

利阿賀拿



**維持真相：
科技的挑戰與祝福，
第18, 22頁**

**誠實面對課業——真正的考試，
第50頁**

孩子，準備好作祈禱了嗎？第70頁



無論你往哪裡去，桑迪·加貢繪

拿俄米的丈夫過世後，她的兩個兒子分別娶了俄珥巴和路得為妻。大約10年後，拿俄米的兩個兒子也死了。

「俄珥巴與婆婆親嘴而別，只是路得捨不得拿俄米。

「拿俄米說：『看哪，你嫂子已經回她本國和她所拜的神那裡去了，你也跟著你嫂子回去吧！』

「路得說：『不要催我回去不跟隨你。你往哪裡去，我也往那裡去；你在哪裡住宿，我也在那裡住宿；你的國就是我的國，你的神就是我的神』」

（路得記1：14-16）。

路得留下來，嫁給波阿斯，生下俄備得，大衛王即從他而出（見路得記第2~4章）。

利阿賀拿，2010年6月

信息

- 4 總會會長團信息：
灰斑翅膀的金絲雀
多馬·孟孫會長
- 7 探訪教導信息：
透過聖餐更新聖約



特稿

- 18 網際網路的正面用途
只要運用得當，網路就能以其受靈啓發的內容和資源助人學習、教導福音，進而造福生活。
- 22 事情現在的真相
大衛·貝納長老
敵對者最奏效的伎倆之一是利用科技讓我們與真實生活脫節。
- 32 柬埔寨的後期聖徒：
邁向新方向
柴德·菲爾斯
這個國家曾經面臨黑暗時期，如今卻有福音之光照亮柬埔寨後期聖徒的生活。

封面
大衛·史托克攝

專欄

- 8 微小而簡單的事
- 10 我們的信仰
選擇權：永恆進步的基本要素
- 12 福音經典之作：建立在磐石上
奧申·惠尼長老
- 15 我們談論基督：改變的力量
姓名保留
- 16 在教會服務：
蒙召喚和按手選派去服務
肯尼斯·詹森長老
- 38 後期聖徒的心聲
- 74 教會新聞
- 80 直到再相會：透視逆境
菲利普·爾賓納



42 今生使命，就是現在

珍·賓柏若芙

找出三項能幫助你以自信、活力和信心面對未來的原則。

45 我的生活福音：
更新靈性狀態



看看你能不能找到
隱藏在這期雜誌裡
的利阿賀拿。

46 透過神的話團結一

大衛·愛德華

這群德國女青年分享心得，說明福音進修班幫助她們更加喜愛神的話語。

49 海報：準備好了嗎？

50 作弊，還是不作弊

雪莉·庫茲

我可以選擇作弊，周顧天父曾給我的一切幫助嗎？

52 我們的天地

54 遠距家人家庭晚會

劉易士·維拉·麥索尼

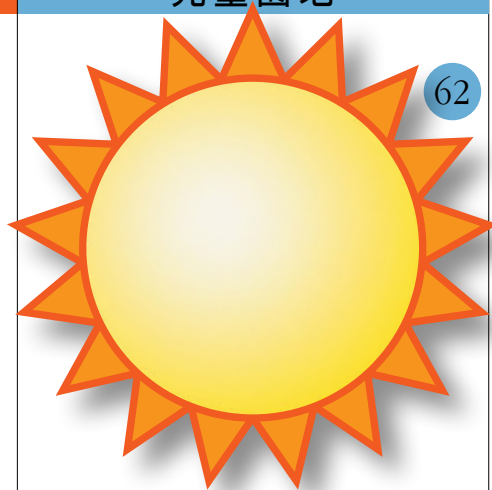
即使老爸出遠門，還是有辦法參加我們的家人家庭晚會。

55 我的見證歷程：你早已經知道

伊利莎白·史迪特

56 答問篇

「有好長一段時間我都在祈禱和研讀經文，但好像從來沒有得到問題的答案。主為什麼不祝福我，賜給我見證呢？」



58 你的電子通訊禮貌如何？

林賽·勞

收發電子郵件、傳簡訊、用手機打電話都很有趣，但是你知道該怎麼使用才不會失禮、冒犯別人嗎？

60 隨著牙買加的節奏跳躍

梅甘·維特

快來認識這對牙買加兄妹，了解他們為什麼充滿信心。

62 站在主的這一邊

迪特·鄔希鐸會長

你可以為耶穌做太陽光。

64 分享時間：聖靈為一切事情的真實性作見證

珊卓拉·譚納及克麗斯汀娜·弗朗克

66 我們的園地

68 牆上的影子

派翠西亞·瓊斯

德撒莉從可怕的經驗學到：我們觀賞的電視節目會影響思想。

70 幼兒園地

上網瀏覽，還有更多

Liahona.Lds.org

2010年6月，第34卷第6期

利阿賀拿09286 265

耶穌基督後期聖徒教會正式發行之國際版雜誌

總會會長團：多馬·孟孫，亨利·艾寧，迪特·鄔希鐸

十二使徒定額組：培道·潘，多馬·貝利，羅素·納爾遜，達林·鄔克司，羅素·培勒，李察·司考德，羅拔·海爾斯，傑佛瑞·賀倫，大衛·貝納，昆丁·柯克，陶德·克理斯多，尼爾·安德森

編輯：史賓塞·孔迪

顧問：奇斯·席比，菊地良彥，保羅·派普

總監：大衛·費雪

編輯主任：維多·凱夫

資深編輯：賴理·希勒

圖像編輯主任：亞倫·洛伯

主編：法蘭·強生

助理主編：珍妮佛·葛林伍，亞當·奧申

副編輯：萊恩·卡爾

助理編輯：蘇珊·巴瑞特

編輯人員：大衛·愛德華，馬太·富利頓，藍尼·高恩特，安妮·瓊斯，凱莉·卡斯頓，珍妮佛·麥蒂，梅麗莎·梅羅，米迦勒·莫里斯，莎莉·奧笛克，約書亞·伯凱，柴德·菲爾斯，珍·賈柏若芙，理查·羅慕義，唐·席爾，珍妮特·多馬，保羅·范登堡，茱莉·霍德

資深秘書：羅瑞兒·涂契爾

美術主任：史考特·坎本

出版經理：珍·彼德斯

設計及出版人員：卡麗·艾若若，珂莉特·歐尼，豪德·布朗，茱莉·布德，多馬·柴德，雷金納德·柯丁森，金·范斯特麥可，凱瑟琳·豪德，艾力克·強森，丹妮絲·柯比，史考特·慕義，吉妮·尼爾遜

印前作業：傑夫·馬丁

印刷主任：奎格·塞威克

發行主任：藍迪·彭孫

翻譯主任：陳新寧

出版助理：黃鍾秀

地方新聞編輯：梁程淑賢，李明潔

雜誌價格：一年12期港幣78元，新台幣350元

美加以外地區的訂閱事宜以及價格，請洽當地教會發行中心或支會、分會領袖。

投稿或有任何疑問，來函請寄至Liahona, Rm. 2420, 50E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA；或以電子郵件寄至：liahona@ldschurch.org。

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

Intellectual Reserve, Inc. © 2010 版權所有。美國印行。

利阿賀拿雜誌的文字與圖案可以複製，供教會或家庭作為輔助資料，或者供非商業用途使用。載有限制字樣的美術作品皆不得複製。若有任何版權問題，請洽詢 Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA；電子信箱：cor-intellectualproperty@ldschurch.org。

網際網路上提供多種語言版本的利阿賀拿，請瀏覽網站www.Lds.org。

For Readers in the United States and Canada: April 2010 Vol. 34 No. 6. Liahona (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

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

訂閱雜誌 香港地區：(852) 2756-5777，地址：香港九龍牛頭角道三號寶花園二樓A-E座。台灣地區：(886) 2192-4974，地址：台灣10642台北市大安區金華街183巷5號B1。如遇雜誌損壞、缺頁，請寄回上述地址更換。

成人園地

本期利阿賀拿內含多篇網路相關文章。如需更多有關這項主題的資訊，包括**宣導網路安全的親子資源**，請瀏覽網站www.gospeltopics.Lds.org，閱讀「Internet」（網際網路）主題下的資料。



七十員肯尼斯·詹森長老在「蒙召喚和按手選派去服務」（第16頁）一文中說明蒙按手選派接受召喚的重要。如需**有關特定召喚的資訊**，請瀏覽網站www.Lds.org的「Serving in the Church（在教會服務）」。

本月的「微小而簡單的事」（第8頁）談論的主題是家人溝通。若想知道更多**鞏固家庭的方法**，請瀏覽網站www.Lds.org/hf，點選「Building a Strong Family」（建立堅強的家庭）即可。



想進一步認識位於**柬埔寨**的後期聖徒，請瀏覽網站www.liahona.Lds.org。

青年園地

在「作弊，還是不作弊」（第50頁）這篇文章裡，雪莉·庫茲談到有一次在學校裡，她的品行操守受到了考驗。想深入了解**誠實的重要**，請瀏覽網站www.gospeltopics.Lds.org，閱讀「Honesty」（誠實）主題下的資料。

兒童園地

你的電子通訊禮貌如何？請瀏覽網站www.liahona.Lds.org作個線上測驗，即可知道。瀏覽網站時，不妨也觀賞一段跟使用媒體相關的特別影片。



若要更多類似第73頁的**著色頁**以及其他有趣的活動，請瀏覽網站www.liahona.Lds.org，點選「Children's Activities（兒童的活動）」。

你的語言

如欲取得中文版的教會線上資料，請瀏覽網站www.languages.Lds.org。





多馬·孟孫會長

灰斑翅膀的 金絲雀

大約60年前，我還是一名年輕的主教時，支會裡有位名叫凱瑟琳·麥奇的寡婦過世，遺留下三隻金絲雀，那都是她昔日的寵物。其中兩隻毛色純淨、一片燦黃，是要送給她的朋友的；第三隻名叫比利，翅膀上雜帶灰斑。麥奇姊妹留了一張字條給我：「你和你的家人可不可以養牠？牠不是最漂亮的，不過歌聲最甜美。」

麥奇姊妹跟這隻灰斑翅膀的金絲雀很像，沒有動人的外貌，不擅人際應對，也無子孫承歡膝下；不過，她的歌聲卻能使他人更樂於背負重擔，更有能力肩負重任。

這個世界上到處都是有著灰斑翅膀的金絲雀。令人惋惜的是，鮮少有人學會歌詠。這其中有些是年輕人，不知道自己是誰，不知道自己潛能何在，甚至不知道夢想為何，只是一心想成為大人物。有的人則是隨著年齡增長日漸佝僂，終日憂心忡忡，或充滿疑惑——生活的層次遠低於自身的能力。

一個人若要活得精采，必須培養能力，使自己

有勇氣面對煩憂，以喜樂的心面對失望，以謙遜的態度迎向勝利。你們會問：「我們如何才能達到這些目標？」我的回答是：「要對我們真正的身分有正確的認識！」我們是神的兒女，祂活著，我們乃是照著神的形像造的。想想這一點：照著祂的形像造的。我們若真心抱持這樣的信念，必定能體驗到一股深刻而嶄新的力量和能力。

在我們的這個世界，道德人品似乎往往不及美貌或魅力重要。然而，久遠以前主對先知撒母耳的一番勸告猶在我們耳際迴盪：「耶和華不像人看人：人是看外貌；耶和華是看內心」（撒母耳記上16：7）。

救主在尋找有信心的人時，不是從經常出入會堂、自以為義的人群當中挑選，而是從迦百農的漁夫中召喚；這位多疑、沒受過教育、個性魯莽的西門，後來成為滿懷信心的使徒彼得；一隻黃色的金絲雀縱使翅膀帶著灰斑，也有資格贏得夫子充分的信任和不變的愛。

本篇信息的教導

教導……時，讓學員尋找或聽一些特定的事物往往很有幫助」（教導，沒有更偉大的召喚 [1999]，第55頁）。為幫助家人了解孟蓀會長的信息，不妨請他們準備在一同讀完這篇信息後，分享心得。邀請每個人各自分享文中的一項重點，課程結束時為孟蓀會長的信息作見證。

教導神透過先知所賜予的話語時，能對教導對象的生活產生極大的影響（見教導，沒有更偉大的召喚，第50頁）。孟蓀會長說，知道我們是神的兒女，能帶給我們力量和能力。讀完本文後，問家人哪些事物能幫助他們記得自己的身分。

救主在揀選充滿熱忱和能力的傳教士時，不是從擁護祂的群眾當中尋找，而是在敵對者裡尋見他的身影。迫害他人的掃羅，後來成為傳道人保羅。

救贖主揀選不完美的人來教導人們邁向完美，祂在世時如此，現在仍舊如此——那些人就是翅膀帶著灰斑的金絲雀。祂召喚你、我在世上事奉祂，我們必須全心全意投入其中。當我們奮發振作之際，萬一失足跌倒，且讓我們懇求：「領我，噢，導我，偉大的造物主，領導我脫離黑暗，重新振作。」¹

我祈求，我們都能跟從這位加利利人的榜樣，像祂一樣常常走入窮困潦倒、飽受欺壓、痛苦憂傷的人群中。願我們這麼做時，都能衷心獻出我們的歌聲。■

註：

1. 「戰歌」，楊克斯中學。

何謂真正的美？

孫會長在這篇信息中說：「在我們的這個世界，道德人品似乎往往不及美貌或魅力重要。」女青年也許很在意自己的外表形像，對自己的身分和未來的成就感到困擾不已。請思考七十員林恩·羅賓長老對於「真正的美」的見解：

- 一個快樂、有美德的女青年會容光煥發，散發出內在美。
- 純真的笑容最美麗動人，因為那完全是自然不造作的。這種真正的美無法靠外在粉飾，而是一種屬靈的恩賜。
- 端莊是內在美麗的一種外在表徵和必要條件。
- 如果你對自己的外表感到失望，不妨透過愛你的人的眼光來看自己；他們看到的內在美，可以作為一面鏡子，幫助你改進自己。
- 一個會讓有美德的女子心儀的男子，「看人」的眼光也必有獨到之處，不像世人一樣（見撒母耳記上16：7）。純潔又快樂的女性發自內心散發出來的真正的美，必能吸引他的目光。女青年在尋找有美德的男青年時，道理也相同。
- 天父期望祂所有的兒女選擇正義，這是通往永恆幸福和內在美麗的唯一道路。
- 在主前不必互相競爭。所有的人都有同等的機會，在自己的容貌上刻上祂的形像（見阿爾瑪書5：19），最美的，莫過於此。

若要閱讀完整的信息，請參閱Lynn G. Robbins, “True Beauty,” *New Era*, Nov. 2008, 30。男青年也可以找到類似的忠告，請參閱艾羅·馮平，「醜小鴨或高貴的天鵝？全看你自己！」，2009年10月，利阿賀拿，第36頁。



唱出你最甜美的歌聲

孫會長談到麥奇姊妹的三隻金絲雀，有兩隻全身都是金黃色的，好看極了！第三隻長得不好看，因為翅膀上摻雜著灰色斑點，但是麥奇姊妹最喜歡牠，因為牠的歌聲非常甜美。

有些人覺得自己不像別人那麼美麗、聰明，但是每個人對主而言都是寶貴的。我們可以滿懷信心和勇氣，運用自己的才能為人服務，這樣一來就可以像那隻翅膀上帶有灰斑的金絲雀一樣，雖然並不完美，卻能唱出自己最甜美的歌聲！

為麥奇姊妹和她心愛的金絲雀著色，然後寫出你可以透過哪三個方法，為主唱出你最甜美的歌聲。



我可以為主唱出我最甜美的歌聲，方法是：

- 1.
- 2.
- 3.

探訪教導的建議

當你認識一位姊妹和她的家人，要找出方法幫助她透過聖餐更新聖約。如果她沒有參加聖餐聚會，能不能邀請她參加，或者提供協助（往返交通、協助照顧孩子、當她的朋友坐在她旁邊等等）？

個人準備

路加福音22：19-20

哥林多前書11：23-28

尼腓三書18：1-12

透過聖餐更新聖約



教導能為探訪對象帶來祝福的經文與引言或其他必要的原則；為教義作見證，並邀請教導對象分享她們所感受及學習到的事。

耶穌基督制定聖餐

「耶穌拿起餅來，祝福，就擘開，遞給門徒，說：『你們拿著吃』（馬太福音26：26）。

『這是我的身體，為你們捨的，你們也應當如此行，為的是記念我』（路加福音22：19）。同樣地，祂拿起盛酒的杯子來，按照傳統加了水，祝謝後，遞給圍繞在祂身邊的人，說：『這杯是用我血所立的新約』，為人『流出

來，使罪得赦』，『為的是記念我』。……

「自從客西馬尼園那晚在樓宅裡的經歷和各各地發生的事之後，應許中的兒女便已立下聖約，要以更新、更崇高、更神聖及個人的方式記念基督的犧牲。」¹

十二使徒定額組傑佛瑞·賀倫長老。

我們透過聖餐更新洗禮聖約

「我們在受洗的時候，承受耶穌基督的聖名。承受祂的名是我們生命中最重大的事情之一。……

「每個星期在聖餐聚會裡，我們更新洗禮聖約，承諾紀念救主的贖罪犧牲。我們承諾要效法救主所做的事情——服從天父並一直遵守祂的誠命。相對的，我們所得到的祝福，就是能一直有祂的靈與我們同在。」²

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老。

「我參加一個八歲女孩的洗禮會。在當天結束時，她自信滿滿地說：『我已經受洗一整天了，而且都沒有犯過任何罪！』



不過，她的完美日子並不會永遠持續下去，我相信現在的她已經逐漸學到，就像我們每個人學到的一樣，不管我們再怎麼努力，總免不了會發生一些不好的狀況、做出錯誤的選擇。……

「……要做到真正的改變，單憑一己之力是辦不到的。憑藉本身的意志力和良好的願望是不夠的。我們若犯錯，或做了錯誤的選擇，就必須仰賴救主的幫助才能返回正道。我們藉著每週領受聖餐，表示我們相信祂有力量改變我們。我們要承認自己所犯的罪，並且承諾會棄絕罪。」³ ■

茱麗·貝克，總會婦女會會長。

註：

1. 傑佛瑞·賀倫，「如此得以記念我」，1996年1月，聖徒之聲，第71頁。
2. 羅拔·海爾斯，「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。
3. 茱麗·貝克，「記念、悔改及改變」，2007年5月，利阿賀拿，第110-111頁。

微小而簡單的事

「藉著微小而簡單的事能成就偉大的事」（阿爾瑪書37：6）。

世界各地的教會歷史

奈及利亞

數位奈及利亞人於1950年代期間，開始透過雜誌文章和教會書籍認識教會，他們寄信到教會總部，表示渴望更深入認識教會的教導。

教會領袖於是深入研究了在奈及利亞展開傳道事工的可行性。然而，由於該國發生內戰，辦理簽證困難，再加上當地尚未有足夠的聖職持有人管理教會等等困難，使得教會領袖無法在該區域正式成立教會單位。

1978年，教會終於得以建立傳道據點，第一批傳教士抵達時，發現不少群眾對福音感興趣。第一批教友的洗禮會於同年11月舉行，在這同一天，也成立了教會的第一個分會。



到了1987年，教友人數將近10,000人，在1999年，奈及利亞的教友人數已居非洲國家之冠，教友總數為42,746。目前，奈及利亞的阿巴有一座聖殿，於2005年由戈登·興格萊會長（1910-2008）奉獻。

上：奈及利亞的教友聚在一起觀賞總會教友大會。右：奈及利亞阿巴聖殿。



教會在奈及利亞	
教友人數	83,919
傳道部	4
支聯會與區會	32
支會與分會	256
聖殿	1

如何改善家人間的溝通

- 在家人聚集之前，像一起用餐、研讀經文和開家人家庭晚會之前，先關掉或收起電子設備。
- 每天至少共進一餐。



- 規劃定期的家庭活動。活動不必很複雜，可以一起野餐、散步或玩個遊戲。
- 進行家庭討論時，讓每個家人都可以表達意見和內心的感受。仔細聆聽，不要論斷或說教，也不要互相插嘴。

左，自上：約翰·騰隆攝；馬太·賴爾攝；民絲·惠德克攝；右，自上：背景© GETTY IMAGES；照片，德撒律新聞社提供；柴德·菲爾斯攝

什一奉獻—— 對於窮困者也是誠命

林恩·羅賓長老

七十員



你如何運用時間？

一天有24小時，你可能花很多時間睡覺和工作（或唸書），但是你大概還會有幾個小時做其他的事。你用多少時間看電視、上網？如果你每天只花一個小時做以下建議的事，那麼在一個星期、一個月、一年內，你可以完成多少項目標、計畫或工作？

- 閱讀經文或背誦「精通經文」的章節。
- 作運動。
- 學習新的嗜好或才能：例如烹飪、唱歌、縫紉、園藝或彈奏樂器。
- 參與家人家庭晚會或花時間與家人相處。
- 閱讀好書。
- 寫信鼓勵從你的支分會出去的傳教士。
- 學習外語。
- 作家譜。
- 作家庭教導或探訪教導。
- 從事教會召喚。
- 寫日記。

第22頁的
大衛·納文
文章，
進一步
如何成
為明智
的管家
，管理
自己的
時間。

米契颶風在1998年10月摧毀了中美洲的許多地方。戈登·興格萊會長（1910-2008）當時非常關心那些災民，許多人失去了一切——食物、衣服和家當



戈登·興格萊會長於1998年颶風過後，探視宏都拉斯的教友。

全都化為烏有。他到宏都拉斯的聖彼得蘇拉和德古斯加巴，以及尼加拉瓜的馬拿瓜等城市探望聖徒。就像滿懷愛心的先知以利亞對瀕臨餓死的寡婦所說的話一樣，這位現代先知在每個城市的信息也相仿——要有所犧牲並遵守什一奉獻律法。

但是你如何能要求這麼貧困的人們犧牲？興格萊會長知道，災民收到的一批批食物和衣服雖然能幫助他們度過難關，但是先知對他們的關懷和愛卻遠勝於此。他知道最重要的援助來自於神，而不是來自

於人；這項認知的重要性絕不亞於實質的人道援助。先知想幫助他們打開天上的窗戶，就像主在瑪拉基書裡的應許一樣（見瑪拉基書3：10；摩賽亞書2：24）。

興格萊會長教導他們，如果他們願意繳付什一奉獻，他們的餐桌上永遠有食物，身上永遠有衣服穿，頭上也永遠有屋頂可以遮風避雨。

摘錄自2005年4月總會教友大會講辭。

增加我的見證

在 我努力培養對耶穌基督的見證時，發現持續地做些簡單的事能使見證增長。因為我努力祈禱、去教會、研讀摩爾門經，並為基督作見證，我對救主的見證



也繼續增長。

雖然難免會遇到考驗和困難，但只要聆聽聖靈的提示，就能避開對我有害的事物，聖靈會教導我應該選擇哪條道路。

當我聽從教會領袖的勸告，就會感覺到見證增長，而且知道我與天上的父更接近。

艾恩·索達維，柬埔寨

選擇權

永恆進步的基本要素

天父給我們選擇權，這項為自己作選擇的能力是救恩計畫中不可或缺的部分。

在前生的天庭會議中，天父提出祂的計畫，其中包括選擇權的原則。路西弗反叛，「尋求破壞……世人的選擇權」（摩西書4：3），因此他和他的跟隨者被逐出。我們其他人則選擇天父的計畫，這個計畫一方面讓我們能來到世上，獲得骨肉身體，另一方面也提供一位救主——耶穌基督為我們贖罪。透過悔改，我們可以獲得寬恕。我們當時都雀躍歡呼（見約伯記38：7）！

我們在塵世生命裡運用選擇權此一恩賜的方式，會影響我們或是享有永恆幸福、或是遭受永恆悲慘。經文教導我們，

「在天上就已頒定了不能取消的律法，所有的祝福都是根據那律法而來」（教約130：20），而隨著這項律法，「懲罰已附上」（阿爾瑪書42：22）。因此，當我們選擇行動的方向時，也同時選擇了此一行動的後果（見加拉太書6：7）。雖然後果可能不會立即出現，但是必定隨之而來。選擇跟從神的誠命會引導我們獲得平安和永生；選擇接受撒但的誘惑則會讓我們走上犯罪和心碎之路。¹

舊約先知約書亞為我們樹立了榜樣，他說：「今日就可以選擇所要事奉的……至於我和我家，我們必定事奉耶和華」（約書亞記24：15）。

註

1. 見忠於信仰（2004），第178頁

1. 我們的塵世生命是一段考驗的時期，為的是看我們如何運用選擇權（見亞伯拉罕書3：25）。



亞當和夏娃在墜落之後「擁有道德選擇權，也就是選擇善惡的能力。這使得他們可以學習和成長，也使他們有可能作出錯誤的選擇而犯罪」（宣講我的福音〔2004〕，第49頁）。



2. 「萬事有對立」實有必要，這樣我們才能分辨善惡之間的差別，也讓我們有機會作選擇。

（見尼腓二書2：11-16；教約29：39）



3. 天父賜給我們每個人基督之光，讓我們能分辨善惡（見摩羅乃書7：12-17）。



4. 我們選擇行動的方向時，無論好壞，也同時選擇了行動所附帶的後果（見申命記11：26-28；30：15-20；加拉太書6：7；啓示錄22：12）。



5. 因為「神已容許〔我們〕自己採取行動」，我們要為自己的行動負責（見希拉曼書14：30-31）。



6. 當我們選擇服從神的誡命，我們的選項就會增加，也會擁有更多自由（見尼腓二書2：27；教約58：26-28；93：20）。



7. 當我們選擇不服從神的誡命，我們的選項會減少，也可能成為罪惡的俘虜（見尼腓二書2：29；約翰福音8：34）。



8. 只要我們選擇抗拒誘惑，天父「必不叫〔我們〕受試探過於所能受的；……總要給〔我們〕開一條出路」（哥林多前書10：13）。



9. 我們必須謙抑自己，「不斷禱告」，才能抵擋得住誘惑（見阿爾瑪書13：28）。■

「因此，世人……是自由的；……可以藉著全人類的偉大中保，自行選擇自由和永生，或順著魔鬼的束縛和力量，選擇束縛和死亡」（尼腓二書2：27）。

攝影插圖，照片除非特別註明，否則皆由馬太·賴爾攝製；地球© CORBIS；亞當和夏娃被逐出伊甸園，蓋瑞·卡普繪；攝影插圖，男子與警察，羅伯特·凱西

建立在磐石上



奧申·惠尼於1855年7月1日出生在猶他鹽湖城，於1906年4月9日由約瑟F·斯密會長按立為使徒。本文取自他在1916年10月7日總會教友大會上的講辭。

奧申·惠尼長老（1855-1931）

十二使徒定額組

後 期聖徒於1847年在百翰·楊會長的帶領下，……〔受到命令〕要組織成百人、五十人、十人的團隊，準備展開漫長艱辛的旅程，駕著牛車前往鹽湖谷。

現在我要問幾個問題：若要我們當中的任何一個人現在去服從那項啓示，是明智、合情合理的嗎？各位可以想像一下，一個生活在鐵路、汽車和飛機時代裡的人，從猶他這裡駕牛車前往密蘇里河會是什麼樣子？……

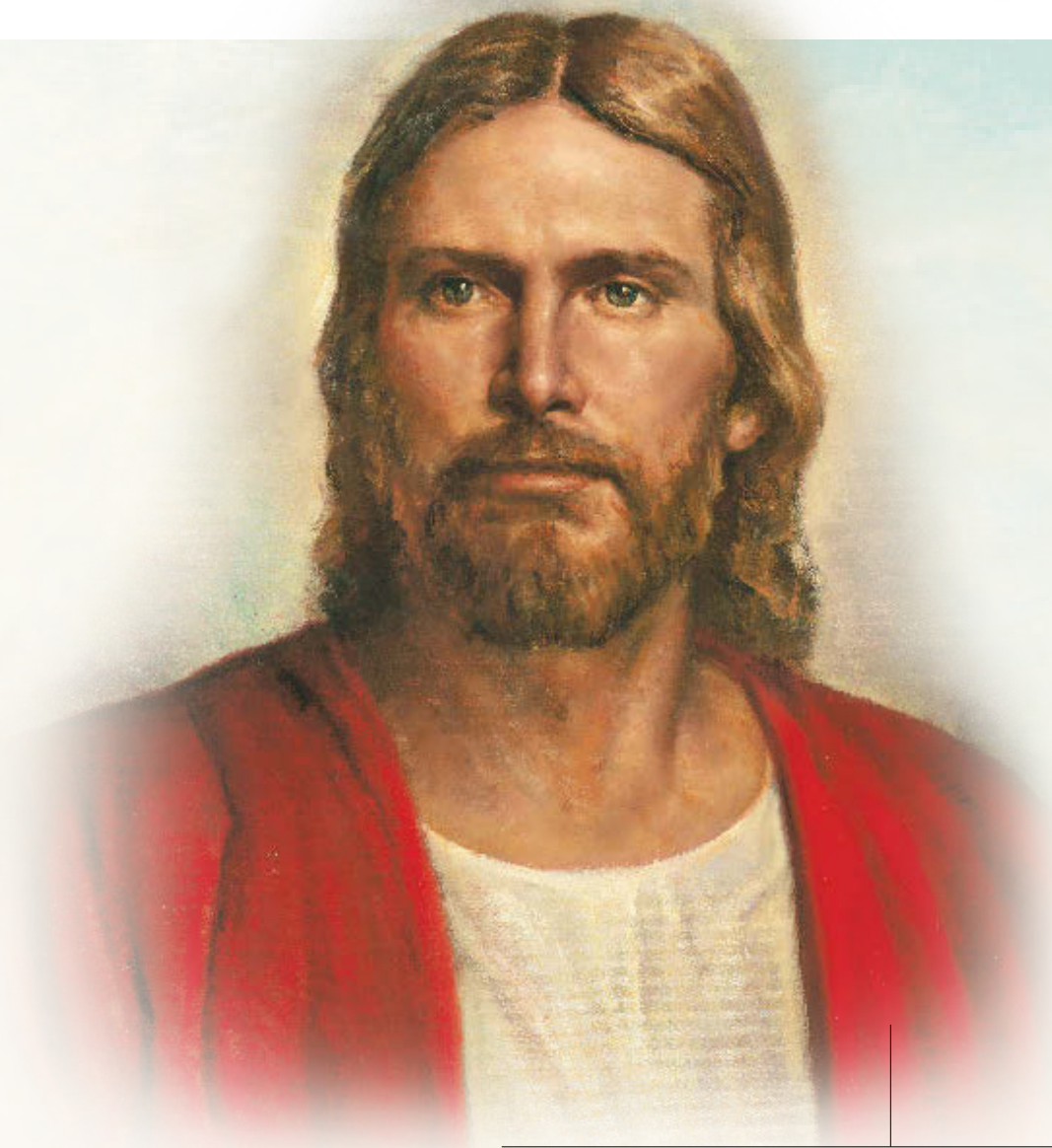
我要傳達的教訓是：我們是一群不斷進步的人，因為我們是神的人民，也因此，我們有權利使用這些現代先進的方法和改良的科學設備；主提供這些事物、又將之交在我們手中，為的是讓我們推動祂奇妙的事工。……

是什麼讓我們與眾不同？

多年前，〔某〕教會一位學識淵博的高級教士來到猶他州，……我與他有一番交談。他曾經參加一次「摩爾門」聖餐聚會，對

於我們主理「主的晚餐」的方式多所批評，尤其是我們在這個場合裡用水取代酒這件事。他說他看到人們啜飲白水很是震驚，並且指出一件事實，而那確實屬實，亦即根據聖經來說，救主在猶太人當中制定聖餐時使用的是酒，並且宣告那是祂的血或代表祂的血。我可以再補充一點，摩爾門經裡也談到救主是以酒向尼腓人介紹聖餐。

我的……朋友，無論知不知情，已經點出神的教會和世上所有其他教會的明顯不同之處，那就是：那些教會是建立在書本、傳統和世人的觀念上，本教會則是建立在基督的磐石上、在「即時且持續的啓示」的原則上。後期聖徒不因爲書本上有這樣的記載就這麼做，不會因爲神吩咐猶太人做，就



在經文中的神的話語滿懷虔敬。在這些記載中，有些部分可能已經不合時宜，但已完成其目的，因此被束之高閣；而另一部分則強而有力，仍適用於我們目前的狀況——我們目前發展的程度，但即使這部分也必須作正確的闡釋。任何人都_不應該在神的代言人面前爭辯經文的內容，因為是他們為神代言、闡釋祂的話語。要是作類似這樣的爭論，便是聽從過時的文字紀錄勝過現代的神諭，這永遠是錯誤的態度。

主在2,000年前對猶太人和尼腓人說的話，或50、60年前對後期聖徒說的話，要是與當今的啓示不一致，與主透過祂所揀選或指定的僕人所給予其人民的最新指示不一致的話，在現代便不具效力；忽視此一事實的人可能很容易陷入困境。我們一定要聽從神最近賜下的話語，勝過先前任何的啓示，無論先前的啓示多麼正確真實。

在今天說要怎麼做的這同一位神，也可以在明天撤銷廢止那項誡命，這並非善變或前後不一致。立法院每兩年召開一次會議，撤銷廢

這麼做；也不會因為基督給尼腓人的指示，就去做或不去做任何事。

本教會所做的一切，皆因為神在我們這個時代從天上說話，命令本教會去做。……這是基督的教會的體制。如果我們在主晚餐中的聖餐以水取代酒，那是因為基督已經這樣命令了。

神的事工向前推進

神的啓示會因應人的環

神的教會和所有其他教會明顯的不同之處，在於本教會是建立在基督的磐石上、在「即時且持續的啓示」的原則上。

境和狀況作調整，當神的事工不斷進步推展之際，會經由一個接著一個的改變來達成其目標。沒有任何一本書會博大精深到足以用來指導本教會。

論及此事時，我對記載



止已達成其目的的舊法令或昔日的法規條例，卻沒有人想譴責這些立法人士前後不一或自相矛盾，那麼我們怎能因為神今天說了一件事，明天、下個月或明年為了因應情況的變遷而有所更改，就認為祂前後不一呢？

祂命令亞伯拉罕殺了自己的兒子，亞伯拉罕正要這麼做的時候，這同一位神說：「你不可在這童子身上下手」〔創世記22：12〕。此時亞伯拉罕就必須……服從這第二道命令，而不是先前的第一道；倘若他不這麼做，就是違背命令了。

我們必須跟進

我還可以繼續暢談這個

主題，但現在要以這個感想作總結：神的事工不斷進步革新，有所改變的是外在形式，絕非其原則，而且它所依據的真理永恆不變，只是在神的事工繼續前進時，

〔神〕命令亞伯拉罕殺了自己的兒子，亞伯拉罕正要這麼做的時候，這同一位神說：「你不可在這童子身上下手」。此時亞伯拉罕就必須……服從這第二道命令，而不是先前的第一道。

許許多多的作法會一再革新蛻變。永恆福音不僅像火災發生時的緊急逃生口，是助人逃離險境的出口，它

更是神為了人類的進步安排的計畫，是一條通往完全的道路；福音的精神是力求精進、追求卓越的精神。

神的事工會不斷前進，你我也會隨之前進嗎？……而我們應該如何隨著主的事工一起前進？只有一個方法，那就是去做主所命令的事，不做祂禁止的事。……

噢，基督教會的弟兄姊妹們！讓我們保持警醒、起身行動，……繼續為神做事，好使祂的事工所蘊含的精神能與你同在，為你指引道路，而這道路會「越來越亮，直到完全的日子」〔見教約50：24〕。■

標點、段落、拼字及字母大寫均已現代化，並增添副標題。

改變的力量

姓名保留

雖然我一出生就在教會裡長大，而且一直到15歲都還很活躍，但是在剛成年的階段，卻偏離了福音道路。那段時期，我在尋找一件能使我快樂的事物，而我找上了毒品。

我的毒癮越來越大、不能自拔，人生彷彿一部劇情很差的電影，怎麼也關不掉。雖然我想戒毒，卻發現幾乎控制不了思想和行爲。一直到我因一起與毒品有關的犯罪入獄服刑，才發現自己原來失去了那麼多。當時我有一本摩爾門經，我讀到阿爾瑪書5：7：「看啊，祂改變了他們的心；是的，祂把他們從沉睡中喚醒，使他們覺悟神的存在。看啊，他們原來身處黑暗，然而，神永恆話語的光照亮了他們的靈魂。」

我知道自己身處黑暗之中，而我也想要改變自己的心。

我之前不是沒有試著改變，我參加過各種不同的戒癮計畫，也爲自己和家人著想，努力戒毒。不過那些方法都維持不了多久，我總是把持不住、一犯再犯。阿爾瑪書的這節經文讓我對耶穌基督懷著希望——希望即使我沒有力量改變自己（而我知道我做不到），但是祂可以改變我。



我將習癮的重擔卸給救主；我祈禱，向天父承認：「我靠著自己的力量做不到。」

我記得我將習癮的重擔卸給救主；我祈禱，向天父承認：「我靠著自己的力量做不到。」

我參加了後期聖徒戒癮計畫，由一對夫婦傳教士教導包含12個步驟的課程，課程的內容救了我一命。他們滋養了我內心深處那顆信心的種子，那是多年前，年幼的我和母親一起上教會時

種下的。那兩位傳教士還教導我什麼是悔改、寬恕，更重要的是，他們很愛護我，還說我可以從天父和救主那裡找到更大的愛。我感受到「〔我的〕心起了巨大的變化」（阿爾瑪書5：12），而且我發現，我尋覓已久的快樂，始終都蘊含在福音裡。

從我決定把心轉向救主，至今已經六年了，這一路走來十分艱辛，但是透過主的力量，我克服了重重障礙。

如今我的人生有妻子兒女相伴，這是我之前絕對想像不到的幸福喜樂。現在我持有麥基洗德聖職，也接受過聖殿教儀。我的人生有了這樣正向的轉變，都要歸功於耶穌基督，祂就是那使我改變的力量。

對於像從前的我一樣苦苦掙扎的人、以及對深愛著這些人的人，我要向你們見證：改變是可能的，此事千真萬確。你無需放棄希望，有一條道路可以讓你回到幸福的園地，那就是透過耶穌基督。■

如需戒癮計畫相關資訊，請詢問聖職領袖或瀏覽網站www.ldsfamilyservices.org。這項計畫的手冊戒癮計畫：戒癮及治癒指南（編號36764 265）已出版多種語言版本。



肯尼斯·詹森
長老
七十員

蒙召喚和按手 選派去服務

要經由適當的聖職權柄按手選派，教會的正式召喚才算完整。

先知約瑟·斯密和西德尼·雷格登於1832年2月16日在俄亥俄州海蘭獲得一個異象，我們從異象中的這番話得到了安慰與鼓勵：

「因為主這樣說——我，主，對敬畏¹我的人有憐憫和恩典，樂於推崇在正義和真理中事奉我到底的人。

「他們的酬賞將是大的，他們的榮耀將是永恆的」（教約76：5-6）。

在身為教友的歲月裡，對於蒙神召喚所蘊含的意義、對於回應主的邀請而事奉祂所應許的祝福，我的感激之情與日俱增。

領袖在提出召喚之前作祈禱，以求明白主的旨意時，會得到確定的感覺來證實應該採取的正確行動。透過禱告獲得個人見證、

進而知道自己乃是蒙神所召喚的，是必要且令人愉悅的事。主會透過祂的僕人邀請我們參與祂的事工，使我們更認識祂、更愛祂（見摩賽亞書5：13）。

我們獲得服務的召喚時，或許會感到能力不足，就像以諾受到主的委派去帶領、教導人民時的心情一樣（見摩西書6：31）。

「我的靈在你身上，所以你所有的話，我都將認為是正當的」（見摩西書6：34），這句話想必讓以諾很放心，他在異象中看到主將如何賦予他權能，幫助他完成神聖的指派任務。經文進一步記載，由於以諾「與神同行」，因此成了一位偉大的領袖（摩西書6：39）。以諾的經驗蘊含了每個人皆受用的寶貴教訓，幫助我們在主的教會中服務。

主指示摩西「按手在〔約書亞〕頭上，……又將你的尊榮給他幾分」（民數記27：18，20），此時給予摩西的這項勸告說明了為蒙召喚服務之人作按手選派的原則。

透過神所確立的這個模式，我們便能超越個人的軟弱、限制，甚至對立的狀況。請思考希拉曼之子尼腓和李海的經驗：「看啊，神的神聖之靈從天而降，進入他們心中，他們好像充滿了火，並能說出奇妙的話」（希拉曼書5：45；亦見第17-19節）。

藉著靈教導

在主賜給約瑟·斯密的一項啓示中，祂提出以下的問題：「因此，我，主，問你們這個問題——你們被按立去做什麼？」²（教約50：13）。主回答：「藉著靈，即那位被差遣來教導真理的保惠師，去宣講我的福音」（教約50：14）。

很顯然，我們教導神聖真理時應抱持的態度也有所規範：

「記住凡是天上來的都是神聖的，必須小心地講，也必須受靈的節制」（教約63：64）。

「凡由我按立並派出去藉保惠師，也就是藉真理之靈宣講真理的言語的，他是藉真理之靈宣

講，還是藉別的方法？

「如果是藉別的方法，就不是屬神的」（教約50：17-18）。

當我們被召喚擔任教會裡的領袖或教師的職位，我們的使命是藉神的靈教導神的話語，而不是憑著「人的哲學加上幾句經文」。³正如以諾、尼腓和李海，我們也能透過聖靈的提示獲得來自高天的幫助。

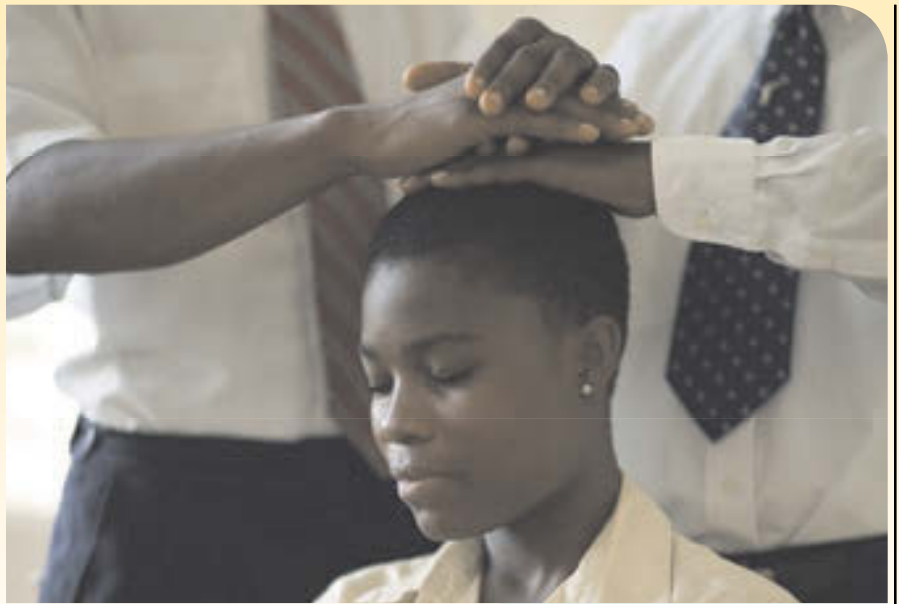
我們或許會斷定，只要聽過或讀過有關某個教義或原則的事情就夠了，但這樣的作法反映出我們並不明白若要深入理解原則，其實必須透過個人啓示（見約伯記32：8）。請思考先知的哥哥海倫·斯密這番受靈啓發的見解：「宣講福音的首要原則——要反覆不斷地宣講：你會發現，日復一日地，神會向你啓示與之相關的新觀念和更多的光。你的心智會因此擴展，而能清楚理解神所啓示的這些事物。」⁴

跟從救主的榜樣

在一切事上，我們最偉大的榜樣是主耶穌基督，經文如此記載祂的事蹟：

「耶穌講完了這些話，眾人都希奇祂的教訓；

「因為祂教訓他們，正像有權柄的人，不像他們的文士」（馬太福音7：28-29；亦見Joseph Smith Translation, Matthew 7:36-37）。



摩爾門經的偉大先知阿爾瑪實踐了這項作法：「鑒於宣講神的話有一種強烈的趨勢要引導人行公正的事——是的，這對人心的影響，比刀劍或他們遭遇的任何事都還要有力——所以阿爾瑪認為他們應該去試試神的話的功效」（阿爾瑪書31：5）。

當我們被託付教導福音的神聖責任時，且讓我們跟從救主的榜樣，並與祂同聲說道：「我的教訓不是我自己的，乃是那差我來者的」（約翰福音7：16）。■

註：

1. 在經文裡，我們對神的「敬畏」之情跟我們對「虔敬」的概念有關。大衛奧·麥基會長（1873-1970）提出他對這項神聖特性的見解，說道：「虔敬是融合著愛心的深深敬意」（in Conference Report, Apr. 1967, 86）。
2. 在經文裡，「按立」和「按手選派」是互換使用的（見教約20：67；25：7；亦見約瑟·斐亭·斯密，救恩的教義，布司·麥康基編，共三卷[1954-1956], 3:88）。
3. 傑佛瑞·賀倫，「由神那裡來作師傅的」，1998年7月，聖徒之聲，第27頁；亦見摩賽亞書18：19-22。
4. Hyrum Smith, in *History of the Church*, 6:323.



蒙按手選派

「按手選派是教會裡一項固定的作法，弟兄和姊妹都是『蒙按手選派』獲得特別的責任，到傳道、定額組及輔助組織等職位服務。……

「有些人覺得按手選派只是個例行動作，也有些人對此滿心期待，把聽到的字字句句牢記在心中，讓自己的生活隨之提升。

「按手選派（英文setting apart，亦指擺脫）可以照字面意思來解釋，就是擺脫罪惡，遠離肉慾、遠離所有粗鄙、低俗、邪惡、卑劣、庸俗；擺脫俗世，達到思想和行動的更高境界。獲得這項祝福的先決條件是忠信地履行職責。」

賓塞·甘會長（1895-1985），*The Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball (1982), 478。

賓塞·甘會長（1895-1985），*The Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball (1982), 478。



攝影插圖：約翰·路加



網際網路 的正面用途

伊莉莎白·史迪特

網際網路能使我們即時獲取許多資源來改善、充實生活；許多提振靈性的網站能給予指引和屬靈靈感。以下有幾項建議既可以幫助你和真實生活保持連結，又不會與網際網路提供的美好事物完全脫節。

限制時間

美國愛達荷州的利百加·倫福洛以前幾乎天天寫部落格（譯註：一種線上日誌）、閱讀別人的部落格。她的頭腦隨時都處於「寫稿」狀態——在腦中構思自己在部落格裡描寫和孩子相處的情形，反而不是真的和孩子相處。她明白這種情形要適可而止。

她說：「聖靈幫助我了解，問題不在於擁有部落格，而在於花太多時間和精力經營部落格。我捨棄實際生活中的許多事物：犧牲與孩子和丈夫相處的

寶貴時間、犧牲認真深入研讀經文的時間，甚至是睡眠時間——這使得我無法為人服務、敏於感受聖靈，也無法維持有益健康的生活方式。」

倫福洛姊妹後來學到，不要因為好的事物而阻絕了更好的事物，十二使徒定額組的達林·鄔克司長老勸告我們：「光是好並不足以作為我們去做某件事的理由。……當然，觀賞有益身心的娛樂表演或取得有趣的資訊很好，但那類事情並不是件件都值得我們付出一部分的生命時間去獲取。有些事則更好，還有些事是最好的。」¹

選擇提振人心的媒體

美國華盛頓州的艾美·寶森很感謝其他媽媽們所設計的網站，裡面有教導子女福音原則的教學點子和活動。她需要視覺輔助教材時，就上網找圖片列印出來；需要教學點子時，就連結到教會



最好的選擇

在使用新媒體時，務必要選擇能提升心智、拓增機會和滋養靈魂的事物。

十二使徒定額組羅素·培勒長老，「運用網際網路分享福音」，2008年6月，利阿賀拿，第N2頁。

教會網站

教會網站提供學習及教導福音的絕佳資源，從總會教友大會講辭到教會歷史一應俱全，能幫助你履行召喚。這些教會網站的目的在於使教友能以便捷的方式取得福音資源。以下列舉已有不同譯文的教會官方網站：

雜誌文章、教友大會演講和線上課本。

寶森姊妹說：「網路幫助我和丈夫為孩子們準備有意義的家人家庭晚會。知道還有那麼多母親『教導子女禱告，在主前正直地行走』（教約68：28），也令人欣慰」。

運用網際網路分享福音

美國猶他州的教友林恩·佛洛伊成立了一個家譜網站，裡面放了祖先的照片和歷史。他的網站和其他這類網站已經使得人們進一步認識本教會和教會的教義。有人因此渴望受洗，有人則因此重返教會、恢復活躍，還有人在作家譜、履行召喚、鞏固婚姻等方面得到幫助。

我們可以把網際網路用在許多積極正面的事物上。當你建立網際網路使用守則——務必使瀏覽的網站能提升心智、拓增機會和滋養靈魂——網際網路便能成為充實個人生活、鞏固家庭的一大資源。■

註：

1. 達林·鄔克司，「好、更好、最好」，2007年11月，利阿賀拿，第104，105頁。



你可以運用教會網站分享福音、準備課程，以及參與家譜事工。





- **LDS.org**：可以查考總會教友大會講辭、閱讀教會最新消息，以及連結到教會許多其他資源。欲找尋中文資料，請瀏覽網站language.lds.org。
- **Mormon.org**：可以向鄰居、家人、朋友介紹這個網站，此乃專為想更深入了解本教會的人而設計。該網站說明我們基本的福音信仰，包括神的本質、永恆的家庭以及救恩計畫，目前已有多種語言版本。
- **JesusChrist.lds.org**：可以閱讀使徒和先知對救主耶穌基督的見證，目前提供的語言為英文及西班牙文。
- **Liahona.lds.org**：可以找到你喜愛的利阿賀拿文章，以及網站補充資料，如照片集錦以及兒童活動。
- **ProvidentLiving.org**：可以學習有關自立的主題，如食物儲藏、就業及教會人道援助工作。目前提供的語言為英文，部分內容已有德文、葡萄牙文及西班牙文。
- **LDSjobs.org**：可以尋找工作機會、搜尋求學資訊、與求職者聯繫，以及學習如何協助支分會裡正在求職的教友，目前提供的語言為英文、葡萄牙文及西班牙文。
- **YouTube.com/MormonMessages**：可以觀賞福音原則相關短片，提供的語言為英文及西班牙文。
- **Temples.lds.org**：可以瀏覽世界各地聖殿的資訊和圖片，提供的語言為英文、德文、葡萄牙文及西班牙文。
- **New.FamilySearch.org**：可以查考你的家系和提交祖先的資料、準備名字執行聖殿事工；提供的語言為中文、英文、法文、德

文、義大利文、日文、韓文、葡萄牙文、俄文及西班牙文。

- **FamilySearchIndexing.org**：讓義工協助教會將家譜資源紀錄電子化、製作成索引，提供的語言為英文、法文、德文、義大利文、葡萄牙、俄文及西班牙文。
- **Countries.lds.org**：許多國家已有自己的教會網站。例如，在丹麥的網站上你可以觀賞介紹丹麥哥本哈根聖殿的影片，在阿根廷 / 烏拉圭 / 巴拉圭的網站上，教友可以在註冊後經由電子郵件收到教會領袖受靈啓發的引言，在韓國的網站上，你可以觀賞幾部教會影片。其他國家的網站也有類似的功能。
- **Languages.lds.org**：LDS.org網站上的每種語言都有一些翻譯資料，大多數網站都提供線上版的總會教友大會講辭和課本、手冊，有些網站還提供其他資源。
- **Images.lds.org**：可以下載福音圖片、教會歷史圖片、聖殿照片等。
- **LDS.org/braille**：可以找到點字版的英文和西班牙文資料，並可下載及列印。
- **ByuTvInt.org**：可以觀賞百翰·楊大學線上節目，不妨查詢在貴區域觀賞節目的方法；目前提供的語言為英文、葡萄牙及西班牙文。
- **Music.lds.org**：可以聆聽、列印聖詩和其他樂曲，提供的語言為英文、法文、葡萄牙文和西班牙文（請至網站www.music.lds.org，先點選Music，再點選Hymns，然後選擇其中一種語言）。

事情



大衛·貝納長老
十二使徒定額組

我要以使徒的身分大聲疾呼、提出警告，有些種類的網際空間互動和經驗，有可能使我們的靈魂昏沉、窒息，受到壓抑和強迫。

我 一直期待這個和各位一起學習的機會，也為此機會作了準備；這讓我更了解尼腓的弟弟雅各那強烈感受。他說：「我今日的心情因更加渴望和擔心你們靈魂的福祉而比以往更沉重」（摩爾門經雅各書2：3）。我今天想和各位分享的信息長久以來有「如來自上天之露，滴在〔我的〕靈魂上」（教約121：45）。我邀請各位認真注意一個與當下及永恆都息息相關的嚴肅主題，也祈求聖靈在我們共聚一堂的時候，與我們同在、教導我們每一個人。

摩爾門經裡針對真理所闡釋的定義既簡單又清楚，長久以來一直讓我深受感動：「靈只講真理，絕不說謊。所以，靈講的是事情現在的真相與事情未來的真相；因此，為了我們靈魂的救恩，這些事已經明白地向我們顯示」（摩爾門經雅各書4：13；亦見教約93：24）。

我們要把重點放在這節經文針對真理所指出的第一項要素：「事情現在的真相」。首先我們要複習天父幸福計畫裡的幾個關鍵要素，作為認識以及了解「事情現在的真相」的教義基礎，然後我們要



現在的真相

思考敵對者爲了干擾或抑制我們分辨「事情現在的真相」的能力，所使用的攻擊手法。最後，我們要討論落在你們這新一代肩上的責任。你們需要服從、尊崇神聖的聖約，並且在今日這個越來越混亂邪惡的世界裡，不斷地辨認出「事情現在的真相」。

我們神聖的目標

總會會長團和十二使徒議會在「家庭：致全世界文告」中聲明，我們是神的靈體兒女，我們「接受祂的計畫，藉此計畫得到骨肉身體，獲取塵世經驗，邁向完全，終而達成神聖目標，成爲永生的繼承者。」¹ 請注意，在邁向神聖目標的進步過程裡，得到骨肉身體是最首要的一件事。

先知約瑟·斯密在教導我們骨肉身體的重要時，說得很清楚：

「我們來到這世界，爲的是取得身體，然後在高榮國度將之純潔地呈獻在神面前。偉大的幸福原則在於擁有身體。魔鬼沒有身體，這就是他的懲罰。他能附著在人的身體時就很高興；他被救主趕出時，請求能到豬群裡去，顯示他寧可有豬的身體，也不願沒有身體。有身體的個體有力量支配沒有身體的個體。……

「除非我們讓魔鬼有機可乘，否則他沒有力量轄制我們；在我們抗拒來自神的事物的那一刻，魔鬼就得到了力量。」²

骨肉身體能使我們得到多樣、深刻且強烈的經驗，這些經驗在前生階段根本無法獲得。十二使徒定額組培道·潘會長教導：「靈體和身體巧妙地結合，使身體成爲心智的工具、人格的基礎。」³ 因此，我們和他人的關係，我們辨識真理、依照真理採取行動的能力，以及我們服從耶穌基督福音原則和教儀的能力，都會透過骨肉身體顯現出來。在今生這個教室裡，我們以各種方式體驗溫柔、愛、仁慈、快樂、悲傷、失望、痛苦，甚至體能限制上的種種不便，藉以幫助我們爲永生作準備。簡單來說，正如經文所說的：「因肉身」，所以我們有我們必須學會的功課，有我們必須具備的經驗（尼腓一書19：6；阿爾瑪書7：12-13）。

使徒和先知始終如一地教導身體在今生和永恆的重要。保羅宣告：

「豈不知你們是神的殿，神的靈住在你們裡頭嗎？」

「若有人毀壞神的殿，神必要毀壞那人；因爲神的殿是聖的，這殿就是你們」（哥林多前書3：16-17）。

主也在本福音期啓示：「靈和身體就是人的靈魂」（教約88：15）。有一項真理是現在和永遠都千真萬確的，那就是：我們的存在和身分是由身體和靈共同組成的。身體和靈不可分開地結合在一起時，我們就可以獲得完全的快樂；靈和身體一

且分開，我們就得不到完全的快樂（見教約93：33-34）。

天父的計畫是要為祂的兒女提供方向，幫助他們變得幸福快樂，並將他們平安地帶回天家、到祂面前，享有復活、超升的身體。路西弗千方百計要讓神的兒女迷惑、不快樂，並且阻礙他們永恆的進步。這個萬謊之父最終的目的是要讓我們所有的人都變得「像他一樣悲慘」（尼腓二書2：27），他也處心積慮地要扭曲天父計畫中他最憎恨的種種要素。

撒但沒有身體，他的永恆進步處於停頓狀態；就像河床上的水流被水壩擋住一樣，敵對者的永恆進步也因為沒有骨肉身體而受到阻礙。路西弗因為反叛，因此自絕於經由骨肉身體才可能獲得的所有塵世祝福和經驗。他無法學習有身體的靈才能學習的事，無法結婚或享受生育及家庭生活的祝福，他也無法忍受全人類真的都能享有復活的這個事實。撒但無法繼續進步、進而變得像天父一樣的情況，正好可以用來說明被定罪（damned）一詞在經文裡強烈的意涵。

正因為骨肉身體是天父幸福計畫的中心，也是我們靈性發展的核心所在，因此，撒但會誘惑我們不當地使用身體，藉此企圖阻礙我們進步，也就不足為奇了。永恆中最諷刺的一件事就是，敵對者因為沒有骨肉身體而悲慘不堪，所以慫恿、誘惑我們不當地使用身體，好讓我們和他一樣悲慘。因此，這項他既無法擁有、也無法使用的工具，就成了他在企圖誘使我們的身體及靈性雙雙毀滅之際，最主要的攻擊目標。

敵對者的攻擊

敵對者一方面企圖影響我們濫用骨肉身體，另一方面又要我們貶低身體的價值。能識破這兩項攻擊手法並加以反擊，對我們而言非常重要。

天父的任何一個兒女濫用自己肉身的會幕，不論是透過違反貞潔律法、使用毒品及其他會上癮的物質、醜化或傷害自己、或者拿自己或別人的外表形像當作虛假的偶像來崇拜等等方式，都會讓撒但高興不已。對於認識、也了解救恩計畫的我們而言，任何玷污身體的行為都是背叛行



「靈體和身體巧妙地結合，使身體成為心智的工具、人格的基礎。」

十二使徒定額組培道·潘會長。

為，也是在否定我們的真實身分——否定我們是神的兒女（見摩賽亞書2：36-37；教約64：34-35）。

現在，弟兄姊妹們，我無法一一列舉所有濫用身體的方法；「因為各式各樣的方法和手段多得不勝枚舉」（摩賽亞書4：29）。你知道是非對錯，而且你個人有責任「藉著研讀也藉著信心」（教約88：118）去學習哪些事情該做、哪些不該做，以及為什麼你們該做或不該做那些事情在教義上的理由為何。我見證，只要你們渴望這樣學習，在你們「留意自己，……小心自己的思想、言語、行

為，……遵守神的誠命，又……對你們所聽到的主的來臨，繼續保持信心，直到生命的終了」（摩賽亞書4：30），你們的靈性就會得到啓發和保護；並且按照你的忠信和勤奮，你會在敵對者誘惑你濫用身體時，有能力辨認出他的詭詐，並擊退他的種種攻擊。

撒但也企圖誘惑神的兒女貶低骨肉身體的重要。這種特殊的攻擊手法最為巧妙難察、也最為惡毒。我要舉幾個例子說明敵對者如何安撫及哄我們安於肉慾的安全感（見尼腓二書28：21），並慫恿我們將前生時令我們歡呼（見約伯記38：7）的塵世學習經驗置於危險的境地。

例如，我們都能從各式各樣有益身心、有趣好玩、吸引人的活動當中發現快樂。但是一旦走向不尋常又危險的極端，不斷尋找更大、更令人亢奮的腎上腺素「飆升」時，就是在貶低身體的重要，危害骨肉身體的健全了。我們或許可以辯稱這種看起來無傷大雅的探索、歷險行為根本沒有什麼不對，但是把神特別賜給我們接受塵世學習經驗的這項工具置於危險的境地——只為了追求刺激或所謂的樂趣，或為了逞英雄、博取認同——就是在貶低骨肉身體的重要了。

令人悲痛的是，今天教會裡有些年輕的弟兄姊妹不理會「事情現在的真相」，也忽視永恆的關係，反而沉迷於不具永恆價值的數位式消遣、娛樂及旁門左道。曾有一對年輕的夫婦藉著神聖聖職的力量在主的屋宇裡為今生和全永恆印證在一起後，卻因為沉迷於電玩遊戲和網路交友而導致婚姻出現問題，這

讓我非常痛心。有的年輕弟兄姊妹可能因為那些麻痺心智和靈性的電玩或網路遊戲而浪費無數的小時、延誤或放棄追求職業或學業上的成就，甚至最終犧牲寶貴的人際關係。正如主所說的：「因此，我給他們一條誠命……不可虛度光陰，也不可埋藏才能，使那才能不為人知」（教約60：13）。

這時候你可能會問自己：「不過，貝納弟兄，今天一開始你談到了骨肉身體對永恆進步的重要。而你現在的意思是不是說，電玩遊戲和各種由電腦轉介的通訊型式也會是貶低骨肉身體重要價值的一大因素？」這正是我現在所說明的，讓我來解釋一下。

我們生活的這個時代，可以用科技來複製現實、放大現實、創造虛擬現實。例如，醫生可以用電腦模擬軟體進行複雜的外科手術，在完全不必讓病人冒風險的情況下就獲得寶貴的經驗；駕駛員在飛行模擬器裡反覆演練，可以練習能夠拯救人命的緊急迫降程序；建築師和工程師則可以利用尖端科技模擬複雜精密的設計及建築方法，以期在地震或其他天災發生時，減少人命的傷亡及對建築物的破壞。

在上述每個例子中，模擬器或模型的逼真程度越高，這些活動或經驗的成效就越大。逼真一詞是指「現實」和「現實的呈現」之間相似的程度；逼真度高、目標純正的模擬行為會有建設性，例如，提供拯救人命或改善生活品質的經驗。

請注意，電腦合成圖的「實景呈現」（第26頁）和下一頁的完工實景照片兩者之間的逼真程度。



興建每一座新聖殿時，都會在規劃及設計過程運用**本圖以及類似的圖像**。這樣的合成圖能呈現出布料、家具、設施、燈光、尺寸和比例，讓我們知道完工時各個部分的外觀和感覺如何。基本上，整座聖殿及其中每一個部分早在動工建造之前就已經鉅細靡遺地設計完成了。



本圖為加州紐波特海灘聖殿印證室的電腦合成圖。

這個例子應用了很高的逼真度來達到一個最重要的目的——設計及建造一座神聖而美麗的聖殿。不過，如果模擬器或模型的逼真度高，目標卻不正當，就會導致靈性受到傷害及威脅——例如，以身試法去做違反神誡命的事，或引誘我們去想、去做平常不會去想、去做的事，「因為那只不過是個遊戲罷了」。

使徒的警告

我要以使徒的身分大聲疾呼、提出警告，有些種類的網際空間互動和經驗，有可能使我們的靈魂昏沉、窒息，受到壓抑和強迫。我所提出的這些憂慮大家並不陌生，而且其他種類的媒體也同樣有此隱憂，例如電視、電影和音樂，只是在電子網路的世界中這些挑戰更普遍、更嚴重。我懇求各位要防範各種電子、網路科技使感官麻木、靈性毀滅的影響力；這樣的科技會被利用來製造幾可亂真的高逼真度，鼓吹卑鄙邪惡的意圖。

如果敵對者無法引誘我們濫用骨肉身體，那麼他還會施展一個最厲害的伎倆，就是拐騙你我這些有身體的靈在現實生活中逐漸與「事情現在的真相」脫節。總之，就是慫恿我們像在前生、沒有身體的狀態下那樣思考和行動。如果我們讓他有機可乘，他就會巧妙地運用現代科技的一些特

性使其目的得逞。請務必當心，不要陷入或沉迷於電腦圖像、簡訊、耳機、推特（twitter）網路社交、線上社群網絡，以及使用媒體和網路上各種可能使人上癮的東西。這些事物會讓你無法體認骨肉身體的重要，錯過人與人之間豐富精彩的互動關係。要小心提防那許許多多經由電腦轉介的互動形式裡的數位影像和資訊，有可能取代身體的完整能力和體驗。

請仔細閱讀以下引述的資料，描述有位女子與網際空間的男友發展出的一段熱烈戀情。也請注意，這種溝通媒體如何將骨肉身體的重要降至最低程度。「就這樣，PFSlider〔這名男子在電腦螢幕上的名字〕成了我生活的全部，所有具體的事物一一退去。我的身體已不復存在，我沒有皮膚、沒有頭髮、沒有骨頭。所有的渴望都轉變成腦波，沒有別的地方，只在我的大腦裡打轉。戶外的世界、社交生活和天氣都不存在；只有電腦螢幕和電話、我的椅子，或許還有一杯水。」⁴

相形之下，我們更需要聽從保羅的勸誡：「要你們各人曉得怎樣用聖潔、尊貴守著自己的身體」（帖撒羅尼迦前書4：4）。

請再想想我先前用一對剛在主的殿裡結婚的年輕夫妻講述的例子。一個不成熟或誤入歧途的配偶可能毫無節制地沉迷於電玩遊戲、上網聊天，或者在其他方面讓數位媒體掌控了現實——也就是事情現在

的真相。起初，投入的那點時間也許看來無關緊要，可以辯稱在繁忙的日常生活中有必要花幾分鐘放鬆一下，結果卻因此錯失了許多重要的機會去培養及改善人際關係、與人一起歡笑哭泣、建立充實且持久的關係、密切的情感。日積月累之下，看來無傷大雅的娛樂可能演變成危害身心、無法自拔的狀況。

感受永恆伴侶溫暖、溫柔的擁抱，或看到別人分享見證時的真誠眼神——所有



這張照片是加州紐波特海灘聖殿印證室的實景照片。

這些需要透過骨肉身體來實際體驗的真實事物——有可能爲了換取一種高度逼真但卻不具有永恆價值的幻想而被犧牲掉了。如果你我不警覺，可能會像古代的拉曼和雷米爾一樣，變得「麻木了」（尼腓一書17：45）。

讓我再舉一個例子來說明與現實生活中「事情現在的真相」逐漸脫節的現象。今天一個人可以進入像「Second Life」（第二人生）這樣的虛擬世界，虛構一個新身分。他可以創造一個與自己的外表和行為一模一樣的化身或網際空間人物，也可以編造一個與「事情現在的真相」完全無關的假身分。無論虛構的新身分多麼接近本人，這種行為呈現的無疑是「事情現在的假象」。我先前已經為模擬器或模型的逼真程度下了定義，現在我要強調個人忠於真實自我的重要，也就是真實的人和虛構、網際空間身分之間的對應關係。華爾街日報（Wall Street Journal）刊登過如下的一則報導，請注意其中不忠於真實自我的部分：

瑞克·胡葛查是「一個〔53歲〕的壯漢，一頭灰白的長髮紮成馬尾，留著濃密的鬚髮和花白的翹八字鬍，……〔瑞克〕每晚花六小時、週末更經常一連耗上14個小時來當他的網路本尊達奇·胡倫比克。在網路上的他，身高六呎九吋，肌肉結實，……看來就像是個更年輕、身材更好的〔瑞克〕。……

「……〔他〕坐在電腦前，拉下百葉窗，……他的妻子蘇則在客廳看電視。胡葛查先生與螢幕上一個看來高挑、苗條的紅髮小姐進行線上聊天。

「他與這位小姐的交集只限於第二人生的電腦世界——這個紀錄詳盡的數位幻境裡，……甚至沒有和她通過電話，但是他們的關係已經進展到一些不可思議的真實層面了。他們養了兩隻狗，也一起付貸款，〔在他們的網路世界裡〕花好幾個小時到大賣場購物、騎摩托車長途兜風。……他們之

間的感情穩固，所以三個月前，胡葛查先生要求操控這位紅髮小姐身分的38歲加拿大女士珍娜·史比曼成為他的虛擬妻子。

「與他合法結婚的女人蘇·胡葛查一點也笑不出來，她說：『這叫人情何以堪。』……她與胡葛查先生結婚才七個月而已。」⁵

弟兄姊妹們，請務必了解，我並不是在說所有的科技在本質上都是有害的，事實並非如此；我也不是說我們不應該以適當的方式運用其種種功能來學習、溝通、

提升、美化人生，以及建立並鞏固教會，我們當然應該如此。但是我要提高警告的聲音，呼籲大家不要因為沉溺於虛構的關係，反而辜負、傷害了真實的關係。「根據最近一位史丹福大學博士畢業生……針對30,000名線上遊戲玩家所作的調查，這些遊戲玩家中有將近

如果敵對者無法引誘我們濫用骨肉身體，那麼他還會施展一個最厲害的伎倆，就是拐騙你我這些有身體的靈在現實生活中逐漸與「事情現在的真相」脫節。

百分之40的男性和百分之53的女性表示，他們的虛擬朋友不輸真實生活裡的朋友，甚至更好。〔回覆的問卷中〕有超過四分之一的遊戲玩家表示，過去一星期來讓他們情緒最亢奮的事是在電腦世界裡發生的。」⁶

主對真理的定義是「事情現在的真相」，這個定義是多麼地重要，多麼歷久彌新而且合乎時宜啊！先知阿爾瑪問道：「這難道不是真的嗎？」（阿爾瑪書32：35）他

談到光和好的事物是很容易辨別的，是可以體驗到的。的確，「那些住在〔父〕面前的……看見的就如同父看見他們一樣，知道的就如同父知道他們一樣，他們得到了祂的完全和恩典」（教約76：94）。

我親愛的弟兄姊妹們，要當心！由於電腦轉介的通訊型式會大大降低個人忠於真實自我的程度，也由於這種溝通的意圖是扭曲、荒誕而邪惡的，因此極有可能嚴重危害靈性。我懇請各位立刻離開，永遠地遠離這類的場所和活動（見提摩太後書3：5）。

現在我想談談敵對者攻擊手法的另一項特徵。撒但常常讓人心存「沒有人知道」的誘人幻想；路西弗一向企圖在祕密中完成他的工作（見摩西書5：30）。然而要記得，叛教行為並不會因為出現在部落格或透過聊天室、虛擬世界裡的虛構人物來進行，就可以安全地隱姓埋名。不道德的思想、言語和行為就是不道德，即使發生在網際空間裡也一樣。那些自以為祕密進行、遮掩妥當的欺騙行為，例如從網路上非法下載音樂、複製CD或DVD分送給朋友家人，仍然是欺騙的行為。我們所有的人都要向神負責，最後我們都要按自己的行為和心中的願望接受祂的審判（見阿爾瑪書41：3）。「因為〔一個人的〕心怎樣思量，他為人就是怎樣」（箴言23：7）。

主知道我們真正的身分、真正的想法、真正的作為，也知道我們真的會成為什麼樣的人。祂已經警告我們：「反叛者將被極大的哀傷刺透；因為他們的罪惡將在房頂宣布，他們的祕密行為將被顯露」（教約1：3）。

我在此大聲疾呼、提出警告的，只是針對這以科技為導向、快速變化的世界裡幾件會危害靈性的事物而已。請容我再次重申：科技或快速變化本身並無所謂善與惡之分。我們真正的挑戰是：如何在永恆幸福計畫的框架裡了解科技與快速變化這兩件事。路西弗會慫恿你濫用骨肉身體、貶低它的重要性；他會企圖以虛擬重覆動作的一成不變來取代神的創造的無窮變化，並讓我們相信我們只是必死的凡人，只能被迫採取行動，而不是永恆靈魂，蒙受祝福享有道德選擇權，可以為自己主動採取行動。他詭計多端地誘騙有身體的靈放棄「因肉身」（尼腓一書19：6；阿爾瑪書7：12-13）而來的祝福和學習經驗，而這些祝福和經驗正是透過天父的幸福計畫和祂獨生子的贖罪所造就的。

為了你們的幸福和保障，我邀請各位更勤奮地研讀救恩計畫的教義——並透過祈禱沉思我們剛剛談到的幾項真理。我要提出兩個問題，供各位在個人沉思和透過祈禱研讀時想一想：

1. 使用各種不同的科技和媒體，會邀來、還是會阻礙聖靈在生活中與你時時為伴？

2. 你用在各種不同科技和媒體上的時間，會擴大、還是會限制你以有意義的方式過生活、愛人及為人服務的能力？

各位都會獲得來自聖靈的答案、靈感和指示，符合你個人的情況和需要。我要重申並肯定先知約瑟的教導：「有身體的個體有力量支配沒有身體的個體。除非我們讓魔鬼有機可乘，否則他沒有力量轄制我們。」

這些跟骨肉身體的重要性有關的永恆真理，會增強你的力量，讓你抵禦敵對者的欺騙和攻擊。我對各位最深切的一項期許，是希望你們能不斷增加對復活的見證和感激——這也包括確信你自己能「根據那應許，……因你們對〔主耶穌基督〕的信心」（摩羅乃書7：41），而以高榮、超升的身體復活。

新生的一代

現在我要特別對真實的你說幾句話。各位確實都是耶穌基督後期聖徒教會新生的一代。十二使徒定額組的尼爾·麥士維長老（1926-2004）曾於1997年10月拜訪百翰·楊大學愛達荷分校，並在祈禱會上演講。他到訪校園的那天，我們廣泛地談論各項福音主題，也特別提到教會裡的青年。我記得麥士維長老說了一句令我印象非常深刻的話，他說：「這一代青年的服從能力比以往的各世代都強。」

他接著指出，他是根據曾任總會會長團第一副會長的喬治·肯農會長（1827-1901）教導的真理才這樣說的：「神為本福音期所保留的靈，有勇氣和決心去面對這世界以及魔鬼一切有形及無形的勢力，去宣講福音、維護真理、建立及推展神的錫安，不計一切的後果。祂差遣這一世代的靈為錫安奠定永不傾覆的基礎，並養育後代子孫，使他們將來成為正義的人，尊崇神、尊崇至高無上的祂，並且在一切情況下都服從祂。」⁷

父母和教會領袖經常強調這一世代的男女青年是特別被保留到世界歷史上的這個階段的，並且是天父最勇敢的一群兒

女。的確，這話所言不假。但我常想，教會青年會不會因為經常聽到這番話，反而覺得是陳腔濫調，以至於輕忽了此事的重要和深刻意義。我們知道「多給誰，就向誰多要」（教約82：3）。而肯農會長及麥士維長老的教導正幫助我們更充分地了解，神要今日的我們做些什麼。你我需要勇敢，並且「在一切情況下都服從祂。」由此可知，服從是新生的一代面對末世時代善惡之間的爭戰時，必須仰賴的重要武器。

我們很高興主已經透過祂授權的僕人為今日的男女青年「提高標準」。要是我們知道自己是誰以及為何要來到世上，必會欣然接受並感謝這項受靈啟發的指示。我們應該認清，路西弗透過哄騙我們濫用骨肉身體、貶低骨肉身體的重要，正在不斷處心積慮地使我們「降低標準」。

你 我需要勇敢，並且「在一切情況下都服從祂。」由此可知，服從是新生的一代面對末世時代善惡之間的爭戰時，必須仰賴的重要武器。

救主再三警告我們要謹慎提防敵對者的欺騙：

「耶穌回答他們說：要注意，免得有人迷惑你們；……

「因為在那些日子，假基督、假先知也將要起來，顯大神蹟、大奇事，倘若能行，甚至連選民，即按照聖約的選民，也會被他們迷惑。……

「凡珍藏我話語的，不會被迷惑」（約瑟·斯密——馬太福音1：5，22，37）。

服從會讓我們常有聖靈為伴。而藉由聖靈的力量啟動的那些屬靈恩賜和能力，能讓我們避開誘騙——去觀看、感受、認識、了解、記得事情現在的真相。而你我也正是因為這些理由，才獲賜更大的能力，能夠更加切實地服從。摩羅乃說：

「要注意聽主的話，奉耶穌的名向父祈求你們需要的任何東西。不要懷疑，只要相信，開始像古時那樣，全心歸向主，在主前恐懼戰兢完成自己的救恩。

以、也必定會完成預派的責任，對主在世界各地的事工有所貢獻。

我見證神活著，祂是我們的天父，是救恩計畫的制定者。耶穌是基督，是救贖主；祂作了贖罪犧牲，祂的身體為了我們的緣故而傷痕累累、支離破碎。祂已經復活，永遠活著，並且帶領著祂在末世時代的教會。「被圍繞在祂愛的臂膀中」（尼腓二書1：15）將會是真實的體驗，而不是虛擬的經驗。

我見證我們可以、也一定會蒙受祝福，有勇氣和決心面對世俗和魔鬼的一切勢力；正義必定獲勝；沒有不潔的手可以阻擋這項事工的進展。我要見證這些都是事情現在的真相，也是未來的真相，奉主耶穌基督的聖名，阿們。■

摘自2009年5月3日教會教育機構爐邊聚會講辭，百翰·楊大學愛達荷分校

註：

1. 「家庭：致全世界文告」，2004年10月，利阿賀拿，第49頁。
2. 總會會長的教訓：約瑟·斯密（2007），第211，214頁。
3. Boyd K. Packer, “The Instrument of Your Mind and the Foundation of Your Character,” *Brigham Young University 2002–2003 Speeches* (2003), 2.
4. Meghan Daum, “Virtual Love,” *The New Yorker*, Aug. 25 and Sept. 1, 1997, 82; or Meghan Daum, *My Misspent Youth* (2001), 19.
5. Alexandra Alter, “Is This Man Cheating on His Wife?” *Wall Street Journal*, Aug. 10, 2007, pp. W8, W1.
6. Alexandra Alter, *Wall Street Journal*, Aug. 10, 2007, p. W8.
7. George Q. Cannon, “Remarks,” *Deseret News*, May 31, 1866, 203; see also *Journal of Discourses*, 11:230.

「在受驗證的日子中要聰明，要除去一切不潔，不要祈求你要浪費在私欲上的事物，卻要堅定不移地祈求，使你們不會向任何誘惑屈服，使你們能事奉真實而活著的神」（摩爾門書9：27-28）。

只要我們聽從受靈啟發的忠告，就可以、也必定會蒙受祝福，在今日及未來的日子能認清並擊退敵對者的攻擊。我們可



柬埔寨的後期聖徒： 邁向新方向

柴德·菲爾斯
教會雜誌

東埔寨金邊今年春天的雨季使得洞里河一連數個月以來，以豐沛的水量源源不絕地注入湄公河，造成雨季末了河水一反先前自然的流向，整條河道逆流而上，改變方向。

河道改向讓位在河水源頭的洞里湖水量溢增五倍之多，也為附近賴以維生的游魚禽鳥帶來極為需要的養分。

就像河道改向一樣，柬埔寨的教友也感受到耶穌基督的福音幫助他們的生活改變方向。他們的心如今滿溢著福音帶來的喜悅和平安，這樣豐盈的喜悅也為他們的靈魂提供了靈性糧食。

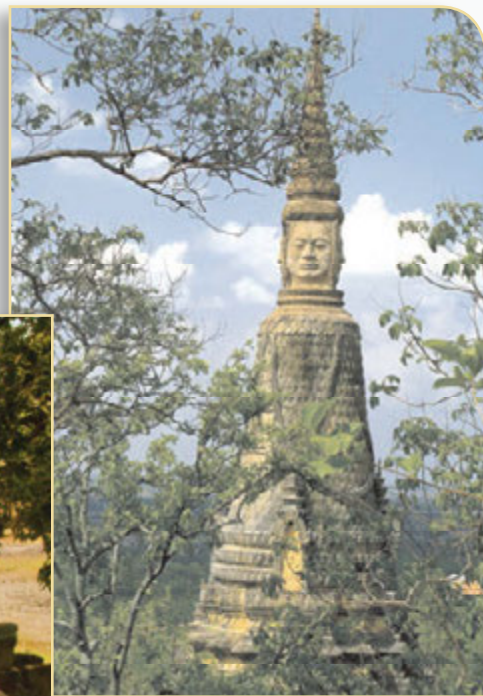
雖然這個國家曾經歷過一段黑暗時期，耶穌基督的福音如今卻已幫助許多柬埔寨人民看見嶄新未來的曙光，照亮晦暗的往昔歲月。

改變方向

1970年代，柬埔寨政治局勢動盪不安，許多柬埔寨人民被迫離開家園，與親人生離死別。

雖然過去曾經面對種種艱辛苦難，柬埔寨的後期聖徒如今發現，耶穌基督的福音讓他們有理由對未來懷抱希望。

柬埔寨金邊傳道部暹粒分會的羅邦協會長在1975年時年僅九歲，當時全家被迫離開家園。他們就像其他數百萬柬埔寨人民一樣，被下放到國境內遼闊的田地進行勞改。



生活雖然艱困，羅會長始終至少還擁有一件事能幫助他度過痛苦的歲月。

他說：「我始終懷抱著希望。」

羅會長原本有八個兄弟姐妹，在這段期間，他失去了雙親以及五個兄弟姐妹。

這份堅定的希望幫助羅會長度過童年時期的苦難，日後，同



隔頁：羅邦協擔任分會會長，也是暹粒當地的導遊，向遊客介紹城市裡的古老廟宇。他也將中國香港聖殿的照片展示在遊覽車裡，藉此找機會介紹後期聖徒的聖殿。左：雖然年幼時期曾感到絕望，森索分會康沙林會長在妻子孫素眉請他一起研讀經文後，加入了教會。上：金邊。



事，我想要進一步認識祂。」

密集地研讀、上課之後，羅會長一家人於2001年受洗。

羅會長說：「傳教士幫助我學習摩爾門經，然

樣的希望也幫助他明瞭耶穌基督福音的真理。

由於柬埔寨主要是崇尚佛教的國家，羅會長從小到大對耶穌基督一無所知。後來後期聖徒傳教士來到他們家，告訴他及他的家人他們想要分享一項重要的信息，他才開始了解救主的生平事蹟。

他說：「在我遇到傳教士之前，從來沒有聽說過耶穌基督的

而我是從神的答覆獲得個人見證、得知其真實性的。我看得出來，奉行摩爾門經所教導的道理會讓家人

「成為教友之後，……我獲得前所未有的嶄新光明。」康沙林

下：最近完成的教堂，用以容納柬埔寨首都金邊日益成長的教友人數。

下：畢薩瑞和妻子沈莎小時候都曾與家人長期分離。他們很感激有機會與兒女共度時光，並在教會中教養他們。

更幸福快樂。」

羅會長的這番經歷並非罕見之事，柬埔寨北金邊區會森索分會康沙林會長在青少年時期也與家人分離，被迫到鄉間勞改。

康會長表示：「那段時間我覺得毫無希望，不知道自己能不能夠活下來。」

回首往事，康會長覺得主在他的人生中數度保護他遠離傷害。他年輕時從軍，曾經遭6公尺近距離射擊，卻能逃過一劫。他也踩過許多具有殺傷性的地雷，卻沒有爆炸；雖然會有個地雷爆炸，但是他並未遭受重傷。

士兵有感於身處危險之境，所以盡一切所能尋求自保。軍中有些人相信刺青可以讓他們遠離災厄，因此身上刺了刺青。

康會長說：「加入教會之前，我懵懵懂懂的。現在我知道是耶穌基督拯救了我，不是那些



刺青。」

康會長的妻子孫素眉與傳教士上課、接受洗禮之後，康會長對妻子的改變刮目相看。於是，也答應與妻子一起研讀經文，很快地也決定受洗。

他說：「我這輩子獲得的最寶貴事物，就是從研讀經文獲得的見證。」

柬埔寨北金邊區會金邊第12分會的教友畢薩瑞也在很小的時



「我在聖殿裡感受到的喜悅之情，實在無法形容。……我知道……要讓家人永遠在一起，聖殿是不可或缺的。」 **羅邦協**

候就經歷過苦難，他年僅五歲就被迫離開家人，下鄉勞動，有時候只能找螃蟹、青蛙一類的東西充飢。

畢弟兄的妻子沈莎也曾與家人被迫離開家園，由於當時她年僅四歲，年紀太小，因此未被要求與其他孩童一起做工。她一整天大部分的時間都與家人分開，由無法工作的老婆婆照顧。

畢弟兄夫婦於1995年遇見傳教士之後，開始了解天父對他們的愛。畢弟兄說：「每當遇到問題，我都知道是禱告幫助我度過那些難關，我知道天父很關心這些事。」

畢弟兄決定受洗之後，他的妻子也對福音獲得見證，也接受了洗禮。

滿溢的喜悅

畢弟兄夫婦受洗之後，家人都體會到一股喜樂，那是來自於獲得了對耶穌基督的見證。現在畢家庭每天花時間閱讀經文，自從這樣做之後，福音的喜悅充滿

他們的靈魂。

畢姊妹說：「我們覺得現在是在正確的道路上前進，我們希望能持守在這條窄小的道路上、繼續進步。我很感激每一天都能讓孩子跟我們一起走在這條道路上。」

羅會長所感受到的喜悅向兩個方向延伸——延伸至祖先，也延伸至子孫。羅會長和家人於2004年前往中國香港聖殿，他不僅和妻子兒女印證，也為去世了的父母、兄弟姊妹完成聖殿的救恩教儀。

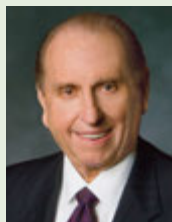
羅會長說：「我在聖殿裡感受到的喜悅之情，實在無法形容。我知道我們家因此變得更為



堅強，我也知道如果想要讓家人永遠在一起，聖殿是不可或缺的。」

康會長也有機會在香港聖殿與家人一起印證為永恆家庭，康會長說：「我在聖殿裡感受到的氣氛，是從未體驗過的，很難用言語表達出來。」





奇蹟會發生

柬 埔寨政府於1994年正式承認本教會，如今境內有24個分會，大約8,000位教友。目前世界上還有些地區教會尚無法深入，仍有待耶穌基督的福音傳揚散布。多馬·孟蓀會長勸誡我們，要為這樣的成長祈禱：「我懇請各位繼續運用信心，為目前教會事工受到限制的地區，以及教會尚未獲准可以自由分享福音的地區祈禱。只要我們運用信心祈禱，奇蹟就會發生」（「歡迎參加教友大會」，2009年11月，利阿賀拿及*Ensign*，第6頁）。

賴以維生的養分

拜福音傳播之賜，柬埔寨的教友不斷接受他們賴以維生所需的靈性養分。雖然教會在當地尚處於成長階段，但教友希望這樣的成長只是開端，將來可望能在他們的國家開花結果。

正如洞里湖湖水滿溢，使得魚類、動物獲得所需的養分一樣，由於教友滿心渴望與人分享福音，也有越來越多的柬埔寨人獲得所需的靈性養分。

雖然柬埔寨古色古香的建築、寺廟林立，福音卻為該地教友的生活帶來嶄新的感受。



康會長說：「鍋子蓋上蓋子時，水就會沸騰溢出。這就是我內心的感受，我必須敞開心胸，把那種感受告訴別人。」

羅會長希望在家中教導福音的作法能發揮後續影響力，使女兒們也都能繼續接納福音，並且教導給她們的兒女。

「找到耶穌基督之後，生

活裡的每一件事和家人都變得更加美好了。家裡有了聖職，讓我們的心凝聚在一起。如果遇到問題，我們會坐下來全家一起討論。」

柬埔寨政府於1994年認可教會合法傳教，數以千計的柬埔寨民眾因此接受了福音。畢家庭期盼有一天，福音能傳遍國內各角

人道服務

柬 埔寨民眾缺乏基本民生物資及保健服務，後期聖徒慈愛協會解決其需求，在這方面扮演了舉足輕重的角色。

家庭食物生產

後期聖徒慈愛協會致力於協助農夫提高稻獲量、生產更優質的稻米，並且教導當地農夫運用有機肥

料、減少化學肥料及除蟲農藥的使用。此外農夫也得知種稻銷售固然重要，自給自足也很重要。

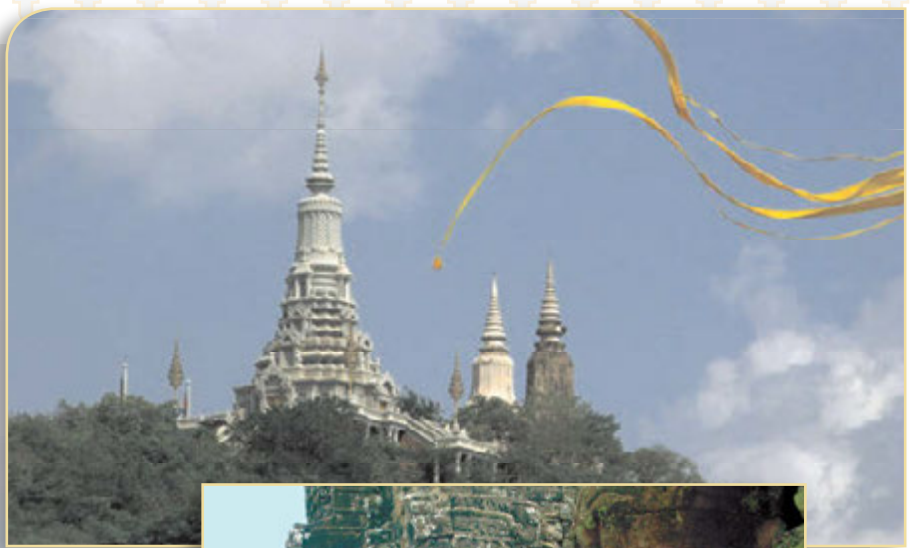
輪椅

2009年12月，後期聖徒運送1,000多部輪椅給位於金邊的國立殘障人士中心，致贈教友及其他有需要的柬埔寨民眾。



「每當遇到問題，我都知道是
禱告幫助我度過那些難關。」

畢薩瑞



落。畢弟兄說：「我希望有一天，柬埔寨也能有一座聖殿。」

畢姊妹也有同感：「天父和祂的兒子耶穌基督是活著的；我希望將來教會能繼續在此地成長茁壯，以便興建聖殿。」

康會長體認到自從認識救主以來，生活各方面都有所改變。

他也相信，唯有耶穌基督的福音能夠為柬埔寨療傷止痛，撫平過往遭受的種種苦難。

「成為教友之後，我對往事

帶來的創痛大部分都已釋懷。我獲得了前所未有的嶄新光明，每一件事物都是嶄新的。」■

水

後期聖徒慈愛協會提供柬埔寨鄉鎮肥皂、濾水器、盥洗設備、集雨系統以及可以進行水質分析的資源。後期聖徒慈愛協會也督導數口水井的開鑿工程，這項設施造福了數千人的生活。



幫幫我！

在俄羅斯聖彼得堡遊學的第一天晚上，我跟一群朋友約在市區碰面打美式足球。球賽結束後，我決定試試看自己搭巴士回家。我從來沒有在俄羅斯搭過巴士，但是寄宿家庭的媽媽告訴過我，7路或1路公車都可以到家，所以7路巴士來的時候，我就上車了。

車子一面開，我一面看著商店和人行道上交織穿梭的人群。慢慢地，街景開始越來越陌生，我看了一下錶，發現已經坐了30分鐘的車。

突然間，巴士停了下來，燈也熄了，每個人都下了車。我盡量讓自己不慌張，環顧四周準備求助。我知道只要找得到地鐵，就可以安全返家。這時候我發現

街上有一對年輕夫婦，於是朝他們走過去。

我說：「我迷路了，你們不知道哪裡有地鐵可以搭？」

那位男士說：「地鐵離這裡很遠，不過那裡有個巴士站牌。你搭5路巴士，就可以到地鐵站了。」

我向他道謝，快步往街上走。有輛巴士來了，不過不是5路，而是1路。我回想起寄宿媽媽的話：「搭7路或1路巴士都可以到家。」

我勉為其難地上了車，但又是開啊開的，乘客一個個地下了車，到最後又只剩下我一個人。

最後，巴士在路旁停了下來。

司機說：「你得下車了，這裡是終點站。」

時間越來越晚，如果我不能在地鐵關閉以前找到地方，當晚就要在聖彼得堡露宿街頭了。

我全身發抖，呼吸困難，忍著不讓眼淚掉下來。時間越來越晚，如果我不能在地鐵關閉以前找到地方，當晚就要在聖彼得堡露宿街頭了。

「天父，幫幫我。」我默默禱告，一面開始往前走。走著走著，我狂奔起來，對著過往的出租汽車用力招手，可是沒有一輛停下來。

很快地，我到了另一個巴士站牌，那裡擠滿了等車的人群。一輛巴士開過來，燈光投射在我們身上——是7路巴士。我有點猶豫，搭巴士只會讓我迷路而已，不過，有一股很強的力量從身後把我推上階梯，進到巴士裡面。我重重地坐了下來，瞥一下手錶，已經晚上11：50了，地鐵10分鐘之內就會關閉。

我閉上雙眼，再次低語：「幫幫我。」一睜開眼，巴士正好靠站，我看見地鐵站明亮的燈光，於是衝下巴士、跑進地鐵站，趕搭最後一班夜車。

我一坐下來，就想到天父是如何數算祂的麻雀的（見馬太福音10：29-31），我默默地向祂道謝。我知道在那個偌大的城市裡，在那個漆黑的夜晚，是祂帶我回家的。■

蒂芬妮·劉易士，美國德州





我 正打算接受他們的邀請時，想起了在福音進修班裡受到教導，不要到聖靈不會去的地方。

惹禍上身的邀約

我 在巴西入伍服役之後，很快被選派擔任下士，帶領其他12個人。不巧的是，這12個年輕士兵好像是營房裡品行最差的一群。我慢慢發現他們過去曾經涉及吸毒、偷竊、風化罪以及其他嚴重的罪行。

爲了不讓自己被他們低劣的標準帶壞，我把握每一個機會跟他們分享福音。例如，休息時間或一起擦槍的時候，我就會跟他們談福音。我原本以爲他們會取笑我的標準、嘲弄我，不過他們倒是在一旁聽著，反而越來越敬重我。雖然如此，他們還是無視於我教導福音教義的一番苦心，態度和行爲依然故我。

我們終於要退伍了，當兵最後一天，這些人邀請我到一個小

農場跟他們一起慶祝。其中一個對我說：「下士，你一定要參加我們的派對。你不會不給面子，不出現吧？」

爲了給他們面子，我正打算接受他們的邀請，這時腦際卻閃過一個念頭：他們派對的標準跟我們後期聖徒的標準正好相反。我記得在福音進修班裡受到教導，不要到聖靈不會去的地方。不管他們怎麼不高興，我告訴那群人我是不會去的，於是就道再見回家了。

幾個月之後，我看到這群士兵中的一個。他的一番話讓我慶幸自己當時沒有參加他們飲酒作樂的惜別會。他們在酒精作用的影響下，開始往彼此身上潑酒，後來，有個人開玩笑，把一根火

柴丟到同胞身上，造成那個人嚴重灼傷，幾天之後就傷重不治。結果，凡是參加那個派對的人都因爲這個死亡悲劇，遭到刑事起訴。

如果當初我也去參加那場派對，即使滴酒未沾，也會有相同的下場。這樣一來，這件事會一直糾纏著我，甚至可能影響我的未來。我爲那位死去的年輕人感到哀傷，但也很感激自己當時聽從了聖靈的提醒以及教會領袖的忠告。■

凱撒·米努替，巴西



神的誠命
猶如賜給
我們的禮物，只要
好好遵行，就能引
導我們回到祂的
面前。

我選擇不喝酒

我到德國司徒加參加青年大會時，有機會和一位年長女士談到聖殿，以及我對復興福音裡的信仰。她知道我們教會，也對一些福音教義有不錯的了解。

不過在言談之間，這位女士講了一些令我難過的事。大約在40年前，有位後期聖徒朋友向她介紹教會，她朋友說的一些話到現在還令她記憶猶新。她的朋友說：「教會不准我們喝酒。」那

位女士接著說，她知道有些後期聖徒「偶爾」會喝酒。

事實並不如這位女士所想的，福音實際上並未強迫任何人，我們都有權利自行選擇。天父賜給我們智慧語，是爲了幫助我們保持身體聖潔，然而由於天父也賜給我們道德選擇權，所以每個人都必須選擇是否要奉行祂的健康律法。

幾年前我受洗時就已經決定要跟隨耶穌基督。基於這個

原因，我不喝酒。神的誠命猶如賜給我們的禮物，只要好好遵行，就能引導我們回到祂的面前。

這次平凡的際遇，提醒了我身爲主的教會的教友，我們始終都是他人的榜樣。只不過，我們得選擇要成爲哪一種榜樣。■

杜司登·庫尼，德國

關掉電視！

感恩節假期之後的週六夜晚，我一個人待在校外的公寓裡，無事可做，所以在電視機前不停轉換頻道，結果發現有一部電影剛剛開始播映。

不到幾分鐘，我就覺得那部電影的內容不宜觀賞。我想了一下：「這有什麼大不了的？反正又沒有人在這裡，而且，畢竟，會放在電視上播出的東西，不好的部分一定全部都剪掉了。」

不過，聖靈提醒我關掉電視，所以我決定改為看書。

大約半小時之後，我聽到敲門聲，是我們長老定額組的一位弟兄，他告訴我，他作家庭教導的一位女青年病了，需要祝福。他剛剛花了30分鐘打電話、敲門，看看有沒有人在家可以幫他的忙。最後，他來到我住的地方；我答應幫忙，立刻換上星期日的服裝。

我們步行前往那位女青年的公寓時，我問起她的病情。他說他只是接到那位女青年室友的緊急電話，要他立刻過去。

我們抵達公寓時，很明顯地看得出她是病了，發著高燒，臉色蒼白。她的室友說，她已經這樣病了好幾個小時，腸胃很不舒服，也無法進食。

我原本以為我要負責用油膏抹病人，但是這位定額組的弟兄要我作祝福。我覺得做不來，也不清楚自己要說些什麼。我沒有時間事先在腦海中為作祝福準備，不過我默禱祈求神引導我說出祝福詞。

膏抹之後，我稱呼這位女青年的名字，說出祝福。我發現自己應許病人會恢復健康，說了一些憑我自己能力無法表達出來的安撫之詞。接著我結束祝福。等我們張開眼睛，我看到這位女青年的臉上綻放出燦爛的笑容，謝謝我們為她作祝福。她很快就康復了，回學校讀書，完成那學期的課業。

回想那次經驗，我很感激有機會持有聖職。那件事前後只有短短10分鐘，而且我相信那位生病的女青年事後也就忘了這件事，不過對我卻有著深遠的影響。

我感謝聖靈的低語，提醒我避開誘惑，讓靈性保持在隨時可以為人服務的狀態。此外，我也感激聖靈帶領定額組的那位弟兄來到我的公寓。

最重要的是，我感激慈愛又慈悲的天父，在我的不足之處加添我的力量，引導我說出祝福，

之後實現了祂要我說出的話。我知道只要保持配稱，就能擁有聖靈引導我們前進的道路，這樣我們就能準備好隨時為周遭的人服務。■

約拿單·威歐福，美國猶他州



聖靈提醒
我關掉電
視，大約半小時
之後，我聽到
敲門聲。

今生使命， 就是 現在

有三項原則可以幫助我們懷著更充沛的自信、活力及信心邁向未來。

珍·賓柏若芙

教會雜誌

我還是年輕成人的時候，曾經花很多時間思索未來。傳教、婚姻、教育、職涯——這些全都是沒有特定答案的問題，而我自己也沒有多少具體的想法。只要我能知道主希望我完成哪些使命，我都樂意去做。

我的教長祝福讓我對自己的人生目的有了整體概念，不過，有些時候我覺得自己好像是拿著一張太陽系星雲圖去找一家雜貨店一樣。如果我在某處轉錯彎了該怎麼辦？我還能夠找到主為我準備的使命並付諸實現嗎？

從那時候開始，我發現有三項原則一路幫助著我以更充沛的自信、活力及信心踏進未知的境地。

1. 一段短時期

第一項原則跟「珍惜當下」有關。

從1831年起，許多早期聖徒花了大約七年的時間待在俄亥俄的嘉德蘭。他們拋下紐約州、賓州的家園、事業以及農場，前往

一個陌生的地方開墾拓荒。主告訴他們，嘉德蘭只是一個暫時的地方：

「我把這塊地聖化給他們一段短時期，直到我，主，為他們預備別的地方，並命令他們前往的時候為止；

「那時辰和日子沒有告訴他們，因此他們在這地方要有長住的打算，這必變成是對他們有益的」（教約51：16-17）。

我喜歡想像那些早期聖徒聽從主的指示之後立即行動的情景。他們在不知道能否收成的土地上耕耘，種植著可能來不及品嚐果實的果樹，建造著一座終必離棄的美麗聖殿。我想像他們過著忙碌而豐饒的生活，不會頻頻窺探未知的事物，或想知道下一個前進的目標在何方、在何時。他們就這樣在心裡做了「長住的打算」、據以行動，相信他們的努力不會徒勞無功。

聖徒在1838年離開俄亥俄的時候，已經為教會未來的成長奠定下穩固的基礎。請想一想在那段成果豐碩的寶貴歲月裡，發生了哪些事：



嘉德蘭早期的聖徒在心裡做「長住的打算」、據以行動，相信他們所做的努力不會徒勞無功。只要你也在心裡做「長〔期〕的打算」、據以行動，凡事信賴主，就能夠讓自己人生的各階段都過得充實精采。

- 先知約瑟·斯密成立先知學校，完成靈感版聖經的翻譯，並獲得許多重要的啓示。
- 總會會長團、十二使徒定額組和七十員組織相繼成立。
- 嘉德蘭聖殿建造完成並奉獻；約瑟·斯密和奧利佛·考德里看見耶穌基督，並自摩西、以利亞、以來加手中獲得聖職權鑰。
- 第一批傳教士奉派前往英國。

我的年輕成人歲月是主賜給我極其珍貴的「一段短時期」

。我們年輕的時候，體能和智能的活動力都處於顛峰狀態；只要決心信賴主，在心裡做好「長〔期〕的打算」、據以行動，就能完全發揮體能和智能兩方面的潛力。而後，這段時期就會成爲一段聖化的時期，爲我們帶來非凡的收穫、成長、學習與服務。

2. 每天的使命

第二項有用的原則來自於一個簡單的體悟。我今生的使命

並非在一個模糊的遠方等待著我，而是一天天、不斷持續在進行中。

百翰·楊會長（1801-1877）解釋：「本教會裡的男女皆有（傳道的）使命。只要他們還活著，他們就有這項使命」¹ 換句話說，我今生的使命已經展開，我不大需要去辨認使命爲何、甚或尋找使命何在。

透過了解三項已經在我生命裡的要素，我找到一個方法可以認清自己的使命：

- 個人特有的一些恩賜。
- 個人特有的一些挑戰。
- 主希望我在世上因應的特定需求。

簡單來說，只要這三項要素一有交集，而我們又選擇採取行動，那麼我們就是在實現個人的使命。想一想這個道理在舊約時代約瑟的生命裡是如何運作的（見創世記第37~47章）。

約瑟享有許多恩賜，在信神的家庭裡長大成人，而且又是亞伯拉罕聖約的繼承人。此外，他還有解夢的屬靈恩賜。

他也有許多挑戰。對我而言，約瑟的一些挑戰包括有個偏心的父親、幾個善妒的哥哥，而他自己則缺乏應對這些情況的機智與方法。他小小年紀就被賣到陌生的國度當奴隸，後來還被誣告犯下不道德的行爲，甚至鋃鐺入獄。

不過，約瑟很願意採取行動，運用恩賜和挑戰來因應個人世界裡的特別需求。好幾次，包括在

監獄裡，他都選擇運用屬靈恩賜爲人解夢。這樣的選擇結果爲他打開服事法老王、爲埃及人民儲糧的機會。因爲他在這項指派任務上忠信又勤奮，所以能夠完成「拯救性命」的使命，救助許多人免於餓死的厄運，而這其中也包括他自己的家人。

約瑟的恩賜，加上自身的挑戰，把他推向一個獨特的情況，讓他必須在大地發生饑荒時採取因應之道。由於約瑟的身分地位使然，由於他所處的地域環境使然，也由於他選擇以忠信和服從的態度採取行動，最後終能完成服事主、爲埃及人民和自己家人服務的獨特使命。

但是並非只有經文裡的人物才有這三項要素交織在他們的生活裡，其實在我們每個人、每一天的生活裡也是如此。

有位年輕成人姊妹具有寫作的恩賜，但也經歷著情緒低落的憂鬱時刻。然而當她正值青少年階段的妹妹在學校面臨困境時，她看出妹妹已漸漸失去勇氣，於是留意聖靈的提示，連續寫下多張激勵人心的字條表達關愛與信賴；在那特別煎熬的兩個星期裡，就這樣一天寫一張字條。這位年輕姊妹透過這微小的選擇解決妹妹的需求，就是在履行她的使命了。

當這種留意聖靈提示、進而採取行動的選擇能夠日復一日、月復一月、年復一年地持續下去，就會漸漸延伸擴大，讓我們終能



埃及的約瑟由於他的恩賜、挑戰以及忠信，因而能夠完成一項獨特的使命，不但服事了主、也服務了人群。這三項要素也同樣會交織在我們每個人、每一天的生活裡。

辨認出主希望我們達成的使命。

3. 要靜下來，要知道

如今，雙十年華已然遠去，我終於能辨認出人生發展的模式，正是多年前教長祝福裡所描述的樣貌。這當然不是因爲我對於正在做的事情、對於人生未來的方向都瞭然於胸；其實我對大多數的情況是一無所知的。

人生當中不時出現的挫折逆境、憂傷失意，不由得令我懷疑自己是否偏離了正確的道路。不過，當我事後明瞭那些事情的意義後，就無需再擔憂了。主始終都知道我身在何處、祂希望我朝哪個方向前進。我盡力遵從祂的

誠命，服事祂，聆聽聖靈的聲音。雖然我常常在當下辨認不出來，然而現在我已經看出其實祂的手一直指引著我的人生，從未間斷過。

年輕成人的歲月充滿種種關鍵的抉擇，也不乏原本就存在的不確定性和壓力。但是只要我們日復一日地學會倚靠主，信賴祂有能力爲我們的人生實現祂的目的，我們就會更有自信。然後我們就更能「靜下來，……知道〔祂是〕神」（參閱詩篇46：10；亦見教約101：16）。這樣一來，我們就能體驗到平安。■

註：

1. Brigham Young, "Remarks," *Deseret News*, July 3, 1867, 201.

更新靈性狀態

教 會裡的年輕成人紛紛響應大衛·貝納長老在2009年5月爐邊聚會上的演講「事情現在的真相」（見本期第22頁），評估自己使用電腦、手機和其他科技產品的情形。這裡是一些人談到他們回應這篇信息所作的改變，以及因此獲得的祝福。

必需專注

像隨身聽這類的科技產品會使你分心，無法專注在周遭發生的事



情上。貝納長老的演講幫助我了解，由於我準備要去

傳教，所以必需更習慣跟他人互動、交流。我知道我不應該那麼依賴科技，雖然這些產品真的很有趣。將來去傳教的時候，我需要專注在人、在為主而做的工作上。

安得烈·哈維，美國麻州

人際關係獲得改善

貝納長老這樣的信息有時候不會受到重視，甚至沒人理睬，因為濫用科技產品的負面影響可能看似微不足道。現在我知道我應該

避開任何會干擾我與聖靈保持和諧的東西，例如，手機提供的一些功能雖然方便好用（像是行動銀行服務），但其他大部分的功能都很浪費時間，使我無法集中精神、專注在更重要的事情上。



我現在會多付出一些心力拜訪朋友、家人，而不是利用其他電子產品來溝通。由於這樣，我的人際關係改善了，現在我更懂得感激生命中真正重要的事物。

李亞雍，韓國首爾

自我承諾

我評估了自己使用科技產品的情形，發現有些科技產品也許真的佔據了我日常生活太大的部分。我對自己許下



承諾，要珍惜我所擁有的時間、並且明智地運

用。我不再坐在電腦前沉迷於網絡交誼，而是把時間用來閱讀好書，或是培養某項可以提供學習經驗、促進成長的新技能。我努力花更多時間跟人相處、建立友誼、共度美好的歡樂時光。

路得·巴瑞利，菲律賓馬尼拉

科技陷阱

我開了一家手機業務公司，自己也是個電子工程師，所以科技一直是我日常生活裡的一部分。網路、電玩遊戲、電子媒體和發明——這些原本全是為了提供健康有益的娛樂消遣而設計，不過，大部分容易被人以不正當的方式使用。

我實在無法想像，當我們落入科技陷阱、把時間耗費在不具啓迪



作用的事物上時，天父有何感受。由於貝納長老那一席受

聖靈啓發的話語，我已經設定目標要把這些科技產品用於正途，並且明智地運用時間。

克里遜·祖林，尼加拉瓜馬拿瓜



透過神的話 團結合一

大衛·愛德華

教會雜誌

經文對我們的意義為何？我們如何獲得對經文的見證？我們如何更了解經文？

就像世界各地許多後期聖徒青少年一樣，德國柏林支聯會達林支會的一群女青年每天清晨上學前到福音進修班一起研讀經文，藉此尋找上述問題的答案。經文方面的體驗已經深深地影響了她們的生活，使她們不但準備好與人分享感受，也很樂意這麼做。

從經文來的答案

這些女青年在經文方面的一項重要體驗是，始終能夠透過研讀經文找到問題的答案。

16歲的撒拉·古瑟有時候在研讀經文時，答案會躍然紙上，她說：「不過，那段經文通常不會再像從前那樣突顯出來，因為，真正幫助我的，是我當時的想法以及聖靈隨之而來的幫助。」

16歲的丹妮絲·海納也有相

同的體驗，她記得曾經有個疑問，打開經文後，看到答案就出現在翻開的那頁經文上。這個經驗令她印象深刻，但是她說，大部分的情況是，「你會注意到你已受到更多指引；只要經常研讀經文，真的會找到所有疑問的答案。」

透過經文團結合一

這些女青年相信，經文能幫助我們這群聖徒在這基督的教會裡團結合一。16歲的伊利莎白·克拉克說：「福音就在經文裡，我們根本不應該互相辯論或有所爭執。原則都在裡面，可以幫助我們團結合一。」

撒拉亞也有同感：「由於有了經文，福音因而放諸四海皆準。不論你前往世界哪個角落都沒有關係，只要來到教會，就有賓至如歸的感受，因為你會發現相同的教導、相同的信念。」

17歲的撒拉·克拉克相信摩爾門經特別重要，「因為福音在

德國柏林的一群福音進修班學員分享他們對經文的感想。



蕾絲莉最喜愛的經文

哥林多前書13：3-8。「我喜愛這段經文，因為裡面描述了許多重要的特質。」



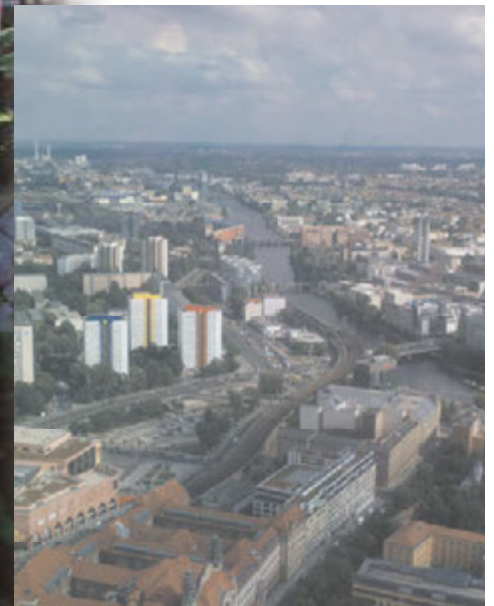
丹妮絲最喜愛的經文

提摩太後書第2章。「保羅寫給提摩太的這封書信是這麼雋永優美，字裡行間充滿撫慰人心的話語，也道盡了他個人一生的閱歷；我認為這章是經文裡最優美的篇章之一。」

照片除非特別註明，否則皆由大衛·愛德華攝；
布蘭登堡大門 © GETTY IMAGES



在繁華熱鬧的德國首都柏林，
一群福音進修班的學生已經
體認到經文的力量。



這本書裡闡釋得一清二楚。只要我們遵循這本經文和其他經文，就能幫助我們團結合一，並且一直保持和諧。」

伊利莎白表示這樣的團結合一能邀來聖靈：「每當大家對某項福音教導同感心悅誠服，就可以感覺到教導的當下有聖靈同在。要是出現紛爭，一點也感覺不到聖靈。」

透過福音進修班更加了解經文

談到如何增進對經文的了解時，這群女青年異口同聲地表示福音進修班是不可或缺的要害。丹妮絲說：「在福音進修班裡，你會深入認識經文裡的人物及整個歷史背景。」

17歲的蕾絲莉·海納說：「福音進修班是我生活的一部分，我知道這很重要。我們自己應該研讀經文，而福音進修班是讓大家一起研讀經文的地方。」

撒拉補充說：「我總是期盼著每天清晨在福音進修班研讀經文，我的見證因此得以鞏固；我認為那是一段很特別的時光。」

對於撒拉亞而言，福音進修班已成為她分享感受的園地，「一開始，這對我來說很困難，因為我媽媽是福音進修班的老師，我覺得不能暢所欲言。」但是她克服了憂慮，如今已經發現福音

進修班是一個既安全又很支持她的地方，可以讓她提出與福音相關的疑問、想法及感受。

經文的功效

經文對於這群女青年的生活而言，具有非常真實的功效，使她們已經能以種種不同方式將經文運用在生活中。

例如，經文研讀不僅幫助她們回答自己的問題、也回答他人的問題。伊利莎白說：「如果你明瞭經文以及其中的原則，那麼如果有人問你福音方面的問題，你就真的可以提出比較好的說明，因為你自己已經融會貫通，回答起問題來就容易多了。」

此外，丹妮絲也透過經文找到力量和鼓勵，她說：「你只要閱讀過往歷史中人們有哪些誘惑、他們又是如何克服的，就足以鞏固今天的你。當你在經文裡讀到福音所有的祝福時，就會知道你的忠信也會獲得哪些酬賞；能知道這一點也是一件美好的事。」

由於經文已經在她們的生活裡產生功效，這些女青年現在看到自己正走在一條能夠讓她們更理解經文、更有見證的道路上。她們也覺得透過神的話，能讓她們與世界各地的後期聖徒團結合一。■



撒拉亞最喜愛的經文

教約14：7。「我喜愛這節經文，因為它強調天父賜給我們的最大恩賜是永生。」



撒拉最喜愛的經文

哥林多前書10：13。「這實在是一項美好的應許，因為這樣一來，我時時刻刻都知道自己抵擋得了任何誘惑。」



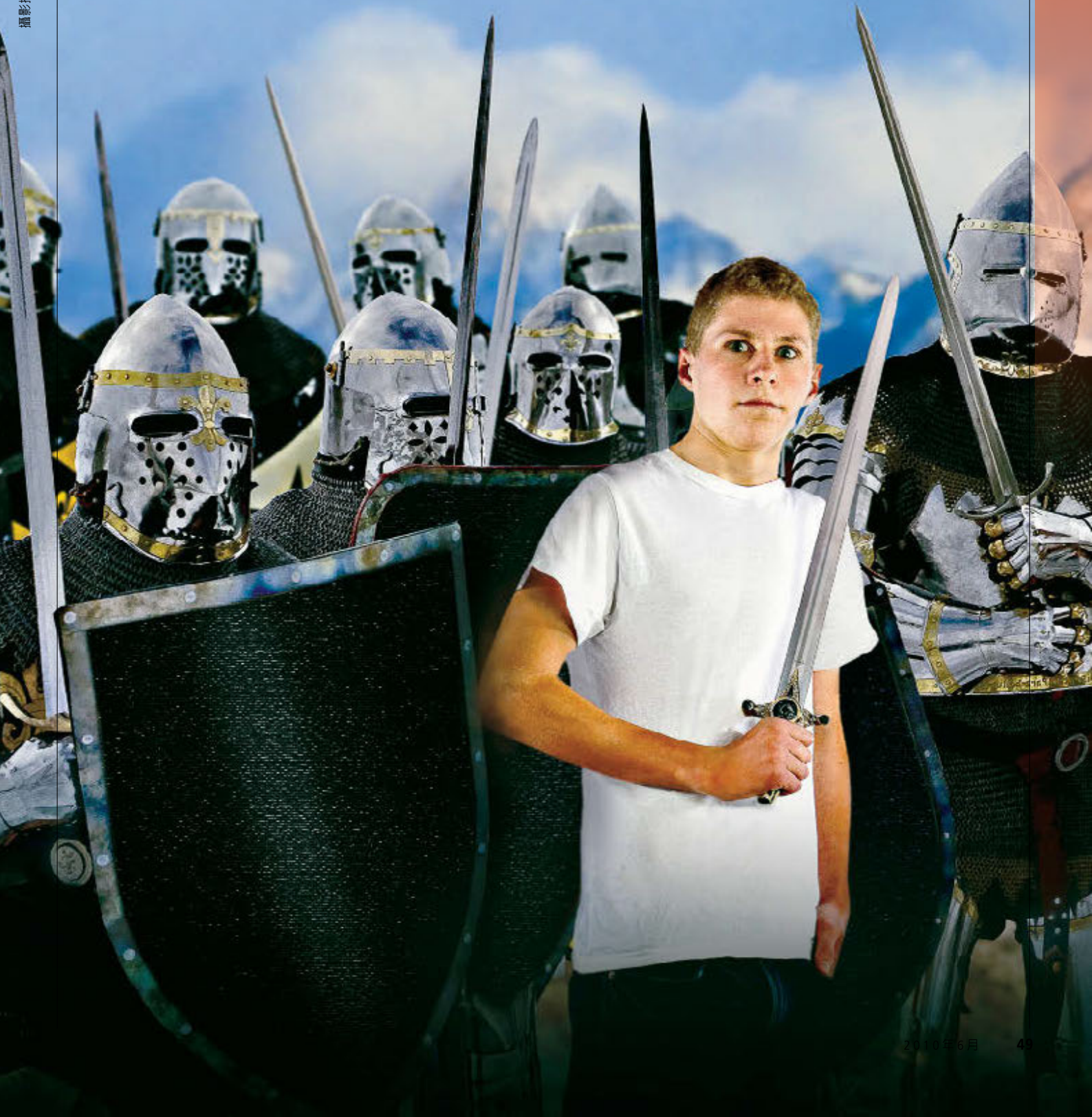
伊利莎白最喜愛的經文

教約84：88。「這段經文說主隨時都在我們左右，我們是受到保護的。這實在很令人欣慰，這就是我非常喜愛這節經文的原因。」

準備好了嗎？


戰爭即將展開，敵人不會等待。穿上神的全副軍裝，
現在正是時候。（見以弗所書6：11-18）

攝影插圖：羅伯特·凱西



作弊 還是

不作弊



雪莉·庫茲

我還是個17歲的護專學生時，覺得大專第二年的課程特別吃重。（菲律賓人16歲高中畢業。）我發現接二連三的考試、研究計畫和閱讀作業簡直叫人吃不消，所以我總是感覺自己有黑眼圈，因為睡眠時間通常很少。儘管課業壓力繁重，我還是謹記著「犧牲性命帶來上天的祝福」這句話。¹

我知道如果我用功讀書，就會有比較好的前途。每次我想放棄、想去睡覺不讀書，就會想像著第二天如果考得差、作業寫不好，心裡很難過、很挫折的情景。光是想到這些就足以讓我保持清醒，繼續讀書了。

班上同學考試得了低分，多半會心情低落。不過，他們並沒有想到要發憤圖強，反而因此常常在小考、大考的時候「互助合作」，互抄答案，在教授沒有盯著看的時候，讓其他人看他們的考卷。我常常受到試探，也很想這麼做，可是從來

都不敢。我在教會雜誌上讀過無數的文章，知道教友應該保有高標準，也就是不作弊。所以，我努力讀書，抗拒誘惑，雖然有時候這意味著自己的成績會比同學差，因為他們可以彼此「照應」。

有一天，我從早上7：00到晚上7：00都有課，而且每一門課都有考試。我一個人讀著第一堂考試的10頁資料，心裡想：「我怎麼讀得完？」不過，我很感謝第一堂考試我考得很好。午餐的時候，我準備下一個考試。等我進到教室開始作答的時候，發現除了一題以外，其他每一題的

答案我都知道。我心想：「這怎麼可能？我很認真準備這個考試的，應該知道這題的答案！」

我用筆猛敲椅子，這時候有個想法掠過腦際：只要轉個頭、撥弄個頭髮，就那麼一剎那的功夫，我就可以瞄到同學的答案了。我心想：「我只做一次就行了，這樣就可以得到漂亮的滿分。只有一次沒關係的，更何況，這對我來說很不公平，

考卷上有一道題目的答案我想不起來，
不過，只要把眼睛隨便一瞄，要看到
同學的答案簡直是輕而易舉。

我這麼用功讀書，分數竟然還比同學低，只因為我沒有作弊！」不過，我還是很不自在，在椅子上如坐針氈，我想要作個選擇：到底是作弊，還是不作弊。

接著，我的內心出現一個聲音：「雪莉，不可以！作弊是不對的，妳知道！」突然間，我了解即使這次考試得了滿分，不過如果是作弊得來的分數，我還是不能愉快地面對我的成績。天父信賴我會作正確的選擇——這次的選擇才是真正的考試。

這時候，我想起了在主日

學裡學到的一段經文：「我怎能作這大惡，得罪神呢？」（創世記39：9）。我知道天父曾經幫助我通過無數的挑戰，包括許許多多的考試和學校作業，我怎麼可以把祂對我的幫助忘得一乾二淨、選擇犯罪呢？

今天，我已經不記得那個考試的分數，也想不起最後到底有沒有想出那道題目的答案。但是我一直記得自己因為作了正確的選擇而心情愉快。

現在我已經三年級了，還是一樣要面對堆積

如山的課業、相同的誘惑；不過，選擇不作弊不再那麼困難了，因為我已經作了決定，那是在一個備受誘惑、難以抗拒的時刻所作的決定。我漸漸得知，用功讀書、靠實力爭取高分，會讓人比較快樂、有成就感。的確，邪惡絕非幸福（見阿爾瑪書41：10）。真正的幸福快樂來自於遵守誠命、跟從先知和教會其他領袖的忠告。我真的相信：「守神的誠命，必得到安全與平安」。²■

註：

1. 「讚美先知」，聖詩選輯，第15首。
2. 「遵守神的誠命」，聖詩選輯，第189首。

我們的天地

我最喜愛的經文

尼腓一書3：7

這是我最喜歡的一段經文，因為它幫助我記得主會幫助我們獲得自信，只要我們跟從祂的道路，祂就會祝福我們，隨時在我們左右。

利維歐·羅薩，義大利



我對分享福音的見證

和別人分享福音是一件既偉大又美好的事工，只要我們忠信、真心誠意地分享福音，天父和耶穌基督就會帶領我們。要分享我們所知的真理，切勿遲疑不前；不要以為我們和朋友或父母分享福音，會惹他們生氣。要記得，身為耶穌基督後期聖徒教會的教友，我們有責任把真理分享給現在仍迷失方向、正設法找到那根鐵桿的靈魂。

羅絲·波林坦，菲律賓

學習福音

小時候，我和四個兄弟姊妹在一個清寒的家庭中由良好的父母教養長大。父母很疼愛我們，我們也很愛他們。即使他們有時候供應不起我們想要的東西，卻總是希望把最好的給我們，而且辛勤工作，讓我們能有快樂的生活。

長大後，我離家到吉里巴斯國內的一所教會學校

讀書。父親勸誡我要好好接受教育，這樣才能找到好工作、幫忙家計。在這所教會學校上學一段時間之後，我就受洗了。

成為教友之後，我首先做的事情之一就是閱讀摩爾門經，這有助於鞏固我對先知約瑟·斯密的見證；我也學習到，如果摩爾門經是神的話語，那麼約瑟·斯密就

是神的先知，耶穌基督後期聖徒教會也是世上真實的教會。我與家人分享我信仰裡的種種，幾年之後，母親、弟弟和妹妹也陸續受洗。

耶穌基督的福音改變了我的人生，也讓我有渴望服事神、幫助信仰不同的人。我很感激有機會傳教，帶領靈魂歸向神。■

妮特提·蕊芭娃，吉里巴斯

我不再緊張

我們正準備去分發小冊子，為支聯會青年大會的活動找一些傳教士回條。我一直有閱讀鞏固青年的習慣，活動要開始的時候，我把這本小手冊丟回原來放著的桌上，不過，腦中卻閃過一個想法，認為應該把小手冊帶在身上，所以又把它拿起來夾在經文裡。

要跟陌生人談福音，我們都很緊張，不過當我們停下腳步跟一位正在院子曬衣服的女士談話時，她很親切，還拿了一本小手冊。言談之間，她告訴我們她很為家人擔心，特別是她有個兒子擺脫不了毒品和其他一些問

題。我們盡量安慰她，然後就離開了。

幾分鐘之後，我打開經文，一看看到我的鞏固青年，便想起了那位女士提到她兒子的情況，覺得應該回去找她，而且我不再覺得緊張了。

我們發現那位女士還在室外，便告訴她我有一樣東西她可能會喜歡。我說明我們男女青年都會遵守的一些標準，然後把那本小手冊送給



她，讓她可以跟她的兒子一起讀。我看得出來她很高興，她打電話把她的兒子從外面找回來，我們也因此能夠安排他們兩人跟傳教士上課。

我覺得自己就像個傳教

士一樣！有機會教導這位年輕人、甚或助他一臂之力，實在很棒。我知道是聖靈告訴我要把這本小手冊帶在身上的。

波瑞茲·安徒尼茲，智利



遠距 家人家庭晚會

劉易士·維拉-麥索尼

我們一向是全家人一起舉行家人家庭晚會；不過，老爸的工作經常要出差，而且一去就是好幾天，所以，有時候到了要舉行家人家庭晚會的時候他卻不在家。

兩年前，老爸有了自己的手提型電腦，兄弟姊妹裡有人問：「何不乾脆透過網路跟老爸開家人家庭晚會？」

從那時候起，只要老爸在開家人家庭晚會的時候出差，我們就會講好一個時間，然後進行

連線。我們可以看到他的影像、聽到他的聲音，他也可以看到我們、聽到我們說話。網路和電腦讓老爸能夠參與我們的家人家庭晚會。

我們不需改變安排好的時間表：例如，如果輪到老爸上課程，他就會上課。我們家庭的一大傳統是每週評估個人目標，這個作法也不再有中斷的情形。此

兄弟姊妹裡有人問：「何不乾脆透過網路跟老爸開家人家庭晚會？」

外，另一件重要的事是：全家又繼續一起閱讀摩爾門經了，因為我們不再有藉口不必讀。

老爸也利用網路跟我們作其他的聯繫。我們住在祕魯，要是他不在家，就會跟我們聯絡，看看我們在做什麼、人在哪裡。要是到了該面談或舉行家庭議會的時候，還是會按照預定的時間舉行，即使他出差在外也是一樣。

我們往往並未善加利用這麼多美好又實用的新科技，因為我們害怕用途不正當、或者會對我們造成傷害。但是，只要明智而節制地運用諸如此類的科技，其實會大有助益。

我們家非常感激有網路，因為這實在是一大利器，把原本讓家人相隔兩地的障礙一掃而空。■

你早已經知道

我相信教會是真實的，但是，我是在什麼時候得到這個見證的？

伊利莎白·史迪特

有一天在學校裡，有位同學和我不知怎麼地聊到了宗教話題。我的同學變得有點敵意，開始批評我的信仰。

她目光直視著我，說：「你會相信你的教會，只是因為你爸媽從小帶著你在教會長大，要不然，你也不會相信的。」

我已經不記得當時我回答她什麼了，不過卻一直思索著她的話，也很想知道她為什麼會那麼說。我一直是在教會裡長大的，而且，也真的沒有質疑過教會的教導或教義。即使在很小的時候，我就已經感覺到教會是真實的了；甚至在我受洗以前，我們家會一起閱讀摩爾門經，我也知道摩爾門經是真實的。我不只相信，而是真的知道，而且沒有懷疑。不過，我無法明確地指出我

到底是在什麼時候獲得那個見證的。這個問題困擾了我好一段時間，我很想有個特殊的經歷，一禱告，答案就直撲而來；不過，這種事從來沒有發生過。

不過，我倒可以很明確的指出，我的見證是在什麼時候得到確證的。中學第一年結束時，我跟一些男女青年到教會幾個史蹟地點遊歷。到達聖林時，我們的領隊邀請我們針對那裡曾經發生的事件的真實性尋求個人的確證，就是：父神和耶穌基督曾向約瑟·斯密顯現，復興偉業因此得以展開。我在林子裡找了一個安靜的地方，閱讀第一次異象的記載。然後跪下來作禱告。我其實已經知道第一次異象曾經發生過，也知道約瑟·

斯密是先知，不過，我還是求問了。作完禱告，什麼事也沒發生，沒有強烈的感受，沒有異象，沒有天使，什麼也沒有。

我找了一塊大石頭坐在上面，翻開我的教長祝福開始讀。在我的祝福裡提到了福音的復興，我的腦海一再浮現這句話：「你早已經知道，你早已經知道。」

如果我能重回朋友質疑我信仰的那一刻，我不知道自己會怎麼描述「我知道教會是真實的」，不過，我希望當時我會跟她說，雖然父母把他們所知的真理告訴我，我還是必須自己找到答案；而我找到了。

要知道教會是否是真實的，其實不必到聖林去；要知道教會是否是真實的，其實也不需要任何非凡的經驗；我只需要被點醒：「你早已經知道。」■

有關本項主題的更多資料，請瀏覽網站 www.conference.lds.org，尼爾·安德森長老2008年10月總會教友大會講辭：「你知道的已經足夠」。

「有好長一段時間我都在祈禱和研讀經文，但好像從來沒有得到問題的答案。主為什麼不祝福我，賜給我見證呢？」

有些人描述他們獲得見證，是透過一些如戲劇般、甚至神蹟似的體驗。但見證往往是以一種漸進式、靜悄悄的方式來臨。如果你還沒有獲得強而有力的屬靈見證，千萬不要氣餒。你已經透過「相信的願望」（見阿爾瑪書32：27），邁開獲得見證的第一步了。天父愛你，也想祝福你，賜給你見證，不過要依照祂的時間表和祂的方式（見教約88：68）。

每個人獲得見證的方式不盡相同，有的人會有「胸中燃燒」（見教約9：8）的感覺，有的人會感受到聖靈在他們的意念和心中訴說真理（見教約8：2）。你的見證也會透過聖靈微小的聲音來到。要請求天父幫助你辨認這些溫柔細微的提示。

有個很有效的方式可以幫助我們獲得見證，那就是把握機會與他人分享見證。在你教導福音真理的時候，聖靈就會向你、也會向他人見證：你所說的都是真實的。

要繼續懷著信心和誠意作禱告，耐心等待主的回答。只要遵守誡命，就能配稱獲得聖靈的陪伴，而聖靈正是見證的來源。

時時禱告



我了解你經歷的這些事，我自己也度過許多困難的時刻，見證因此動搖。我之所以能夠度過難關，獲得今天所擁有的堅強見證，是透過持續的研讀經文和禱告。一有機會，我就會閱讀經文；我每天早晚作禱告，努力去感受聖靈。不過，種種的努力好像都徒勞無功。但是有一天，我從學校回家，跪在床前，不記得自己禱告了多久，但是我得到了一個答案，那就是要時時禱告，研讀經文。你一定會找到一直在尋覓的答案的。

克理斯多福，15歲，美國

要誠懇



在你求問天父之前，祂就已經知道你的心思了；祂只是在等你以誠懇的祈禱把問題帶到祂面前。我有個人見證，知道祂會回答禱告。你可能會立刻得到回答，也有可能要等久一點，但是我真的知道祂一定會回答。要有耐心，繼續保持忠信。

雪倫，20歲，奈及利亞拉哥斯

聆聽聖靈的聲音



想要讓自己增長智慧，就要作祈禱尋求指引。天父會聆聽、回答我們所有的禱告，答案會透過聖靈的提示而來。要懷著信心祈求、保持謙卑、遵守誡命、配稱地領用聖餐、花時間沉思經文，並且耐心地尋求神的旨意。

安娜·麥伊，20歲，菲律賓東納卯

作見證

教會領袖教導，除了求問，我們也應該與人分享見證，即使那是我們想要知道卻尚未獲得肯定答案的事情。我曾經多次祈求獲得有關復活的見證，後來一直到我為復活福音作見證之後，才得到尋覓覓的確據。雖然我還沒有得到肯定

的見證，卻獲得來自聖靈那清晰、溫柔又有力的確證，我知道只要分享見證，主一定會鞏固那項見證。

歐拉，18歲，哥倫比亞威拉

禁食祈禱



祈禱和禁食可以為見證的成長預備靈性的沃土，你的見證則能成爲一股力量、一具碇錨，幫助你抵抗每一個考驗和誘惑。見證要透過持之以恆的努力才能獲得；勤奮的態度則會幫助我們感受到真理。有許多時刻我們必須像阿爾瑪一樣禁食（見阿爾瑪書5：45-46）。一開始，你的見證可能非常微弱，但是只要繼續禱告、查考經文，你就會開始看到信心的果實了。

祖必塔長老，20歲，哥倫比亞卡利傳道部

尋求神聖啓示

我剛歸信不久，有機會到聖殿爲祖先執行一些洗禮教儀。當我站在水裡執行這項神聖的教儀時，強烈地感覺到爲已逝者執行洗禮是很神聖的。從那時候起，我一直能夠在已逝者洗禮這方面培養見證。按照我的理解，見證的定義是：賜給有信心之人的神聖啓示。爲了獲得見證，我們必須祈禱、研讀經文、服從耶穌基督的教導。每一項見證的根基，都必須建立在正義的生活之上；否

則，聖靈便無法在我們的生活裡爲主的事工作見證。

瑪莉安，19歲，迦納阿克拉

永不放棄

獲得見證是需要時間的；想獲得穩固的見證，可以做的事情很多。要祈求天父回答你的禱告，絕對不要放棄。

威賓，18歲，菲律賓本蓋特

保持耐心

有時候我們的禱告不會立即得到回答；答案是需要時間的，而且會依照個人內心的渴望而定。聖徒的一大特質就是耐心，所以要繼續禱告、研讀經文、遵守誡命、聆聽他人的見證。此外，也要仔細注意聖靈的提示，那麼答案可能就在你意想不到的時候出現。

喬瑪，15歲，奈及利亞阿比亞

要靜下來

天父始終願意賜給我們回答；只

是，我們內心有些事情有時候可能會阻礙我們獲得尋覓中的答案。我認爲要獲得見證，最好的方法就是在靈性和身體兩方面都靜下來。這樣一來，當我們作禱告和閱讀經文時，就能準備好接受答案了。

莫妮卡，19歲，祕魯利馬



火熱的見證

「不能期望只是祈求，就要立刻得到見證。……

「研讀並思考你所學習到、有關福音原則的真理。思考這些事，以祈禱加以驗證，並將之與你所知道的和感覺到的聯結在一起。你所學的一切真理最終會彼此相合，成爲一個不容置疑的火熱見證。」

十二使徒定額組羅拔·海爾斯長老，「獲得個人見證的重要」，1995年1月，聖徒之聲，第22，23頁。

下次的問題

「我該怎麼辦別我所遭遇的考驗是為了幫助我變得更好，或者是天父用這種方式警告我，我已經誤入歧途？」

請在2010年7月15日前將你的回答寄至：

Liahona, Questions & Answers 7/10
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

或以電子郵件寄至liahona@ldschurch.org。因篇幅或文意上的考量，來函可能酌予編輯潤飾。請務必於電子郵件或信函裡附上下列資料及同意書：（1）全名，（2）出生日期，（3）支會或分會，（4）支聯會或區會，（5）你的書面同意書。如果你未滿18歲，請同時附上家長同意書（電子郵件亦可），表示同意刊登你的回答及照片。

你的電子

手機、電子郵件、手機簡訊——有這麼多、這麼好的方式可以和朋友、家人說話。你知道什麼時候使用才恰當嗎？

1 你剛收到祖母送的生日禮物，媽媽提醒你要回一張謝卡給她，可是你想寄電子郵件給她。這時候你會怎麼做？

- a. 寄電子郵件給祖母。
- b. 寄一張親筆寫的謝卡給她。

2 瑪麗寄電子郵件邀請你參加她的生日派對，你想把這封電子郵件寄給你最要好的朋友莎拉。這時候你應該怎麼做？

- a. 寄電子郵件給莎拉，讓她也知道派對的事。
- b. 自己留著電子郵件，不寄出去。

3 開家人家庭晚會的時間到了，你想一直玩電腦遊戲，等課程開始的時候才停止。這時候你會怎麼做？

- a. 家人在唱開會詩歌時就結束遊戲。
- b. 關掉電腦，和家人一起唱開會詩歌。

4 你的父母送你一支新手機，讓你在萬一遇到緊急狀況的時候使用。不過你想打電話給朋友，讓學校裡的其他同學可以看到你的手機。這時候你會怎麼做？

- a. 立刻打電話給一些人，好炫耀你的新手機。
- b. 把手機收在背包裡。

5 你的朋友克麗斯汀娜想和你踢橄欖球，可是你正在和另一個朋友雅各用即時通訊聊天。這時候你會怎麼做？

- a. 告訴克麗斯汀娜你明天再和她踢球，這樣就可以繼續寫訊息給雅各了。
- b. 告訴雅各你稍後再回他訊息，這樣就可以和克麗斯汀娜踢球。



通訊禮貌如何？

1 電子郵件是個快速溝通的方式，可是花時間寫謝卡給祖母會讓她知道你很愛她，也感謝她送你的禮物。你也可以打一通電話跟她說聲謝謝。

2 把一個朋友的電子郵件寄給另一個朋友，就像是說出別人的祕密一樣。如果你的朋友寄給你的訊息是只給你看的，就自

己留著這封訊息，不寄給別人。這樣的話，如果莎拉沒有受到邀請參加生日派對，心裡也不會覺得難過。

3 電腦遊戲很好玩，但是家人家庭晚會很重要。要跟家人一起唱開會詩歌，電腦遊戲可以先儲存起來，之後再玩。

4 如果你的父母買手機給你在緊急狀況下使用，你就不應該用手機打電話給其他朋友。還有，如果你炫耀手機，可能會讓其他的同學心裡難過。

你的答案中有答a的嗎？如果有的話，試試這些方法來改善你的電子通訊禮貌。

5 能夠和不在你身邊的朋友說話是件很好的事，可是能親自與朋友相處就更好了。試著限制你用電腦的時間，這樣一來你就可以和朋友面對面地共度時光了。■



隨著牙買加的

梅甘·維特

在牙買加京斯頓暖和的傍晚，你可能會看到撒母耳（10歲）、喬黛恩（7歲）跟他們的哥哥、弟弟在屋外跳繩，一邊跳一邊跟著拍子唱：

1、2、3，阿姨露露，
4、5、6，阿姨露露，
7、8、9，阿姨露露，
10，阿姨露露，
10，阿姨露露。

撒母耳和喬黛恩是兩個快樂的小孩，在很多方面都很優秀。他們喜歡運動，很用功讀書，還會幫忙做家事，也喜歡用燦爛的笑容和愉快的態度為身旁的人作好榜樣。

上學的日子

在牙買加，學校每年都會舉辦男孩節和女孩節。在女孩節，男生不用上學，而是媽媽可以陪女兒一起上學。他們會舉辦才藝表演、拼字比賽和其他有趣的活動。

喬黛恩被推選代表她們班參加拼字比賽，結果她贏了。她說：「我最喜歡拼的字是*enviroment*（環境）。

在男孩節，爸爸也可以和兒子一起上學。撒母耳參加寫作比賽，他寫了一篇文章解釋如何表示對自己和他人的尊敬，同樣得了第一名。



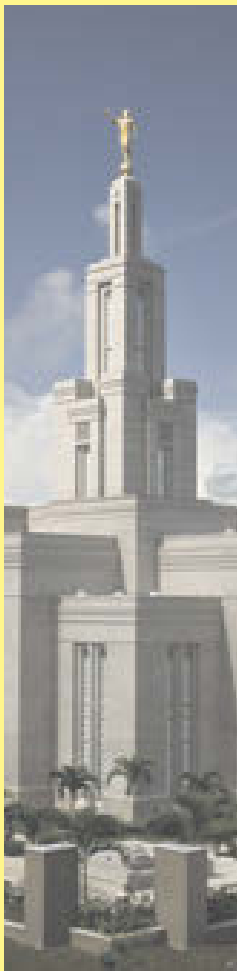
節奏跳躍

參觀聖殿

撒母耳很期待進入聖殿的那一天快點到來。對很多牙買加的家庭來說，去聖殿是個很大的犧牲，因為牙買加沒有聖殿，到美國的聖殿要花很多錢。

幸運的是，撒母耳和喬黛恩的家庭能夠去聖殿。撒母耳說：「我最喜歡的家庭假期是去紐約市探望阿姨，我們看到了曼哈頓聖殿；我就只見過這麼一座聖殿。」

巴拿馬巴拿馬市聖殿在2008年開放時，全家人都很興奮，因為去那座聖殿不會像從前那麼困難。每年，牙買加的教友會到巴拿馬市聖殿一、兩次。撒母耳說：「我12歲的時候就能進聖殿了，我好興奮。」



祈禱的答覆

他們爸爸的公司一度即將倒閉，喬黛恩當時鼓勵家人向天父祈求幫助。媽媽說：「喬黛恩非常勤作禱告，總是提醒全家人應該祈求的事物。」後來家人的祈禱得到了答覆，爸爸也找到了新工作。喬黛恩信心滿滿地說：「我知道如果我們禱告，一切都會平安無事的。」

兩位了不起的老師

撒母耳夢想長大後當老師，他想教他最喜歡的科目：數學和科學。喬黛恩向哥哥看齊，也想當老師。

撒母耳和喬黛恩現在為他們的朋友作好榜樣時，就像是當老師了。他們學校裡只有幾個小朋友是教會的教友。

撒母耳說：「有人做不好的事情時，例如打架，我會告訴他們要做正確的事。」

撒母耳和喬黛恩喜歡分享見證，而且他們的兒童會會長知道，如果當天有演講者不能來，她可以仰賴他們兄妹倆作演講。星期天早上，他們會起得特別早來準備演講，以防萬一他們臨時需要上台演講。

撒母耳和喬黛恩努力在一言一行上都忠信地事奉主。喬黛恩說：「我知道只要有信心就不會滅亡，而是會再次與天父和耶穌基督同住。」■





為耶穌做太陽光

鄔希鐸會長第一次去教會時，聽到了「基督要我做太陽光」這首歌。你的好行為、寫一張溫馨的感謝字條，都可以讓你成為家人的太陽光。

1. 將太陽的形狀描在一張薄紙上，然後剪下來。
2. 在太陽的一邊寫下一個家人的名字，然後塗上你最喜歡的太陽顏色。
3. 在另一邊，寫下一些話來感謝那位家人為你做的事。
4. 偷偷幫助那個人，例如整理床鋪或是疊衣服，做完後留下一張陽光字條。

聖靈為一切事情的 真實性作見證

珊卓拉·譚納及克麗斯汀娜·弗朗克

我們在摩爾門經中讀到李海以及他家人的事。天父帶領他們到一塊精選土地上的新家園。李海收到神賜給他們的一個禮物，奇妙無比，那是一個附有兩根指針的圓球，指針會「指示〔他們〕在曠野行進的方向」（尼腓一書16：10）。這個禮物叫作利阿賀拿。尼腓說，利阿賀拿「是按照〔我們〕對它的信心、努

力和留意的程度而運作的」（尼腓一書16：28）。李海的家庭學習到要跟從利阿賀拿的指示。

我們受洗、接受證實時，也會收到一份非凡的禮物，那就是聖靈的恩賜。聖靈的恩賜就像利阿賀拿一樣，我們可以學習跟從聖靈的提示。如果聽從聖靈的提示，就可以再次回去與天父和耶穌基督同住。

2010年6月經文日記

閱讀摩羅乃書10：5。

向天父禱告，祈求知道聖靈會幫助你。

背誦摩羅乃書10：5。

選擇這些活動當中的一個，或自己設計一個活動：

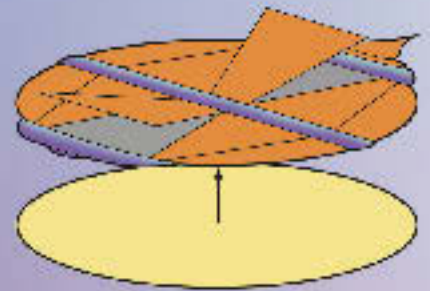
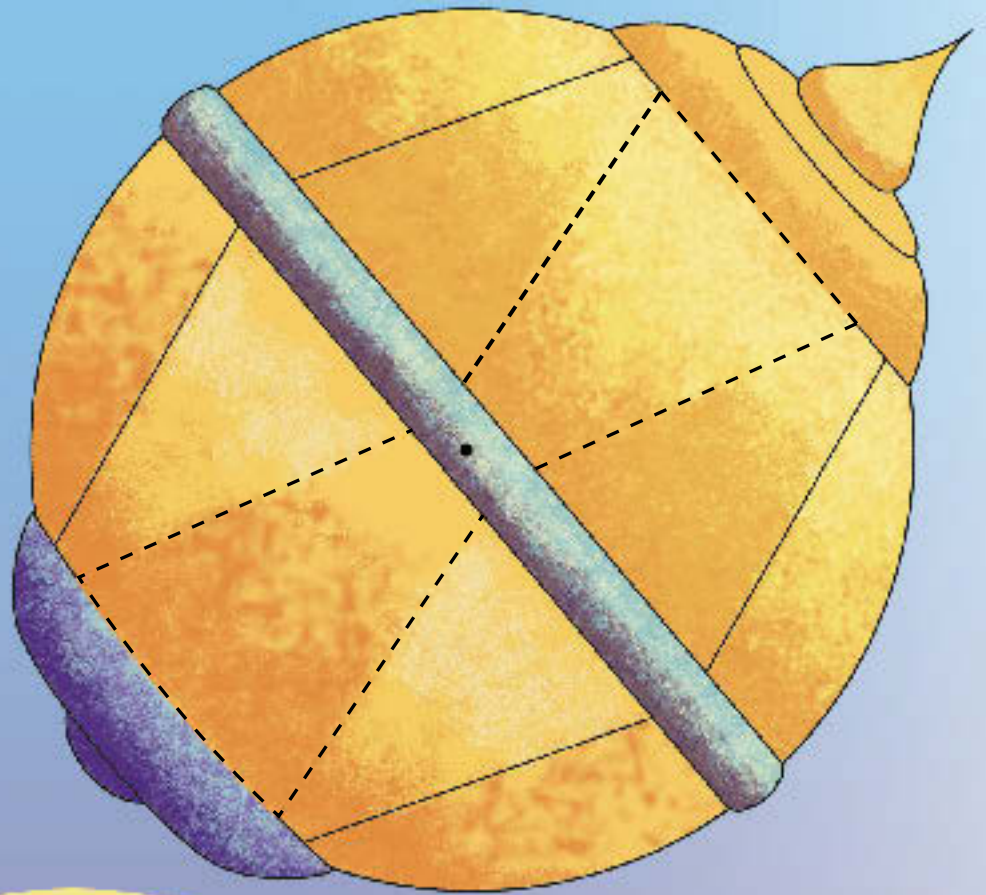
- 幫助別人背誦摩羅乃書10：5。
- 從雜誌上拆下第65頁的利阿賀拿活動，貼在厚紙板上。先剪下兩個大圓圈，再沿虛線剪出兩個窗口，然後用金屬搭扣固定住兩個大圓圈。讀出窗口裡的問題，再從相對窗口的參考

經文找出答案。你可以把答案寫在自己的經文日記裡。

- 在日記裡寫下你曾經在哪些時候感受到聖靈，認出聖靈過去曾經給予你的幫助，有助於你日後聆聽並且跟隨祂的提示。
- 與你的父母、教師或朋友談談他們曾經在哪些時候受到聖靈的指引。

在日記裡寫下自己做過哪些事，或者畫一張圖來說明。你做過的那些事如何幫助你了解摩羅乃書10：5的意義？■





我們的園地



珍妮絲，7歲，哥斯大黎加



一天下午，我和妹妹卡蜜拉在玩耍，爸爸在割草，妹妹和我決定幫爸爸的忙。雖然天氣很熱，不過我們一起工作覺得很有趣。做完工作後，我們和爸爸一起到隔壁老奶奶家還割草機。到了她家門口，爸爸提議也幫她的草坪割草，我和妹妹也決定要一起幫忙。爸爸一邊割草，我們一邊把割下來的草撿起來，裝到袋子裡。割完草後，那位鄰居說：「索菲亞和卡蜜拉，真的非常謝謝妳們幫我清理院子，妳們真是可愛又體貼的女孩。」然後她送我們一些糖果，我們在回家的路上很開心，不只是因為拿到糖果，而是因為我們為鄰居服務。

索菲亞，9歲，阿根廷



印度班加羅爾區會欽奈第二分會的兒童會小朋友和他們的領袖，一起為聖餐聚會演出準備。



7歲的玉玄來自柬埔寨，她喜歡摩羅乃隊長和自由旗幟的故事（見阿爾瑪書第46章）。她有六個兄弟姊妹，她喜歡玩氣球。

在我年紀更小的時候，我們會在課後的休息時間出去玩。到了要進教室時，我們必須排隊站好。每次排隊時，我會唱「我喜歡看到聖殿」（兒童歌本，第99頁）。有一天，站在我旁邊的女生問我：「妳唱的那首歌很好聽，是什麼歌？」



我回答：「這是兒童會的歌，我屬於耶穌基督後期聖徒教會，而且我有信心。」在那之後，她成為我最要好的朋友！

拿俄米，12歲，法國

如果你想把圖畫、照片、個人經驗、見證或信件投稿到我們的專欄，請用電子郵件寄至 lia-hona@ldschurch.org，在主旨欄註明「Our Page」，或者郵寄至：

Liahona, Our Page
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

每件來稿都**必須**附上兒童全名、年齡、父母姓名、所屬支會（分會）及支聯會（區會）以及父母書面同意書（電子郵件亦可），同意刊登兒童的照片和來稿。因篇幅或文意上的考量，來稿刊登前可能予以編輯潤飾。

左下：理查·羅慕義攝；中：艾爾明繪；右：聖殿，菲麗·拉奇繪，©1988 IRI



俊英，11歲，柬埔寨

牆上的 影子

「不要怕，小孩們，因為你們是我的，我已經勝了世界」
(教約50：41)。

派翠西亞·瓊斯
根據真實故事改寫

德 撒莉大叫：「媽媽！我好害怕！」
媽媽來到德撒莉的房門口，打開臥房的燈。德撒莉眯起眼睛看著那個可怕影子出現的角落，不過那裡什麼也沒有。

德撒莉說：「我以為我在那個牆角看到一隻狼。」

媽媽用雙臂把德撒莉抱在懷裡，她感覺好溫暖、安全。媽媽說：「燈開著的時候，我們可以看到那裡真的沒有什麼東西。」

德撒莉覺得好一些後，媽媽就關了燈，回房睡覺。德撒莉閉上眼睛試著想入睡，然後又張開一隻眼睛看著牆壁，影子卻還在那裡。

「媽媽！」她又大叫。

這次媽媽開燈時沒有微笑，她看起來很累，問道：「德撒莉，妳還記得剛才看電視時看到了什麼嗎？」

德撒莉點點頭，她看了一個跟狼有關的節目。

媽媽坐在德撒莉的床上，說：「我們



看的事物真的會影響我們——影響我們的思想、行為，甚至是感覺。」

德撒莉說：「可是我

看的那個跟狼有關的節目沒有什麼不好呀。」

媽媽解釋：「雖然那不是個壞節目，不過我們在電視上看到的內容還是會影響思想。我想妳的感覺跟妳今晚看的節目多少有點關係。」

德撒莉心裡想著媽媽說的話，她從來沒有注意過，自己會受到先前看到的事物影響。

德撒莉說：「哇！那我以後要更小心選擇我看的東西了。」

媽媽微笑說著：「這是個很好的想法，德撒莉。」

「可是今天晚上怎麼辦？我還是覺得好害怕。」

媽媽說：「我有個主意。」她拿起德撒莉書桌上的耶穌基督的圖片，拆下木頭框，不偏不倚地就貼在德撒莉看到可怕影子的牆壁上。「祂會一直在妳身邊，德撒莉。在妳覺得害怕的時候，要記住這一點。」

媽媽關上燈時，一股溫暖的感覺充滿德撒莉的心中。她知道媽媽說的是真的，耶穌會一直看顧她，幫助她，消除她的恐懼。■



不要害怕，只要相信。相信神，我們所有人的天父。……相信主耶穌基督，神之子。」

President Gordon B. Hinckley (1910–2008), “Fear Not; Only Believe,” *New Era*, Jan. 2000, 6.

祂在聆聽

「主已聽到祂人民的祈禱」
(摩賽亞書27:14)。

艾莉森·英格蘭
根據真實故事改寫

1.

得文，
該準備作祈禱了。

我現在
就可以祈禱了。



2.

不，得文，祈禱時應該跪下、雙手交叉，
並且閉上眼睛。你也應該安靜不動，
這是表示對天父的尊敬。



得文放下他的玩具卡車，雙手交叉，跪在媽媽
身旁。

3.

天父是怎麼聽見
我說的話的？
祂有耳朵嗎？

是的，祂有耳朵。
你禱告的時候，
祂會聆聽你的祈禱。



4.

得文作完祈禱後，仍然雙膝跪
下、低著頭、雙手交叉了好幾秒
鐘。

祂沒有回答我，
妳確定天父在聽嗎？

天父回答我們的祈禱，通常是透過
我們的心靈來說話，而不是
對我們的耳朵說話。
祂透過聖靈和我們說話。



5.

得文，你與人分享心得的時候，有什麼感覺？

很快樂。

做錯事，像是亂丟玩具的時候，又有什麼感覺？

我覺得很不好。

聖靈幫助我們有這些感受，讓我們知道是非對錯；祂也幫助我們想到可以做哪些事，讓我們變得更快樂。

7.

聽不到天父對你說話，並不表示祂沒有聆聽你的祈禱。祂會讓你有溫暖、美好的感覺，讓你知道祂就在你身旁。

還有其他方式可以知道天父在聆聽我們的祈禱。還記得祖母獲得聖職祝福後，聖靈如何幫助她覺得舒服多了嗎？

6.

是呀，我很高興祖母覺得舒服多了。

得文感到很快樂。

現在我知道了，媽媽，天父真的聽見我說話了。

8.

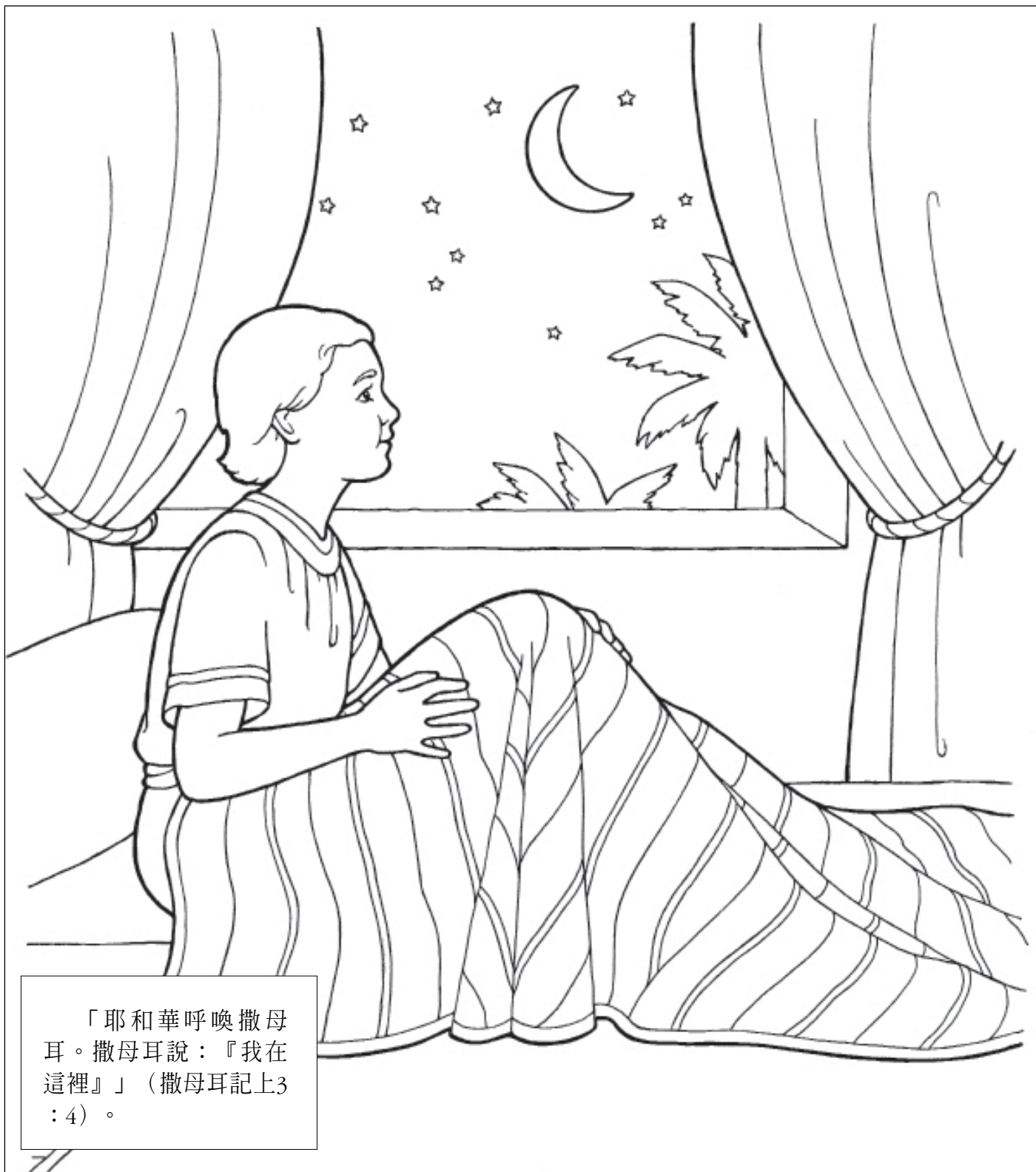
給父母的建議

- 找一個安靜的時間和地方與你的小孩一起閱讀「祂在聆聽」。分享天父回答你祈禱的一個經驗，談談你當時的感覺。
- 就像「祂在聆聽」裡面得文的媽媽一樣，問你的小孩問題，幫助他們學習辨認聖靈的感覺。如果可能的話，利用你的小孩最近經歷過的事情。
- 你的小孩完成這個活動後，運用活動幫助你的小孩在下次祈禱時，練習運用良好的禱告習慣。

準備祈禱

得文需要作些準備才能祈禱。看著這些圖片，如果他已經準備好要作祈禱，在圖片上畫圓圈。如果他做的事情不會幫助他準備好作祈禱，在圖片上打叉。

主呼喚撒母耳



「耶和華呼喚撒母耳。撒母耳說：『我在這裡』」（撒母耳記上3：4）。

透視逆境

菲利普·爾賓納

一隻蜜蜂和一趟巴士旅程
幫助我看見脫離困難的方法；
只是很多時候我們必須相信
能透視逆境的人。

——
天早上搭公車上班時，我坐在窗邊的位子。不久後，我發現有一隻小蜜蜂掙扎著要脫離困境；它被困在車窗的兩片玻璃中間，而不管它多努力嘗試，就是找不到出口。這隻蜜蜂受困在這個透明的監獄裡，看得到自由，卻找不到逃生路線。或許因為害怕，它猛烈地拍打著翅膀，拼命衝撞玻璃。

我一直很不喜歡看到任何人或事物受傷。觀察了這隻蜜蜂一陣子後，我試著想幫助它脫離困境。但是由於這隻蜜蜂不相信以及不了解我想要幫助它，所以並沒有好好利用我給予它的援助。事實上，它繼續一再地衝撞玻璃窗。到後來，我開始感到有些不耐煩。

這讓我想到人們有時也會處在相同的狀況中。我們都會陷入困境；有些不是自己的行為所造成的。我們也會犯錯，甚至是一些嚴重的錯誤。就像那隻蜜蜂一樣，我們可能會覺得被這些逆境困住。令人遺憾的是，就算主知道我們應該如何做來避開考驗，我們經常在需



喬治·可可繪

要幫助的時候，還是不轉向主或是祂所召喚來帶領我們的人；我們不聽從聖靈的低語，只想獨自面對挑戰，並不仰賴那些更有遠見的人。

身為後期聖徒，我們其實是知道如何克服逆境的：我們擁有經文、祈禱，以及聖靈的陪伴。我們的領袖是主所召喚，他們已經準備好而且願意幫忙。

在我要下車之前，那隻吃了許多苦的可憐小蜜蜂終於脫困了。從這個經驗中，我學習到我們也可以克服考驗；若我們轉向天父以及祂的愛子耶穌基督，並且信賴祂們，我們就可以少吃點苦，因為對天父和耶穌基督而言，一切逆境都是透明可見的。■



基督的話

基督與癱子，凱克·理查繪

迦百農的人聚集來看救主，因為人多，有個癱子只好讓人從屋頂上將他縋放下來。

「耶穌見他們的信心，就對癱子說：『小子，你的罪赦了。』」

耶穌對幾個心存懷疑的文士說：「『或對癱子說「你的罪赦了」，或說「起來！

拿你的褥子行走」，哪一樣容易呢？

「『但要叫你們知道，人子在地上有赦罪的權柄。』就對癱子說：

「『我吩咐你，起來！拿你的褥子回家去吧。』」

「那人就起來，立刻拿著褥子，當眾人面前出去了，以致眾人都驚奇，歸榮耀與神」（馬可福音2：5，9-12）。



儘管網際網路可能使我們與真實生活脫節（見「事情現在的真相」，第22頁），但若使用得當，仍能讓我們連結到有用且提升心靈的网站。在教會官方網站上，我們可以研讀福音、聆聽聖詩、學習自立的方法和研究家譜。

見「網際網路的正面用途」，第18頁。

