒有碇錨，可能會遭遇什麼危險或困難?
- 海浪對船有什麼影響?（答案可能包括海浪會使船四處移動、漂流或顛簸。）

在船圖上寫你的生命一詞。

- 如果船代表我們的生命，那麼海浪可比喻成什麼?（答案可能包括社會壓力、災難、錯誤的教導、或邪惡。）
- 一個人的生命會怎樣像船沒有碇錨?（你可建議學生讀摩爾門書5：17-18，以幫助他們回答這問題。）
- 主所提供的哪些事物能作爲我們生命中的靈性碇錨?（學生可能會有多種不同的回答。福音的許多方面都可比擬爲碇錨。）

鼓勵學生在研讀以帖書第12章時，找出靈性碇錨的一些例子。

說明在以帖書第12章一開始，摩羅乃就介紹以帖；以帖是雅列人的先知，他在人民拒絕先知並生活在邪惡中時宣揚福音。請學生默讀以帖書12：1-3，找出以帖的哪些行爲給了他們深刻的印象?請他們報告所找到的內容。

請一位學生讀出以帖書12：4。請全班跟著看經文，找出那些相信神的人儘管被困難和邪惡所環繞，仍然能對什麼事有「希望」。學生回答時，你可以指出我們能希望有個「更好的世界」，那就是「在神右邊的地方」。

- 能在神右邊的地方，代表什麼意思?（回到祂的面前，得到永生。）
- 你想，有個「確定的」希望，跟單單希望得到某個東西，有怎樣的不同?（在經文中，希望指的是：相信只要我們遵守與神立的聖約，就能得到神應許的祝福。）
- 根據以帖書12：4，我們怎樣才能有希望獲得在神右邊的地方?（學生回答時，說明以帖書12：4提到的信心指的是對耶穌基督的信心。對耶穌基督有信心怎樣能使我們對於獲得在神右邊的地方，有「確定的」希望?

在白板的碇錨圖上，寫上信心與希望一詞。

- 根據以帖書12：4，當人擁有希望，且對耶穌基督有信心時，會發生什麼事?（學生可能用不同的字詞回答，但他們應表達出以下的原則：**我們若懷著希望，並對耶穌基督有信心，就會變得堅定而穩固並多做好事。**）

- 你認爲「多做」好事是什麼意思?（做許多好事。）
- 有哪些好事可以「榮耀神」?（答案可能包括祈禱、經文研讀、爲人服務、和培養才能。）
- 想想你所認識的人裡面，有誰似乎一直多做好事，而且不恥於榮耀神。他們做了哪些特定的事，使他們成爲這個原則的好榜樣?

請學生思考在哪些時候，會很難做到堅定穩固和多做好事。爲了幫助學生準備好面對他們一生中類似的情況，鼓勵他們在繼續研讀以帖書第12章時，找出能增加他們信心和希望的方法。

以帖書12：5-22

摩羅乃詳述藉著信心而來的奇蹟和偉大事工

在白板上寫出下列詞語：*我希望針對……，獲得靈性見證。*

請學生談談人們可能會想針對哪些福音眞理、原則、或教義，尋求靈性見證。學生回答時，將他們的答案寫在白板上。（答案可能包括對以下這些事獲得見證：摩爾門經是眞實的；過潔淨有美德的生活很重要；智慧語是神的律法；我應當準備去傳教。）請學生想想看，自己希望對哪一項福音眞理獲得靈性見證，或得到更堅強的見證。

以帖書12：6是一則精通經文章節。參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

說明有些人的心態是這樣的：「除非看到證據，證明某個福音原則是眞實的，否則我不會相信該原則也不會照著去做。」請學生默讀以帖書12：5-6，找出這幾節經文如何談到這種態度。指出以帖書12：6是一則精通經文章節。你可建議學生以特殊方式劃記這節經文，以便日後容易找到。

- 根據以帖書12：6，我們必須先發生什麼情形才能獲得見證?
- 當你想到「信心受到考驗」這句話時，你有什麼想法?

學生回答之後，你可以說明，有些人常常誤解「信心受到考驗」一詞，總以爲這指的是受到困厄。其實，我們遇到的任何事物，只要是會給我們機會來展現或運用我們對耶穌基督的信心，都可以用「信心受到考驗」一詞來形容。爲幫助學生更加了解這一詞的意義，請一位學生讀出十二使徒定額組李察．司考德長老以下的話。在讀出這段話之前，請全班仔細聆聽司考德長老對於「信心受到考驗」一詞作何解釋。

「摩羅乃教導：『……你們的信心受到考驗之前，你們不能獲得見證。』〔以帖書12：6〕。我們若應用這項原則，就會學到如何更有效地運用信心。因此，每當你考驗自己的信心，也就是憑著感覺，配稱地去做、去行動時，就會得到來自聖靈的確證。那樣的確證會增強你的信心。重覆這模式，你的信心就會變得益發堅強」（參閱「信心在動盪、考驗的時刻所帶來的支持力量」，2003年5月，*利阿賀拿*，第76頁。）

- 司考德長老所描述的這過程，與那些要有證據才相信或行動的人所持的態度有何不同?

將下列經文參考寫在白板上：*以帖書12：7-12；以帖書12：13-18；以帖書12：19-22，30-31*。將全班分成三組，指定給每一組其中一則經文。請學生找出每一則經文所形容的，由於人民的信心所帶來的祝福。鼓勵他們注意第7，12，17，18，和31節中所提到的「對祂有信心」或「他們有信心」等詞句。（你可以建議學生，每次這些詞語出現，就劃記下來。）

學生報告了所找到的內容後，請他們摘述在我們表現對耶穌基督的信心之後，主就會賜給我們什麼。雖然學生可能用不同的詞語，但應表達出類似下面的眞

理：**如果我們想得到靈性見證，就必須先運用對耶穌基督的信心**。說明奇蹟正如靈性見證一般，也是要在我們運用信心之後才能來到。

向全班提出下列情況，請學生說明在每一種情況下，可以怎樣展現出對主的信心。

1. 一位女青年想獲得有關摩爾門經眞實性的見證。

2. 一位男青年有強烈的願望，要幫助他所愛的人們接受福音。

請學生思考他們自己或他們認識的人，曾經怎樣在顯示出對主的信心之後，接受到了靈性見證或奇蹟。請幾位學生分享所想到的經驗。（要確定學生都了解，他們不應覺得有義務分享太過個人或隱私的經驗。）你也可以分享一個經驗。

請學生想想自己會希望對什麼福音眞理得到靈性見證。請他們在筆記本或經文研讀日記，寫下他們可以做些什麼，來對主運用更大的信心。

精通經文——以帖書12：6

爲幫助學生記住以帖書12：6，請每位學生將這節經文寫在一張紙條上，但把一些重要字詞空下來留白。學生寫好之後，給他們一分鐘背誦這節，在腦海裡將紙張的空白處填起來。

請學生與附近的人交換紙條。每位學生應讀出自己拿到的新紙條，試著憑記憶將空白處填起來。如果時間許可，請學生重複這個活動，再次與別的人交換紙條。

請學生把紙條帶回家，用來將以帖書12：6背給父親或母親聽。鼓勵他們問父母親，他們何時曾因表現出對耶穌基督的信心，而得到了所尋求的見證或奇蹟。

對本課所教導的這些原則做你的見證以結束本課。

注釋及背景資料

以帖書12：4-6。什麼是希望？

在以帖書第12章中，摩羅乃教導有關希望和信心的原則，顯示出這兩者是密切關聯的。他對信心的定義是：「所希望且沒有看到的事」（以帖書12：6），並教導：我們救恩的希望是從對耶穌基督的「信心而來」（以帖書12：4）。*忠於信仰*這本小冊子教導了下面有關希望的話：

「我們有希望時，我們就會信賴神的應許。我們內心會得到確證，知道如果我們『行為正義』，我們『必得酬賞，即今世的平安和來世的永生』（教約59：23）。……希望的原則延伸至永恆，同時也能在你每天生活的挑戰中支持你」（參閱*忠於信仰：福音參考資料*，第28頁。）

迪特·鄔希鐸會長對希望下的定義是：

「希望是一種屬靈恩賜。〔見摩羅乃書8：26。〕這項恩賜使我們能夠盼望，透過基督的贖罪和祂復活的力量，我們會得到永生，因為我們對救主有信心。〔見摩羅乃書7：41。〕這種希望不僅是一項帶有應許的原則，更是一項誡命〔見歌羅西書1：21-23〕，而且和所有誡命一樣——我們有責任讓希望成為生活中積極主動的一環，並且克服喪失希望的試探。在天父慈悲的幸福計畫中，希望會帶來平安〔見羅馬書15：13〕、慈愛〔見詩篇33：22〕、喜樂〔見羅馬書12：12〕，和歡喜。〔見箴言10：28。〕獲得救恩的希望就像是一頂防護頭盔〔見帖撒羅尼迦前書5：8〕，是我們信心的基礎〔見希伯來書11：1；摩羅乃書7：40〕，以及靈魂的碇錨。〔見希伯來書6：19；以帖書12：4。〕」（「希望的無窮力量」，2008年11月，*利阿賀拿*，第21-22頁）。

第150課

以帖書12：23-41

導言

摩羅乃在謙卑祈禱中表示了他擔心的一件事。他擔心在他自己以及摩爾門經其他先知的寫作中，他所看到的軟弱。主在回答他時，應許說，祂會鞏固那些謙卑而且對祂有信心的人。

教學建議

以帖書12：23-41

摩羅乃教導，信心、希望和仁愛是救恩的要素

在白板的一邊寫堅強，在另一邊寫軟弱。給學生時間思考，他們覺得自己在哪些方面很堅強。然後請他們想想自己在哪些方面很軟弱或有不足。如果他們希望自己的軟弱可以變成堅強，請他們舉手。說明摩羅乃教導有關我們爲何有弱點，以及我們能怎樣克服弱點。

請一位學生讀出以帖書12：23-25。請全班跟著看經文，找出摩羅乃覺得他和摩爾門經的其他作者有什麼弱點。學生閱讀之前，你可以說明這幾節經文所提到的外邦人，是指在後期時代住在外邦各國的人民。

- 由於那些寫作摩爾門經的人有弱點，摩羅乃擔心會發生什麼情形？

請學生默讀以帖書12：26-27，找出主對摩羅乃的擔心所給的回答。請他們找出爲何神給我們弱點。指出以帖書12：27是一則精通經文章節。你可建議學生以特殊方式劃記這節經文，以便容易找到。

以帖書12：27是一則精通經文章節。參考本課結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

爲幫助學生更了解這幾節經文中的**弱點**一詞，請一位學生讀出十二使徒定額組尼爾·麥士維長老以下的話：在讀出這段敘述以前，請全班仔細聽麥士維長老指出了哪兩種弱點。

「……我們在經文中讀到人有『弱點』，這個詞包含了一般人與生俱來……的弱點，因之肉體會持續不斷地影響著靈體（見以帖書12：28-29）。不過，弱點一詞也包含了我們個人所獨有的弱點，那是神期望我們去克服的（見教約66：3；摩爾門經雅各書4：7）。生命自有暴露這些弱點的方法」（*Lord, Increase Our Faith* [1994], 84）。

- 照麥士維長老的看法，我們從經文中讀到人類有哪兩種弱點？（你可能需要說明「一般人……的弱點」指的是因亞當和夏娃墜落所導致的弱點，換句話說，這些弱點與摩賽亞書3：19中所說的「自然人」有關。）

提醒學生，有時候經文中要指出某個原則時，會用**如果**以及**就**這類的詞。**如果**一詞後面談的是我們必須做的事，而**就**字的後面則在說明這樣的行爲會產生什麼結果。請學生默默複習以帖書12：27，找出這一節中所教導的「如果……就……」的原則。學生應找出下列這些原則（將它們寫在白板上）：

如果我們歸向耶穌基督，祂就會向我們顯明我們的弱點。

如果我們謙抑自己，並運用對主的信心，祂就會爲我們使軟弱的東西變成堅強。

- 你想，爲何認清自己的弱點是很重要的？

- 指出第一個原則中的「歸向耶穌基督」一詞。我們能做些什麼來「歸向耶穌基督」？（答案可包括我們可以祈禱、禁食、悔改、研讀經文、參與聖殿崇拜、爲人服務、以及力求培養基督般的特質。你可指出在大部分情形下，克服弱點的意思是除了尋求主的幫助以外，我們還必須盡自己的本分。）
- 第二個原則暗示著，如果我們選擇不去謙抑自己，也不運用對耶穌基督的信心，就會發生什麼事？（我們的弱點會仍舊留著，因爲我們拒絕了主的恩典，不讓祂幫助我們克服弱點。）
- 你想，以下這句話是什麼意思：「我給所有在我面前謙抑自己的人的恩典是充分的」？（爲幫助學生回答這個問題，你可能需說明恩典是神賜給我們的「神聖的幫助或力量，是出於耶穌基督豐足的慈愛與愛心」，而且因爲贖罪才成爲可能〔參閱經文指南，「恩典」〕。這種能給人能力的力量、或協助，不論多少人取用，永遠不會用盡。

請學生分享經驗，談談主怎樣幫助了他們（或他們所知道的某人）克服一項弱點。（提醒學生不應分享太過個人或隱私的經驗。）你也可以分享自己的一個經驗。

爲鼓勵學生應用以帖書12：27所教導的原則，將下列詞語寫在白板上：

1.認清自己的弱點　2.謙抑自己　3.運用對耶穌基督的信心

請學生在筆記本或經文研讀日記上寫出這些詞句。請他們在適當的詞句下方，寫出（1）他們覺得自己有的一項弱點，（2）一種可以謙抑自己的方法，（3）有什麼方法可運用對耶穌基督的信心，使他們能接受到祂的幫助或恩典，以克服他們所列出的弱點。向學生保證，如果他們照著自己寫的去做，主就會「使軟弱的東西變成堅強」（以帖書12：27）。

請學生默讀以帖書12：26，28，找出主怎樣進一步回答摩羅乃所擔心的——他自己的軟弱。

指出這一句：「愚昧的人嘲笑，但他們必傷悲」（以帖書12：26）。

- 根據我們今天所學的，你想，爲何嘲笑別人的弱點是愚昧的？

指出以帖書12：26提到溫順。（你可能需要說明，溫順的意思是謙卑、受教，並且在受苦的時候有耐心。）

- 你想，爲什麼我們需要有溫順的心，才會忽視別人的弱點？

繼續進行課程以前，強調：**我們若溫順，就能接受到主的恩典來幫助我們忽視別人的弱點**。

摘述以帖書12：29-32，說明摩羅乃教導我們，運用信心以及有希望和仁愛都很重要。你可能需要說明：「仁愛是基督純正的愛」（摩羅乃書7：47）。

請學生默讀以帖書12：33-35，找出爲何以仁愛來面對別人的弱點是很重要的。

- 根據以帖書12：34，如果我們沒有仁愛，會有什麼後果？

結束時，請學生默讀以帖書13：38-41。請他們在筆記本或經文研讀日記，寫下他們正在做些什麼，來回應以帖書12：41所記的這項邀請——「尋求先知和使徒們記述的這位耶穌」。

作以下的見證：我們若謙抑自己並運用對耶穌基督的信心，祂會「爲〔我們〕使軟弱的東西變成堅強」（以帖書12：27）。鼓勵學生完成自己所寫的計畫。你也可以鼓勵他們，在面對別人的弱點需要以仁愛相待時，尋求主的幫助。

鼓勵學生分享靈性經驗。

你可以相信你的學生會有靈性經驗要分享。總會會長團的小路賓·克拉克會長說：「幾乎每個青少年在上了福音進修班之後，……都會領受到靈性祝福，……看到祈禱的功效，……親眼目睹信心治病的力量，或……看到靈性傾注而下，這都是當今一般世人不知道的」（*The Charted Course of the Church in Education*, rev. ed. [1994], 6; see also si.lds.org）。

精通經文——以帖書12：27

爲幫助學生記住以帖書12：27，將下列字詞寫在白板上，並請學生抄在紙條上：

如果……到……讓他們看見……弱點……賦予……軟弱……謙卑……
所有……謙抑……恩典……如果……謙抑……信心……軟弱……堅強。

請學生默讀以帖書12：27，並注意這些字詞。然後請他們只看自己紙條上的字詞，盡可能背出這節經文。鼓勵學生把這紙條放在他們今天晚一點、或明天能找到的地方（例如，在口袋或經文裡）。請他們每當看到這紙條時就複習以帖書12：27，直到將這節經文背熟爲止。

注釋及背景資料

以帖書12：27。「我必讓他們看見自己的弱點」

七十員的布司·哈芬長老指出，我們塵世生活的主要目的，乃是努力克服自己的弱點。他說：

「在天父的計畫中，我們會在這個墜落的世界中受到試探和痛苦，……」

「因此，如果你生活中有了困難，不要以為自己哪裡不對勁。與那些問題搏鬥，正是人生的根本目的。我們若是靠近神，祂就必向我們顯明我們的弱點，藉此使我們變得更聰明、更堅強。如果你注意到自己的弱點越來越多，那可能只意味著你正越來越接近神，而非遠離神」（「贖罪：用一切換取一切」，2004年5月，利阿賀拿，第97頁）。

以下的故事談到一個青年怎樣經驗到主在以帖書12：27中的應許：

教會裡所有的男青年都受鼓勵，要經由對神盡職計畫，以及在某些區域舉辦的童軍計畫，來達成目標。約拿單·貝瑞茲的父母忙著賺錢養一大家子；他想努力達到童軍計畫中的鷹級，卻受到朋友們嘲笑。儘管有這些困難，約拿單還是設立目標、開始去做。一段時間後，他在男青年領袖的協助和支持下，達成了目標。他寫道：「這個經驗教導了我，不論遇到什麼阻礙或挑戰，主都會幫助我克服我自己的缺點和弱點（以帖書12：27）。我們的出身背景或貧富並不重要。我們能達到目標，因為我們有主在身邊」（Jonathan Perez, "An Honor Earned," *New Era*, Nov. 2007, 45）。

補充教學建議

以帖書12：26忽視他人的弱點

指出許多人難以克服的一個弱點，是在面對別人的弱點時，沒能謙抑自己和運用信心。讀出下列兩種或三種情形：每讀完一種情形就停下來，請學生說明，在那種情形下，對主耶穌基督有信心、對獲得永恆祝福有希望、或行事為人懷著仁愛，會怎樣幫助一個人作出恰當的舉動。

1. 某個你認識的人或朋友有一些你所厭煩的特性。
2. 你覺得支會裡某個成員的演講或課程令人生厭。
3. 某人在批評你。
4. 你的一個家人有缺陷，有時候讓你覺得生活很有挑戰。

自修班課程

以帖書第4～12章（第30單元）

自修班教師的備課教材

自修班每日課程概要

以下是自修學生在研讀以帖書第4～12章（第30單元）時，所學到之教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（以帖書第4～5章）

摩羅乃將雅列哥哥的紀錄封了起來，並教導我們必先符合一些條件，才能獲得那紀錄。學生可從這些教導學到，我們若對主的話語運用極大的信心，祂會以進一步的啓示祝福我們。

第2天（以帖書第6章）

從雅列人搭乘平底船渡過「大水」（以帖書6：3）時，對主運用信心的榜樣，學生可學到我們若信賴主並遵行祂的旨意，祂會指引我們人生的道路。大風把平底船吹到應許地，學生學習到：如果我們信賴主，逆境和困難能幫助我們進步，獲得應許的祝福。

第3天（以帖書第7～11章）

當雅列人漠視雅列哥哥的警告而選擇要有一位國王，學生們發現到，拒絕先知的話語會導致囚禁束縛。休爾是在正義中統治的國王，他的人民開始悔改並聽從先知，於是開始昌盛。學生們學習到，我們若悔改自己的不義，就會開始昌盛。雅列人最後淪入邪惡，顯明了這項真理：支持祕密幫派會導致社會毀滅。

第4天（以帖書第12章）

學生從先知以帖學到，我們若懷著希望並對耶穌基督有信心，就能獲得力量，變得堅定而穩固、一直多做好事。摩羅乃寫道，如果我們希望有見證，應先運用對耶穌基督的信心。摩羅乃擔心他自己和摩爾門經其他作者在寫作上的軟弱；學生們從主的回答發覺到，只要我們謙抑自己、運用對主的信心，主就會使我們的軟弱變成堅強。

導言

本課的重點在以帖書12：23-41。摩羅乃教導為何人會有弱點，又必須做什麼來克服弱點。

教學建議

以帖書第4～11章；12：6

雅列人正義的時候就昌盛而蒙福

指派三位學生複習以下各章，並用各章的章前綱要來摘述：以帖書第4～5章；以帖書第6章；和以帖書第7～11章。請另一位學生複習以帖書12：6。請他們與全班分享自己學到的一兩個原則。

以帖書12：23-41

摩羅乃表示，他擔心外邦人對摩爾門經所會有的反應

在白板的一邊寫*堅強*，在另一邊寫*軟弱*。給學生一些時間思考，他們感覺自己堅強的地方在哪裡、軟弱或不足的地方在哪裡。說明在以帖書第12章中，摩羅乃教導我們怎樣使自己的軟弱變成堅強。

請一位學生讀出以帖書12：23-25，請全班找出摩羅乃所感覺的，他自己和摩爾門經其他作者共有的寫作上的弱點。然後提出下列問題：

- 摩羅乃在這幾節經文中提到什麼弱點？
- 由於記寫摩爾門經之人的弱點，摩羅乃擔心會發生什麼情形？

學生回答之後，請他們默讀以帖書12：26-27中，主對摩羅乃的擔心所作的回答，並找出為何神給我們弱點。學生讀完這兩節之後，提醒他們：以帖書12：27是一則精通經文章節。

為幫助學生更了解這幾節經文中的*弱點*一詞，請一位學生讀出十二使徒定額組尼爾．麥士維長老以下的話：

「我們在經文中讀到人都有『弱點』，『弱點』一詞包含了一般人與生俱來所共有且必要的弱點，因之肉體會持續不斷地影響著靈體。……不過，弱點一詞也包含了我們個人所獨有的弱點，那是神期望我們去克服的」（*Lord, Increase Our Faith* [1994], 84）。

你可能需要說明，麥士維長老所提的「一般人……的弱點」指的是因亞當和夏娃墜落所導致的弱點。由於那墜落，我們除了自己個人的弱點之外，還都容易受到誘惑，有著世人的各種缺失。

請學生找出以帖書12：27中教導的一個原則。**（如果我們謙抑自己，並運用對主的信心，祂就會為我們而使軟弱的東西變成堅強。）**

為鼓勵學生應用以帖書12：27所教導的這個原則，將下列詞語寫在白板上：

1.認清自己的弱點　　2.謙抑自己　　3.運用對基督的信心

請學生將這些詞語寫在一張紙的頂端。請學生思考每個標題，並立刻或稍後，在該標題下方寫出：（1）他們覺得自己有哪一項弱點，（2）針對那個弱點要怎樣謙抑自己，以及（3）他們要怎樣運用對基督的信心，使他們能接受到祂的幫助、或恩典，以克服他們所列出的弱點。

他們寫好之後，鼓勵他們把這張紙放在個人日記或能常看到的地方，以提醒他們記得自己想要努力做些什麼。向學生作證，當他們謙卑地努力克服弱點時，主會給予幫助，「為他們使軟弱的東西變成堅強」（以帖書12：27）。

請學生默讀以帖書12：26，28，找出主怎樣進一步回答摩羅乃所擔心的，他在寫作上的軟弱。你可以提出下列問題：

- 以帖書12：26中，摩羅乃提到溫順，意思是要溫和、謙卑、順從神的旨意。你想，為何需要有溫順的心，才會忽視他人的弱點？
- 主的恩典（祂的協助或神聖的、能使人加添能力的力量）如何能幫助我們不致於利用別人的弱點？

強調：**我們若培養信心、希望和仁愛，那麼在面對別人的弱點時，主的恩典會幫助我們**。概述以帖書12：29-32，說明摩羅乃再次談到運用信心的重要，他也談到一些見證，以及運用信心所所帶來的奇蹟。請學生讀以帖書12：33-35，找出摩羅乃針對懷著仁愛是多麼重要，寫了些什麼。

問：在面對別人的弱點時，為何懷有仁愛是很重要的？

請學生與班上另一位學生分享自己正在做些什麼，以期在生活中能更充分擁有耶穌基督的恩典。如果時間許可，你可以請幾位學生和全班分享，尋求更接近耶穌基督怎樣影響了他們自己的生活。

下一單元：（以帖書第13章～摩羅乃書第7章）

學生準備研讀下一單元時，鼓勵他們考慮以下的假設：如果你所有的朋友和家人都被殺害，你是唯一活著而且忠於耶穌基督福音的人，那會是怎樣？以帖和摩羅乃都經歷過這一類的孤寂。你能怎樣忍受任何考驗而獲得永生？摩羅乃書第7章說明了為什麼必須要有信心、希望、和仁愛，才能獲得這些恩賜。

第151課

以帖書第13～15章

導言

先知以帖對雅列人的文明所作的紀錄是一個見證，證明了那些拒絕主及祂的先知的人必不會昌盛。以帖警告雅列人的國王柯林德茂，如果他和他的家屬不悔改，他的人民必被毀滅。在柯林德茂和他的人民拒絕悔改後，戰爭和邪惡即迅速擴大，蔓延了許多年，直到整個雅列民族被毀滅。唯有以帖和柯林德茂存活，目睹以帖的預言應驗。這幾章也應驗了神的這項法令：「擁有此〔應許地〕的民族都應當事奉神，否則……必被掃除」（以帖書2：9）。

教學建議

以帖書13：1-12

摩羅乃記錄了以帖對於新耶路撒冷和舊耶路撒冷的預言

說明有些城市以其重要特徵知名。讀出對下列城市的描述，請學生猜猜哪一個城市符合該項描述：光之城（法國的巴黎）；永恆之城（義大利的羅馬）；風城（美國伊利諾州的芝加哥）；東方之珠（菲律賓的馬尼拉）；宮殿之城（墨西哥的墨西哥市）。請學生說說看，關於那些城市，這些描述可能傳達了些什麼。

指出摩羅乃記錄了以帖對於三個城市的預言：新耶路撒冷（見以帖書13：6-8，10）；將會「從天而降」的以諾城（以帖書13：3；亦見摩西書7：62-64）；以及在聖地的耶路撒冷（見以帖書13：11）。告訴全班，以帖教導雅列人，他們所住的地方是將來某個重要城市的所在地（見以帖書13：2-3）。請學生默讀以帖書13：4-8，找出這幾節經文提到哪些城市名稱。

- 這些城市的名字是什麼？（耶路撒冷和新耶路撒冷。）以帖用什麼名稱形容在聖地的耶路撒冷，以及有朝一日會在美洲大陸建立的新耶路撒冷？（「聖城。」）
- 你想，住在一個名爲「聖城」的城市會像什麼呢？

請學生默讀以帖書13：10-11，找出人們要怎樣才配住在這些聖城。

- 人們要怎樣才配住在這些城市？（要使他們的衣服「藉羔羊的血而……潔白」。）
- 人們的衣服「藉羔羊的血而……潔白」是什麼意思？（意思是人們藉著神的羔羊、耶穌基督的贖罪，變得無罪而乾淨、純潔；見尼腓一書12：11；阿爾瑪書5：21。）

說明新耶路撒冷的另一個名字是錫安（見摩西書7：62；信條第10條）。雖然新耶路撒冷和耶路撒冷城將來才會建立，但本教會所有的成員現在就能努力在自己所住的地方建立錫安（見教約6：6；14：6）。錫安一詞的最基本含意，乃是「心地純潔者」（教約97：21）。分享十二使徒定額組陶德·克里斯多長老以下的話：

「錫安之所以能成爲錫安，是因爲其居民的品格、特質和忠信〔見摩西書7：18〕。記住，『主稱祂的人民爲錫安，因爲他們一心一意，且住在正義中；他們當中沒有窮人』（摩西書7：18）。如果我們想在自己的家庭、分會、支會及支聯會中建立錫安，就必須達到此一標準。我們必須做到：（1）一心一意、團結合一，（2）無論是個人或全體，都要成爲聖潔的人，（3）要……照顧貧困者」（「來到錫安」，2008年11月，利阿賀拿，第38頁）。

培育愛和尊敬的氣氛

學生若感覺到你和其他同學愛他、信任他、尊重他，就會想要來上課。他們會更容易感受到聖靈的影響力，也會更想參與課程。

給學生一點時間思考他們在自己家中、在自己的分會或支會，能做些什麼以協助建立更高的標準。你也可以給他們時間，將他們的想法寫在筆記本或經文研讀日記上。

以帖書13：13～15：34

雅列人拒絕以帖這位先知的警告，持續作惡和作戰，直到被毀滅

概述以帖書13：13-14，說明雅列人拒絕以帖，把他從他們中間趕出去。以帖白天藏身「在岩洞裡」，在那裡完成了雅列人的紀錄。晚上他就出來觀察臨到他人民——雅列人——身上的事。他把所看到的事寫下來。

請學生默讀以帖書13：15-19，找出對雅列人社會所作的描述。他們默讀之後，請他們以自己的話描述雅列人的社會。然後請一位學生讀出以帖書13：20-22。請全班跟著看經文，找出主命令以帖帶給柯林德茂什麼信息。

- 以帖帶給柯林德茂的信息是什麼？（如果柯林德茂和他全家都悔改，主會饒了他的人民，並讓柯林德茂保留他的王國。如果他們不悔改，除了柯林德茂以外，該國所有的人都要被毀滅。）
- 柯林德茂和他的人民有什麼樣的反應？

概述以帖書13：23～14：20，說明在該地的戰爭無休無止。連續三個人——解瑞特、基列、和李勃——想從柯林德茂手中奪取王國。最後祕密幫派得勢，全國陷入戰爭中。「這地面上所有的人都在殺人流血，沒有人制止他們」（以帖書13：31）。柯林德茂最後的敵人名叫希士。

請學生默讀以帖書14：21-25，30-31及15：1-2，找出這些戰爭造成怎樣的毀滅。然後請一位學生讀出以帖書15：3-5。請全班跟著看經文，找出柯林德茂企圖做什麼事，好使剩下的人民不致遭到毀滅。

- 柯林德茂做了什麼？（他提議把王位讓給希士。）
- 希士對於柯林德茂的提議有什麼反應？（他說只要讓他殺了柯林德茂，他就饒了人民的命。亦見以帖書14：24。）

概述以帖書15：6-11，說明柯林德茂的人民和希士的人民繼續互相戰鬥。你也可以說明這場戰爭在一座稱爲拉瑪的山丘附近進行，而雅列人的國家被毀滅了。數百年後，尼腓人的民族也在靠近同一座山的一場戰役中毀滅了，那時這座山稱爲克謨拉山。（見以帖書15：11；摩爾門書6：6）

請學生默讀以帖書15：12-17。他們默讀前，請他們找出雅列人的詳細情況，並找出這紀錄中特別令人傷感的一件事。他們有足夠時間讀完後，請幾位學生報告所找到的事。

提醒學生，以帖曾花了許多年警告人們悔改（見以帖書12：2-3；13：20）。將以下未完成的敘述寫在白板上：*我們若拒絕主呼籲悔改的警告，……*

請一位學生讀出以帖書15：18-19。請全班跟著看經文，看有什麼方法可以完成白板上的敘述。學生分享了他們的意見之後，寫出以下的原則來完成敘述：***我們若拒絕主呼籲悔改的警告，祂的靈會退出，撒但就會有力量佔住我們的心。***

- 雅列人早先的拒絕悔改，怎樣影響了後來想改變的能力？

概述以帖書15：20-32，說明柯林德茂和希士的軍隊打到最後，只剩下柯林德茂和希士。然後柯林德茂殺了希士。誠如以帖預言的，該國所有的人民除了柯林德茂以外都被殺了，他只能活著看到另一個民族——柴雷罕拉的人民——繼承該地（見以帖書13：21；奧姆乃書1：20-22）。請一位學生讀出以帖書15：33，來顯示主透過以帖所說的話應驗了。

指出雅列人的歷史是一個極端例子， 明當人們一再拒絕神的悔改邀請時，所會發生的結果。即使這是個極端的例子，我們仍可從這紀錄中找到對我們有幫助的原則。說明當今許多人就像雅列人一樣拒絕神的悔改邀請，因此失去了主的靈。這些人常常爲他們的拒絕悔改辯解。讀出下列幾種辯解，請學生說明，對於講這些話的人，他們回答時要說什麼。學生分享他們的回答時，鼓勵他們參考自己從以帖書第13～15章學到的原則。

1.「我知道我看的電影不符合教會標準，但是這些電影似乎對我沒有什麼不良影響。」

2.「和朋友一起喝酒並沒有那麼糟——我們只是喝著好玩而已。」

3.「我作弊只因爲班上每個人都這樣做，如果我不作弊，就無法得到好成績。」

4.「那只是一點點色情，我並沒有要出去做不道德的事，而且，我想要的話隨時可以停止。」

5.「我不需要現在悔改，我可以等到快要去傳教、或快要在聖殿結婚時再悔改。」

確定學生了解，人們若犯罪而不悔改，一定會嘗到罪的後果。向學生再度保證，如果他們犯了罪，可以悔改罪並在生活中重新獲得主的靈。讀出十二使徒定額組尼爾・安德森長老以下的話：

「我見證救主能夠而且切望寬恕我們的罪。除了少數知道了圓滿的福音但仍選擇沉淪的人以外，所有的罪都能被寬恕。我們每一個人能遠離罪並歸向基督，這是何等殊榮。福音最甜美的果實之一就是神的寬恕，能除去我們心中的罪疚和痛苦，取而代之的是喜樂和良心的平安」（參閱「悔改……讓我治癒你們」，2009年11月，利阿賀拿，第40-41頁）。

請學生反觀自己的生活，看有沒有什麼罪阻礙了他們得有聖靈經常陪伴。鼓勵他們汲取贖罪的力量來改變，以幫助他們保有聖靈的陪伴，並抗拒撒但的力量。

爲幫助學生了解以帖書第13～15章所教導的另一個原則，請他們默讀下列經文：以帖書13：27；14：24；15：6，22，28。在他們讀之前，請他們找出有哪些詞語在強調雅列人憤怒的感覺，及報復的欲望。你可以建議學生劃記這些字詞。

- 根據你對以帖書第13～15章的研讀，雅列人的憤怒和報復的欲望帶來什麼後果?
- 從雅列人歷史的最後情節，我們能學到什麼有關憤怒和報復的原則?（學生可能分享幾個不同的原則。要確定他們的回答都反映出：**憤怒和報復心會導致人們做出傷己傷人的選擇**。）
- 憤怒會給個人和家庭帶來什麼後果?

作以下見證：我們若轉向耶穌基督，經由祂的贖罪得到寬恕和安慰，就能克服憤怒的感覺和報復的欲望。鼓勵學生在對他人感到憤怒時，要在祈禱中轉向主，以獲得所需的幫助。

複習以帖書

花些時間幫助學生複習以帖書。請他們想想在福音進修班以及個人的經文研讀上，從這部書上學到些什麼。若有需要，請他們簡短複習以帖書的一些章前綱要，以幫助他們記住。給他們足夠的時間以後，請幾位學生分享以帖書中哪些事曾啓發他們或幫助他們對耶穌基督有更大的信心。

導言

摩羅乃書

為什麼要研讀這部書?

學生研讀摩羅乃書時，可以從摩羅乃和他父親摩爾門的美好榜樣及教導中汲取力量。他們會學到耶穌基督教會的基本教儀和做法，學到真誠行義的重要，學到分辨善惡的方法，明白信心、希望與仁愛之間的關係並了解小孩的救恩。學生也會讀到摩羅乃勸誡他們要親自去祈禱，以便知道摩爾門經是真實的（見摩羅乃書10：3-5），並且「歸向基督，在祂裡面成為完全」（摩羅乃書10：32）。

誰寫了這部書?

摩羅乃寫了這部書，其中包括他自己講的話、耶穌基督對祂的十二位尼腓門徒講的話（見摩羅乃書第2章），以及他父親摩爾門講的話（見摩羅乃書第7-9章）。尼腓人滅亡前，摩羅乃曾擔任過他們的軍事領袖與教會領袖（見摩羅乃書6：12；摩羅乃書8：1）。摩羅乃就像摩爾門經其他主要的作者和編輯一樣，也是為救主作見證的人。他見證道：「我見過耶穌，祂跟我面對面說過話」（以帖書12：39）。摩羅乃忠於自己的見證，在拉曼人殺害每一個不否認基督的尼腓人期間，他也拒絕否認基督（見摩羅乃書1：1-3）。1823年，也就是完成摩爾門經紀錄後的1,400年左右，摩羅乃這位已復活的人物向先知約瑟．斯密顯現，告訴他有一部紀錄藏在他家附近的山丘上（見約瑟．斯密——歷史，1：29-35）。當時及隨後四年固定在那個時間，摩羅乃指示約瑟．斯密「有關主將要做的事，和在末世時代，祂的國度要如何和用何種方式來管理」（約瑟．斯密——歷史，1：54）。

這部書是為誰寫的?為什麼而寫?

摩羅乃說：「我要多寫一些事情，這樣或許將來能按照主的旨意，對我的弟兄拉曼人有價值」（見摩羅乃書1：4；亦見摩羅乃書10：1）。他又說他是「對大地各端的人」說話，警告他們在神的審判欄前，所有的人都將為他所寫的話負責（見摩羅乃書10：24，27）。為了要為這件事情作準備，摩羅乃邀請所有的人「歸向基督」（摩羅乃書10：30，32）。

這部書是在什麼時候、什麼地方寫的?

本書很可能是摩羅乃在主後401年到主後421年之間記寫和編撰的（見摩爾門書8：4-6；摩羅乃書10：1）。他沒說他是在哪裡寫的——他只說他為了生命的安全而到處流浪（見摩羅乃書1：1-3）。

這部書有哪些特色?

這部書提供了有關耶穌基督賜給祂的十二位尼腓門徒能力去授予聖靈恩賜的細節（見摩羅乃書第2章；亦見尼腓三書18：36-37），也記載了摩爾門經中關於聖職教儀的執行和聖餐教儀所使用的祈禱文僅有的指示（見摩羅乃書第3～5章）。這部書尚有其他特點，如摩爾門教導如何分辨善惡（見摩羅乃書7：12-19）、天使的施助（見摩羅乃書7：29-39）、仁愛是基督純正的愛（見摩羅乃書7：44-48）和小孩子的救恩（見摩羅乃書第8章），此外摩爾門還描述了尼腓人和拉曼人在克謨拉最後戰役之前的墮落行為（見摩羅乃書第9章）。摩羅乃記載了他自己對屬靈恩賜的教導（見摩羅乃書10：8-26），也在摩羅乃書10：3-5中寫下了一項邀請，這是他對摩爾門經的一大貢獻。談到這段經文，戈登．興格萊會長說：「世上唯有〔摩爾門經〕包含了一項應許，那就是凡閱讀此書的人可以藉著神的力量確知它的真實性」（「勇敢忠誠的見證」，2005年8月，*利阿賀拿*，第4頁）。

大綱

摩羅乃書第1～6章 摩羅乃為生命的安全而流浪時，記錄了耶穌基督教會裡的教儀和做法。其中包括聖靈的恩賜、聖職教儀的執行、主理聖餐的方式與受洗的資格。摩羅乃也探討了教會成員滋養靈性的方法，以及教會聚會的目的和主持聚會的方式。

摩羅乃書第7章 摩羅乃記錄了摩爾門的一篇講道，其中教導有關基督的光，真誠行義的重要，分辨善與惡的差別，接受每一樣美好的事物，以及信心、希望和仁愛的關係。

摩羅乃書第8～9章 摩羅乃記錄了摩爾門所寫的信，說明小孩子不需要洗禮的理由，也講述了尼腓人和拉曼人當中普遍的惡行。

摩羅乃書第10章 摩羅乃勸告所有讀摩爾門經的人要祈禱，以便知道其真實性，不要否認神的大能和恩賜，並且要歸向基督，在祂裡面成為完全。

第152課

摩羅乃書第1～3章

導言

摩羅乃節錄完以帖片後，原本以為不會再多寫什麼，但他卻有靈感要「多寫一些事情，這樣或許將來能按照主的旨意，對〔他〕的弟兄拉曼人有價值」（見摩羅乃書1：4）。他的這番話證明了他忠於耶穌基督，也提綱挈領地談到福音的重要教儀。

教學建議

摩羅乃書第1章

摩羅乃為生命安全而流浪並且繼續寫作

以下是一名女青年講到她在學校捍衛信仰的故事，請一位學生讀出來：

「老師在全班面前講述我們要看的一部電影的片段。老師……若無其事地說這是一部限制級電影時，我很驚訝。……我從來沒想過會發生這樣的事情。

「我坐在椅子上，想著我該怎麼做。有個想法一直浮現在我的腦海：我們不應該看內容不宜的電影。我試著自圓其說：因爲我在學校，我們要看的電影，內容應該都是適當的。但是我總認爲我不應該看內容不宜的電影。

我平靜地舉起手來，當著全班同學的面，要求在播放電影的時候，坐到教室外面去。我把椅子收進去，又抓了一本書，感覺到每個人都盯著我看。我看到他們臉上的表情，一副不明究理的樣子。

「坐到走廊上以後，我覺得好快樂。不管同學或老師會說什麼，我知道我做了對的事情。我也感覺更加堅定。我知道，即使是老師播放給我們看的，我也不需要看內容不宜的影片。

「……我認爲，當我們面對艱困的情況時，必須挺身而出，這會比坐視不管更能造就我們的能力。

「這種內在的力量是透過我們的救主激發出來的。只要我們在困境中仰望祂，就能變得堅強。我們對祂的信心有助於我們面對逆境」（Catherine Hall, “Standing Up, Standing Out,” *New Era,* Feb. 2012, 11）。

請學生默讀摩羅乃書1：1-3，找出摩羅乃獨自持守信心的方式。請他們報告所發現的事情。可以考慮提出下列問題：

- 你覺得「不否認基督」是什麼意思？
- 你或你所認識的人何時曾在逆境中表明跟隨耶穌基督的決心？

說明：摩羅乃和故事中這位女青年的例子都是不否認耶穌基督的好榜樣，但是我們每個人每天都可以作一些小小的決定，來展現同樣的信心、服從及「不否認耶穌基督」的渴望。

- 你可以用哪些方法來效法摩羅乃的榜樣？（學生可能會提出來的建議有：不以福音和福音的標準爲恥，遵守誡命，樹立正義的榜樣，即使別人不堅守對耶穌基督的見證，自己也要這麼做。）

請學生讀出摩羅乃書1：4。請全班跟著讀，找出摩羅乃選擇繼續寫的理由。學生唸出答案後，指出摩羅乃是爲了那些謀取他性命之人後裔的福祉而寫。

藉靈教導

你在備課及教課時，要努力尋求聖靈的指引。教師和學生受靈的指引時，「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50：22）。

- 我們能從摩羅乃想幫助拉曼人的願望中學到什麼?（選擇去愛我們的仇敵，可以表明我們跟隨耶穌基督的決心。）

說明：摩羅乃對耶穌基督的承諾使他寫下了他認爲教會「有價值」的幾個重點（摩羅乃書1：4）。請學生沉思他們在研讀這些經文時，摩羅乃書第2～3章對他們有什麼價值。

摩羅乃書第2章

摩羅乃記錄了耶穌基督對授予聖靈恩賜的指示

請一位男青年到班級前面來。請學生想像這位男青年將來擔任全部時間傳教士的模樣。他和他的同伴教導某個人福音有一段時間了，這個人決定要受洗。你班上的這位男青年應邀執行證實的教儀，其中包括給予聖靈的恩賜。問這位男青年以下這個問題：

- 爲了執行這項教儀，你會作哪些準備?（男青年回答後，請其他學生也分享他們的想法。）

說明：復活後的救主造訪尼腓人，「用手……觸摸祂揀選的門徒」，並「授予他們權力賜予聖靈」（見尼腓三書18：36-37）。摩羅乃在紀錄中記載了救主給十二位尼腓門徒有關給予聖靈恩賜的指示。請一位學生讀出摩羅乃書2：1-3，請學生找出下列資訊。

1. 執行教儀的人應該作哪些準備

2. 教儀要如何執行

學生讀完這些經文後，問他們以下的一些或全部問題：

- 根據摩羅乃書2：2的註腳b，需要有什麼樣的聖職才能給予聖靈的恩賜?（麥基洗德聖職。）
- 麥基洗德聖職持有人應該作哪些準備才能給予聖靈的恩賜?（他應該「在懇切的禱告中，奉〔耶穌基督〕的名呼求父。」）
- 你認爲禱告如何幫助一個人準備好執行聖職教儀?
- 證實的教儀要如何執行?（藉著按手，並奉耶穌基督的名。說明：這教儀有一部分需要麥基洗德聖職持有人講特定的語句。全部時間傳教士會收到小本的手冊，裡面記載著如何執行聖職教儀與祝福的指示。）

你可以在白板上概述下列眞理，總結學生們到目前爲止所學到的東西：*麥基洗德聖職持有人藉著按手禮將聖靈的恩賜給予已經受洗的教會成員*。

摩羅乃書第3章

摩羅乃記載耶穌基督對按立祭司和教師的指示

上本課前的一兩天，你可以考慮請一位男青年準備向全班讀出他的聖職權柄線。（或者，你可以準備讀出你的聖職權柄線，或是一位家人或支分會中一位聖職領袖的權柄線。）說明：聖職權柄線可以讓聖職持有人追溯他的權柄到耶穌基督。麥基洗德聖職持有人可與教會總部或所屬區域的行政辦事處連繫，要求取得一份聖職權柄線紀錄。教會不爲亞倫聖職持有人提供聖職權柄線紀錄。不過，亞倫聖職持有人若由麥基洗德聖職持有人按立，他能夠得知按立者的權柄線。

請這位學生向全班讀出他的權柄線（或讀出你帶到班上的權柄線）。請他分享：知道他的聖職權柄線可以直接追溯到耶穌基督，對他而言有什麼意義?（或是，分享你自己對聖職持有人能追溯權柄線到救主的感想。）

請一位學生讀出十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老以下的這段話，幫助學生了解執行所有聖職職責所需的權柄都來自耶穌基督和天父：

「要行使神聖權柄光靠社會約定是不夠的，神學的養成和群眾的委任也不能產生神聖權柄。都不能，在神所授權的事工中要有一股能力超越教堂的會眾、街上的路人和研究班的成員所擁有的力量——這是復興事件發生前許多世代裡誠實尋求宗教的人都知道、也公開承認的事。……

「……在耶穌基督復興的教會裡，支會中最新被按立的執事、主領他的主教和主領我們每一個人的先知都可以追溯他們所持有的聖職權柄線。這條線可以不間斷地追溯到從神子那裡來的天上使者，他們所持有的正是這項來自天上的無比恩賜」（「我們最大的特色」，2005年5月，利阿賀拿，第44頁）。

- 知道這教會裡每位聖職持有人的聖職都可以追溯到耶穌基督，對你而言爲什麼是很重要的?

請學生讀出摩羅乃書3：1-4。請全班跟著讀，找出按立到聖職職位的方式。

- 按立到聖職職位的方式是什麼?（**一個人是由持有權柄的人藉著按手禮而按立到聖職職位**。）
- 由目前在聖職中持有該職位或更高職位的人按立到該聖職職位，爲什麼是必要的?

請班上的聖職持有人簡短說明他們的聖職職務。問全班：

- 你何時曾因爲聖職持有人履行其職責而蒙受祝福?

請一些學生分享他們對於聖職造福他們的生活有何感想。你也可以分享你的生活如何因爲聖職而蒙福。

精通經文複習

給學生列有25節摩爾門經精通經文的表單，以及半張白紙。請學生在紙上寫數字1、2、3。然後讀出以下例子（或者你自己準備可以讓所教學生聯想得到或感興趣的例子）請學生在紙上的數字旁，寫下他們認爲最符合你所讀的例子的精通經文。然後請他們分享他們的答案。答案可能不只一個，請學生說明他們挑選那段經文的理由。

1.你正尋求力量來克服某個特別困難的誘惑。（可能的答案：希拉曼書5：12和尼腓三書18：15，20-21。）

2.你在研讀經文和思索生活中所面臨的一個挑戰時，得到了指示，知道應該怎麼辦。（可能的答案：尼腓二書32：3。）

3.朋友要你參加違背神誡命的活動，讓你覺得有壓力。他們告訴你，年輕人的活動就是這樣，就是要好玩。（可能的答案：摩賽亞書4：30；阿爾瑪書37：35；41：10。）

第153課

摩羅乃書第4～5章

導言

摩羅乃記錄了救主指示尼腓人有關主理聖餐的方式，包括聖職持有人祝福麵包和酒時所說的祈禱文。

邀請聖靈為真理作見證

你在幫助學生找出和了解福音原則與教義時，要邀請聖靈為真理作見證。一旦學生獲得對福音教義的屬靈見證，就更能學以致用，更完全依照福音來生活。

教學建議

摩羅乃書第4～5章

摩羅乃說明主理聖餐的方式

如果可能的話，展示傳遞聖餐的麵包和水所用的盤子。（可以展示這些物品，但不應以任何方式示範聖餐教儀）給每位學生一張紙，請他們憑記憶儘可能寫出其中一個聖餐祈禱文。給學生充分的時間後，說明：摩羅乃在他的紀錄中記寫下主所賜予的主理聖餐的祈禱文。請學生翻到摩羅乃書4：3或摩羅乃書5：2，對照自己所寫的祈禱文。然後問：

- 若有非成員與你出席聖餐聚會，你會怎麼說明聖餐的意義和對你的重要性？

爲幫助學生了解聖餐的一項目的，請一位學生讀出摩羅乃書4：1–3，請另一位學生讀出摩羅乃書5：1–2。請學生指出摩羅乃書4：3和摩羅乃書5：2中的哪段經文說明了聖餐的麵包和水所代表的意義。你可以建議學生在他們的經文中劃記這些章節。（可以提醒學生，今日教會的聖餐以水取代酒，這是神在賜予約瑟·斯密的啓示中所核准的〔見教約27：2〕。）

- 麵包代表什麼？（耶穌基督的身體。見馬太福音26：26；尼腓三書18：6–7。）
- 水代表什麼？（耶穌基督的血。見馬太福音26：27–28；尼腓三書18：8–11。）
- 救主的身體和血爲什麼對我們具有重大的意義？（學生回答這個問題時，應該提到救主在十字架上承受肉體的痛苦和死亡。他們應該提到，祂死亡三天後復活，祂的身體和靈體重新結合。他們也應該提到，祂承擔了我們的罪，在靈性上遭受了劇烈的痛苦和煎熬，以致每個毛孔都流血。祂承受了肉體的死亡，使所有的人得以復活。由於祂爲我們的罪受苦，我們若悔改，我們的罪就得以赦免。）

在白板上寫出下列未完成的句子：*聖餐的象徵幫助我們記得*……問學生：他們會如何概述聖餐的重要目的。然後在白板上寫出以下眞理：*聖餐的象徵幫助我們記得耶穌基督的贖罪。*

請學生沉思十二使徒定額組大衛·海長老提出的下列問題：「我們身爲教會成員，在記念主和救主、祂的犧牲，以及在對祂的感恩方面，盡了多少心力？」（“Remembering the Savior's Atonement,” *Ensign,* Apr.1988, 7）。

- 在聖餐儀式中，我們能做些什麼來使我們的心思專注於贖罪？
- 你在聖餐儀式中眞誠地沉思救主的贖罪時，體會到什麼？

學生分享他們的想法後，請他們在筆記本或經文研讀日記中寫下一個方法，來幫助他們在下次領受聖餐時，將心思放在贖罪上。（可以請一些學生分享他們所寫出的方法。）

爲幫助學生了解聖餐的其他目的，上課前在白板上畫出以下圖表，括號裡不要寫答案。請學生將該圖表畫在他們的筆記本或經文研讀日記中。

我立約要做的事	我覺得遵守這項聖約的意義	我為遵守這項聖約所做的事
1.（願意承受主的名）		
2.（一直記得祂）		
3.（遵守祂的誡命）		

提醒學生，我們領受聖餐就是與神立約或立下神聖的協議。請學生默讀摩羅乃書4：3。請他們在圖表的第一欄，寫出他們領受聖餐時所立的三項承諾。請他們和旁座的學生對照答案。然後請他們各自填寫第二欄。給予充分的時間後，請幾位學生分享他們所寫的答案。他們分享答案時，你可以使用以下的部分或全部資料，來加深他們對每項聖約的了解。

爲幫助學生對於承受耶穌基督之名的意義更加了解，請學生讀出總會會長團亨利·艾寧會長所說的下面這段話：

「我們承諾了要承受祂的名。意思是我們必須把自己當作祂的子民。同時在自己的生活中把祂擺在第一位。我們會去追求祂所要求的，而不是去追求自己想要的，或是這世界要我們追求的」（「使我們合而爲一」，1998年7月，聖徒之聲，第75頁）。

說明：證明願意承受耶穌基督的名，就要承諾過著祂門徒般的生活。我們承諾絕不做任何有辱祂名的事情。我們承諾要爲祂和同胞服務。我們也表明願意承認自己隸屬於祂和祂的教會。

- 你曾經如何表明願意承受主的名？這對你的生活有什麼影響？

請學生將摩羅乃書4：3中麵包的祈禱文與摩羅乃書5：2中酒的祈禱文相比較。問他們注意到這兩者之間有何異同之處。指出「一直記得祂」這項承諾在這兩個祈禱文中都出現。

- 你認爲「一直記得祂」是什麼意思？

請一位學生讀出十二使徒定額組陶德·克理斯多長老所說的下面這段話。請學生注意聽，並找出能幫助我們一直記得救主的方法。

「我們應先把最能幫助我們一直記得祂的事情就定位，像是經常祈禱和研讀經文，細心研讀使徒的教導，每週配稱地領受聖餐，參加主日崇拜聚會等等；聖靈和生活經驗也會教導我們何謂門徒的職分。

「你們也會想起其他特別適合自己現階段生活的事物。……

「……我可以作證，一段時間之後，我們想要一直記得並效法救主的渴望與能力必會增加。我們要有耐心，努力朝著這個目標邁進，經常祈求所需的辨別之靈與神的幫助」（「一直記得祂」，2011年4月，利阿賀拿，第23頁）。

- 你做哪些事來「一直記得祂」？
- 一直記得救主如何幫助我們遵守其他聖約？
- 你認爲每週領受聖餐對我們爲什麼是很重要的？

爲強調我們承諾要遵守誡命，請學生讀出鞏固青年中的下面這段話：

「天父給了你選擇權，也就是選擇對錯及爲自己主動行事的能力。除了生命本身以外，主導自己生命的權利是神賜給你的最偉大恩賜。你來到世上，就是要證明自己會運用選擇權，藉由遵守神的誡命來表明對祂的愛」（*鞏固青年*〔2011〕，第2頁）。

- 你每天做哪些事來幫助自己遵守神的誡命?

學生討論過我們每週藉著領受聖餐來重溫的承諾後，請他們在圖表上第三欄，寫出他們這個星期要做哪件事，來更加遵守該聖約中的每一部分。請他們分享一些想法（但要讓他們知道，他們無須分享太過個人或隱私的經驗）。

說明：我們若遵守與主所立的約，祂應許要祝福我們（見教約82：10）。請學生查考摩羅乃書4：3和摩羅乃書5：2，找出我們若遵守在領受聖餐時所重溫的承諾，主會給我們什麼應許。在白板上的圖表下面，寫出下列未完成的句子：*我們若忠信地遵守聖餐聖約*……請學生以摩羅乃書4：3和摩羅乃書5：2中的教導，完成白板上的句子。（可能的完整句子如下：**我們若忠信地遵守聖餐聖約，就會一直有主的靈與我們同在**。）

- 一直有靈與我們同在的這項應許，爲什麼值得我們努力遵守聖約?

請一位學生讀出十二使徒定額組大衛．貝納長老所說的的下面這段話：請全班仔細聽聖靈能爲我們做哪些事。

「主的靈會在我們塵世旅程中成爲我們的嚮導，帶領我們，給我們指示和靈性上的保護」（「使我們得以常有祂的靈與我們同在」，2006年5月，*利阿賀拿*，第31頁）。

- 你在什麼時候因爲有聖靈爲伴而得到引導、帶領、指示、或保護?（學生分享經驗後，你也可以分享自己的經驗。）
- 在每週的聖餐儀式中，我們有機會沈思自己盡了多少力，來遵守聖餐祈禱文中所說的聖約。這樣的沈思如何幫助我們努力讓聖靈一直與我們同在?
- 你在沈思今天所學的有關領受聖餐之事時，聖餐祈禱文中有哪句話，對你特別有意義?爲什麼?

鼓勵學生在領受聖餐時，沈思救主的贖罪。請他們復習圖表，並做他們所要做的事，來更充分地遵守聖餐聖約。提醒學生，我們若遵守聖約，主就會應許我們：一直有祂的靈與我們同在。見證：我們若記得並遵守每週領受聖餐時所立的約，生活會蒙受祝福。

精通經文複習

你可以安排一個精通經文的期末考或複習活動，來幫助學生確實精通特定的摩爾門經經文。決定如何測驗他們的知識，並策劃適合的活動來達成該目的。可採用經文、關鍵語或故事寫一些配對題或填充題，來測驗學生熟悉某些經文的程度。另一個方法是指派每一位學生以精通經文爲主要資源，教一堂簡短的課程或作短講。不論你決定以何種形式來爲精通經文作結論，都要給他們時間研讀和準備。今天的課程長度會讓他們有多餘的時間開始作這項準備。

第154課

摩羅乃書第6章

導言

摩羅乃即將結束頁片上的紀錄時，說明受洗加入教會的資格。隨而概述了教會成員應彼此看顧的責任。他也說明了教會聚會的目的，並強調教會聚會必需在聖靈的影響下舉行。

教學建議

摩羅乃書6：1-3

摩羅乃闡述洗禮的資格

請學生想像，他們七歲的弟弟或妹妹再幾個月就要滿八歲了。父母親請他們在家人家庭晚會中教導準備洗禮的課程請幾位學生說明，他們會教導弟弟妹妹哪些事，來幫助他們準備受洗。

說明：摩羅乃在摩羅乃書第6章講到受洗的資格。請學生默讀摩羅乃書6：1–3，並找出受洗的資格。然後邀請學生分享他們的答案。可以提出下面的問題：

- 渴望受洗的人需「結出配於受洗的適當果子」，你認爲這句話有什麼含義？（他們要在生活中服從神的誡命，並表明準備好立約並遵守洗禮的聖約。）
- 你認爲受洗前懷著「破碎的心和痛悔的靈」爲什麼非常重要？（你可以說明：「破碎的心和痛悔的靈」是指謙卑，願意悔改和服從主的誡命。）

請一位學生讀出摩羅乃書6：3，並請全班找出洗禮時所立的約。學生應該找出這項眞理：**藉著洗禮，我們立約要承受耶穌基督的名，事奉祂到底**。（可以請學生回想上一堂課學到承受耶穌基督之名的意義。）

- 依據你的經驗，爲什麼渴望受洗的人需要下定決心事奉耶穌基督到底？
- 你曾做哪些事，來保持並鞏固事奉主的決心？補充經文

摩羅乃書6：4

摩羅乃說明照顧教會成員與滋養其靈性的方法

告訴學生：摩羅乃闡述了洗禮的條件後，說明他們當時做了哪些事幫助新受洗的成員忠於他們的聖約。請學生默讀摩羅乃書6：4，找出當時的教會成員做了哪些事來幫助新歸信者。請學生報告他們所發現的事情。將他們的答案寫在白板上。

請學生概述摩羅乃書6：4中教導我們對其他成員，特別是新成員，負有什麼責任。（例如，學生可能有以下的答案：**我們有責任記得教會其他成員，用神的話滋養他們的靈性**。他們也可能說：**我們應該互相幫助，不斷警醒禱告，我們也應該幫助彼此仰賴救主及其贖罪**。）

- 我們如何履行責任，記得其他成員？
- 我們如何「用神美好的話」互相滋養？
- 用神的話滋養會帶來什麼樣的祝福？

讀出十二使徒定額組傑佛瑞・賀倫長老所說的下面這段話：

「大多數的人會來教會，並不只是爲了尋找一些新的福音知識，或來看看老朋友而已（雖然這些都很重要）；他們是來尋求靈性的經驗，他們要的是平安，他們希望能增強信心，重新獲得希望。簡而言之，他們希望被用神美好的話滋養，並因上天的力量而得到鞏固。我們若蒙召喚演講、教導或去領導，就有義務竭盡所能地爲他們提供這一切。」（「由神那裡來作師傅的」，1998年7月，聖徒之聲，第27頁）。

請學生想一想，有哪些人試著或曾經努力記得他們，並在靈性上滋養他們。問他們曾否想過所有那些爲他們祈禱、爲他們準備課程、鼓勵他們在教會中活躍並幫助他們度過難關的人。請幾位學生分享他們因爲有人記得他們，並用神的話滋養他們而蒙受祝福的經驗。可以給學生時間寫信，感謝那些曾經幫助他們的人。

請學生想想主可能希望他們記得或滋養的某些人。請學生在筆記本或經文研讀日記中，寫出他們能做哪些事，來更加負起對教會其他成員的責任。鼓勵他們特別關注新成員的需要。

摩羅乃書6：5-9

摩羅乃描述教會聚會的目的和主持聚會的方式

請學生想像自己是男青年或女青年的父母，過去幾個星期以來，這位青年不想上教堂，因爲他說上教堂既無意義又無聊。請學生沉思，他們要說些什麼，來鼓勵這位青年上教堂，並幫他明白定期參加教會聚會的正確理由。

將以下未完成的句子寫在白板上：

我們教會成員要常常聚在一起……

請一位學生讀出摩羅乃書6：5-6。請全班跟著讀，並想想該如何完成白板上的句子。學生報告他們的答案時，將他們的答案寫在白板上。他們的答案可能包含以下的眞理：

我們教會成員要常常聚在一起禁食禱告。

我們教會成員要常常聚在一起鞏固彼此的靈性。

我們教會成員要常常聚在一起領受聖餐，以記念耶穌基督。

十二使徒定額組達林・鄔克司長老分享了一位朋友的來信，信中講到他學會如何在教會聚會中尋求喜悅：

「許多年前，我改變了自己去教會的態度。我不再是爲自己去教會，而是想到其他人。我刻意和每個獨自坐著的人打招呼，歡迎來訪的客人，……自願接受指派。……

「總之，我每個星期去教會時都覺得應該主動積極，不要被動，並且要爲別人的生活帶來正面的影響。結果，參加教會聚會變成更快樂、更充實的經驗」（引述於「無私的服務」，2009年5月，利阿賀拿，第96頁）。

考量學生的需求後，可以問他們下面的一些或所有的問題，來幫助他們分析並運用摩羅乃書6：5–6中所找到的原則：

- 你從哪些個人的經驗得知，與分支會成員一起禱告、禁食的重要性？
- 你認爲，我們應「彼此談論有關〔我們〕靈魂福祉的事」（摩羅乃書6：5），是什麼意思？我們如何在教會裡做到這一點？

- 我們出席聚會時若懷著渴望要鞏固他人的靈性，對我們在教會的經驗有何影響？
- 我們領受聖餐時，能記得救主的哪些事？領受聖餐如何幫助我們在一整個星期都記得祂？
- 我們懷著上面所討論的目的去教會，如何「保守〔我們〕在正道上」？（摩羅乃書6：4）。你能做哪些事來鼓勵其他青年參加教會聚會？

讀出約瑟・斐亭・斯密會長所說的下面這段話：

「故意犯罪的人在錫安無地可容。但悔過的罪人和離棄罪孽、尋求永生與福音之光的人，卻在錫安擁有一席之地。」（in Conference Report, Apr. 1915, 120）。

然後請學生默讀摩羅乃書6：7-8，找出摩羅乃時代的教會領袖「嚴防」著什麼事。請學生報告他們所學到的事。可以說明：本節經文中的「塗掉」意指開除教籍。成員犯了嚴重的罪若不悔改，就可能被開除教籍，或失去教會成員的資格與聖約的祝福。

- 今日教會領袖做了哪些事，來幫助我們離棄罪孽？
- 根據摩羅乃書6：8，我們若眞心悔改我們的罪，就會得到什麼應許？（**每當我們眞心悔改並請求寬恕，就會得到寬恕。**）

請學生沉思他們週日參加教會一般的聚會時，有哪些機會感受聖靈（例如，祈禱、領用聖餐、成員演講或教導、唱聖詩或在課堂上沉思經文）。請一位學生讀出摩羅乃書6：9。請全班跟著讀，找出聖靈在我們聚會中所應扮演的角色。

- 我們從摩羅乃書6：9中學到的哪項眞理，教導我們主持教會聚會的方式？（**教會聚會應藉著聖靈的力量來主持。**）
- 你曾在什麼時候感覺到教會聚會是藉著聖靈的力量所主持的？

幫助學生了解，這項眞理適用於本教會聚會的各層面，請他們想像自己處於下列情況。（可以在上課前把這些情況寫在白板上，或作成講義。）請學生說明：他們在摩羅乃書6：9中所找到的原則如何適用於下列各種情況。

1. 你受邀在聖餐聚會中演講關於耶穌基督的贖罪。
2. 你受邀爲將來的一次聖餐聚會策劃音樂演出。
3. 你在見證聚會中，受到聖靈提示，感覺應該要分享見證，但不確定要說些什麼。

提醒學生，課堂開始時，你請他們思考父母能說些什麼，來鼓勵男青年或女青年參加教會聚會。課程結束時，請學生分享他們的想法。然後，爲參加教會聚會的祝福，以及今天所討論的其他原則作見證。

第155課

摩羅乃書7：1–19

導言

摩羅乃記錄了他父親摩爾門多年前所作的一篇講道。本課涵蓋這篇講道的前半段，摩爾門在講道中教導有關真心誠意地行義以及分辨善惡的方法。第156課將涵蓋他的講道的後半段。

遵從聖靈的提示

你在決定要強調哪些原則與教義時，應不斷尋求聖靈的指引

教學建議

摩羅乃書7：1–19

摩爾門教導耶穌基督的信徒行義要出於真誠

展示一個表面看起來很甜美的水果。

- 你曾否發覺，有的水果實際嚐起來不像表面看起來那麼甜美？（請幾位學生分享一些例子。你也可以講一個自己的經驗。）
- 人在哪些方面就像水果一樣，表面看起來甜美，裡面卻是腐壞的？

說明：摩羅乃記錄了父親摩爾門的話，教導內心與行事都同樣正義的重要性。請一位學生讀出摩羅乃書7：2–3，請全班找出摩爾門講話的對象。（他對教會成員講話。）

學生報告所學到的事之後，請一位學生讀出摩羅乃書7：4–5。請全班跟著讀，並找出摩爾門如何知道這些人是「基督和平的信徒」（摩羅乃書7：3）。

把眞誠這個詞寫在白板上。

- 你認爲這個詞是什麼意思？

全班討論這個問題時，你可以請一位學生讀出十二使徒定額組達林・鄔克司長老的說明如下：

「我們不僅必須去做正義的事，還必須出於正當的理由才做。現代的說法叫做動機純正。經文中則經常使用一心一德或眞心誠意這樣的話來表示這心態。

「經文闡釋得很清楚：神了解我們的動機，而且會根據這動機審判我們的行爲」（*Pure in Heart* [1988], 15）。

請學生默默查考摩羅乃書7：6-10，找出主如何警告那些不是眞心誠意做好事的人。

- 主給那些不是眞心誠意做好事的人什麼樣的警告？（主警告，他們所做的事對他們毫無益處，不能算是正義的，仍算是邪惡的。）
- 我們可從這幾節經文中學到哪些原則？（學生可能提出一些眞理，你要幫助他們找出以下原則：**出於眞心誠意做好事才會得到祝福**。）
- 除了渴望得到主的祝福以外，你認爲眞心誠意做好事爲什麼很重要？
- 當你動機純正地做好事時，你注意到什麼樣的差異？

指出：摩爾門鼓勵我們要眞心誠意作禱告（見摩羅乃書7：9）。請一位學生讀出百翰·楊會長所說的下面這段忠告：

「你們或我想不想作禱告都無關緊要，但是當禱告的時間到了，就要禱告。如果我們不想作，我們就應禱告到我們願意作爲止」（總會會長的教訓：百翰·楊〔1997〕，第45頁）。

- 即使我們不想作禱告，仍然選擇去作，這會如何幫助我們最後能眞心誠意作禱告？
- 百翰·楊會長的忠告會如何幫助我們服從作祈禱以外的其他誡命？（學生回答這個問題若有困難，可以分享下面的例子：有些人參加教會聚會可能並非出於眞心誠意。但是，如果他們繼續參加聚會，盡力參與和崇拜，這些經驗會幫助他們體會參加教會聚會的喜悅。他們參加聚會的原因會改變。他們參加教會聚會，將會是因爲他們想在那裡——他們想要敬拜神、更新他們的聖約並爲他人服務。）

爲幫助學生運用摩爾門的教導，眞心誠意做好事，先在上課前準備好以下活動：準備一些小紙張。在每張紙上寫出一項誡命。例如禁食、繳納什一奉獻、爲他人服務、研讀經文、孝敬父母以及你認爲能幫助學生討論的任何一項誡命。將小紙張放在容器內。

上課時，請一位學生到前面來。請他從容器內取出一張紙，並向全班讀出來。然後請學生回答以下一或兩個問題：

1. 分享他們在眞心誠意服從這項誡命時，如何感受到自己蒙受祝福。

2. 建議一些眞心誠意服從這項誡命的方法。

這個活動可以重複做幾次。

活動結束後，可以分享你眞心誠意服從神的一項誡命的經驗。

摩羅乃書7：12–19

摩爾門教導判斷善惡的方法

說明：以賽亞預言，在末世時代有些人會稱惡爲善，稱善爲惡（見以賽亞書5：20；，尼腓二書15：20）。

- 有哪些例子說明人稱惡爲善，稱善爲惡？
- 你認爲不混淆善惡爲什麼很重要？

請一些學生輪流讀出摩羅乃書7：12–17。請全班跟著讀，找出有助我們分辨善惡的原則。你可以鼓勵他們把對他們特別有意義的經文詞句劃記下來。問以下問題，來幫助學生報告他們所找到的事情：

- 我們如何知道哪些事物是從神而來的？（要確定學生認出這項眞理：**凡是屬於神的事物都邀請我們爲善、相信耶穌基督、愛神並服事祂。**）
- 我們怎麼知道哪些事物是從魔鬼來的？學生應該找出這項眞理：**任何勸人作惡、否認耶穌基督、與神作對的事都是從魔鬼而來。**）
- 神以哪些方法邀請、引導我們不斷爲善？
- 魔鬼如何慫恿、誘惑我們犯罪？

爲幫助學生運用摩爾門的教導來判斷善惡，請他們寫出一些自己喜愛的電視節目、電影、歌曲、音樂團體、網站、應用程式、電腦遊戲或個人物品。（可以根據學生的需要和興趣來調整這份清單。）給學生充分的時間書寫後，請他們將紙放在一旁。告訴他們，幾分鐘後，他們會有機會再考慮他們所要寫的事物。

• 根據摩羅乃書7：16，什麼已經賜給每一個人，來幫助我們分辨善惡？

說明：基督的靈也稱爲基督的光（見摩羅乃書7：18）。爲幫助學生了解基督的光，讀出十二使徒定額組培道．潘會長所說的下面這段話：

「聖靈與基督的光兩者並不相同。…….

「這股內在之光、這種分辨是非的知識不論是稱作基督的光、道德感，還是良知，除非我們刻意去壓抑它或對它置之不理，否則它都能引導我們，約束我們的行爲。……

「各國、各信仰或各膚色的每個男人、女人與小孩，也就是每一個人，不論住在哪裡、信仰爲何、或從事什麼行業，心中都有著這股永恆不滅的基督之光」（「基督的光」，2005年4月，利阿賀拿，第8-10頁）。

• 一個人可能會如何壓抑內在的基督之光或對它置之不理？

邀請學生默讀摩羅乃書7：18-19，並找出摩爾門勸告我們要如何回應我們內心的基督之光。請學生報告他們所學到的事。

• 你認爲「在基督的光中努力探求」是什麼意思？

• 我們可以從摩羅乃書7：19學到什麼原則？（學生應認出以下原則：**只要我們在基督的光中努力探求，就能分辨善惡。我們若接受每一樣美好的事物，必成爲基督的孩子**。學生若需要幫助來了解「基督的孩子」這個說法，你可以參閱本書第55課。）

• 你曾在什麼時候探求某樣事物是否是美好或合宜的？你做了哪些事來「努力探求」了解某樣事物是否是美好或合宜的？

請學生讀讀他們剛才所列出的事物。展示或讀出下面的問題，在學生寫下這些問題的答案時，邀請他們「在基督的光中努力探求」（摩羅乃書7：19）。不要匆忙進行這項活動。讓學生有充分時間沉思和書寫。告訴學生，你不會請他們分享他們所寫的事物。

• 這些事物如何邀請你爲善、相信耶穌基督、愛神和服事祂？

• 這些事物是否試圖說服你作惡、懷疑耶穌基督或停止服事神？

• 你是否覺得你應該在生活中排除這一切的事物？如果是的話，你會怎麼做？

指出：我們明知是對的事，有時可能很難做到，因爲需要放棄一些自己的喜好。爲幫助學生互相支持，在這方面努力，問他們：

• 你會給別人什麼樣的忠告，來幫助他們放棄不好或不合宜的事物？

最後作結論時表明：我們若跟隨基督的光，就能辨明美好的事物，避免受撒但欺騙，過著耶穌基督信徒般的生活。

注釋及背景資料

摩羅乃書7：17。魔鬼不勸任何人為善

十二使徒定額組傑佛瑞．賀倫長老教導：

「撒但、路西弗或萬謊之父——不管你怎麼稱呼他——是真實存在的，他是邪惡的化身。他始終心懷惡意。……他始終與神的愛、耶穌基督的贖罪，及平安與救恩的事工作對。無論何時何地，只要有機會，他都與這些事情作對。他知道最終他會被擊敗、被驅逐，但他決心盡其所能誘使最多的人與他一同沉淪」（「我等皆是軍人」，2011年11月，利阿賀拿，第44頁）。

自修班課程

以帖書第13章—摩羅乃書7：19（第31單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下是自修班學生在研讀以帖書第13章～摩羅乃書7：19（第14單元）時，所學到的各項教義和原則的概要。這些概要並非要在你上課時教導。你教導的課程僅著重在這些教義和原則中的幾項。你在考慮學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（以帖書第13-15章）

雅列人拒絕先知以帖，持續著邪惡和戰爭，最後終於相互毀滅。學生從這些紀錄中學到，如果我們拒絕主的警告而不悔改，祂的靈將會離開我們，撒但就會在我們心中獲得力量。學生們也會了解，憤怒和報復引導我們去做那些傷害自己和別人的選擇。摩羅乃記錄雅列人的毀滅時，說新耶路撒冷，或錫安，會在末日建立起來；這帶給了讀者希望

第2天（摩羅乃書第1～5章）

摩羅乃為了自己的生命安全而四處流浪時，進一步記錄了聖職和福音的教儀。他記寫，授予聖靈恩賜和按立聖職職位都是經由權柄持有人按手而完成的。摩羅乃提及聖餐，讓學生有機會沉思聖餐的象徵如何幫助他們記得耶穌基督的贖罪。這也提醒了他們，只要忠實地遵守聖餐聖約，就能一直有主的靈與他們同在。

第3天（摩羅乃書第6章）

摩羅乃強調洗禮、在教會中交誼，以及透過聖靈主持教會聚會的重要性。學生學到，我們藉著洗禮，立約要承受耶穌基督的名並事奉祂到底。他們也學到，他們有責任藉著常常聚在一起、禁食、禱告、領受聖餐以記念耶穌基督，來滋養其他成員的靈性。此外，學生也學到，每當我們真心悔改並請求寬恕，就會得到寬恕。

第4天（摩羅乃書7：1-19）

摩羅乃記錄了父親所說的話，他教我們，若要因做好事而蒙受祝福，必須出於真心誠意去做。摩爾門在他說的這些話中，也教導了我們如何正義地判斷。學生學到，凡是從神而來的，都是邀請我們為善、愛神及服事神。凡是說服我們犯罪、與神作對的，都是從魔鬼來的。摩爾門懇求聽他說話的人要在基督的光中努力探求，這光將賜給他們分辨善惡的能力。

導言

今天的課程強調我們每個人參加教會聚會的原因與需要。也鼓勵學生下定決心去分辨善惡，並努力尋求基督的光，使他們得以作正確的判斷。

教學建議

以帖書第14～15章

摩羅乃記錄雅列文明的結束

在白板上寫出*2,000,000*。請學生將該數字與自己城市的人口相比，想像兩百萬人是多少人。請一位學生讀出以帖書第15：1–2，請全班複習這兩百萬雅列人發生的事。

請學生依照以帖書14～15章的紀錄，概述導致雅列人毀滅的事件。學生回答若有困難，請他們複習以下經文：以帖書14：5–10，24；15：1–6，19，22。

問：我們從雅列人的毀滅中，可以學到什麼教訓？

本週學生上的課程強調了兩項真理：（1）**如果我們拒絕主的警告而不悔改，祂的靈會離開我們，撒但就會在我們心中獲得力量**。（2）**憤怒和報復引導會使人作出一些傷害自己和別人的選擇**。

問：今日的男女青年可以在生活中的哪些情況下，運用這些課程？

摩羅乃書第1～3章

摩羅乃見證他絕不否認基督

請一位學生讀出摩羅乃書1：1–4。然後請全班跟著讀：

- 為什麼拉曼人可能早就殺了摩羅乃？
- 這說明了摩羅乃有什麼樣的信心和勇氣？我們如何對耶穌基督培養如此堅定的見證？

摩羅乃書第4～6章

摩羅乃記錄了聖餐祈禱文、洗禮的資格和教會聚會的原因

在白板上寫出下列句子：*為什麼我星期天應該去教會*。請學生研讀摩羅乃書第4～6章，並在經文研讀日記中寫出一、兩分鐘的答案。鼓勵他們至少要回答以下其中兩個問題。（可將下列問題寫在白板上，或作成講義）：

1. 摩羅乃書第4～6章中的哪一段經文說明在教會一起聚會的理由。
2. 哪項教義或原則說明我們應參加教會聚會的理由。
3. 分享個人經驗，說明我們應該參加教會聚會的理由。
4. 分享個人見證，說明參加教會聚會的重要性。

給學生充分的時間沉思後，請幾位學生與全班分享他們的看法。

學生分享他們學到的事之後，你可以為他們所找到的真理作見證，並見證定期一起參加教會聚會的重要性。

摩羅乃書7：1–19

摩爾門教導如何判斷善惡

上課前，先準備一杯水和一杯水與白醋（或鹽）的混合液。兩杯水看起來應該是一樣的。告訴學生，這兩杯水雖然看起來完全一樣，但是其中有一杯是酸的（或鹹的）。請一位學生自願上來決定哪杯是白開水，那杯是酸（或鹹）水（他們可以味覺或嗅覺來決定）。

問：我們未曾親身體驗，怎麼知道某些事確實是邪惡的？

說明：摩羅乃在其紀錄中收錄了父親摩爾門對該問題的看法。請一位學生讀出摩羅乃書7：11-13，15-16。請學生從這些說明如何分辨善惡的經文中至少選出一句他們覺得很重要的話。讓幾位學生有機會分享他們所選的一句話。

請一位學生讀出摩羅乃書7：19，請學生找出摩爾門認為我們應該怎麼做才能分辨善惡。

問：摩爾門勸告我們應該怎麼做才能分辨善惡？

學生應能認出以下原則：**只要我們在基督的光中努力探求，就能分辨善惡**。

問學生下面的問題：

- 你從本週的研讀中，了解基督的光是什麼？
- 基督的光曾在什麼時候助你分辨善惡？

給學生一、兩分鐘寫出自己所喜愛的電視節目、歌曲、音樂團體、網站、應用程式、電腦遊戲以及個人物品。請他們用摩羅乃書7：16-19來決定他們所列的事項會使他們更加接近神或遠離祂。

提醒學生，本週課程邀請他們要摒棄生活中不好的事物，並「接受每一樣美好事物」（摩羅乃書7：19）。你可以分享你因為跟隨基督的光而能分辨善惡的個人經驗。

下一單元（摩羅乃書7：20–10：34）

請學生在研讀下一單元時，考慮以下幾個問題：什麼是仁愛？人如何懷有仁愛？小孩子或嬰兒為什麼不應該受洗？摩爾門和摩羅乃為什麼置身在邪惡環境中，還能保持忠信？摩羅乃最後說了哪些話？這些話為什麼很重要？

第156課

摩羅乃書7：20–48

導言

摩羅乃記錄了父親摩爾門多年前在會堂裡所作的最後講道。摩爾門在這篇講道中，教導聽眾如何「接受每一樣美好事物」（摩羅乃書7：20，25）。他說明了信心、希望和仁愛之間的關係，結束時，他懇求他的人民要全心全意向父祈求，好使他們獲得仁愛的恩賜，即「基督純正的愛」（摩羅乃書7：47）。

教學建議

摩羅乃書7：20–39

摩爾門教導，我們藉著對耶穌基督的信心，就能接受每一樣美好事物

上課之前，先寫出以下的問題：

天父已祝福你哪些美好的事物？

上課開始時，給學生一、兩分鐘在筆記本或經文研讀日記中回答這個問題。然後請他們讀出他們所列出一些的事物。

讀出摩羅乃書7：24。請學生跟著讀，找出臨到他們的所有美好事物的來源。

- 誰是所有美好事物的來源？（學生的答案可能各不相同，但他們應該表達以下這項眞理：**所有美好的事物都是來自耶穌基督**。）

爲幫助學生進一步了解摩羅乃書7：24所教導的教義，說明：我們是亞當和夏娃的子孫，已經「墜落」，無法靠自己得到祝福（亦見阿爾瑪書22：14；以帖書3：2；信條第3條）。如果沒有耶穌基督和祂的贖罪，「不可能有美好的事物臨到〔我們〕」。我們從天父那裡接受的每一樣美好事物都是透過救主和祂的贖罪而來。

說明天父爲我們準備了許多祝福。祂要我們「接受每一樣美好事物」（摩羅乃書7：19），祂要將祂所有的都賜給我們（見教約84：38）。

請學生讀出摩爾門在摩羅乃書7：20中所提出的問題。然後請學生默讀摩羅乃書7：21-24，找出這些經文教導我們要如何接受每一樣美好事物。

- 根據你在摩羅乃書7：21–24所讀到的，你會如何回答摩爾門在摩羅乃書7：20中所提出的問題？（學生回答時，幫助他們認出以下原則：**我們運用對主耶穌基督的信心時，就能接受每一樣美好的事物**。）

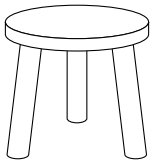
爲幫助學生了解他們能如何「接受每一樣美好的事物」，請幾位學生輪流讀出摩羅乃書7：25–26，32–38。請班上一半的學生找出向耶穌基督表達信心的方法。請另一半學生找出，我們若這樣做，會有什麼好結果。學生讀出第33節時，你可以說明「我認爲合宜的」這句話是指與主的旨意和諧的事。）

學生報告他們所發現的事情後，可以請他們寫出一個目標，來幫助他們對耶穌基督運用更大的信心，並接受天父要給他們每一樣美好的事物。分享你的見證：偉大的祝福都來自救主、祂的福音和贖罪。鼓勵學生對祂運用更大的信心。

摩羅乃書7：40–43

摩爾門教導：對耶穌基督的信心會使我們對永生有希望

在白板上畫一個三隻腳的凳子（或展示一個三隻腳的凳子）。



讀出十二使徒定額組羅素・培勒長老所說的以下這段話：

「要將生活基礎建立在這三個原則之上。……這三個原則就像凳子的三隻腳，是支撐物品的根基（「達成希望的喜悅」，1993年1月，聖徒之聲，第29頁）。

在凳子的一隻腳上標明對耶穌基督的信心。請學生沉思其他兩隻腳可能代表的事物。然後請學生默讀摩羅乃書7：40，並找出第二隻腳的意義。（第二隻腳代表希望。）

讀出以下表達希望的方式。請學生仔細聽這兩種表達希望的方式有什麼差異。

1. 我希望今天下雨。

2. 由於主的應許，我希望能藉著悔改而感到平安。

- 這兩種表達方式有什麼不同？（幫助學生明白，在第一個例子中，希望一詞是指一種未知的願望。在第二個例子中，希望一詞表達了自信。這種希望是行爲的動力，並以耶穌基督的贖罪爲中心。

爲幫助學生了解經文中希望一詞的用法，請學生讀出總會會長團第一諮理迪特・鄔希鐸所說的下面這段話：

「希望是一項屬靈恩賜。……

「希望不是一種知識，而是一種持久的信賴，信任主必實現祂對我們的應許；即相信我們現在若奉行神的律法和先知的話語，必能在未來得到心中渴求的祝福。希望就是相信並期望祈禱必蒙答覆。希望的具體表現就是自信、樂觀、熱誠和堅持不懈」（「希望的無窮力量」，2008年11月，利阿賀拿，第21-22頁）。

摩羅乃書7：41
是精通經文章節。請參閱課程結尾的教學建議，來幫助學生精通這節經文。

請學生讀出摩羅乃書7：41。請全班跟著讀，找出摩爾門教導我們應該希望獲得什麼。學生報告他們所發現的事情時，在凳子的第二隻腳上標明：希望獲得永生。

指出：摩羅乃書7：41是精通經文章節。你可以建議學生以特別的方式劃記，這樣就能輕易找到這節經文。

- 根據摩羅乃書7：41，我們如何能得到永生的希望？（學生可以用不同的話來答覆，但是他們應該認出下面這項眞理：**如果我們運用對耶穌基督的信心，就能靠著祂的贖罪，獲得永生的希望。**）

請學生各自研讀摩羅乃書7：42–43，找出我們需要有哪些特質，才能懷有信心和希望。請他們報告他們所發現的事情。（可以說明：心裡溫順謙卑，意指謙虛、溫和，順服主的旨意。）

- 你認爲我們爲什麼要有溫順謙卑的心，才能對耶穌基督的贖罪有信心和希望？

請學生在筆記本或經文研讀日記中回答下面的問題：

- 對耶穌基督及其贖罪有信心，如何帶給你永生的希望？

摩羅乃書7：44-48

摩爾門教導仁愛的重要性

再談談三隻腳的凳子。請學生默讀摩羅乃書7：44，並決定要如何標明凳子的第三隻腳。學生報告他們發現的事情時在第三隻腳上標明仁愛。請他們用自己的話爲仁愛下定義。

請一位學生讀出摩羅乃書7：45–47。請全班跟著讀，留意摩爾門對仁愛的描述與定義。

- 在摩羅乃書7：47中，摩爾門如何爲仁愛下定義?（「基督純正的愛」。）
- 你認爲，仁愛永遠持守，是什麼意思?
- 你認爲，爲什麼我們若沒有仁愛，就算不得什麼?

請學生們由摩羅乃書7：45中選出仁愛的定義，並說明這些定義的意思。需要時，可澄清他們所作的解釋。（例如，「恆久忍耐」是指耐心地承受考驗。「不嫉妒」是指不嫉妒別人。「不張狂」是指謙卑。「不求自己的益處」，是指把將神與他人視爲優先的特質。「不易被激怒」，是指不輕易動怒。「凡事相信」，是指接受一切的眞理。）

問學生：他們若是缺乏仁愛，就可能會在下列各種情況下作何反應。然後再問：如果他們滿懷仁愛，又會作何反應。（可以依照學生的需要和興趣，來更改這些情況。）

1. 有人在學校取笑你或取笑別人。
2. 你的兄弟或姊妹經常惹你生氣。
3. 你所認識的人犯了嚴重的罪。
4. 你比較喜歡以前的顧問，不太喜歡新的定額組或班級顧問。

請一位學生讀出摩羅乃書7：48。請全班跟著讀，找出我們需要怎麼做才能蒙得仁愛的恩賜。學生回答時，要確使他們明白以下的原則：**我們若全心全力向父祈求，並過著耶穌基督眞正信徒般的生活，就能滿懷仁愛。**

指出：摩羅乃書7：45，47-48是精通經文章節。你可以建議學生以特別的方式劃記，這樣就能輕易找到這節經文。

- 你認爲我們若想要有仁愛的恩賜，爲什麼需要全心全力向父祈求?
- 你曾經在什麼時候看到仁愛的榜樣?（請幾位學生分享他們的經驗。你也可以分享自己的經驗。）
- 你曾經在什麼時候感覺到主增強了你對別人的仁愛之心?

請學生複習摩羅乃書7：45，並從仁愛的特質中選出他們需要加以改進的一個項目。鼓勵他們在努力改進這方面時，祈求能獲得仁愛的恩賜。你可以見證信心、希望和仁愛對你的生活產生的影響。

精通經文—摩羅乃書7：41

幫助學生背誦摩羅乃書7：41。可以採用本書後面的附錄中所提供的方法。

精通經文——摩羅乃書7：45，47–48

請學生挑選，他們想向下列哪個對象表達更多仁愛：家人、定額組或班級成員、學校同學、朋友或鄰居。鼓勵他們在研讀摩羅乃書7：45時，沉思他們所挑選的對象，並想出一些方法，向此人表達更多基督般的愛。請他們在筆記本或經文研讀日記中，寫出一、兩個方法，向他們所挑選的人表達愛心。請他們下週在禱告中爲這件事祈求。可以在接下來幾天讓學生有機會分享他們的經驗。

注意：由於本課的長度，你可以在其他天有多餘時間時，再做這個活動。

摩羅乃書7：45，47–48是精通經文章節。請參閱課程結尾的教學建議，來幫助學生精通這些經文。

第157課

摩羅乃書第8章

導言

摩羅乃在神聖紀錄中繼續添加了父親摩爾門寫給他的一封信。摩爾門在信中記載了有關小孩子為什麼不需受洗的啓示。摩爾門也教導我們如何準備與神同住。在這書信的結尾，他對尼腓人的邪惡與他們即將面臨的毀滅表示擔憂。

藉著靈教導

主說：「靈必藉著信心的祈禱而給你們；你們如果沒有接受到靈，就不要教導」（教約42：14）。你教導時，要祈求能獲得聖靈的指引，並特別注意聖靈的低語。

教學建議

摩羅乃書8：1-24

摩爾門教導，小孩子因基督得生命

上課之前，先展示圖片：接受洗禮的女孩（福音畫冊〔2009〕，編號104）或展示另一張八歲孩子在洗禮儀式中的圖片。將以下的問題寫在白板上：

爲什麼小孩子滿八歲才要受洗？

學生來到時，請他們看圖片，並沉思白板上的問題。

開始上課時，告訴學生，摩爾門在信中教導他的兒子摩羅乃有關小孩子的救恩。請一位學生讀出摩羅乃書8：4–6，並請全班找出摩爾門擔憂的事情。你可能需要說明：第6節中的嚴重一詞是指重大、可恥或慘重的意思。）

學生報告他們發現的事情時，請他們默讀摩羅乃書8：7，並找出摩爾門在得知這個問題時，做了哪些事。

- 我們可以從摩爾門的榜樣中學到什麼？

請一位學生讀出摩羅乃書8：8–9，並請全班找出摩爾門祈禱的答覆。學生報告他們發現的事情時，你可能需要說明，「亞當受的詛罰」這句話是指亞當因墜落而從神面前隔離。有些人誤信，由於墜落，每個孩子一出生就處於有罪的狀態。由於這種不正確的觀念，人們認爲小孩子生前若未曾受洗，就不配回到神的面前。說明這一點時，可以請學生背誦信條第二條。也可以建議他們交互參考摩羅乃書8：8–9和信條第2條。

在白板上寫出以下未完成的句子：*……的人都需要悔改與接受洗禮。*

請學生默讀摩羅乃書8：10，並找出字詞來完成白板上的句子。學生報告他們的答案後，完成白板上的句子如下：*所有能爲自己的行爲負責並有犯罪能力的人都需要悔改與接受洗禮*。可以鼓勵學生把摩羅乃書8：10中教導這項眞理的詞句劃記下來。

你可以澄清罪的定義是「故意不服從神的誡命」（經文指南，「罪」，scriptures.lds.org）。讀出十二使徒定額組達林·鄔克司長老所說的下面這段話：

「我們從教義了解到小孩子在達到負責年齡以前『沒有犯罪的能力』（摩羅乃書8：8）。在那段期間，小孩子可能犯錯，甚至是嚴重、具破壞性且必須糾正的錯，但他們的行爲不能算是犯罪（“Sins and Mistakes,” *Ensign*, Oct. 1996, 65）。

將全班分成兩組。請一半的學生默讀摩羅乃書8：11–18，另外一半默讀摩羅乃書8：11，19–24。（你可將這些經文寫在白板上。）學生閱讀之前，請這兩組學生找出摩爾門教導了哪些有關小孩子受洗的事。學生有充分的

時間閱讀後，請各組的幾位學生報告他們發現的事情。你可以問下列的問題，來幫助學生進一步沉思摩爾門的教導：

- 你認爲小孩子「因基督得生命」是什麼意思?（摩羅乃書8：12，22）。（他們因耶穌基督的贖罪而獲得救贖。他們不能犯罪，因爲撒但並沒有得到能力去誘惑小孩子。亦見摩羅乃書8：10；教約29：46–47。）
- 我們需要做些什麼事才能因基督得生命?（見尼腓二書25：23–26；摩羅乃書8：10。）
- 我們從這些經文中，學到小孩子是如何得救的?（學生可以用不同的話來答覆，但是他們應該認出以下這項眞理：**小孩子因耶穌基督的贖罪而得救**。學生也可能會指出，**小孩子因基督得生命，神並非不公正的神，神是恆久不變的**。）

將以下範例寫在白板上，或作成講義。請每個學生選出一個範例。然後請學生從摩羅乃書8：8–23中選出一兩節經文，並說明這幾節經文中的眞理，如何解決他們所選之範例中的問題。

範例1：你是傳教士，你所認識的一對夫妻因他們兩個月大的女兒過世而非常難過。他們的教會領袖告訴他們，由於亞當的違誡，小孩子出生就有罪。他說，他們的女兒在過世之前未曾受洗，因此無法得救。

範例2：你的朋友一直與傳教士上課程，也和你一起參加聚會。她決定要加入教會，卻猶豫著是否要受洗。她說：「我還是嬰兒的時候，就受了洗。這還不夠嗎?」

學生分享他們對第二個範例的想法時，可以提醒他們，那些能爲自己的行爲負責並有犯罪能力的人才需要悔改和洗禮。（摩羅乃書8：10）。主曾經說，小孩子滿八歲就要在祂面前爲自己的行爲負責。這項眞理的啓示記載於約瑟．斯密譯本，創世記17：11與教義和聖約68：25–27。

摩羅乃書8：25–30

摩爾門教導，有負責能力的人需要做些什麼才能與神同住

說明：摩爾門教導摩羅乃有關小孩子不需受洗的理由後，還教導爲什麼有負責能力的人需要受洗。請一位學生讀出摩羅乃書8：25–26。請全班跟著讀，並留意運用信心、悔改並受洗的人會得到哪些祝福。

- 你在這些經文中找到了哪些祝福?（學生報告他們發現的事情時，可以將他們的答案列在白板上。答案可能包括：信心、悔改、洗禮會帶來罪的赦免、溫順謙卑的心、聖靈的眷顧、希望、完全的愛、和最終與神同住的祝福。）

學生列出他們在摩羅乃書8：25–26所找到的祝福時，你可以接著問這些問題：

- 你認爲獲得罪的赦免爲什麼會帶來溫順謙卑的心?
- 懷有溫順謙卑的心，爲何能邀請聖靈來到我們的生活中?
- 聖靈爲什麼要幫助我們準備與神同住?
- 你想爲什麼我們需要努力禱告，才能在生活中持守完全的愛?

在白板上寫出下列未完成的句子：*我們忠信地服從誡命，就能獲得聖靈，聖靈會幫助我們準備……*

請學生從摩羅乃書8：25–26中找出一個詞句，來完成這項原則：*我們忠信地服從誡命，就能獲得聖靈，聖靈會幫助我們準備與神同住。……*

請一位學生讀出摩羅乃書8：27，請學生留意尼腓人驕傲的後果。然後請學生默默地複習摩羅乃書8：26和摩羅乃書8：27，將溫順謙卑的後果與驕傲的後果作比較。

請另一位學生讀出摩羅乃書8：28。指出：摩爾門在表達了對尼腓人的擔憂後，說：「爲他們祈禱，使悔改能臨到他們。」提醒學生，別人爲他們祈禱時，力量就能臨到他們。

課程結束時，請學生針對贖罪力量能拯救小孩子和所有力求忠於聖約的人一事，分享他們的感受。

注釋及背景資料

摩羅乃書8：8。「亞當受的詛罰已因我而從他們身上除去」

有些人相信，由於亞當和夏娃的墜落，嬰兒一出生就沾染了世界的罪惡。約瑟·斐亭·斯密會長說明這種教導是錯誤的：

「凡相信人類，甚至剛出生的嬰兒，會被『原罪』（即亞當的違誡）所沾污者，就是否認耶穌基督為我們贖罪流血的慈悲。聖經（和本教會的現代經典）都教導我們，耶穌基督確實救贖了人類，免於墜落的後果。祂償付了人類因亞當違誡所繼承的債務。我們靈魂的債務已經完全償還。沒有遺留任何罰金，要人們以任何形式為任何人償付，來脫離『原罪』的束縛。那些宣稱嬰兒降生就受『原罪』詛咒的教義，在神的眼中是可憎的，這些教義否認了贖罪的偉大與慈悲。（見摩羅乃書第8章）」（*Church History and Modern Revelation: A Course of Study for the Melchizedek Priesthood Quorums*, 4 vols. [1949], 4:99）。

摩羅乃書8：8-24。為嬰兒施洗

約瑟·斯密先知教導，小孩子不需要受洗：

「『〔我們〕相信嬰兒需要受洗嗎?』……不需要……因為聖經裡沒有記載。……受洗是為了得到罪的赦免。小孩子沒有罪。……小孩子因基督得生命，成長後就需要信心和悔改」（*History of the Church*, 5:499）。

十二使徒定額組培道·潘會長曾談到全部時間傳教士安慰了一位痛失幼兒的母親：

「有兩位傳教士在美國南部的山區工作。有一天，他們在山上看見一群人聚集在山下的一塊空地上。傳教士通常沒有很多人可以傳教，於是他們下山到那塊空地去。

「有個小男孩溺斃了，他們正在舉行喪禮。他的父母請了牧師來為他們的兒子『說幾句話』。傳教士站在後面，巡迴牧師則面對著這對哀傷的父母開始講道。這對父母想從這位從牧師那裡聽到安慰的話語，但卻大失所望。

「他嚴厲地譴責他們之前沒有讓小男孩受洗。他們一次又一次耽擱了洗禮，現在一切都太遲了。他直接了當地告訴他們，小男孩已經下地獄了，而且都是他們的錯。小男孩要承受無盡的痛苦都要怪他們。

「講道結束，墳土也填上之後，長老們走向這對悲傷的父母，對那位母親說：『我們是主的僕人，為你們帶來了一個信息。』這對啜泣不已的父母聆聽著，兩位長老讀出這方面的啓示，還見證那能救贖活人及死者的權鑰已經復興。

「我有點同情這位牧師。就他所獲得的光和知識來講，他已經盡力而為了。但是他所能提供的，事實上並不止於此。這世上已經有了圓滿的福音。

「長老們來了，擔任安慰者、教師、主的僕人，蒙得權柄來宣講耶穌基督的福音」（「小孩子要牽引他們」，2012年5月，*利阿賀拿*，第7-8頁）。

第158課

摩羅乃書第9章

導言

摩爾門在給兒子摩羅乃的最後一封信裡，對尼腓人的邪惡狀態表示憂傷。他勸告摩羅乃要努力幫助尼腓人悔改。摩爾門也談到這些人因邪惡所遭受的痛苦。縱使他的人民如此腐敗，他還是鼓勵摩羅乃，要忠於耶穌基督，並對永生的應許懷著希望。

教學建議

摩羅乃書9：1–20

摩爾門哀慟尼腓人和拉曼人的邪惡

請學生沉思他們是否曾經試著幫助別人，但所做的努力卻遭到拒絕。

- 如果他們的好意一再被他們想要幫助的人拒絕，他們會有什麼反應？

向全班說明：摩羅乃書第9章是先知摩爾門寫給他兒子摩羅乃的一封信。請他們留意摩爾門如何鼓勵他的兒子。

請一位學生讀出摩羅乃書9：1。請全班跟著讀，留意摩爾門用哪些詞句來描述尼腓人的景況。學生回答後，你可以說明：*痛心*一詞是指非常痛苦、憂煩或悲傷的意思。

在白板上寫出下列經文：摩羅乃書9：2–5；摩羅乃書9：7–10；摩羅乃書9：16–19。將學生分成三組。指派各組研讀白板上的一些經文，並留意摩爾門描述了哪些痛心的事。從各組中請一位學生報告他們所發現的事情。（被指派研讀摩羅乃書9：2–5的那一組學生若未提及惱怒一詞，你可以說明：惱怒在摩爾門描述的可怕事件中所造成的影響。）

請幾位學生輪流讀出摩羅乃書9：11-15，20。請學生找出摩爾門爲他人民的狀態感到痛心的原因。問下面的問題，來幫助學生分析這些經文：

- 你認爲「沒有文明」是什麼意思？（摩羅乃書9：11）。（舉止粗魯、毫無修養；不尊重他人；藐視管轄社會的法律。）
- 你認爲「沒有原則」是什麼意思？（摩羅乃書9：20）。（生活毫無標準，不尊重且不遵守神的誡命。）
- 你認爲「麻木不仁」是什麼意思？（摩羅乃書9：20）。（硬起心來反對主的靈和基督的光，是非不分。）
- 今日世界上有哪些證據顯示有些人既沒有文明、沒有原則又麻木不仁？

你可以指出：摩爾門說，才短短幾年，他的人民就陷入這種邪惡的狀態（見摩羅乃書9：12）。

與雅列民族的先知以帖很類似，摩爾門也目睹了他的人民被惱怒和邪惡所克服。請一位學生讀出摩羅乃書9：4。請全班跟著讀，仔細聽摩爾門爲尼腓人感到擔憂的事。（他恐怕「主的靈〔已〕停止對他們努力了。」）

- 摩爾門說他還「繼續〔對他們〕努力」。爲什麼摩爾門，或今天教會的領袖，還繼續對惱怒或硬起心來反對神的話的人努力？

啓發人心的教導

在決定要教導哪些經文和如何教導時，你所選擇的真理與教導方式應能啓發學生，使他們能藉著聖靈而獲得提升。

將以下的問題寫在白板上：***即使我們所服務的對象未積極回應，我們仍要勤奮工作，爲神服務***。說明，即使我們服務的人犯了嚴重的罪，我們仍要努力爲他服務。請一位學生讀出摩羅乃書9：6。請學生跟著讀，找出爲什麼我們所服務的對象未積極回應時，我們仍要勤奮工作，爲神服務。學生報告他們所發現的事情後，提出下列情況（你可以自己想出一些其他情況），來幫助他們沉思如何在生活中運用這項眞理。請一位或幾位學生說明：他們會如何在你提出的各種情況下，運用白板上所寫的眞理。

1. 你是女青年會長，負責支會的其他五位女青年。其中有一位女青年已經一年多不來參加教會聚會或活動。過去三個月內，你曾經親自邀請她，但是她仍然不來參加任何聚會或活動。
2. 你是家庭教導教師，很努力地施助每一個指派給你的家庭。但是，在過去一兩個月，有一個家庭不回你的電話，你順道去探訪時，他們也不開門。
3. 你感覺應該邀請你的一位好友和傳教士見面。雖然他拒絕了你的邀請，你還是一直覺得應該再度邀請他。

分享亨利·艾寧會長所說的下面這段話，他鼓勵我們，爲神的孩子服務時，要堅持不懈。請學生仔細聽任何鼓勵他們努力幫助別人的動機。

「我們與神立下的這項聖約，要遵守祂一切誡命，並效法祂的榜樣來提供服務。竭盡全力去奉行這項標準，能使我們培養出持守到底所需要的力量。

「我從許多偉大的聖職訓練者身上學到如何培養這種力量，也就是要養成一種習慣，去克服讓你想要放棄的疲憊和畏懼。主的這些優秀教師讓我知道，要獲得堅持不懈的靈性力量，就得在別人都寧願休息的時刻，仍舊堅持下去。……

「……我應許各位，只要你竭盡所能，神必會增強你的能力和智慧」（參閱「聖職準備：『我需要你幫忙，』」，2011年11月，*利阿賀拿*，第58–59頁）。

- 艾寧會長的哪些教導鼓勵了你，不管別人對你的努力有何回應，仍然努力事奉主？

閱讀七十員莫文·亞諾長老的下面這個故事，他談到有位聖職領袖雖然一再被拒絕，仍然努力幫助一位男青年。請學生仔細聽這位男青年終於看到他的聖職領袖有哪些特質。

「馬奇司弟兄是巴西福塔力沙分會會長員團成員，他和其他聖職領袖商討出一項計畫，要幫助分會中較不活躍的成員重新活躍。那些較不活躍的成員當中，有一位叫阿洛何弗南多的男青年。我最近和弗南多談過話，他告訴我他的經驗：

「『我開始參加星期日早上的衝浪比賽，也就沒去教會了。有個星期日早晨馬奇司弟兄來敲我家的門，問我那非成員的母親，他可不可以和我談談。家母告訴他我在睡覺，他請家母准他叫醒我。他對我說：「弗南多，你上教會要遲到了！」不由分說地，他就把我帶到教會去。』

「『接下來那個星期日，同樣的事情發生了，因此到了第三個星期日，我決定提早出門，好避開他。我一個打開門就看到他坐在車上，讀著經文。他看到我就說：「好呀！你早起了，今天我們要去找另一個男青年。」我爭取我的選擇權，他說：「那個我們可以等一下再談。」』

「『一連八個星期我都擺脫不了他，因此我決定到朋友家去睡。第二天早上我在海灘看到有個穿西裝打領帶的人走向我，一看到那是馬奇司弟兄，我就往水裡衝。突然，我覺得有隻手在我肩膀上。原來是馬奇司弟兄，而水竟已經深及

他的胸口！他牽著我的手說：「你來不及了，我們走吧。」我爭辯說我沒衣服穿，他答道：「衣服在車上。」』

「『那天我們走出海中時，馬奇司弟兄對我誠摯的愛和關懷使我感動，……馬奇司弟兄不僅載我到教會，定額組也確使我保持活躍。他們所籌備的活動都讓我覺得他們需要我，也想要我參加，我接受到召喚，定額組的成員成了我的朋友』」（「堅固你的弟兄」，2004年5月，利阿賀拿，第46-47頁）。

說明：我們教會成員今生都有重要的事工要完成。在我們感到沮喪或遭到我們所服務的人拒絕時，摩爾門、摩羅乃和馬奇司弟兄的榜樣都能鼓勵我們。

摩羅乃書9：21–26

摩爾門鼓勵摩羅乃要忠信

請學生說出，他們的社區、國家或世界上最近發生了哪些令人沮喪的事。

請學生默讀摩羅乃書9：21–22，25–26。請他們找出摩爾門勸告摩羅乃，在感到沮喪時應該做些什麼事。問以下的問題，來幫助學生分析這些經文：

- 在這些經文中，哪些字或詞句顯示了摩爾門對兒子摩羅乃的感受？
- 摩爾門建議哪些事應該「永遠都留在〔摩羅乃的〕心裡」？（摩羅乃書9：25）。記得救主和祂的贖罪，如何在我們感到沮喪或處在邪惡的環境時幫助我們？
- 從這些經文中，我們學到如何應付周遭環境的困難與邪惡？（雖然學生可能用不同的話來答覆，但是他們應該找出下面這項眞理：**只要我們忠於耶穌基督，即使身處困境和邪惡中，祂也會提升我們**。可以把這項原則寫在白板上，並建議學生將之寫在自己的經文裡。）
- 在你或你周遭的人生活中，有哪些經驗證明這項原則是眞實的？

鼓勵學生想出一些方法，讓他們在沮喪或處在邪惡的環境時，對耶穌基督更有信心並且更記得祂。見證：你因爲對耶穌基督有信心而獲得了力量。

第159課

摩羅乃書10：1–7，27–29

導言

摩羅乃勸告拉曼人和所有研讀他的見證的人，要求問神，來證實祂的話是真實的。他教導，神會藉聖靈的力量顯明摩爾門經的真實性，並確認耶穌基督的存在。摩羅乃還說，他會在神的審判欄前與我們見面，主會親自在那裡證實摩羅乃的話是真實的。（注意：可以在課程結束前，留一些時間讓學生分享他們對摩爾門經的見證。為確保有充分的時間，請透過祈禱挑選本課中對學生最有助益的部分來教導。）

分享你的見證

請經常找機會為耶穌基督、祂的福音和摩爾門經作見證，也鼓勵學生作見證。分享見證能祝福作見證的人，並鞏固他人的信心和見證。

教學建議

摩羅乃書10：1–7

摩羅乃勸告我們要獲得對摩爾門經和對耶穌基督的見證

上課前，先在白板上畫一個有拱心石支撐的拱門（可以參閱第4課所使用的插圖）。上課前，請學生參閱該圖。

- 拱門上的拱心石有什麼用途？
- 拱心石與摩爾門經有什麼關聯？（學生回答這個問題若需要幫助，你可以建議他們研讀記載於摩爾門經緒言第六段中，先知約瑟·斯密所說的話。）

請學生默讀摩爾門經緒言中的最後一段。閱讀之前，請他們找出人們在獲得對摩爾門經的見證時，會知道哪三項眞理。

- 就如同拱心石緊密支撐著拱門，獲得對摩爾門經的見證能鞏固其他哪些見證？
- 獲得對摩爾門經的個人見證，爲什麼是非常重要的？

概述摩羅乃書10：1-2，說明：先知約瑟·斯密接受金頁片的1,400年前左右，摩羅乃爲父親的紀錄作總結，對末世接受摩爾門經的人寫下了勸告他們的最後的話。（解釋*勸告*一詞意指極爲鼓勵或大力敦促，可能有幫助。該詞在摩羅乃書第10章中出現了八次。）

說明摩羅乃勸告所有接受摩爾門經的人，要確知其眞理和神聖性。請學生默讀摩羅乃書10：3–4，並找出哪些章節提到了我們必須做哪些事，才能經由聖靈得知摩爾門經是眞實的。可以建議他們把找到的章節劃記下來。將這些章節寫在白板上。他們的答案應包括：

「讀這些」

「記住……主……一直多麼慈悲」

「在心中沈思」

「用眞心誠意來求問，對基督有信心」

幫助學生更加了解，他們要做哪些事，才能獲得從聖靈而來的見證，知道摩爾門經是眞實的，用下面的教學建議來討論摩羅乃所教導的這些必須做的事。

1.「讀這些」

摩羅乃邀請我們要「讀這些」，即閱讀摩爾門經。請一位學生讀出七十員定額組塔德·克利斯特長老所說的下面這個故事，談到一位女青年如何因閱讀摩爾門經而受益：

「一個14歲的女孩……她說她和學校裡的一個朋友討論宗教信仰。她的朋友問她：『妳是哪個教會的?』

「她回答：『耶穌基督後期聖徒教會，或稱爲摩爾門。』

「她的朋友回答：『我知道那個教會，而且知道它不是眞實的。』

「她接著問：『你怎麼知道?』

「她的朋友說：『因爲我有研究過。』

「『你有讀過摩爾門經嗎?』

「她的朋友回答：『沒有。』

「接著，這個甜美的女孩說：『那麼你就還沒有研究過我的教會，因爲我已經讀過摩爾門經的每一頁，而我知道它是眞實的。』」（「摩爾門經——從神而來的書」，2011年11月，利阿賀拿，第76頁）。

- 閱讀摩爾門經，爲什麼是獲知其眞實性的重要關鍵?
- 你今年閱讀摩爾門經，如何使你鞏固對摩爾門經及其眞理的見證?

2.「記住……主……一直多麼慈悲」

摩羅乃教導，那些閱讀摩爾門經並渴望知道其眞實性的人，應該「記住主……一直多麼慈悲」（摩羅乃書10：3）。說明：找出並記住主的慈悲可以軟化我們的心，幫助我們準備好感受聖靈影響的實例。慈悲的一個定義是有憐憫心。請學生稍作沈思，想想他們曾經在什麼時候感覺主對他們顯示慈悲或憐憫，或意識到主在他們所認識之人的生活中顯示慈悲。

請學生分享摩爾門經中對他們意義深遠的例子，主在這些例子中顯示了慈悲。

- 你認爲記住主的慈悲，如何能幫助別人感受聖靈，並獲得對摩爾門經的見證?
- 你生活中有哪些經驗，證明了主的慈悲?
- 你記得主在你生活中顯示慈悲時，內心有什麼感受?

3.「在心中沉思〔主的慈悲〕」

摩羅乃教導，我們必須在心中沈思主的慈悲。說明：沈思主對我們和對他人顯示慈悲的方式，能幫助我們準備好接受聖靈的影響。爲了幫助學生明白這一點，請學生讀出十二使徒定額組馬文·艾希頓長老以下的說明：

「沉思在字典中的意思是：斟酌、考量、深思、默想。……

「我們沉思的時候，就是給聖靈機會來感動及指引我們。沉思是心與靈之間的有力連結。我們讀經文的時候，心與靈會深受感動。如果我們運用沉思的恩賜，就能接受這些永恆的眞理，並明白如何在生活中實踐這些眞理。……

「沉思是追求心智發展的方法。對那些學會沉思的人而言，這是一個偉大的恩賜。如果我們運用沉思的恩賜，就能加強理解，增廣見識，並能切實應用」（「有許多恩賜」，1988年1月，聖徒之聲，第18頁）。

- 你研讀摩爾門經時，曾在什麼時候因爲沉思而感受到聖靈的影響?
- 我們在研讀經文時，做哪些事能幫助我們始終保持沈思?

4.「用眞心誠意來求問，對〔耶穌〕基督有信心」

摩羅乃教導，如果我們想獲得見證，知道摩爾門經是眞實的，就要「用眞心誠意來求問，對基督有信心」。說明：眞心誠意地祈禱，意謂著他們「想依照神給予他們的答覆去做」（宣講我的福音：傳教服務指南〔2004〕，第111頁）。可考慮分享下面的故事，有人因眞心誠意地祈禱而獲得見證，知道摩爾門經是眞實的。

「我偶而會祈禱求問什麼是正確的，可是那比較像是臨時的想法，而不是眞誠的問題。後來，有一天晚上，我決定要用『誠意』來祈求。

「我告訴天父，我想要認識祂，成爲祂眞實教會的一員。我承諾：『如果您願意讓我知道約瑟．斯密是不是眞的先知，摩爾門經是不是眞實的，我一定會去做您要我做的任何事情。如果耶穌基督後期聖徒教會是眞實的教會，我一定會在教會裡，永遠不離開。』

「「我沒有看到什麼驚天動地的顯現，可是我感受到平安，然後就去睡了。幾個小時後，我醒來，有一個清楚的想法：『約瑟．斯密是眞正的先知，摩爾門經是眞實的。』伴隨著這個想法的，是無法形容的平安。我又入睡了，醒來時仍舊是一模一樣的想法與感覺。

「從那時起，我再也不懷疑約瑟．斯密是不是眞正的先知。我知道這是救主的事工，天父會回答我們眞誠的請求」（「我獲得見證的歷程」，2011年10月，利阿賀拿，第64頁）。

請學生查考摩羅乃書10：4，找出如果人們遵循摩羅乃所概述的過程來求問，神會爲他們做哪些事？

- 摩羅乃對於那些遵循他所說的方法來求問，以獲得見證、知道摩爾門經是眞實的人，作了什麼應許？
- 聖靈可能會以什麼方式向我們見證摩爾門經是眞實的？（要確使學生明白，大多數的啓示不會以明顯的方式顯現。縱使有些人可能會有強烈的靈性經驗，大多數人的經歷是安靜而微妙的，也就是溫暖、平安的感覺或確信。你可以說明：研讀經文時，聖靈也會向我們見證，我們正在研讀的經文是眞實的。然後，我們若特別爲摩爾門經的眞實性祈求，聖靈會證實我們所獲得的見證。）

摩羅乃書10：4-5是精通經文章節。請參考課程結尾的精通經文教導建議，來幫助學生精通這些經文。

請學生讀出摩羅乃書10：5–7。請全班跟著讀，找出摩羅乃還應許我們可以藉著聖靈知道其他哪些事。指出：摩羅乃書10：4–5是精通經文章節。可以鼓勵學生以特別的方式劃記，這樣就能輕易找到這節經文。

- 我們可以從摩羅乃書10：3–7學到什麼？（學生可能用不同的話來答覆，但是他們應該認出下面這項眞理：**我們若運用信心，眞心誠意地求問神，就能藉著聖靈，獲得對摩爾門經和對耶穌基督的見證。**

請學生在筆記本或經文研讀日記中寫出一個目標，有關他們要做哪些事來獲得或鞏固對摩爾門經的見證。鼓勵他們運用摩羅乃書10：4中所教導的原則。

摩羅乃書10：27–29

摩羅乃見證：他會在神的審判欄前和我們見面

請一位學生讀出摩羅乃書10：27–29。請學生思考，他們要如何回答摩羅乃書10：27所提出的問題。見證：**接受摩爾門經的人，要爲他們如何使用這本書，向神負責。**

課程結束時，給學生充分的時間，分享他們對摩爾門經的見證。你可以分享自己對摩爾門經的見證。向學生保證，一生中不斷研讀摩爾門經，必能使他們對耶穌基督和祂的福音更有信心。

精通經文—摩羅乃書10：4–5

學生若會背誦摩羅乃書10：4–5，就更能準備好與別人分享摩爾門經的信息。將這些經文寫在白板上，並請全班一起讀。將其中六個詞刪除以後，請學生再讀一遍，請他們一邊讀，一邊填充。繼續進行這個過程，直到大部分或所有的詞都被刪除爲止。

第160課

摩羅乃書10：8–26，30–34

導言

摩羅乃教導如何藉著聖靈的力量，知道一切事情的真實性。他勸告那些研讀他的話語的人，要接受並辨識屬靈的恩賜。摩羅乃在結束摩爾門經的紀錄時，勸告所有的人要歸向基督、接受每一項好的恩賜，並在祂裡面成為完全。

教學建議

摩羅乃書10：8–26

摩羅乃教導有關靈的恩賜以及這些恩賜在主事工中的目的

請學生沉思，天父曾在什麼時候幫助他們做一些他們自己無法做到的事。請學生默讀摩羅乃書10：8，並找出神用哪個詞句，來稱呼賜予忠信者的屬靈能力或祝福（「神的恩賜」）。說明：我們通常把這些恩賜稱爲靈的恩賜或屬靈的恩賜。

- 根據摩羅乃書10：8，神爲什麼賜予祂的兒女靈的恩賜？（學生回答後，在白板上寫出下面的眞理：*神賜給祂的兒女靈的恩賜，使他們受益*。你需要說明：這段經文中的*受益*是指祝福或幫助。）

請學生默讀摩羅乃書10：9–16，並找出摩羅乃在這些經文中說到哪些神的恩賜。可以建議學生在他們找到的恩賜上劃記。

- 你在這些經文中找到哪些靈的恩賜？（學生回答時，可以將他們的答案寫在白板上。）
- 你在教會中見過哪些人蒙得這些恩賜？
- 你曾在什麼時候看到有人獲得祝福，是因爲別人運用了屬靈的恩賜？（你可以準備分享你見過的一個實例。）
- 蒙得屬靈恩賜的人如何從中受益？

請一位學生讀出摩羅乃書10：19，24。請全班跟著讀，找出一個會阻礙我們獲得和辨認屬靈恩賜的原因。

- 你發覺阻礙我們獲得和辨認屬靈恩賜的原因？
- 你認爲人們爲什麼在不相信的狀態下，無法辨認或獲得神的大能與恩賜？

請學生默讀摩羅乃書10：25-26，並留意那些拒絕神的恩賜與大能的人，會有什麼事臨到他們？請學生報告他們所發現的事情。

請幾位學生輪流讀出摩羅乃書7：20–23。請全班跟著讀，找出有信心、希望和仁愛的人會得到什麼祝福。（學生閱讀之前，你可以說明摩羅乃書10：23中「我認爲合宜的事」這句話是指：與神的旨意和諧一致的事。）

- 摩羅乃教導，有信心、希望和仁愛的人會得到什麼祝福？

學生回答時，在白板上寫出下面的原則：*我們若有信心，就能做救主要我們做的事*。可以建議他們在摩羅乃書10：23的這項原則中劃記。

- 你認爲白板上的這兩個原則有什麼關聯？（如果我們有信心，神會賜給我們所需的恩賜，來完成祂要我們做的事工）。
- 知道這兩項原則，如何對你現在和未來有所幫助？

愛你的學生

你對學生表達愛和關懷，就傳達了神對他們的愛。在課程最後，要幫助學生明白他們是神所愛的兒女。

將下面未完成的句子寫在白板上。爲幫助學生明白：摩羅乃書10：23中的應許已經實現或將會在他們的生活中實現，給他們幾分鐘，在筆記本或經文研讀日記中完成其中一個句子：

我曾經在……的時候，體驗到摩羅乃書10：23的應許。

摩羅乃書10：23的應許會在……的時候幫助我。

給予充分的時間後，請學生與一位同伴分享他們所寫的答案。

摩羅乃書10：30–34

摩羅乃邀請所有的人歸向基督並在祂裡面成為完全

將完全這個詞寫在白板上。在該詞下面寫出可不可能?

請學生就白板上的問題，分享他們的看法。簡要討論後，請一位學生讀出尼腓三書12：48。

- 救主說，我們每個人的最終目標是什麼?（成爲完全。）這有可能嗎?

學生分享他們的看法後，請一位學生讀出總會會長團雅各·傅士德會長下面的說明：

「完全是項永恆的目標。我們在今生雖不可能達到完全，但努力達成完全卻是一項誡命，最終，藉著贖罪，我們就能遵守」（「這是我們的時代」，1999年7月，利阿賀拿，第20頁）。

說明：我們雖然在今生不可能達到完全，但是最終還是能成爲完全。摩羅乃教導，我們藉著耶穌基督的贖罪，能做些什麼來達成完全。將下面的圖表抄寫在白板上，不必寫出括號中的答案。

我必須做些什麼……	神作了什麼應許……
（答案可能包括：我們必須歸向耶穌基督，尋求並接受好的恩賜；摒棄邪惡與不潔的事物；避免邪惡和不潔的事物；摒棄一切邪惡；盡能、盡意、盡力愛神。）	（答案可能包括，祂將履行祂的聖約；祂的恩典對我們是足夠的；我們在耶穌基督裡面成為完全；我們會接受神的恩典；我們將被聖化並得到罪得赦免；我們會成為神聖而沒有污點。）

請學生在摩羅乃書10：30-33中找出一些詞句說明了我們必須做些什麼，以及神應許要如何幫助我們成爲純潔和完全。請一位學生在圖表上適當的一欄寫出他們的答案。指出恩典一詞是指神的幫助和力量，我們獲得恩典是由於耶穌基督的贖罪。

- 你會在這張圖表下面，寫哪句話來概述摩羅乃教導我們要如何成爲純潔和完全?學生可以不同的話來答覆，但是他們應該認出下面這項眞理：**我們歸向耶穌基督時，就能透過祂的贖罪得到潔淨，並且成爲完全。**）

如果可能的話，爲學生複印十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老的下面這段話。請一位學生讀出來，其餘的學生跟著讀。學生閱讀之前，鼓勵他們仔細聽，並沉思應該如何歸向耶穌基督，以作爲今年研讀摩爾門經的成果。

「在這本我們宗教的拱心石、人類所寫過最正確的一本書上，最後、最終一個孤獨的呼籲是不要碰不潔之物、要聖潔無瑕、要純潔。那樣的純潔只能透過羔羊的血而來；那羔羊擔當我們的憂患，背負我們的痛苦，爲我們的過犯受害，並爲我們的罪孽受傷，那羔羊被人藐視、受痛苦，我們也不尊重祂（見摩賽亞書第14章）。……

「要憑著羔羊的血成爲純潔，就是這本書的懇求」（“A Standard unto My People”[address to CES religious educators, Aug. 9, 1994], 13–14, si.lds.org）。

請學生找出摩羅乃書10：32–33中有哪些詞句強調：唯有「在基督裡面」或藉著祂贖罪的潔淨力量與恩典，我們才能成爲完全。

- 爲什麼我們需要耶穌基督的贖罪，才能成爲純潔和完全？
- 你在摩羅乃書10：32–33中找到哪些詞句，鼓勵你努力追求純潔和完全的永恆目標？

請學生在白板上圖表中的第一欄，選出一兩個詞句。給學生幾分鐘在筆記本或研讀經文日記中，寫出任何看法或感想，好在這些方面作改進。

課堂結束時，爲學生讀出摩羅乃書10：34。請學生跟著讀，找出哪些詞句證明摩羅乃對耶穌基督有信心和希望。學生報告他們發現的事情後，請他們在今年摩爾門經課程研讀結束時，寫出任何看法或感想。可以請學生與全班分享他們所寫的想法。見證：他們若藉著遵循基督的教導，對祂的贖罪有信心來歸向基督耶穌，天父就會給他們應許的祝福。鼓勵學生在一生中研讀摩爾門經。

複習摩羅乃書

花些時間幫助學生複習摩羅乃書。請他們沉思：他們在福音進修班或個人經文研讀時，從這本書中學到了些什麼。若有需要，請他們簡短複習摩羅乃書中的章節概要，以幫助他們記住所學的事。給予充分的時間後，請幾位學生分享摩羅乃書中有哪些教導啓發了他們，或增強他們對耶穌基督的信心。

注釋及背景資料

摩羅乃書10：8-19。靈的恩賜。

布司·麥康基長老談到獲得屬靈恩賜的目的和理由：

「〔屬靈恩賜的目的〕是要開導、鼓勵、啓迪忠信的人，使他們在今生獲得平安，並在引導下獲得來世的永生。屬靈恩賜的存在，是在證明主事工的神聖性。若沒有這些恩賜，就沒有教會和神的國度。這應許是：除非由於不信，否則只要地球繼續保持目前的狀況，屬靈恩賜就不會被取去（摩羅乃書10：19），（但到了成為完全的那天，聖徒獲得超升，就不再需要有屬靈恩賜了。正如保羅所說：『等那完全的來到，這有限的必歸於無有了。』（哥林多前書第13章）

「忠誠的人應該全心尋求屬靈的恩賜，也應『切切地求那更大的恩賜』（哥林多前書12：31；教約46：8），『切慕屬靈的恩賜』（哥林多前書14：1），『求那厚賜的神』（教約46：7；馬太福音7：7–8）有的人獲得一項恩賜，有的人獲得另一項恩賜，『有的人會獲得所有那些恩賜，這樣才有人為首，好讓每位成員得益處。』教約42：29（*Mormon Doctrine*, 2nd ed.[1966], 314）。

十二使徒定額組的馬文·艾希頓長老教導：

「在我看來，人生一大悲劇莫過於認定自己是個無才無能的人。……

「我們在教義和聖約46：11–12中讀到，『因為不是所有的人都能獲得每種恩賜；因為恩賜有很多種，每個人都由神的靈給予一種恩賜。

「『有人獲得某一種，有人獲得另一種，好使所有的人因此受益。』

「神已賜給我們每個人一種或多種特殊的恩賜。……尋求恩賜並發揮神所賜的恩賜，全在乎個人。……

「神活著。祂確實賜給我們恩賜。我們培養和分享神所賜的恩賜，並從周遭之人的恩賜中獲益時，這個世界就會變得更好，神的事工也會以更快的步伐向前邁進」（「有許多恩賜」，1988年1月，*聖徒之聲*，第18-20頁）。

自修班課程

摩羅乃書7：20-10：34（第32單元）

自修班教師的準備資料

自修班每日課程概要

以下的概要是學生在研讀摩羅乃書7：20-10：34（第32單元）時所學到的教義和原則，並非在教課時使用。你所教的課程只著重於其中的幾項教義和原則。你在考量學生的需求時，要遵從聖靈的提示。

第1天（摩羅乃書7：20-48）

學生繼續研讀摩爾門對會堂裡的人所講的話時，學到了有關信心、希望和仁愛的重要原則：我們運用對耶穌基督的信心，就能接受每一樣美好的事物。我們若對耶穌基督有信心，就能希望靠著祂的贖罪，獲得永生。我們若全心全力向父祈求，過著耶穌基督真正信徒般的生活，就能滿懷仁愛。

第2天（摩羅乃書7：8-9）

學生在研讀摩羅乃書第8章所記載的摩爾門寫給摩羅乃的書信時，學到那些能為自己行為負責並有犯罪能力的人必須悔改和受洗。他們也研讀了小孩子因耶穌基督贖罪而得救的教義。學生在研讀摩羅乃書第9章的書信時，學到即使我們所服務的對象未積極回應，我們也要努力做神的事工。此外，學生從摩爾門和摩羅乃的例子中學到，我們若對耶穌基督有信心，祂會在我們處於困難和邪惡的環境時提升我們。

第3天（摩羅乃書10：7，27-29）

學生在研讀摩羅乃最後的見證時，會記得：我們若以信心和真心誠意求問神，就能藉著聖靈，獲得對摩爾門經和對耶穌基督的見證。他們也學到，獲得摩爾門經的人，要為他們接納這本書的態度負責。

第4天（摩羅乃書10：8–26，30-34）

學生學到，神賜給世人靈的恩賜，使他們受益。他們也學到，我們若有信心，就能完成救主要我們做的事。他們也研讀了摩羅乃在摩爾門經中最後所說的話，這些話教導我們，我們歸向耶穌基督，便能藉著祂的贖罪而變得潔淨和完全。

導言

本課程可以幫助學生更加了解接受每一樣美好事物的意義。學生會有機會說明：人們可以怎樣親自知道摩爾門經是真實的。他們也能分享對摩爾門經的見證，並討論今年他們的見證如何更加堅定。摩羅乃書第7～9章包含摩爾門的書信，摩羅乃把這些書信收錄在這本書內。

教學建議

摩羅乃書7：20-48

摩羅乃記錄摩爾門有關對耶穌基督的信心、希望和仁愛的教導

在白板上寫出*接觸*和*接受*二詞。請一位學生到教室前面來，示範什麼是接觸摩爾門經。然後請他示範什麼是接受摩爾門經。

請學生默讀摩羅乃書7：19，並找出摩爾門說我們應該接受哪些事。然後問以下問題：

- 摩爾門說，我們應該接受哪些事？
- 你認為「接受每一樣美好事物」是什麼意思？（幫助學生了解，「接受每一樣美好事物」包括正義的目標、行為、思想、原則和事物。）

說明：摩爾門繼續教導我們如何「接受每一樣美好事物。」請幾位學生輪流讀出摩羅乃書7：20-22，25。請學生找出，摩爾門勸告我們必須先做些什麼，來「接受每一樣美好事物。」

將以下未完成的句子寫在白板上：*我們……，就能接受每一樣美好事物*。

問：讀了這些經文以後，你要怎麼完成這個句子？（學生可能回答：**我們運用對耶穌基督的信心，就能接受每一樣美好的事物**。）

提醒學生，摩爾門也在本章見證：我們藉著對耶穌基督的信心，就能滿懷仁愛的恩賜（見摩羅乃書7：48）。請全班試著背誦精通經文章節摩羅乃書7：45，47-48。學生也可讀出這些章節。

問學生下面的問題：

- 你最喜歡摩羅乃書7：45，47–48中的哪節經文？這節經文為什麼對你很有意義？
- 你在什麼時候看到有人滿懷仁愛，或者，你在什麼時候感到主幫助你滿懷仁愛？（你可以分享自己對這些問題的答案。）

摩羅乃書第10章

摩羅乃勸告我們要獲得摩爾門經的見證並歸向耶穌基督

與學生複習拱心石在拱門中的目的。討論拱心石的觀點與摩爾門經有什麼關聯。（可以請學生參閱研讀指南第3天第一單元中的圖片。）請學生分享，摩爾門經為何是他們見證的拱心石。

請一位學生讀出摩羅乃書10：3–5。請學生想想，和所有的人（無論成員與否）分享這些經文為什麼是很重要的。請幾個同學分享他們的想法，然後問：摩羅乃說，我們需要做些什麼，才能認識真理？學生回答時，可以將他們的答案寫在白板上。指出：這些答案是我們以信心尋求，以便知道「一切事情的真實性」的方法。）

請學生讀出摩羅乃書10：6–7，然後問：藉著聖靈的力量，我們除了能夠知道摩爾門經的真實性以外，還能知道其他哪些事？（聖靈會證實耶穌是基督。）

將下面的原則寫在白板上：***如果我們憑信心，真心誠意求問神，就能藉著聖靈，獲得對摩爾門經和對耶穌基督的見證***。

提醒學生，摩羅乃對所有讀摩爾門經的人提出了最後的邀請。請一位學生讀出他在摩羅乃書10：30，32–33中提出的邀請。請學生找出「歸向基督」的方法。（你可以建議他們把找到的經文中劃記下來。）然後問下面的問題：

- 摩羅乃在這本神聖紀錄的結尾，向我們提出了什麼邀請？
- 這些經文中有哪些詞句幫助你明白「歸向基督」的方法？
- 你可以從這些經文中學到哪些原則？（學生的答案可能包括以下這項原則：**我們歸向耶穌基督，便能藉著祂的贖罪而變得純潔和完全**。你可以在白板上寫出這項原則。）
- 唯有藉著耶穌基督才能成為完全，這句話對你來說有什麼意義？

請每個學生選出下列一個問題，並沉思如何作答。（你可以將這些問題展示在白板上，或在上課前先作成講義。）給予充分的時間後，請幾位學生與全班分享他們的答案。

- 你是如何知道摩爾門經是真實的？
- 救主如何幫助你超越自己能力所及，成為更好的人？
- 回顧今年研讀摩爾門經的情形，你想在經文研讀方面作何改進？

學生分享他們的答案後，你可以分享你對摩爾門經和對耶穌基督贖罪的見證。此外，表達你對學生的感激，感謝他們今年在福音進修班的研讀與學習上所作的努力。鼓勵他們繼續每天閱讀經文，並努力在他們的生活中學以致用。

附錄

經文研讀圖表

我們鼓勵學生（1）每天閱讀和研讀經文，以及（2） 讀本年度課程的經文，這樣就是幫助完成福音進修班和神學研究所的目標。你可以給學生像下面所示的圖表，以幫助他們追蹤進度。如果你想報告學生每日閱讀經文的紀錄，可遵循「經文 讀報告指引」中的指示。上網到si.lds.org，去尋找這些指引，用這些字「scripture reading reporting instructions」去搜尋。

摩爾門經閱讀進度表

尼腓一書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
尼腓二書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
雅各書	1	2	3	4	5	6	7				
以挪士書	1										
雅龍書	1										
奧姆乃書	1										
摩爾門語	1										
摩賽亞書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29				
阿爾瑪書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
	56	57	58	59	60	61	62	63			
希拉曼書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16						
尼腓三書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30			
尼腓四書	1										
摩爾門書	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
以帖書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15							
摩羅乃書	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

平日經文閱讀進度表

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29	(29)	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31		31		31		31	31		31		31

平日教師進度指南

36週學年度教學進度建議

週	應教的經文段落	閱讀段落
1	第1天：第1課——學習者的責任 第2天：第2課——研讀經文 第3天：第3課——救恩計畫 第4天：第4課——標題頁、緒言，及證人的證詞 第5天：第5課——摩爾門經概覽	標題頁、摩爾門經緒言、證人的證詞、先知約瑟·斯密的見證、以及對摩爾門經的簡短說明
2	第1天：第6課——尼腓一書第1章 第2天：第7課——尼腓一書第2章 第3天：第8課——尼腓一書第3～4章 第4天：彈性日（見彈性日建議） 第5天：第9課——尼腓一書第5章	尼腓一書第1～5章
3	第1天：第10課——尼腓一書第6章和第9章 第2天：第11課——尼腓一書第7章 第3天：第12課——尼腓一書第8章 第4天：第13課——尼腓一書第10～11章 第5天：第14課——尼腓一書第12～13章	尼腓一書第6～13章
4	第1天：第15課——尼腓一書第14章 第2天：彈性日（見彈性日建議） 第3天：第16課——尼腓一書第15章 第4天：第17課——尼腓一書第16章 第5天：第18課——尼腓一書第17章	尼腓一書第14～17章
5	第1天：第19課——尼腓一書第18章 第2天：第20課——尼腓一書第19章 第3天：第21課——尼腓一書第20～22章 第4天：彈性日（見彈性日建議） 第5天：第22課——尼腓二書第1章	尼腓一書第18章～尼腓二書第1章
6	第1天：第23課——尼腓二書第2章（第1部分） 第2天：第24課——尼腓二書第2章（第2部分） 第3天：第25課——尼腓二書第3章 第4天：第26課——尼腓二書第4章 第5天：第27課——尼腓二書第5章	尼腓二書第2～5章
7	第1天：第28課——尼腓二書第6～8章 第2天：第29課——尼腓二書9：1-26 第3天：第30課——尼腓二書9：27-54及尼腓二書第10章 第4天：彈性日（見彈性日建議） 第5天：第31課——尼腓二書第11章和第16章	尼腓二書第6～11章；第16章
8	第1天：第32課——尼腓二書第12～15章 第2天：第33課——尼腓二書第17～20章 第3天：第34課——尼腓二書第21～24章 第4天：第35課——尼腓二書第25章 第5天：彈性日（見彈性日建議）	尼腓二書第12～15章；第17～25章
9	第1天：第36課——尼腓二書第26章 第2天：第37課——尼腓二書第27章 第3天：第38課——尼腓二書第28章 第4天：第39課——尼腓二書第29～30章 第5天：第40課——尼腓二書第31章	尼腓二書第26～31章

週	應教的經文段落	閱讀段落
10	第1天：第41課——尼腓二書第32章 第2天：第42課——尼腓二書第33章 第3天：彈性日（見彈性日建議） 第4天：第43課——雅各書第1章～2：11 第5天：第44課——雅各書2：12-35	尼腓二書第32章～雅各書第2章
11	第1天：第45課——雅各書第3～4章 第2天：第46課——雅各書5：1-51 第3天：第47課——雅各書5：52-77；雅各書第6章 第4天：第48課——雅各書第7章 第5天：彈性日（見彈性日建議）	雅各書第3～7章
12	第1天：第49課——以挪士書 第2天：第50課——雅龍書和奧姆乃書 第3天：第51課——摩爾門語～摩賽亞書第1章 第4天：第52課——摩賽亞書第2章 第5天：第53課——摩賽亞書第3章	以挪士書～摩賽亞書第3章
13	第1天：第54課——摩賽亞書第4章 第2天：第55課——摩賽亞書第5～6章 第3天：彈性日（見彈性日建議） 第4天：第56課——摩賽亞書第7～8章 第5天：第57課——摩賽亞書第9～10章	摩賽亞書第4～10章
14	第1天：第58課——摩賽亞書第11～12：17 第2天：第59課——摩賽亞書12：18～14：12 第3天：第60課——摩賽亞書第15～17章 第4天：第61課——摩賽亞書第18章 第5天：第62課——摩賽亞書第19～20章	摩賽亞書第11～20章
15	第1天：第63課——摩賽亞書第21～22章 第2天：第64課——摩賽亞書第23～24章 第3天：第65課——摩賽亞書第25章 第4天：第66課——摩賽亞書第26章 第5天：第67課——摩賽亞書第27章	摩賽亞書第21～27章
16	第1天：第68課——摩賽亞書第28～29章 第2天：彈性日（見彈性日建議） 第3天：第69課——阿爾瑪書第1～2章 第4天：第70課——阿爾瑪書第3～4章 第5天：第71課——阿爾瑪書5：1-36	摩賽亞書第28章～阿爾瑪書5：36章
17	第1天：第72課——阿爾瑪書5：37-62 第2天：第73課——阿爾瑪書第6～7章 第3天：第74課——阿爾瑪書第8章 第4天：第75課——阿爾瑪書第9～10章 第5天：第76課——阿爾瑪書第11章	阿爾瑪書5：37-11：46
18	第1天：第77課——阿爾瑪書第12章 第2天：第78課——阿爾瑪書第13章 第3天：第79課——阿爾瑪書第14章 第4天：第80課——阿爾瑪書第15～16章 第5天：彈性日（見彈性日建議）	阿爾瑪書第12～16章

週	應教的經文段落	閱讀段落
19	第1天：第81課——阿爾瑪書第17章 第2天：第82課——阿爾瑪書第18章 第3天：第83課——阿爾瑪書第19～20章 第4天：第84課——阿爾瑪書第21～22章 第5天：第85課——阿爾瑪書第23～24章	阿爾瑪書第17～24章
20	第1天：第86課——阿爾瑪書第25～26章 第2天：第87課——阿爾瑪書第27～29章 第3天：彈性日（見彈性日建議） 第4天：第88課——阿爾瑪書第30章 第5天：第89課——阿爾瑪書第31章	阿爾瑪書第25～31章
21	第1天：第90課——阿爾瑪書第32章 第2天：第91課——阿爾瑪書第33章 第3天：第92課——阿爾瑪書第34～35章 第4天：第93課——阿爾瑪書第36章 第5天：第94課——阿爾瑪書第37章	阿爾瑪書第32～37章
22	第1天：第95課——阿爾瑪書第38章 第2天：第96課——阿爾瑪書第39章 第3天：第97課——阿爾瑪書第40章 第4天：第98課——阿爾瑪書第41章 第5天：第99課——阿爾瑪書第42章	阿爾瑪書第38～42章
23	第1天：彈性日（見彈性日建議） 第2天：第100課——阿爾瑪書第43～44章 第3天：第101課——阿爾瑪書第45～48章 第4天：第102課——阿爾瑪書第49～51章 第5天：第103課——阿爾瑪書第52～55章	阿爾瑪書第43～55章
24	第1天：第104課——阿爾瑪書第56～58章 第2天：第105課——阿爾瑪書第59～63章 第3天：彈性日（見彈性日建議） 第4天：第106課——希拉曼書第1～2章 第5天：第107課——希拉曼書第3～4章	阿爾瑪書第56章～ 希拉曼書第4章
25	第1天：第108課——希拉曼書第5章 第2天：第109課——希拉曼書第6～7章 第3天：第110課——希拉曼書第8～9章 第4天：第111課——希拉曼書第10章 第5天：第112課——希拉曼書第11～12章	希拉曼書第5～12章
26	第1天：第113課——希拉曼書第13章 第2天：第114課——希拉曼書第14章 第3天：第115課——希拉曼書第15～16章 第4天：彈性日（見彈性日建議） 第5天：第116課——尼腓三書第1章	希拉曼書第13章～ 尼腓三書第1章
27	第1天：第117課——尼腓三書第2～5章 第2天：第118課——尼腓三書第6～7章 第3天：第119課——尼腓三書第8～10章 第4天：第120課——尼腓三書11：1-17 第5天：第121課——尼腓三書11：18-41	尼腓三書第2～11章
28	第1天：第122課——尼腓三書第12章 第2天：第123課——尼腓三書第13章 第3天：第124課——尼腓三書第14章 第4天：第125課——尼腓三書第15～16章 第5天：第126課——尼腓三書第17章	尼腓三書第12～17章
29	第1天：第127課——尼腓三書第18章 第2天：彈性日（見彈性日建議） 第3天：第128課——尼腓三書第19章 第4天：第129課——尼腓三書第20章 第5天：第130課——尼腓三書第21～22章	尼腓三書第18～22章
30	第1天：第131課——尼腓三書第23章 第2天：第132課——尼腓三書第24～26章 第3天：第133課——尼腓三書第27章 第4天：第134課——尼腓三書第28章 第5天：第135課——尼腓三書第29～30章	尼腓三書第23～30章
31	第1天：彈性日（見彈性日建議） 第2天：第136課——尼腓四書 第3天：第137課——摩爾門書第1～2章 第4天：第138課——摩爾門書第3～4章 第5天：第139課——摩爾門書第5～6章	尼腓四書～摩爾門書第6章
32	第1天：第140課——摩爾門書第7章～8：11 第2天：第141課——摩爾門書8：12-41 第3天：第142課——摩爾門書第9章 第4天：彈性日（見彈性日建議） 第5天：第143課——以帖書第1章	摩爾門書第7章～ 以帖書第1章
33	第1天：第144課——以帖書第2章 第2天：第145課——以帖書第3章 第3天：第146課——以帖書第4～5章 第4天：第147課——以帖書第6章 第5天：第148課——以帖書第7～11章	以帖書第2～11章
34	第1天：彈性日（見彈性日建議） 第2天：第149課——以帖書12：1-22 第3天：第150課——以帖書12：23-41 第4天：第151課——以帖書第13～15章 第5天：第152課——摩羅乃書第1～3章	以帖書第12章～ 摩羅乃書第3章
35	第1天：第153課——摩羅乃書第4～5章 第2天：第154課——摩羅乃書第6章 第3天：彈性日（見彈性日建議） 第4天：第155課——摩羅乃書7：1-19 第5天：第156課——摩羅乃書7：20-48	摩羅乃書第4～7章
36	第1天：第157課——摩羅乃書第8章 第2天：第158課——摩羅乃書第9章 第3天：第159課——摩羅乃書10：1-7，27-29 第4天：第160課——摩羅乃書10：8-26，30-34 第5天：彈性日（見彈性日建議）	摩羅乃書第8～10章

彈性日建議

平日教師進度指南是根據36週或180天的學年度而策劃。本書有160課平日課程，其他20天沒有提供教學教材。這20個「彈性日」應當明智地用來做有價值的目標和活動，包括以下各項：

1. **調整平日課程**。你可能要對某一課程花額外的時間，以有效地教導。你也可以使用出現在某些課程結尾的輔助教學建議，或花時間回答學生對於某個特殊經文章節、或福音主題所產生的問題。彈性日讓你利用這種機會，同時保持你的進度，並完成你循序教導福音的任務。
2. **精通關鍵經文章節和基礎教義**。你也可以使用本書通篇及附錄裡可找到的精通經文章節複習活動，你可以創造另外的精通經文活動，以適合你班上學生的特殊需要和興趣。你也可以用部分的彈性日，做些能幫助學生複習和加深了解基礎教義的活動。年度開始早期，你可用一個彈性日舉行基礎教義評估（BDA）。這是設計來幫助教師估計學生對教會的一些基礎教義了解、相信、知道如何運用、和解釋的能力。在福音進修班和神學研究所的網站（si.lds.org），要找基礎教義評估（BDA）和其他評估資料，可用關鍵字*assessment*來搜尋。基礎教義評估報告可幫助那些做了評估的教師，分析學生們的需要，並調整教學，以更切合他們的需要。
3. **複習以前的教材**。學生定期複習前面課程所學的，或從某一本經文學到的真理，對他們會很有幫助。你可以給學生機會解釋從以前的課程所學到的一個真理，並分享那真理怎樣影響了他們的生活。你也可以出考題或創造學習活動，以複習前面的課程。
4. **容許進度被打斷**。學校活動或大會、社區活動、天候變化，以及其他事情打斷進度時，可能需要你偶爾取消或縮短課程。你可用彈性日來調整被打斷的進度。

自修班教師進度指南

本書包含與*摩爾門經福音進修班自修學生研讀指南*有關的32個單元。你可以按需要調整課程和進度，以配合你所能教導的週數。

單元	自修班課程
第1單元	第1天：研讀經文 第2天：救恩計畫 第3天：標題頁、緒言，及證人的證詞 第4天：摩爾門經概覽 *教師課程：研讀經文——摩爾門經概覽*
第2單元	第1天：尼腓一書第1章 第2天：尼腓一書第2章 第3天：尼腓一書第3～4章 第4天：尼腓一書第5～6章；第9章 *教師課程：尼腓一書第1～6章；第9章*
第3單元	第1天：尼腓一書第7章 第2天：尼腓一書第8章 第3天：尼腓一書第10～11章 第4天：尼腓一書第12～14章 *教師課程：尼腓一書第7～8章；第10～14章*
第4單元	第1天：尼腓一書第15章 第2天：尼腓一書第16章 第3天：尼腓一書第17章 第4天：尼腓一書第18～19章 *教師課程：尼腓一書第15～19章*
第5單元	第1天：尼腓一書第20～22章 第2天：尼腓二書第1章 第3天：尼腓二書第2章 第4天：尼腓二書第3章 *教師課程：尼腓一書第20章～尼腓二書第3章*
第6單元	第1天：尼腓二書第4～5章 第2天：尼腓二書第6～8章 第3天：尼腓二書第9章 第4天：尼腓二書第9～10章 *教師課程：尼腓二書第4～10章*
第7單元	第1天：尼腓二書第11～16章 第2天：尼腓二書第17～20章 第3天：尼腓二書第21～24章 第4天：尼腓二書第25章 *教師課程：尼腓二書第11～25章*
第8單元	第1天：尼腓二書第26～27章 第2天：尼腓二書第28章 第3天：尼腓二書第29～30章 第4天：尼腓二書第31章 *教師課程：尼腓二書第26～31章*
第9單元	第1天：尼腓二書第32章 第2天：尼腓二書第33章 第3天：雅各書第1～2章 第4天：雅各書第3～4章 *教師課程：尼腓二書第32章～雅各書第4章*
第10單元	第1天：雅各書第5～6章 第2天：雅各書第7章 第3天：以挪士書 第4天：雅龍書和奧姆乃書 *教師課程：雅各書第5章～奧姆乃書*
第11單元	第1天：摩爾門語～摩賽亞書第2章 第2天：摩賽亞書第3章 第3天：摩賽亞書第4章 第4天：摩賽亞書第5～6章 *教師課程：摩爾門語～摩賽亞書第6章*
第12單元	第1天：摩賽亞書第7～8章 第2天：摩賽亞書第9～10章 第3天：摩賽亞書第11～14章 第4天：摩賽亞書第15～17章 *教師課程：摩賽亞書第7～17章*
第13單元	第1天：摩賽亞書第18章 第2天：摩賽亞書第19～20章 第3天：摩賽亞書第21～24章 第4天：摩賽亞書第25章 *教師課程：摩賽亞書第18～25章*
第14單元	第1天：摩賽亞書第26章 第2天：摩賽亞書第27章 第3天：摩賽亞書第28～29章 第4天：阿爾瑪書第1～4章 *教師課程：摩賽亞書第26章～阿爾瑪書第4章*
第15單元	第1天：阿爾瑪書5：1-36 第2天：阿爾瑪書5：37-62 第3天：阿爾瑪書第6～7章 第4天：阿爾瑪書第8～10章 *教師課程：摩賽亞書第5～10章*
第16單元	第1天：阿爾瑪書第11章 第2天：阿爾瑪書第12章 第3天：阿爾瑪書第13章 第4天：阿爾瑪書第14～16章 *教師課程：摩賽亞書第11～16章*
第17單元	第1天：阿爾瑪書第17～18章 第2天：阿爾瑪書第19～20章 第3天：阿爾瑪書第21～22章 第4天：阿爾瑪書第23～24章 *教師課程：阿爾瑪書第17～24章*
第18單元	第1天：阿爾瑪書第25～29章 第2天：阿爾瑪書第30章 第3天：阿爾瑪書第31章 第4天：阿爾瑪書第32章 *教師課程：阿爾瑪書第25～32章*
第19單元	第1天：阿爾瑪書第33～35章 第2天：阿爾瑪書第36章 第3天：阿爾瑪書第37章 第4天：阿爾瑪書第38章 *教師課程：阿爾瑪書第33-38章*
第20單元	第1天：阿爾瑪書第39章 第2天：阿爾瑪書第40～41章 第3天：阿爾瑪書第42章 第4天：阿爾瑪書第43～44章 *教師課程：阿爾瑪書第39～44章*
第21單元	第1天：阿爾瑪書第45～49章 第2天：阿爾瑪書第50～52章；54～55章 第3天：阿爾瑪書第53章；第56～58章 第4天：阿爾瑪書第59～63章 *教師課程：阿爾瑪書第45～63章*
第22單元	第1天：希拉曼書第1章 第2天：希拉曼書第3～4章 第3天：希拉曼書第5章 第4天：希拉曼書第6～9章 *教師課程：希拉曼書第1～9章*
第23單元	第1天：希拉曼書第10章 第2天：希拉曼書第11～12章 第3天：希拉曼書第13～14章 第4天：希拉曼書第15～16章 *教師課程：希拉曼書第10～16章*
第24單元	第1天：尼腓三書第1章 第2天：尼腓三書第2～5章 第3天：尼腓三書第6～10章 第4天：尼腓三書11：1-17 *教師課程：尼腓三書第1章～11：17*
第25單元	第1天：尼腓三書11：18～12：48 第2天：尼腓三書第13章 第3天：尼腓三書第14章 第4天：15～16章 *教師課程：尼腓三書11：18～16：20*
第26單元	第1天：尼腓三書第17章 第2天：尼腓三書第18章 第3天：尼腓三書第19章 第4天：尼腓三書第20～22章 *教師課程：尼腓三書第17～22章*
第27單元	第1天：尼腓三書第23章 第2天：尼腓三書第24～26章 第3天：尼腓三書第27章 第4天：尼腓三書第28～30章 *教師課程：尼腓三書第23～30章*
第28單元	第1天：尼腓四書第1章 第2天：摩爾門書第1～2章 第3天：摩爾門書第3～4章 第4天：摩爾門書7：1～8：11章 *教師課程：尼腓四書第1章～摩爾門書8：11*
第29單元	第1天：摩爾門書8：12-41 第2天：摩爾門書第9章 第3天：以帖書第1～2章 第4天：以帖書第3章 *教師課程：摩爾門書8：12～以帖書第3章*
第30單元	第1天：以帖書第4～5章 第2天：以帖書第6章 第3天：以帖書第7～11章 第4天：以帖書第12章 *教師課程：以帖書第4～12章*
第31單元	第1天：以帖書第13～15章 第2天：摩羅乃書第1～5章 第3天：摩羅乃書第6章 第4天：摩羅乃書7：1-19 *教師課程：以帖書第13章～摩羅乃書7：19*
第32單元	第1天：摩羅乃書7：20-489 第2天：摩羅乃書第8～9章 第3天：摩羅乃書10：1-7，27-29 第4天：摩羅乃書10：8-26，30-34 *教師課程：摩羅乃書7：20～10：34*

精通經文導言

福音進修班和神學研究所，為四年福音進修班的每一年課程，選了25條精通經文章節。這些章節對於了解與分享福音、及鞏固信心，是重要的經文基礎。摩爾門經的精通經文章節如下：

尼腓一書3：7
尼腓二書2：25
尼腓二書2：27
尼腓二書9：28-29
尼腓二書25：23，26
尼腓二書28：7-9
尼腓二書31：19-20
尼腓二書32：3
尼腓二書32：8-9
摩賽亞書2：17
摩賽亞書3：19
摩賽亞書4：30
阿爾瑪書7：11-13
阿爾瑪書32：21
阿爾瑪書37：35
阿爾瑪書39：9
阿爾瑪書41：10
希拉曼書5：12
尼腓三書12：48
尼腓三書18：15，20-21。
以帖書12：6
以帖書12：27
摩羅乃書7：41
摩羅乃書7：45，47-48
摩羅乃書10：4-5

鼓勵福音進修班學生「精通」這些章節。如果你也精通這些章節，就能對你的學生更有幫助。經文章節的精通方法包括下列步驟：

- 要**找到**經文章節，需知道相關的經文參考
- **了解**該段經文章節的上下文和內容
- **應用**該段經文章節中教導的福音原則和教義
- **背誦**該段經文章節

前後一致、期望、和方法

在你計畫幫助學生精通各經文章節時，如果能前後一致地提到精通經文章節、保持適當的期望、並運用方法吸引不同學習型態的學生，你會更成功。

教導精通經文時，保持前後一致和用重覆的技巧，將能幫助學生落實那些真理，存在長期記憶中以供未來運用。將一年的課程列出概要，擬定計畫以便前後一致地提供機會，使學生在教室裡能精通經文。明智地決定你要多常、花多少時間幫助學生學習精通經文章節。確保精通經文的活動不會影響每日循序研讀經文的時間。你可以決定每天花幾分鐘時間，與你的學生複習精通經文章節。或者，你可以決定每星期一次或兩次，做10到15分鐘的簡短精通活動。不論你怎樣計畫幫助學生學習精通經文章節，要前後一致，並適合你的教學方針。

要根據每個學生的能力訂定你的期望；學習者也要對精通經文章節付出努力。告訴學生，他們在精通經文方面成功與否，多半取決於他們的學習態度和是否願意下工夫。鼓勵他們設定目標，把他們的能力推上更高層次。要留心有些學生可能有記憶困難，你要願意依學生的需要，調整你的期望和教學方式。

為適應更大範圍的個性和學習型態，你需要變換所使用的教學方式，以幫助學生精通那些經文章節。跟所有的教導與學習福音一樣，要明智地選擇活動，使聖靈能幫助學生精通經文和教義。在本書課程中，你可以找到一些適合教導精通經文的方式。教導精通經文的其他方式，見下列精通經文活動。

課本裡的精通經文

課本裡用幾種方式寫下精通經文：精通經文圖示📖 指明精通經文章節在課程裡的處理方式。精通經文章節在它們所出現的各章，上下文裡加以介紹和討論。對精通經文章節的其他教學意見，列在它們出現的各課結尾。這些教學意見，可幫助平衡每一節精通經文的四個要素（找到、了解、應用、背誦）。舉個例，如果課程本身已幫助學生了解和應用精通經文章節，那麼，額外的教學意見能幫助他們找到或背誦該節。

課程也不時地提供精通經文章節複習活動，如果時間許可，可用來配合你班級的精通經文目標。這些複習可用下列精通經文活動來補充。你可以在一個較短的課程開始或結尾時，撥出一點時間做一種複習活動。

精通經文進行方式提議

為協助學生在**找到**方面的技巧，你可以計畫在年度課程早期，介紹25條精通經文，然後在整個學年中致力於加深精通。或者，你可以每個月介紹幾個章節，在那個月集中精通那幾章節。在介紹時，可以包括建議學生在自己的經文上，劃記精通經文章節，幫助學生想辦法記住關鍵字和參考資料，並解釋每一節所含的教義和原則。你也可以讓學生參與介紹精通經文章節，事先指定他們在祈禱會使用那些章節，或請他們互相教導如何背誦和找到那些章節。定期舉行小考和尋找經文的活動（見下列精通經文活動範例），以使學生對背誦精通經文章節有責任感。本年度課程的25條精通經文，可在學生書籤和精通經文卡上找到。

為幫助學生**了解**精通經文章節，可在你平日課程上這些章節出現時加以強調。你也可以運用下列精通經文活動，以增加學生對這些章節的知識，及有能力解釋其中所含的真理。在祈禱會或課堂上，給學生機會，解釋精通經文章節裡的真理怎樣幫助他們更加了解基礎教義。

為支持學生將精通經文章節裡所找到的真理加以**應用**，鼓勵他們跟隨聖靈的提示，以了解章節裡面的真理怎樣應用在他們的生活中。為幫助學生對他們所學到的真理採取行動，你可以偶爾在班上的佈告板張貼一則跟精通經文章節有關的挑戰。或者，你可以給學生機會，在課堂上用精通經文章節，練習教導福音教義和原則（見以下的精通經文活動意見）。你也可以請學生從課程中精通經文章節出現處，將所學到的原則加以應用。給學生機會在祈禱會或其他時間，報告他們的經驗。這樣可幫助他們，對於從精通經文章節所學到的真理，增加他們的見證。

為幫助學生**背誦**25條精通經文章節，你可計畫致力於每個月在班上背誦兩、三章節。你也可以給學生挑戰，叫他們在家裡背誦某些章節（他們可以與家人一起背誦，或背誦給父母或一個家庭成員聽）。你可將背誦作為平日祈禱會的一部分，請全班背誦一節，或讓學生兩人一組，背誦給彼此聽。給學生機會兩人一組、或分成小組、或到教室前面背誦精通經文章節，有助於他們盡責用功。下列精通經文章節活動，包括各種不同的背誦方式。要留心按照每位學生的能力和情況，調整你對他們背誦的期望。學生若沒有能力背誦，不可使他們感到困窘或負擔。

精通經文活動

導言

這一部分提供一些意見，給你用來幫助學生精通關鍵性的經文章節。在你協助和鼓勵學生發展這些技巧時，你就是在幫助他們對於研讀經文變得更自立。學生可以終生使用這些精通技巧，以找到、了解、應用、和背誦經文章節。對於精通經文的每個要素，教導意見列於下。使用這些不同型態的活動，可幫助學生在精通經文章節上更成功。

可幫助學生找到精通經文的活動

劃記章節

劃記精通經文章節可以幫助學生背誦這些章節，並更迅速地找到它們。考慮鼓勵學生在他們的經文書上，用不同於其他劃記的方式，來劃記這些關鍵章節。

知道書名

記住摩爾門經中各書的名字和順序，能幫助學生更快的找到精通經文章節。下面是活動範例，可幫助學生熟悉摩爾門經中的各書。

- **找目錄**——幫助學生找摩爾門經的目錄，它的名稱是「摩爾門經各書的書名與次序」。
- **唱一首歌**——教學生唱「摩爾門經中各書名」（*兒童歌本*，第63頁）。整年中讓他們偶爾唱這首歌，可幫助他們記住摩爾門經中各書的名稱和次序。
- **用頭幾筆畫**——在白板上寫摩爾門經裡各書名的頭幾筆畫（尸月一，尸月二，牙立，以言其，等等），讓學生練習說出配合每個字的書名。重覆這活動，直到他們能憑記憶背出書名。
- **書名追蹤**——提出一條精通經文章節所在的書名，讓學生翻開他們的經文到那部書的任何一頁。計時看全班花多少時間找到每一部書。這個活動可以重覆做，好讓學生更熟練於背誦和尋找摩爾門經中的各書。

記住經文出處和內容

學生知道了精通經文章節的地點和內容後，聖靈能幫助他們在需要時記起經文出處（見約翰福音14：26）。關鍵字或詞，像「我願意去做」（尼腓一書3：7）以及「自由選擇」（尼腓二書2：27）能幫助學生記起每一章節的內容和教義上的教導。下列方法能幫助學生，把精通經文的經文出處與內容或關鍵字聯在一起。（你可能得把有競爭性、比賽性、或計時回答的活動，留到年度後期，在學生表現出知道精通經文章節所在處之後。這樣，這種活動才有助於強調他們已經學到的事情。）

- **經文出處和關鍵字**——鼓勵學生記住列在精通經文卡上，每一條精通經文章節的經文出處和關鍵字。（精通經文卡可以上網去訂購store.lds.org。你也可以讓學生製作他們自己的精通經文卡。）給學生時間，與一位同伴研讀卡片，然後互相測試。鼓勵學生用有創意的方法，一起研讀與互相測試。當他們對精通經文章節更熟悉之後，你可以邀請他們使用一些線索，包含各章節的上下文或教義和原則的應用。回答測試的人，可以用口頭或書寫來回答。

- **精通經文卡**——這個活動可用來介紹或複習一組精通經文章節。選擇一些精通經文卡，以備分發給學生。（要確定每一卡有數張，這樣才能讓不只一位學生拿到同樣的卡片。你也可以準備足夠的卡片，使每位學生能有兩、三條不同的經文章節。）分發卡片給全班學生，給學生時間研讀精通經文章節、經文出處、關鍵字、上下文敘述、教義或原則、以及每張卡片上的應用意見。提出卡片上的一些線索（例如：精通經文章節裡面的字，或關鍵字、上下文、教義或原則、或應用）。拿到相關卡片的學生應站起來，說出該精通經文出處。
- **經文追蹤**——用線索以幫助學生從他們的經文裡很快地找到那些章節。你可以用精通經文卡上的關鍵字、上下文敘述、教義和原則、以及應用意見作為線索，你也可以自己創造線索。讓學生比賽找章節的那種經文追蹤活動，可幫助他們積極參與學習精通經文章節。使用經文追蹤活動以幫助精通經文時，採用的方法要能不傷感情或妨礙靈性。幫助學生避免不虔敬地對待經文，或過分競爭。同時考慮讓學生與某一個標準相競爭，而不是彼此競爭。例如，學生可以和教師比賽，或你可以讓他們比賽看看班上有多少百分比的學生，能在特定的時間範圍內找到某一章節。
- **故事追蹤**——從日常生活類似於精通經文章節的情景，擬造景像提供線索給學生。例如，作為尼腓一書3：7的線索，你可以說：「約翰知道主命令所有配稱的男青年去做傳教服務，但是他擔心他的害羞會妨礙他作有效率的服務。然後他記起尼腓對於取得銅頁片的困難所做的反應，約翰獲得勇氣，知道主會提供給他一種方式，使他能成為能幹的傳教士」。學生聽這故事時，請他們在自己的經文書上找切合的精通經文章節。
- **小考與測試**——讓學生有機會測試他們對精通經文章節的記憶。線索可以包括關鍵字或經文出處、章節中的引言、或擬想的情況展現出章節中所教導的真理。小考與測試可用口頭式、寫在白板上或紙上。學生通過小考或測試之後，考慮將高分的學生與低分的學生配成對。獲得高分的學生可以當小老師，幫助得到低分的學生研讀和改進。每一對可以設定目標，在下次測試時達到較高的合併分數，作為努力的一部分。考慮製作一張圖表或公佈欄，展示學生的目標，並記載他們的進步情形。

可幫助學生了解精通經文的活動

為字和詞下定義

為精通經文章節裡的字和詞下定義（或幫助學生下定義），有助於學生了解整個章節的意義。每當這樣的定義對於了解章節裡的教義和原則攸關重要時，可以鼓勵學生將這些定義寫在他們的經文中。在你複習精通經文章節時，也複習這些字詞的意義。

認明上下文

認明經文章節的上下文，可幫助學生更加了解章節的意義。所謂上下文包括誰在向誰說話、為什麼要說那些話、章節的背景（歷史、文化、和地理位置）、以及問題或情況導致該經文章節的產生等資料。例如，尼腓一書3：7的上下文包括一個事實，就是尼腓的父親李海，即當時的先知，叫他回耶路撒冷去取得銅頁片。知道了這個背景資料，可幫助學生更清楚了解為何尼腓說：「我願意去做主所吩咐的一切事。」你所教導的課程含有精通經文章節時，要強調與那些章節有關的上下文。其他的活動，像下面這一個，也能幫助學生了解這些關鍵章節。

- **認明上下文**——在白板頂端橫列出下面的標題：*演講者*、*聽衆*、*目的*、*其他有助的灼見*。把學生分成小組，指定給每一組一條精通經文章節。請他們找出指定給他們章節的上下文，按照白板上的標題，找出相關資料。請他們將找到的內容寫在白板上，然後請每一組解釋他們被指定的上下文，以及這資料怎樣影響他們了解每一章節裡面的真理。你也可以把這活動增加另一個層面，在每一組解釋他們所寫的以前，向全班挑戰根據所描述的資料猜測精通經文參考章節。

分析

分析牽涉到認明從經文章節裡找到的教義和原則，也包括幫助學生了解這些真理怎樣切合於他們，從而引導他們，將教義和原則更深入的應用在他們的生活中。下面的活動能幫助學生分析精通經文章節：

- **寫線索**——學生更加熟悉精通經文章節之後，請他們創造問題、情境、或其他線索，以展示各章節裡所教導的教義和原則。這些可以用作班級小考。

解釋

讓學生解釋經文章節，可加深他們的了解，並改進他們用經文教導教義和原則的能力。以下兩種方法能幫助學生學習解釋精通經文章節：

- **關鍵字與詞**——請學生各自讀同一條精通經文章節，然後指出一個字或詞，是他們認為對那章節特別重要的。然後請一位學生將這章節讀給全班聽，特別強調他或她所選的字或詞。請這位學生解釋，為何那個字或詞對於了解這章節很重要。邀請其他幾位學生照樣做。學生們可以對同一章節選出不同的字或詞，班員選取這些不同的觀點，可以加深了解這章節。
- **準備祈禱會**——學生準備和舉行一開始上課的祈禱會時，給他們機會採用精通經文章節。幫助他們準備摘述上下文、解釋教義和原則、分享有意義的經驗或例子、並為章節裡的教義和原則作見證。你也可以建議學生，使用物件來上課，以解釋章節中的概念。

感受教義和原則的重要性

幫助學生了解精通經文章節中所教導的教義和原則，並獲得對它們的靈性見證。羅伯特·海爾斯長老解釋道：「真正的教師一旦教導了〔福音的〕事實之後……，會進一步帶領〔學生〕獲得靈性見證、心領神會，付諸行動去實行。」（「Teaching by Faith」[address to CES religious educators, Feb. 1, 2002], 5, si.lds.org）。學生在透過聖靈的影響而感受到一個教義或原則的真實性、重要性、和迫切性時，他們對於將那真理應用在生活中的願望就會增長。教師可以給學生機會分享經驗，說明他們怎樣遵行精通經文章節裡找到的福音原則，藉此幫助學生邀請聖靈並滋養這種感受。這樣可以幫助學生更加了解精通經文章節裡教導的真理，並確保這些真理刻畫在學生心裡。以下的活動能幫助學生感受到精通經文章節所教導的教義和原則的重要性：

- **聽取經文章節**——請學生在教會的演講和課程中、在總會大會的演講詞、以及與家人和朋友的討論中，注意聽取精通經文章節。偶爾邀請學生報告他們聽到了哪些章節、別人怎樣使用那些章節、教導了什麼真理、以及他們或別人對那些真理的經驗。找機會為精通經文章節所教導的真理作見證（也邀請學生作見證）。

可幫助學生應用精通經文的活動

教導

精通經文章節與基礎教義編纂在一起，意在並行使學生獲益。（精通經文會在整份基礎教義文件中不時地出現。）當學生學到精通經文章節所含的教義和原則並能表達時，他們也同時學到和表達基礎教義。當學生學習用自己的話表達基礎教義時，可能會仰賴精通經文章節幫助他們。給學生機會用精通經文章節來教導福音的教義和原則，可增加他們對自己的信心，及對經文的知識。學生用精通經文章節裡找到的教義和原則來教導並為之作證，就能加強他們的見證。鼓勵學生在課堂上、在與朋友、家人、和其他人談話時，用精通經文章節來教導和解釋福音。

- **講解信息**——指派學生根據精通經文章節，準備3到5分鐘的演講或課程。讓他們在課堂上或家中準備。除了精通經文章節之外，他們還可以用其他資源協助準備，諸如精通經文卡、經文指南、或*忠於信仰：福音參考資料*。每一個演講或課程應包括導言、精通經文章節、與所教導的原則有關的一則故事或例子，以及學生的見證。學生也可以在班上、或一次家人家庭晚會、或他們的定額組、或綜合班級，自願講解他們的信息，以作為他們在對神盡職、或個人進步計畫的一部分。如果學生是在課堂外作演講或講解課程，考慮請他們報告經驗。
- **扮演傳教士**——準備一張卡片，列有慕道友可能提出的問題，是可以借助於精通經文章節來回答的（例如，「你們教會的成員，對耶穌基督的信仰是什麼？」）請各組學生到教室前面來，回答從卡片 挑出來的問題。為幫助學生了解傳教士可能怎樣回答類似的問題，你可以建議幾種教學方法，諸如（1）講述經文章節上下文，（2）解釋一則教義或原則，（3）問問題以找出他們所教導的人，是否了解或相信被教導的事，（4）分享經驗和見證，以及（5）邀請他們所教導的那些人，實行他們被教導的真理。請全班給予回饋，說出他們對每一組同伴回答問題的方式，喜歡哪一點。
- **作見證**——請學生概覽所有的精通經文章節，選一條含有他們能作見證的教義或原則。請他們為自己選出的真理作見證，並分享促成他們能夠為此作見證的經驗。學生分享他們的見證時，聖靈會證實他們所見證的教義或原則；他們的見證也有可能啓發其他人懷著信心採取行動。

*註：*給學生機會分享見證應讓他們出於自願，絕不可強迫學生分享他們的見證，或讓他們感到要說出自己並不覺得已經擁有的知識。此外，有些學生對分享見證感到勉強，因為他們誤以為他們的開場白必須是「我要作我的見證……」，或者他們表達見證時需伴有情感表現。幫助學生了解，他們作見證時，可以簡單地分享他們知道是真實的教義或原則。分享見證可以像這樣簡單地說：「我相信這是真實的」，或「我知道這是真實的」，或「我全心相信這項教義」。

遵行

建議學生可以採用某些方法，應用經文章節裡所含的教義和原則（或請學生想些方法），給他們機會藉著運用信心來學習。十二使徒定額組的大衛．貝納長老說：

「學習者若運用選擇權去按照正確的原則行事，就是在敞開心靈邀請聖靈前來教導、發揮作見證的力量並且證實見證。藉著信心學習需要在靈性、智力及體力上付出努力，而不是僅僅被動地接受。「只有真心誠意地不斷採取藉由信心而被啓發的行動，我們才能向天父和祂的兒子耶穌基督顯示出我們樂意學習，也樂意接受聖靈的指導。」（「藉著信心尋求學識」，2007年9月，*利阿賀拿*，第20頁）。

給學生機會分享他們應用教義和原則的經驗，並為之作見證。下面是鼓勵學生將精通經文章節應用在生活中的一種方法：

- **設定目標**——根據精通經文卡上應用一節，請學生設立目標，以更加遵行精通經文章節裡的原則。請他們把目標寫在一小張紙，帶在身上做為提醒。在恰當時候，請學生報告他們的成就。

可幫助學生背誦精通經文章節的活動

背誦

背誦經文章節能加深了解，並提升學生教導福音的能力。學生能背誦經文之後，聖靈就會讓他們在有需要的時候想起這些詞句和概念（見約翰福音14：26；教約11：21）。記得要配合學生的能力，調適背誦活動。十二使徒定額組的李察．司考德長老鼓勵背誦經文，他說：

「熟背經文能帶來偉大的力量。熟記一節經文就是與一位新朋友深交。這就像是新認識一個人，而這個人會在我們需要的時候提供協助、給予靈感及慰藉，激勵我們作必要的改變。」（「經文的力量」，2011年11月，*利阿賀拿*，第6頁。

下列每一種活動，可以連續幾天在課程一開始或結束時重覆做，以幫助學生達到長期記誦：

- **單字比賽**——給全班一個挑戰，叫每個學生依序說出精通經文章節的一個字。例如，在幫助學生背誦阿爾瑪書39：9時，第一位學生說出*我*，第二位學生說出*兒*，第三位學生說出*我*，等等，直到說完整節。給全班計時，並讓他們多試幾次，以達到一個目標時間。你重覆這活動時，考慮變換學生的順序，這樣他們就必須說不同的字。
- **頭幾筆畫**——在白板上寫一條精通經文章節每個字的頭幾筆畫。全班與你重述章節時，你可以一面指著那些筆畫，必要時翻開他們的經文。重覆這個活動，直到學生們對自己的能力感到有信心，可以依賴頭幾筆畫背出章節。每次學生背誦章節時，你可以擦掉幾筆畫。這樣可以增加挑戰性，直到學生能不用頭幾筆畫就背出章節。
- **字條拼圖**——將精通經文章節寫在線條紙上，或叫學生寫上。把紙張剪成字條，保持一行一字條。把一些字條剪短一些，每一小條只包括章節裡的少數幾個字。把字條混在一起，給每一對學生，或幾個小組的學生。給學生挑戰，叫他們將字條按順序排好，可用經文作指引。讓他們練習，直到不再需要使用他們的經文。他們拼完後，請他們背出該章節。你也可以計時，看哪一組學生最先依正確的順序拼出來。或者，你也可以對全班計時，看全部的小組需要多少時間完成拼圖（第一組完成後，讓他們協助較慢的那些組。）

精通經文章節100條

舊約	新約	摩爾門經	教義和聖約
摩西書1：39	馬太福音5：14-16	尼腓一書3：7	教約1：37-38
摩西書7：18	馬太福音11：28-30	尼腓二書2：25	教約6：36。
亞伯拉罕書3：22-23	馬太福音16：15-19	尼腓二書2：27	教約8：2-3
創世記1：26-27	馬太福音22：36-39	尼腓二書9：28-29	教約10：5
創世記2：24	馬太福音28：19-20	尼腓二書25：23，26	教約13：1
創世記39：9	路加福音24：36-39	尼腓二書28：7-9	教約18：10-11
出埃及記19：5-6	約翰福音3：5	尼腓二書31：19-20	教約18：10-16
出埃及記20：3-17	約翰福音14：6	尼腓二書32：3	教約19：16-19
約書亞記24：15	約翰福音14：15	尼腓二書32：8-9	教約19：23
撒母耳記上16：7	約翰福音17：3	摩賽亞書2：17	教約25：13
詩篇24：3-4	使徒行傳2：36-38	摩賽亞書3：19	教約46：33
詩篇119：105	使徒行傳3：19-21	摩賽亞書4：30	教約58：27
詩篇127：3。	哥林多前書6：19-20	阿爾瑪書7：11-13	教約58：42-43
箴言3：5-6。	哥林多前書15：20-22	阿爾瑪書32：21	教約64：9-11
以賽亞書1：18	哥林多前書15：40-42	阿爾瑪書37：35	教約76：22-24
以賽亞書5：20	加拉太書5：22-23	阿爾瑪書39：9	教約76：40-41
以賽亞書29：13-14	以弗所書4：11-14	阿爾瑪書41：10	教約78：19
以賽亞書53：3-5	腓立比書4：13	希拉曼書5：12	教約82：10
以賽亞書58：6-7	帖撒羅尼迦後書2：1-3	尼腓三書12：48	教約88：124
以賽亞書58：13-14	提摩太後書3：15-17	尼腓三書18：15，20-21。	教約89：18-21
耶利米書1：4-5	希伯來書12：9	以帖書12：6	教約107：8
以西結書37：15-17	雅各書1：5-6	以帖書12：27	教約121：36，41-42
阿摩司書3：7	雅各書2：17-18	摩羅乃書7：41	教約130：22-23
瑪拉基書3：8-10	彼得前書4：6	摩羅乃書7：45，47-48	教約131：1-4
瑪拉基書4：5-6	啓示錄20：12	摩羅乃書10：4-5	約瑟．斯密——歷史1：15-20

基礎教義導言

以下的基礎教義應在福音進修班特別強調：

- 神組
- 救恩計畫
- 耶穌基督的贖罪
- 福音期、叛教、與復興
- 先知和啓示
- 聖職和聖職權鑰
- 教儀和聖約
- 婚姻與家庭
- 誡命

教師要幫助學生在研讀經文時，認明、了解、相信、解釋、和應用這些福音的基礎教義。這樣做能幫助學生增強他們的見證，增加他們對於耶穌基督復興福音的感激。學習基礎教義也能幫助學生更加準備好遵行福音，並將這些重要的真理教導別人。本書課程的編纂考慮到基礎教義；同樣重要的是，要知道福音的其他主要教義雖然沒有列在基礎教義中，也會在本書加以強調。

當你平日與學生一起研讀經文，以及幫助他們精通主要的經文章節時，也就是在教導福音的基礎教義。你不宜偏離循序的經文研讀，而著重在這些教義上。而是應在研讀過程中它們自然呈現時，以及你在幫助學生精通主要經文章節時，提醒學生注意。例如，當你教導尼腓一書第1章，「先知警告人離棄罪，並教導經由耶穌基督而來的救恩」這真理時，你可以向學生指出，這真理能幫助他們了解「先知與啓示」的基礎教義。你可以叫學生解釋他們對先知和啓示還知道些什麼。再者，當學生學習精通經文章節尼腓二書25：23，26時，你可幫助他們明白，這章節說明了先知所用的一種方法，以完成任務教導經由耶穌基督而來的救恩。增長了解、相信、與遵行基礎教義，是一種過程，在四年的福音進修班裡進行，並持續到學生未來的一生。

你可以列出基礎教義給學生。

基礎教義評量

基礎教義評量是設計來提供教師資訊，讓他們能用來更加祝福學生的生活。我們建議教師在課程的第一個星期做這評量，然後在年度近尾聲時再做一次。到福音進修班和神學研究所的網站（si.lds.org），使用關鍵字*assessmenet*（評量）去尋找基礎教義評量及其他的評量資料。

教師若將學生的評量結果送到福音進修班和神學研究所研究室，就能收到一份報告，可幫助他們調整教學，以更適應學生的需要。例如，若結果顯示出學生不了解悔改的教義，報告上會指明年度課程裡的幾課，有助於學生更加了解這個教義。教師若虔敬地在循序漸進的經文教導中使用這資料，青少年就能更加準備好，以完成福音進修班和神學研究所的目標。

基礎教義

福音進修班和神學研究所都應強調基礎教義。教師要幫助學生認明、了解、相信、解釋、和應用這些福音的基礎教義。這樣做能幫助學生增強他們的見證，增加他們對於耶穌基督復興福音的感激。研讀這些教義也能幫助學生更加準備好，將這些重要的真理教導別人。

福音進修班和神學研究所選出的100條精通經文章節，為的是幫助學生了解這些基礎教義。下列參考經文大部分提到精通經文章節，這些經文被包括在此，以示它們與基礎教義之間的關係。

1.神組

神組裡有三位個別的人物：永恆的父神、祂的兒子耶穌基督、及聖靈（見約瑟．斯密——歷史1：15-20）。父與子有可觸摸的骨肉身體，而聖靈則是一位只有靈體的人物（見教約130：22-23）。祂們在目的和教義上是合而為一的，祂們合作無間，促成天父神聖的救恩計畫。

父神

父神是宇宙至高無上的統治者，祂是我們萬靈的父（見希伯來書12：9）。祂完美、全能，也通曉萬事，祂也是完全充滿慈悲、仁慈和仁愛的神。

耶穌基督

耶穌基督是父靈體中的頭生子，也是父在肉身中的獨生子。祂是舊約中偉大的耶和華，新約中的彌賽亞。

耶穌基督過了無罪的一生，為全人類的罪做了完全的贖罪。（見阿爾瑪書7：11-13）祂的一生乃是全人類生活的完美典範（見約翰福音14：6；尼腓三書12：48）。祂是這世上第一個復活的人（見哥林多前書15：20-22）。祂會在權能和榮耀中再次來臨，在千禧年間統治大地。

所有的祈禱、祝福、以及聖職的教儀，都應奉耶穌基督的名來執行（尼腓三書18：15，20–21）。

相關資源：希拉曼書5：12；教約19：23；教約76：22-24

聖靈

聖靈是神組的第三位成員。祂是一個沒有骨肉身體的靈體人物。祂常被稱為靈、聖靈、神的靈、主的靈、及保惠師。

聖靈為父和子作證，啓示一切事情的真實性，並聖化那些悔改和接受洗禮的人（見摩羅乃書10：5）。

相關資源：加拉太書5：22-23；教約8：2-3

2.救恩計畫

在前生時，天父提出了一個計畫，讓我們能夠變得像祂，並得到不死和永生（見摩西書1：39）。經文將這計畫稱為救恩計畫、偉大的幸福計畫、救贖計畫和慈悲的計畫。

救恩計畫包括創造、墜落、耶穌基督的贖罪，以及福音的一切律法、教儀和教義。道德選擇權——即為自己作選擇與行動的能力——也是天父計畫中必要的部分（見尼腓二書2：27）。由於這項計畫，我們才能透過贖罪成為完全，獲得圓滿的喜悅，並且永遠住在神的身邊（見尼腓三書12：48）。我們家人的關係可以持續到永恆。

相關資源：約翰福音17：3；教約58：27

前生

我們誕生到世上之前，住在天父的身邊，是祂靈體的孩子。（見亞伯拉罕書3：22-23）。在前生的時候，我們和天父其他的靈體兒女參加了一場會議。在那次會議中，天父提出了祂的計畫，而前生時期的耶穌基督則立約要成為救主。

我們使用了選擇權跟從天父的計畫。我們準備好來到世上，在這裡可以繼續進步。

跟隨天父和耶穌基督的人獲准來到世上，經歷死亡、進步而邁向永生。神的另一位靈體兒子，路西弗，背叛這計畫。他成為撒但，他和他的追隨者被趕出天庭，無法獲得擁有骨肉身體和經歷死亡這些特權。

相關資源：耶利米書1：4-5

創造

耶穌基督在父的指示下，創造了天與地。地球不是無中生有的，而是將已經存在的物質組織起來。耶穌基督已創造了無數的世界（見教約76：22-24）。

地球的創造是神的計畫中必要的部分。它提供了一個地方，讓我們可以獲得骨肉身體、接受考驗和試探，並培養神性的特質。

我們要以智慧、良好的判斷、和感謝，來使用世上的資源（見教約78：19）。

亞當是地球上第一個被創造出來的人。神依祂自己的形像造了亞當和夏娃。全人類——不論男女——都是照著神的形像所造的（見創世記1：26-27）。

墜落

在伊甸園裡，神吩咐亞當和夏娃不可吃那分別善惡知識樹上的果子；若吃了，後果就是屬靈和肉體的死亡。屬靈的死亡是指與神隔絕。肉體的死亡是靈體與必死的身體分開。由於亞當和夏娃違反神的命令，他們從神的面前被逐出，變成必死。亞當和夏娃的違誡以及因此導致的變化——包括屬靈的和肉體的死亡——就稱為墜落。

墜落使得亞當、夏娃及他們的後裔能經歷喜樂和憂傷、能明白善惡，並能生兒育女（見尼腓二書2：25）。身為亞當和夏娃的後裔，我們在今生繼承了墜落的狀態。我們從主的面前被隔絕，並且肉體會死亡。我們也會受到生活的困難以及撒但的誘惑所試煉。（見摩賽亞書3：19。）

墜落是天父的救恩計畫中的主要部分，它具有雙重意義——一方面下降到更低的狀態，一方面卻也向前邁進。墜落除了帶來肉體的和屬靈的死亡以外，也讓我們有機會誕生於世上、學習和進步。

今生

今生是學習的日子，使我們能為永生做準備，並且證明我們會運用選擇權去做主所吩咐的一切事。在今生，我們要愛他人、並服務他人。（見摩賽亞書2：17；摩羅乃書7：45，47-48）。

在今生，我們的靈體和身體已結合在一起，使我們有機會以在前生時無法辦到的方式來成長和發展。我們的身體是救恩計畫的重要部分，應視為天父給我們的禮物而加以尊重（見哥林多前書6：19-20）。

相關資源：約書亞記24：15；馬太福音22：36-39；尼腓二書28：7-9；阿爾瑪書41：10；教約58：27

來生

我們死亡的時候，靈體會進入靈的世界等待復活，義人的靈會被接到一種幸福的狀態中，那裡叫作樂園。許多忠信的人會向靈監裡的人宣講福音。

靈監是來生世界中一個暫時的地方，是為那些在今生未曾認識真理、及那些沒有服從真理的死者預備的。在那裡，靈會受到福音的教導，有機會悔改並接受在聖殿中為他們執行的救恩教儀（見彼得前書4：6）。那些接受福音的人會住在樂園中，直到復活為止。

復活是我們的靈體與我們已完美化的骨肉身體再度結合（見路加福音24：36-39）。復活後，靈和身體再也不會分開，我們就成為不朽，不再死亡。由於耶穌基督克服了死亡，因此每個出生到世上的人都會復活（見哥林多前書15：20-22）。義人會比惡人早復活，在第一次復活中出來。

最後的審判會在復活後發生，那時耶穌基督會審判每一個人，以決定他或她配得怎樣的永恆榮耀，這項審判會根據每個人對神誡命的服從情形而定（見啓示錄20：12；摩賽亞書4：30）。

有三種不同榮耀的國度（見哥林多前書15：40-42，其中最高的是高榮國度。那些勇於為耶穌作見證且服從福音原則的人，會住在高榮國度，在父神和祂的兒子耶穌基督的身邊（見教約131：1-4）。

三個榮耀國度中的第二個是中榮國度，住在這個國度的人是世上高尚的男女，卻沒有勇於為耶穌作見證。

低榮國度是三個榮耀國度中等級最低的一個，那些繼承這個國度的人，將是那些活在世上的時候，不選正義而選擇邪惡的人。這些人從靈監被救贖後，才能得到他們的榮耀。

相關資源：約翰福音17：3

3.耶穌基督的贖罪

贖罪的意思是指去承受罪的懲罰，藉此除去罪對懺悔之人的影響，讓罪人與神和解。耶穌基督是唯一有能力為全人類作完美贖罪的人。祂的贖罪包括在客西馬尼園為人類的罪受苦、流下寶血、在十字架上飽受折磨而死去、以及從墳墓中復活（見路加福音24：36-39；教約19：16-19）。由於救主從未犯罪並有能力克服死亡，因此祂能完成贖罪。祂從凡人的母親身上繼承了死亡的能力，從不朽的父身上繼承了再次取回生命的權能。

經由救主的贖罪犧牲所帶來的恩典，全人類都將復活並得到不朽。耶穌基督的贖罪也使我們有可能得到永生（見摩羅乃書7：41）。為了得到這種恩賜，我們必須服從耶穌基督的福音，包括對他有信心、悔改我們的罪、受洗、接受聖靈的恩賜，以及忠誠地持守到底（見約翰福音3：5）。

耶穌基督贖罪的一部分，是祂不僅為我們的罪受苦，還承擔起全人類的痛苦、疾病、和軟弱（見阿爾瑪書7：11-13）。由於祂經歷過這一切，祂十分了解我們所受的苦。祂的恩典——或稱使人添加能力的力量——加強了我們，使我們能肩負重擔、完成偉業，那是我們靠一己之力無法做到的（見馬太福音11：28-30；腓立比書4：13；以帖書12：27）。

相關資源：約翰福音3：5；使徒行傳3：19-21

對耶穌基督的信心

信心是「對沒有看到而又真實的事有希望」（阿爾瑪書32：21；亦見以帖書12：6），是神所賜的一項恩賜。

信心必須以耶穌基督為中心，才能引領人得到救恩。對耶穌基督有信心的意思是完全仰賴祂，信任祂的無限贖罪、大能、和大愛。信心包括相信祂的教導，也相信即使你不了解所有的事情，祂了解（見箴言3：5-6；教約6：36）。

信心並非僅是被動的相信，而是要以我們的生活方式來展現（見雅各書2：17-18）。我們祈禱、研讀經文、服從神的誡命時，信心就會增強。

後期聖徒對父神、聖靈、聖職的權能、以及復興的福音其他重要方面

也有信心。信心幫助我們在靈性和身體上得醫治，使我們有力量向前推進、面對當前的艱難、並克服誘惑（見尼腓二書31：19-20）。主會依照我們的信心，在我們的生活中行大奇蹟。

經由對耶穌基督的信心，人可以獲得赦罪，終致能住在神的身邊。

相關資源：馬太福音11：28-30

悔改

悔改是改變思想和內心，使我們對神、對自己和對這世界擁有全新的觀點。悔改包括離棄罪並轉向神尋求寬恕。促成悔改的是對神的愛和遵守祂誡命的真心渴望。

罪使我們不潔淨——不配稱回到天父面前與祂同住。天父為了使我們的罪能得到寬恕而提供了唯一的方法，那就是透過耶穌基督的贖罪（見以賽亞書1：18）。

悔改也包括因犯罪而感到憂傷、向天父認罪、以及必要時向其他人認罪、棄絕罪、尋求盡力彌補因罪而造成的所有傷害、以及在生活中服從神的誡命（見教約58：42-43）。

相關資源：以賽亞書53：3-5；約翰福音14：6；尼腓二書25：23，26；教約18：10-11；教約19：23；教約76：40-41

4.福音期、叛教與復興

福音期

福音期指的是主在其中顯明祂的福音教義、教儀、和聖職的一段時間，在這段時期內，主在地上至少會有一位持有神聖聖職且蒙得授權的僕人，在神的委派下，向世上居民傳講福音，並執行福音的教儀。今天我們生活在最後的福音期——圓滿時代的福音期，始於神向約瑟．斯密啓示福音。

在這之前各福音期則分別以亞當、以諾、挪亞、亞伯拉罕、摩西和耶穌基督為首，此外還有其他的福音期，包括尼腓人的福音期和雅列人的福音期。在每個福音期中，神都啓示並教導了救恩計畫和耶穌基督的福音。

叛教

當人背離福音原則，且沒有聖職權鑰時，就是處於叛教的狀態。

在整個世界歷史中，發生過幾個普遍叛教期。其中一個例子是大叛教，發生在救主建立了祂的教會以後（見帖撒羅尼迦後書2：1-3）。隨著救主的使徒們去世之後，福音的原則被敗壞，教會組織和聖職教儀被做了未經授權的改變。由於邪惡遍佈各地，主便從世上收回聖職權柄及權鑰。

在大叛教期間，人們沒有活著的先知傳達神的指示。許多教會紛紛建立起來，但是他們沒有權柄授予聖靈的恩賜，或執行其他的聖職教儀。神聖經文有部分遭到敗壞或遺失，世人再也無法正確地認識神。

這次叛教一直持續到父天和祂的愛子向約瑟．斯密顯現，並展開圓滿福音的復興為止。

復興

復興乃是神再度將祂的福音真理與教儀，在祂的世上子民中重新建立（見使徒行傳3：19-21）。

主為復興做準備，祂在稱為振興的期間，興起了高貴的人士。他們企圖將宗教教義、行事、和組織回復到救主建立的方式，不過他們沒有聖職，也沒有圓滿的福音。

復興是在1820年開始，父神和祂的兒子耶穌基督回答約瑟．斯密的祈禱，向他顯現（見約瑟．斯密——歷史1：15-20）。復興的一些關鍵事項是摩爾門經的翻譯、亞倫聖職和麥基洗德聖職的復興、以及教會在1830年4月6日組成。

亞倫聖職在1829年5月15日，由施洗約翰復興給約瑟．斯密和奧利佛．考德里；麥基洗德聖職及國度的各項權鑰也在1829年復興，由使徒彼得、雅各和約翰將該聖職授予約瑟．斯密和奧利佛．考德里。

圓滿的福音復興了，耶穌基督後期聖徒教會是「整個地面上唯一真實而活著的教會」（教約1：30）。本教會終究會遍滿全地，永遠屹立。

相關資源：以賽亞書29：13-14；以西結書37：15-17；以弗所書4：11-14；聖經雅各書1：5-6

先知和啓示

先知是蒙神召喚代祂說話的人（見阿摩司書3：7）。眾先知為耶穌基督作見證並教導祂的福音。他們使世人了解神的旨意和祂真正的特質。他們斥責罪並警告人罪的後果。有時候，他們預言未來的事件（見教約1：37-38）。眾先知的許多教導可在經文中找到，我們研讀眾先知的話語，就能學到真理且得到指引（見尼腓二書32：3）。

我們支持教會的總會會長為先知、先見和啓示者，也是世上唯一接受啓示來指導整個教會的人。我們也支持總會會長團的諮理和十二使徒定額組的成員為先知、先見、啓示者。

啓示是神向祂的兒女傳遞的信息。主向教會啓示祂的旨意時，就透過先知說話。經文——聖經、摩爾門經、教義和聖約、以及無價珍珠——包含了經由古代和後期時代先知而賜予的啓示。耶穌基督後期聖徒教會的總會會長，是今日世上神的先知。

個人可以接受到啓示，以幫助他們解決特殊需要、責任、和問題，也可協助他們增強見證。給教會領袖和成員的啓示，大部分來自聖靈給予的印象和想法。聖靈以微小的聲音向我們的意念和心中說話（見教約8：2-3）。啓示也能經由異象、夢境、和天使的到訪而來。

相關資源：詩篇119：105；以弗所書4：11-14；提摩太後書3：15-17；聖經雅各書1：5-6；摩羅乃書10：4-5

聖職和聖職權鑰

聖職是神永恆的能力與權柄。神透過聖職創造和管理諸天及大地。祂透過這項能力救贖祂的兒女，使他們超升，促成「人的不死和永生」（摩西書1：39）。

神將聖職權柄賜給教會中配稱的男性成員，使他們能奉祂的名，為祂兒女的救恩行事。聖職的權鑰是指會長團的權利，或說是神賜給人的能力，以管理和指導神在地上的國度（見馬太福音16：15-19）。所有在本教會服務的人，都是在一個持有聖職權鑰的人指示下蒙召喚的。這樣，他們才有資格得到所需的能力去服務，並完成他們被召喚的責任。

相關資源：教約121：36，41-42

亞倫聖職

亞倫聖職通常稱為預備的聖職。亞倫聖職的職位有執事、教師、祭司、和主教。在今日的教會中，配稱的男性成員從12歲開始可以接受亞倫聖職。

亞倫聖職「持有天使的施助、悔改的福音，和……洗禮的權鑰」（教約13：1）。

麥基洗德聖職

麥基洗德聖職是較高、或較大的聖職，主理屬靈的事務（見教約107：8）。這較大的聖職賜給了亞當，並且只要主仍啓示祂的福音，就會繼續存在於世上。

它起初稱為「按照神子體制的神聖聖職」（教約107：3）。後來成為周知的麥基洗德聖職，那是按照生活在先知亞伯拉罕時代，一位偉大的大祭司命名的。

麥基洗德聖職的職位有長老、大祭司、教長、七十員、及使徒。麥基洗德聖職的會長就是本教會總會會長。

相關資源：以弗所書4：11-14

7.教儀和聖約

教儀

在耶穌基督後期聖徒教會，教儀是個神聖、正式的儀式，具有靈性意義。每項教儀都是神所制定的，為要教導屬靈的真理。救恩的各項教儀都是根據那持有聖職權鑰之人的指示，透過聖職權柄執行的。有些教儀是超升所必要的，稱為拯救的教儀。

福音第一個拯救的教儀是洗禮，由一位持有權柄之人將受洗者浸沒在水中。一個人要成為本教會的成員，以及最終進入高榮國度，洗禮是必要的（見約翰福音3：5）。

Baptism（洗禮）一詞源自希臘文，意思是「浸入」或「浸沒」。浸沒象徵著一個人有罪的生命已死亡，並且重生而開始靈性的生活，為神及祂的兒女獻身服務。浸沒的洗禮也是死亡和復活的象徵。

一個人受洗後，會有一位或多位麥基洗德聖職持有人按手在這人的頭上，證實他為本教會的成員。這項稱為證實的教儀，其中一部分是這人獲得聖靈的恩賜。

聖靈的恩賜有別於聖靈的影響力。在洗禮之前，一個人有時可以感受到聖靈的影響力，並藉此獲得對真理的見證（見摩羅乃書10：4-5）。但接受到聖靈的恩賜後，只要他遵守誡命，就有權利擁有聖靈持續為伴。

其他拯救的教儀包括麥基洗德聖職按立（男性）、聖殿恩道門和婚姻的印證（見教約131：1-4）。聖職所有的拯救教儀都附帶著聖約。這些拯救的教儀也可以在聖殿中，由活人代理死者執行。代理的教儀唯有當去世的人在靈的世界接受它們、並遵守相關的聖約，才會生效。

其他教儀，像為病人施助以及為嬰孩命名與祝福，也都對我們的靈性發展很重要。

相關資源：使徒行傳2：36-38

聖約

聖約是神與人之間的神聖約定。在聖約中神給我們條件，我們同意去做祂叫我們做的事；神於是因我們的服從而應許我們某種祝福（見教約82：10）。

聖職所有的拯救教儀都附帶著聖約。我們在洗禮時與主立下聖約，而後藉著領受聖餐來更新那些聖約。一位男性成員接受麥基洗德聖職時，就受該聖職的誓約和聖約所約束。我們在聖殿中立下更進一步的聖約。

相關資源：出埃及記19：5-6；詩篇24：3-4；尼腓二書31：19-20；教約25：13

8.婚姻與家庭

一男一女之間的婚姻是神所制定，而家庭正是神的救恩計畫及我們幸福的核心所在。以主耶穌基督的教訓為基礎，最有可能獲得家庭生活的幸福。

只有合法結婚、成為夫妻的男女，才能運用神聖的生育能力。父母親要生養眾多、遍滿地面，以愛和正直養育子女，並為子女提供物質和靈性上的需要。

夫妻肩負神聖的責任要彼此相愛、彼此照顧。父親應在愛與正義中主領家庭，並負責提供生活所需。母親的主要責任是養育兒女。父母有義務在這些神聖責任中互相協助，是平等的夥伴。

這項神聖的幸福計畫使家人的關係可以超越死亡而永遠延續，之所以創造大地、揭示福音，都是為了要

使家庭得以組成、印證，並在永恆中得到超升。（取材自「家庭：致全世界文告」，2010年11月，*利阿賀拿*，第129頁。）

相關資源：創世記2：24；詩篇127：3；瑪拉基書4：5-6；教約131：1–4

9.誡命

誡命是神給人類的律法和要求。我們藉著遵守祂的誡命，顯示我們對祂的愛（見約翰福音14：15）。遵守誡命會帶來主的祝福（見教約82：10）。

最基本的兩項誡命是「盡心、盡性、盡意愛主你的神。……以及……要愛人如己」（馬太福音22：36-39）。

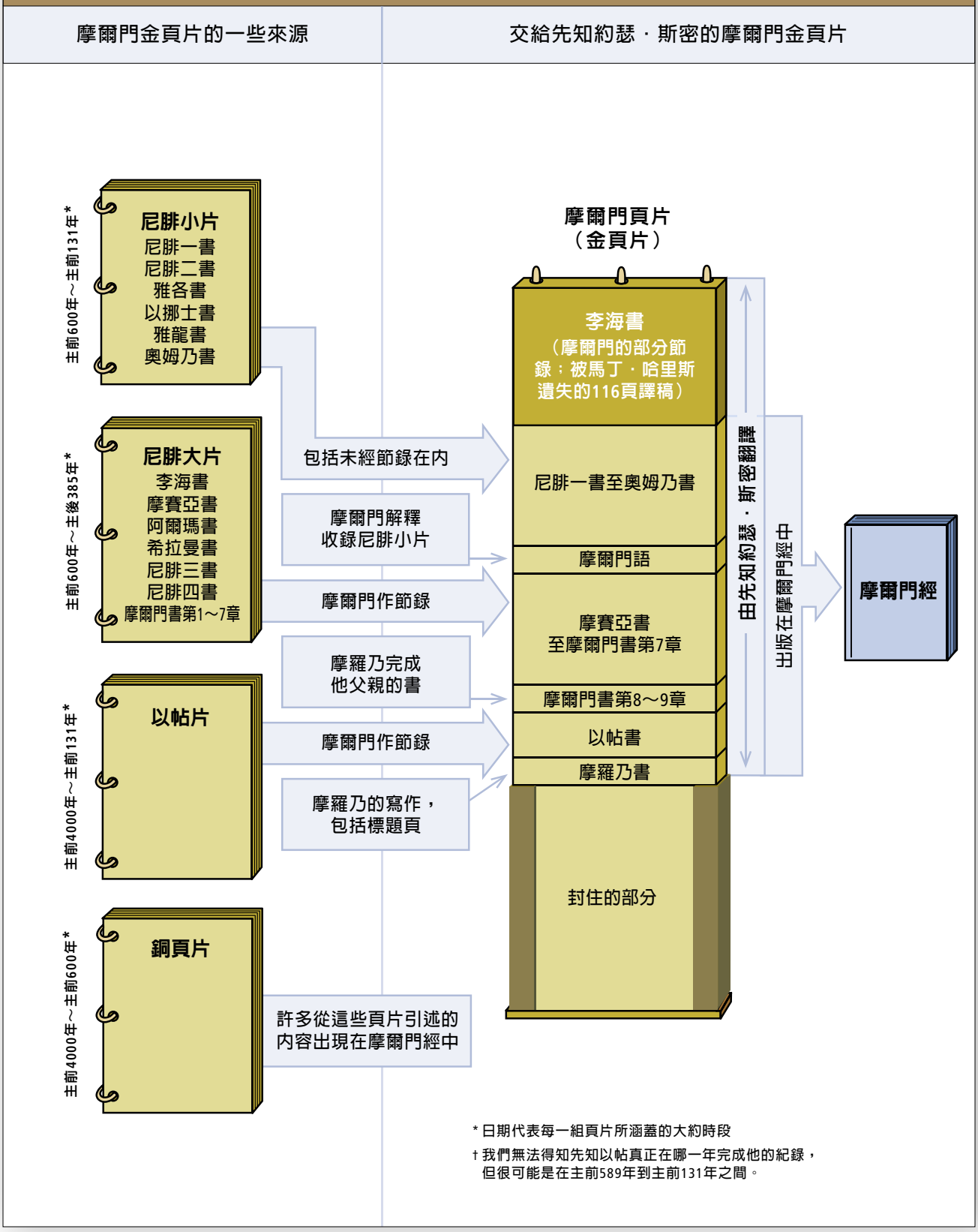
十誡是福音的極重要部分，是我們獲得超升所需的永恆原則（見出埃及記20：3-17）。主在古代將它們啓示給摩西，祂在後期時代的示中也重申十誡。

其他的誡命包括每天祈禱（見尼腓二書32：8-9），教導他人福音（見馬太福音28：19-20），遵守貞潔律法（見教約46：33），繳付十足的什一奉獻（見瑪拉基書3：8-10），禁食（見以賽亞書58：6-7），寬恕他人（見教約64：9-11），心懷感謝（見教約78：19），以及遵守智慧語（見教約89：18-21）。

相關資源：創世記39：9；以賽亞書58：13-14；尼腓一書3：7；摩賽亞書4：30；阿爾瑪書37：35；阿爾瑪書39：9；教約18：15-16；教約88：124

要進一步了解前述各項主題，請上網查閱中文版，lds.org，教導——福音主題，或見*忠於信仰：福音參考資料*〔2004〕。

金頁片與出版的摩爾門經之間的關係



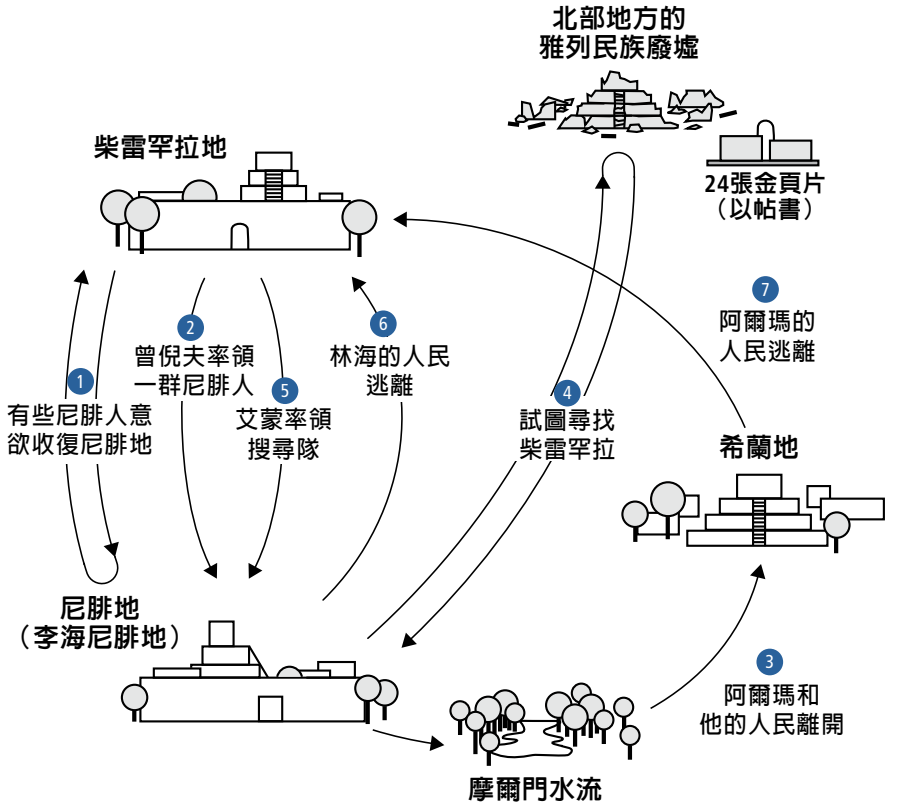
摩賽亞書第7～24章中的旅程概覽

1. **有些尼腓人意欲收復尼腓地**。他們自相殘殺，倖存者回到柴雷罕拉。曾倪夫是這群人中的一個。（見奧姆乃書1：27-28；摩賽亞書9：1-2）
2. **曾倪夫率領的尼腓人群定居在拉曼人中間的尼腓地**（見奧姆乃書1：29-30；摩賽亞書9：3-5）。

   曾倪夫去世後，他的兒子挪亞在邪惡中統治。阿賓納代警告人民要悔改。阿爾瑪服從了阿賓納代的信息，在靠近摩爾門水流的地方教導他人。（見摩賽亞書第11～18章。）
3. **阿爾瑪和他的人民離開**挪亞王，旅行到希蘭地（見摩賽亞書18：4-5，32-35；23：1-5，19-20）。

   拉曼人在尼腓地攻擊挪亞的人民。當人民生活在拉曼人的束縛中時，挪亞的兒子林海繼承統治。（見摩賽亞書第19～20章。）
4. **試圖尋找柴雷罕拉**：林海派一隊人去尋找柴雷罕拉以求助。這隊人找到了一個被毀滅的國家的廢墟，以及24張金頁片。（見摩賽亞書8：7-9；21：25-27。）
5. **艾蒙所領導的搜尋隊從柴雷罕拉出發旅行，想找那些去了尼腓地的人民的後裔**（見摩賽亞書7：1-6；21：22-24）。
6. **林海的人民逃離束縛，由艾蒙帶領回到柴雷罕拉**（見摩賽亞書22：10-13）。

   拉曼人派遣一支軍隊追林海和他的人民。這支軍隊在曠野中迷失後，發現了阿爾瑪和他的人民在希蘭地。拉曼人把他們帶進束縛中。（見摩賽亞書第22～24章。）
7. **阿爾瑪的人民逃離束縛**，旅行到柴雷罕拉（見摩賽亞書24：20-25）。



摩爾門經可能的地點（彼此的關係）*
北部地方
荒蕪地
窄地
北海
北海
西頓河
滿地富
赫芒蚩曠野
繆萊克
奧姆納
柴雷罕拉
基特
摩林安頓
基甸
李海
裘勛地
艾蒙乃哈
摩羅乃
曼泰山
挪亞
愛姆納虎山
沙度
猶大
瑪農
亞倫
安鐵昂納
安提帕勒
寇米拿
齊愛治樂
米勒克
尼腓哈
東面曠野
曼泰
南部曠野
瑞普拉岡
狹長的曠野
艾繆倫
希蘭
尼腓地（李海尼腓地）
西海
東海
夏隆
密度乃
摩爾門
米甸
耶路撒冷
歇隆
雷米爾
以實瑪利
歇姆乃隆
最初繼承的土地
* 摩爾門經地點之間可能的關係，是以書中文字內容為依據。你不應當花費精力以現今的地理位置，來為這些地點定位。

福音進修班
及研究所

耶穌基督
後期聖徒教會

CHINESE
4 02094 11265 0
09411 265