

摩爾門經

班員研讀指南



批評與建議

由衷地感激您對此研讀指南之批評與建議，
來函請寄：

Curriculum Planning
50 East North Temple Street, Floor 24
Salt Lake City, UT 84150-3200
U.S.A.

電子郵件信箱：
cur-development@ldschurch.org

請寫上您的姓名、地址、所屬支會和支聯會，務必註明此研讀指南的書名，然後提出您對本研讀指南在深度與廣度方面待改進之處的批評與建議。

耶穌基督後期聖徒教會
美國印刷

Intellectual Reserve, Inc.©1999 版權所有
美國印刷

英語核准日期：8/96
翻譯核准日期：10/10

Book of Mormon: Class Member Study Guide 譯本
Chinese

前言

先知約瑟·斯密在一次與十二使徒的會議中「告訴過弟兄們，摩爾門經是全世界最正確的一本書，也是我們宗教的拱心石，人若遵循其中的教訓，比遵循任何其他的書更能接近神」（教會史4：461；see also the introduction to the Book of Mormon）。

本研讀指南是專為研讀摩爾門經而設計的參考用本，其內容是配合摩爾門經福音教義班的課程，並按課目分段。每課列有各週的研讀範圍，以及有助於提升研讀效果的問題。你可利用這些問題加強個人在經文上的應用，同時準備好在班級討論的時候提出有意義的見解。

你和福音教義班的教師都有責任讓這堂課發揮功效。主已經說過，教師需要「藉真理之靈……宣講」，而接受了

「真理的言語」的人都應當「藉真理之靈〔接受〕」（教約50：17，19）。各位來上課的時候，應當準備好發表見解、提出問題、分享經驗、作見證，並專心聆聽教師和其他班員說話。你若研讀了規定的範圍，也思考過研讀指南中的問題，就更能準備好體驗主這番話是如何應驗的：「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）。

本研讀指南是一項極富價值的家庭資源。你可以運用其中的研讀問題來促進家庭成員進行以福音為主題的討論。同時，每一章也提供了家庭討論的建議。家人也可以在準備家人家庭晚會課程時參考這些建議。

「我們宗教的拱心石」

虔敬地研讀以下經文：尼腓一書13：38-41；19：23；尼腓二書25：21-22；27：22；29：6-9；摩爾門書8：26-41；以帖書5：2-4；摩羅乃書1：4；10：3-5；教義和聖約10：45-46；20：8-12；84：54-58。同時研讀摩爾門經的簡析資料。

- 根據摩爾門經標題頁的第二段內容來看，摩爾門經有哪三大目的？

- 從摩爾門經中你已學到哪些關於耶穌基督的事？摩爾門經如何增強了你對耶穌基督的見證？
- 摩爾門經中哪段經文特別使你受到啓發？

家庭討論建議

全家一起研讀墨林·羅慕義會長以下所說的話：

第1課

「我確信，在我們的家裡，如果父母個人以及他們的孩子一起虔誠地定期閱讀摩爾門經，這本偉大經典的靈將會充滿我們的家和家中每個人的心中。虔敬的氣氛將隨之增加，每人將更加彼此尊重和關懷。紛爭之靈將會離去。父母將以更大的愛和智慧來教導他們的兒女，而兒女將更樂於順從父母的教導。正義將會增長，信心、希望和仁愛——基督純正的愛——將充滿我

們的家及生活，同時帶來平安和喜樂」（參閱1980年11月，聖徒之聲，第90頁）。

討論你的家庭在遵行這項忠告時，會有哪些祝福臨到你的家庭。訂立一項全家每天一起研讀摩爾門經的計畫，鼓勵每位家中的成員負起遵行這項計畫的責任。

「依照祂的旨意做一切的事情」

尼腓一書第1~7章

- 摩爾門經裡所描述的事件中，最早的事件之一是李海和他全家人離開耶路撒冷。是什麼樣的情況造成這樣的遷移？（見尼腓一書1：4-15，18-20；2：1-3）
- 為何耶路撒冷的人民不接受李海及其他先知的信息？（見尼腓一書1：19-20；2：12-13；16：1-2）為何今日有些人不願順從主與祂的僕人？從尼腓身上，你學到哪些事會使你的心更敏於接受先知的教導？（見尼腓一書2：16,19）
- 為何李海家庭需要取得銅頁片？（見尼腓一書3：3，19-20；4：15-16；亦見尼腓一書5：21-22；摩賽亞書1：3-7）

第2課

研讀尼腓一書第2~4章時，請將尼腓與拉曼性格上的特質作一比較。你可以特別留意以下的經文章節：尼腓一書1：1；2：11-13，16，19；3：5，7，14-15，31；4：1，3。

家庭討論建議

討論為何李海的家庭必須取得銅頁片。談談你為何很感激自己能擁有經文。然後請家人將尚未擁有摩爾門經的朋友的名字列出來。在虔誠的祈禱中，思考怎樣將摩爾門經送給其中的某些人或每一個人。你可以為每位家人準備一本摩爾門經，請他們分送給朋友。

生命樹的異象

第3課

尼腓一書第8~11章；12：16-18；第15章

研讀生命樹異象的記載時，注意以下的象徵及其所代表的意義：

生命樹（尼腓一書8：10；11：8-25）

生命樹的果子（尼腓一書8：10-18，30；15：36；亦見教約14：7）

鐵桿（尼腓一書8：19-24，30；11：25；15：23-24）

黑霧（尼腓一書8：23-24；12：17）

污水（尼腓一書8：13，26，32；15：26-29）

廣廈（尼腓一書8：26-28；31，33；12：18）

- 當尼腓看見生命樹後，要求知道它的意義（尼腓一書11：8-11）。他得知生命樹代表什麼？（見尼腓一書11：21-25）尼腓看到了什麼讓他更明白神的愛？（見尼腓一書11：13-21，24，26-33；亦見約翰福音3：16）
- 李海和尼腓如何描述生命樹及其果子？（見尼腓一書8：10-12；11：8-9，23；15：36）

- 在異象中，李海看見「無數的人群」（尼腓一書8：21）。從這些人對那棵樹和果子的態度，可將他們區分為四類。研讀尼腓一書8：21-33，找出這四類人。我們如何從今日的世人中看到這些類別的人？你覺得自己是屬於哪一類人？

家庭討論建議

帶領以下的活動，並幫助家人更加了解生命樹的異象：

蒙上一位家人的眼睛，然後帶他繞圈子。說明蒙上眼睛是代表黑霧。然後將救主的圖片置於房間的某處，請這位蒙上眼睛的家人在無人協助的情況下走到放置圖片的地方。在明顯地看出他無法順利走到圖片那裡時，請一位家人站在圖片旁，握住繩子（代表鐵桿）的一端。再請另一位家人握住繩子的另一端。然後要這位蒙上眼睛的家人握住繩子，走向圖片。

「我被靈帶走時所見到的事」

第4課

尼腓一書第12~14章

- 在尼腓一書第12章中，尼腓描述他看到他的後裔及他哥哥們的後裔未來景況的異象。生命樹異象中的一些象徵（黑霧、廣廈以及污穢水的深處），如何預示尼腓後裔的衰落？

- 尼腓看到在「外邦人的民族中」建立了什麼？（見尼腓一書13：4-5）誰是這大而可憎教會的基礎？（見尼腓一書13：6）

- 大而可憎的教會對聖經做了什麼？（見尼腓一書13：20-26）爲什麼？（見尼腓一書13：27）聖經中有哪些教義是難懂的，但在摩爾門經中卻是明白而寶貴的？摩爾門經如何幫助你更了解聖經，或增強你對聖經的見證？
- 尼腓看見在末世的日子，主教會的成員雖然相形之下爲少數，卻能克服大而可憎教會的迫害。尼腓看見

神的聖徒用什麼作爲武器？（見尼腓一書14：14）我們要如何「以正義，並以神的大能武裝起來」？

家庭討論建議

全家一起研讀選自尼腓一書第12～14章的經文。研讀這幾章時，要特別留意尼腓的預言。建議家人將他們經文中的這些預言劃記起來，並將已經應驗的預言列出來。

「聽從真理，留意真理」

尼腓一書第16～22章

研讀尼腓一書第16～18章時，找出尼腓展現出服從、信心和勇氣的方式。思考你能跟隨尼腓榜樣的方法。

- 尼腓面對考驗的方式，與他家人的許多成員面對考驗的方式有何不同？（將尼腓一書18：16與尼腓一書16：18-20，34-36；17：21做一比較）我們要如何面在面臨考驗時克服抱怨的傾向？

研讀以下關於遵守神的誠命的經文。你可以將這些章節劃記起來。

尼腓一書3：7； 教約130：20-21
尼腓一書17：3； 亞伯拉罕書3：25
教約82：10

第5課

家庭討論建議

想辦法找到兩條繩子，其中一條是狀況良好的繩子，另一條則是磨損過的繩子。先展示那條狀況良好的繩子，並說明這條繩子是由許多細線所編織成的。然後說明家人團結一致的重要性，就像組成繩子的細線緊密地交織在一起那樣重要。接著展示那條磨損過的繩子，說明家庭也會因爲不團結而變得軟弱，就像散開的細線會使得繩子鬆軟一樣。

複習尼腓一書第16～18章所記載的事。思考李海家庭每位成員的行爲如何影響到這個家庭的團結。談談你們一家人能做哪些事使家庭更加團結。

「自行選擇自由和永生」

第6課

尼腓二書第1~2章

尼腓二書第1章包含李海臨死前給他兒子們的勸告。研讀本章時，請找出李海特別勸告兒子去做的事情，及他應許他們若遵從他的勸告將會獲得的祝福。

研讀尼腓二書第2章時，請找出自由、行動和選擇這些字詞。你在找到這些詞時，可以將它們劃記起來。並花時間來沈思這些詞的重要性。

- 研讀尼腓二書2：6-8。我們該如何「讓大地居民知道這件事」？我們讓世人知道這件事，如何表明了我們對救主贖罪的感激？
- 研讀尼腓二書2：15-25，找出（1）亞當和夏娃吃禁果前已存在的情形，以及（2）亞當和夏娃吃禁果後所體驗的對立。亞當和夏娃的墜落使得世上有了對立，這讓你獲得什麼

祝福？（見尼腓二書2：23-27；摩西書5：10-12）

家庭討論建議

說明傳教士經常會被問到一些問題，而這些問題可以清楚地、在摩爾門經中找到答案。邀請家人扮演被問到以下問題的傳教士。請他們運用以下從尼腓二書第2章選出的經文來回答這些問題。

1. 當你說耶穌是救主時是什麼意思？（見尼腓二書2：5-10）
2. 為什麼神容許善與惡並存在這個世界上？（見尼腓二書2：11-13）
3. 我不想要有一大堆的誡命。如果我遵行耶穌的教導，不就限制住我的自由了嗎？（尼腓二書2：26-29）

「我知道自己信賴的是誰」

第7課

尼腓二書第3~5章

- 研讀尼腓二書第3章時，找出有關先知約瑟·斯密的教導。你如何因為約瑟·斯密的犧牲奉獻而蒙受祝福？
- 儘管尼腓感覺受到誘惑和罪惡「重圍」，但他如何找到了希望？（見尼腓二書4：18-25）回想你過去曾獲得的祝福如何幫助你度過艱困的時刻？

家庭討論建議

全家讀出尼腓二書4：15-35的所有章節或其中一部分。說明這一整段經文有時候被稱為「尼腓的詩篇」，其中表露了尼腓最深摯的情感。討論為什麼像尼腓所做的一樣，有時候「寫下〔我們〕靈魂的事」（尼腓二書4：15）是一件重要的事？鼓勵家人經常寫下他們的感受。他們有時可以用詩詞或讚美詩歌的形式來寫下他們的感受。

「我們的神何其良善」

第8課

尼腓二書第6~10章

尼腓二書第9章包含了尼腓的弟弟雅各的教誨，該教誨是關於救恩計畫中最重要的事件，也就是耶穌基督的贖罪。而了解本章的教導，將有助於明白屬世的死亡和屬靈的死亡這兩個名詞的意義。

- 救主如何克服屬世的死亡和屬靈的死亡？（見尼腓二書9：5-7，12，21-22；亦見路加福音22：44；摩賽亞書3：7；教約19：16-19）
- 據雅各所言，要「在神的國中得救」或者得允許永遠住在神的跟前，我們必須做什麼事？（見尼腓二書9：18，21，23-24，39，41，50-52）
- 哪些態度和行為會使我們無法獲得贖罪的所有祝福？（見尼腓二書9：27-38）

- 雅各預言尼腓人的子孫會「將在肉身中因不信而滅亡」，而在耶路撒冷的猶太人則會將救主釘死在十字架上，並因他們的罪惡而遭到分散（尼腓二書10：2-6）。但是這些人若相信主並悔改他們的罪，主會為他們做什麼？（見尼腓二書10：2，7-8，21-22；亦見尼腓一書21：15-16；尼腓二書9：1-3，53；30：2）這一點如何適用在我們個人身上？

思考以下經文章節中個別字詞或句子如何強化了雅各講道的涵義？

尼腓二書9：10； 尼腓二書9：28
尼腓二書9：14； 尼腓二書9：39
尼腓二書9：18； 尼腓二書9：51

家庭討論建議

請家人討論救主曾為他們個人及家庭做了哪些事。

「我的靈魂喜愛以賽亞的話」

第9課

尼腓二書第11~25章

開始研讀尼腓二書第11~25章以賽亞的教導之前，先讀出培道·潘長老的這段話：

「摩爾門經是一本經文，它是耶穌基督的另一部約書，是用聖經文體寫下來的；是先知的語文。

「摩爾門經大部分是使用流利的新約語文的文體。

「你不用讀很多頁就能把握到這語文的韻調，它的敘述也平實易解。事實上，一般青少年都能輕易理解摩爾門經的記述。

「然而，就在你駕輕就熟地繼續往下讀時，你會碰到一個障礙。它的文體轉變成舊約的預言形式。因為，在記述中，添了舊約以賽亞先知的預言。這

些預言宛如一道籬籬，像路邊的大石，或是一道關卡，使得一些較不經心，也缺乏探究精神的讀者，多半止步不前。

「你也可能會在此裏足不前，但是切勿如此！不要停止研讀！繼續唸下去，通過這些難以理解的舊約預言章節，即使你能明白的非常有限。讀下去，就算你只是走馬看花地有點印象就好。讀下去，即使你只是盯著書上的字看過去……。

「……主有意在摩爾門經中保留以賽亞的預言，儘管這些預言成爲一些較不經心的讀者研讀的障礙。

「凡是沒有越過以賽亞這些章節的人，就失去了個人在研讀時，汲取寶藏的機會」（1986年7月，聖徒之聲，第52頁）。

「祂邀請所有的人都歸向祂」

第10課

尼腓二書第26~30章

尼腓二書第26~30章包含了有關末後日子強而有力的預言。尼腓預言有人將被撒但矇騙而遠離真理。然而，他也預見福音的復興以及將賜予義人的祝福。

- 在尼腓二書第28章中撒但用哪些伎倆來欺騙人？你要如何避免被這些伎倆所矇蔽？（參考範例，見尼腓一書第15：24；尼腓二書28：30；阿爾瑪書17：2-3；摩羅乃書7：15-19；教約21：1-6；46：7。）
- 爲什麼除了研讀聖經以外，我們還要研讀摩爾門經？（見尼腓二書29：4-14；亦見尼腓二書28：30）

家庭討論建議

請一位家人站在房間的中央。在示範中說明這位家人的右邊區域代表他在一生中可能做到的所有好事，而

最右邊的區域則代表他可能做到的最好之事。而這位家人的左邊區域代表他在一生中可能犯下的所有錯誤，而最左邊的區域代表他可能犯下的最嚴重錯誤。

說明李察·司考德長老曾經提出一項類似的實物教導。他那時觀察到：「處於中間地帶時，很難分辨什麼是好的、什麼是壞的。中間地帶就是撒但對義人發揮影響的區域。……處在這位置很容易混淆不清。好好地生活在主已經制定的美好良善之區，則遇到誘惑時就不會發生問題。如果你無法確定某件事情是否可以看、聽、想或去做，那麼就避開它。否則你可能會陷入撒但的陷阱」（Do What Is Right, *Ensign*, June 1997, 53-54）。

討論這項示範如何適用於家人每天所面對的抉擇和誘惑。

「對基督堅定不移……努力前進」

第11課

尼腓二書第31~33章

尼腓以要講「幾句跟基督教義有關的話」（尼腓二書31：2）開始他最後的寫作。依據尼腓二書第31章中尼腓的教導，你該如何定義「基督教義」？

家庭討論建議

全家人一起為一餐來佈置餐桌，告訴家人你會為他們帶食物。等家人入座後，將食物分給每一個人，而每個人

所得到的食物份量遠比他們以往所吃的還要少。接著帶領以下的討論：

- 我們研讀經文的情形，有時候能如何比作像是吃非常少量的食物？
- 全家人一起研讀尼腓二書32：3。你認為「飽享基督的話」是什麼意思？我們要如何使我們個人和家庭的經文研讀有如是飽餐一頓一般？

「尋求神的國」

第12課

雅各書第1~4章

研讀下列經文章節，以便更加了解先知雅各：尼腓一書18：7；尼腓二書2：1-4；6：2-4；摩爾門經雅各書1：1-2，18-19。

- 先知雅各提出警言反對貪愛錢財、驕傲、不貞潔和種族偏見（摩爾門經雅各書2：12-16，22-23；3：5，9）。在雅各呼籲他的人民悔改之後，他作證透過贖罪就有希望得到赦免，並以此結束他的訓誡。我們要如何獲得雅各所說的來自基督的希望？（見摩爾門經雅各書4：4-12）

雅各斥責未善待妻子、兒女的尼腓男人（見摩爾門經雅各書2：9，31-32，

35）。後期聖徒教會領袖也提出強烈警告，反對任何形式的虐待。總會會長團和十二使徒定額組警告，「違反貞潔聖約、虐待配偶兒女或未克盡家庭職責的人，有一天要在神前為此負責。」（「家庭：致全世界文告」，1996年6月，聖徒之聲，第11頁）

家庭討論建議

請家人研讀摩爾門經雅各書2：35。然後提出以下問題：

- 我們可能會做出或說出哪些傷人心的事？我們能做哪些事使我們的家庭更加團結和更加相愛？

橄欖樹的比喻

雅各書第5~7章

在摩爾門經雅各書第5章中，雅各引證了摩爾門經中數次所提及的希伯來先知徐納斯的比喻。比喻是一種寫作的手法，以一個物品或事件來形容或代表另一件事物。下列圖表可以增進你對這則比喻的了解：

象徵	意義
葡萄園	世界
葡萄園之主	耶穌基督
園生橄欖樹	以色列家族，主的約民
野生橄欖樹	外邦人（未生於以色列家族者）

第13課

象徵	意義
枝條	人群
僕人	先知及其他蒙召喚服務的人
果子	人的一生或作為

家庭討論建議

說明摩爾門經雅各書5：61-72所提到的僕人，就是指分享福音的後期聖徒（教約133：8）。討論有哪些方法可以幫助家人作好準備分享福音，包括擔任全部時間傳教士以及在日常活動中分享福音。設立一項目標，協助家人作更好的準備來從事傳道事工。

「為了一個睿智的目的」

以挪士書、雅龍書、奧姆乃書、摩爾門語

- 以挪士如何形容他對主的祈禱？（見以挪士書1：2）他尋求赦免的經過教導你哪些關於悔改的事？這件事教導了你哪些關於祈禱的事？
- 我們要如何「把(我們)整個靈魂當獻祭」（奧姆乃書1：26）以獻上給救主？
- 摩爾門說他節錄所有神聖紀錄的目的是什麼？（見摩爾門語1：2，8；亦見摩爾門經的標題頁）讀摩

爾門經時，將這目的謹記在心為何很重要？

家庭討論建議

說明以挪士書、雅龍書和奧姆乃書的作者受到吩咐要保存並記載他們人民的紀錄。後期聖徒也被勸告要記寫個人及家庭歷史。如果你能夠取得一位祖先的紀錄，可向家人讀出其中一部分的內容。並討論記寫個人及家庭歷史的重要性。

「你們永遠虧欠天父」

第15課

摩賽亞書第1~3章

- 在便雅憫王統治期間，研讀經文的尼腓人和不研讀經文的拉曼人之間有什麼不同？（見摩賽亞書1：5）你如何看到這種差異在現代社會中反映出來？
- 研讀摩賽亞書2：20-21，34。成為「無用的僕人」，「你們永遠虧欠天父」是什麼意思？為什麼即使我們用整個靈魂來讚美和事奉神，仍然是無用的僕人？（見摩賽亞書2：22-25；亦見本頁說明。）這一點教導了哪些關於天父愛你的事？
- 從摩賽亞書第2~3章，你學到哪些關於耶穌基督贖罪的事？

家庭討論建議

如以上所示，在一張紙上畫出一座天平。



問家人這座天平為何不平衡？然後請他們大聲讀出摩賽亞書2：20-25。家人朗讀時，請他們找出我們所能獻上給主的報答以及祂給我們的祝福。將我們的報答寫在標示著「我們的報答」的天平這一邊；將主的祝福寫在標示著「神的祝福」的天平這一邊。幫助家人明白我們永遠虧欠主。為主賜你的祝福表達感激。

「你們被稱為基督的孩子」

第16課

摩賽亞書第4~6章

- 你認為便雅憫王為什麼要強調他人民的「微不足道」及不配稱？（見摩賽亞書4：5-8，11-12）為什麼我們必須認清我們對主的依賴？
- 據便雅憫王所言，父母對子女有什麼責任？（見摩賽亞書4：14-15）
- 便雅憫王指示他的人民要關懷有需要的人（摩賽亞書4：16-17，22）。為什麼如果我們拒絕幫助有需要的人，就「極需悔改」？（見摩賽亞書4：18-23）就何種意義而言我們都是乞丐？（見摩賽亞書4：19-20）
- 對於無法將自己的所有物分給他人的窮人，便雅憫王有什麼忠告？（見摩賽亞書4：24-25）你如何能在任何經濟狀況下都能培養一顆慷慨的心？

- 便雅憫王教導他的人民若要避免犯罪並持守對神的承諾，就必須留心自己的思想、言語及行爲（摩賽亞書4：29-30）。我們的思想、言語及行爲彼此之間有何關聯？
- 當便雅憫王對人民講話時，主的靈對人民有什麼影響？（見摩賽亞書5：2-5）當我們「不再想作惡」時，這對我們的生活和人際關係會產生哪些影響？
- 成爲基督的孩子是什麼意思？（見摩賽亞書5：2，5-7）「承受基督的

名」是什麼意思？（見摩賽亞書5：8-11）你每天可以做哪些事讓基督的名字一直留在你的心上？（見摩賽亞書5：11-15）

家庭討論建議

全家人一起研讀摩賽亞書4：16-17。討論你們能一起做哪些事以幫助需要幫助的人。你們可以訂立一項服務計畫。你們也可以談論禁食捐獻和這捐獻是如何被使用的。

「一位先見……成爲同胞的一大福祉」

第17課

摩賽亞書第7~11章

在你研讀摩賽亞書第7~11章時，找出經文章節中教導跟從那些蒙主召喚爲先知、先見、啓示者之人的指引的重要性。

- 艾蒙如何形容一位先見的角色？（見摩賽亞書8：16-18）阿賓納代如何履行先見的角色？（找出摩賽亞書第11章中特定的一些範例）

有時候我們能透過將兩位處於相同情況下的人作對比，而從經文中得到其他的見解。運用以下的圖表來比較挪亞王和便雅憫王：

挪亞王	便雅憫王
摩賽亞書11：2	摩賽亞書2：13
摩賽亞書11：3-4，6	摩賽亞書2：12，14
摩賽亞書11：5，7	摩爾門語1：17-18

家庭討論建議

說明總會會長團和十二使徒定額組的成員皆爲先知、先見、啓示者。討論末世時代的先知、先見和啓示者如何對我們是「一大福祉」（摩賽亞書8：16-18）？然後複習總會會長最近在總會大會上所發表的一篇講辭。

「神要親自……救贖祂的人民」

第18課

摩賽亞書第12~17章

研讀摩賽亞書第12~17章時，找出阿賓納代給挪亞王及他的祭司們的主要信息。並自問阿賓納代為何願意為了傳達這項信息而犧牲性命。

- 在阿賓納代駁倒了祭司們的那些想「使他自相矛盾」的訊問後，有位祭司問了他關於某段經文的疑問（摩賽亞書12：19-24；亦見以賽亞書52：7-10）。那些祭司為什麼無法了解這段經文的意思？（見摩賽亞書12：25-27）用我們的心去求了解是什麼意思？
- 將誠命「寫在〔我們〕的心上」是什麼意思（摩賽亞書13：11）？將誠命寫在你的心上如何影響你更努力去遵行誠命？
- 從摩賽亞書第14章所引用的預言中，你學到哪些關於救主的事情？

- 阿賓納代在結束講道時，規勸挪亞王和他的祭司們做什麼事？（見摩賽亞書16：13-15）你如何將這忠告應用在自己的生活中？

- 儘管你可能不需要為你的信仰而死，但在哪些方面你仍然可以效法阿賓納代的榜樣？

家庭討論建議

全家人一起將那些不顧極大危險而傳達耶穌基督贖罪的人們的名字（如阿賓納代）列出來，寫在表中（參考範例，見使徒行傳4：1-12；尼腓一書1：18-20；摩賽亞書18：1-2；希拉曼書13：1-7）。如果你知道家庭成員中有人曾在艱困的環境下完成傳道工作的，可以談論他們的經驗，並鼓勵家人將這些經驗寫在個人日記中。

「沒有人能解救他們，除了主」

第19課

摩賽亞書第18~24章

摩賽亞書第18章包含了對洗禮聖約的闡釋。在研讀這一章之前，請先讀出約瑟·斐亭·斯密會長以下的話：

「聖約就是至少兩方成立的一種合約及協議。在福音聖約這個情形天上的一方是主，地上的一方是人。在這聖約中，人允諾遵守誠命，於是主應許酬賞他們」（1970年10月，總會大會演講詞，第99頁）。

- 我們洗禮時立約要做些什麼事情？

（見摩賽亞書18：8-13；摩羅乃書6：2-3；教約20：37）我們若受洗並遵守洗禮聖約，主應許會做什麼？（見摩賽亞書18：10，12-13；亦見尼腓二書31：17）

- 為什麼主給那些在束縛之中的阿爾瑪人民的祝福，比給林海人民更快速且更豐盛？（比較摩賽亞書21：5-15與摩賽亞書23：26-27；24：10-16）這一點如何適用於我們的生活？

- 當我們「愉快且耐心地順服主所有的旨意」時，我們的擔子為何會減輕？（見摩賽亞書24：15）主曾以哪些方法加強你，幫助你「輕易地挑起〔你〕的重擔」？
- 我們能從林海人民和阿爾瑪人民身上學到哪些關於從罪的束縛中獲得

解救的事情？（見摩賽亞書7：33；21：14；23：23；29：18-20；亦見教約84：49-51）

家庭討論建議

討論前頁有關洗禮聖約的問題。請受洗過的家人分享他們受洗時的回憶。

「我的靈魂不再痛苦」

摩賽亞書第25～28章；阿爾瑪書第36章

摩賽亞書第25～28章和阿爾瑪書第36章包含了阿爾瑪和摩賽亞的兒子們奇妙歸信的記載。研讀這些章節時，花點時間沈思你自己個人的歸信經過。

- 為什麼「寬恕彼此的過錯」很重要？（摩賽亞書26：31）你曾因寬恕某人或得到某人寬恕而蒙受什麼樣的祝福？
- 主為什麼要派遣天使向小阿爾瑪及其同伴說話？（見摩賽亞書27：14）當所愛的人偏離福音時，我們的祈禱會有什麼幫助？

注意摩賽亞書第27章及阿爾瑪書第36章中的記載，對照阿爾瑪被寬恕之前和之後的感受。（範例見摩賽亞書27：29。在他被寬恕之前，他的「靈

第20課

魂深為永恆的折磨所苦」；在他被寬恕之後，他的「靈魂不再痛苦」。）

家庭討論建議

問家人以下的問題：

- 在為傳道作準備時，最重要的考慮項目是什麼事？（幫助家人明白我們在何處服務並不如我們為何服務及我們如何服務重要。）

請家人翻到摩賽亞書第28章。說明本章包含了摩賽亞兒子們想到拉曼人中間擔任傳教士的記載。

- 摩賽亞的兒子們為何要到拉曼人中間傳道？（見摩賽亞書28：2-3）我們要如何增強我們對分享福音的承諾？

「阿爾瑪……秉公審判」

摩賽亞書第29章；阿爾瑪書第1～4章

由於摩賽亞王的所有的兒子都拒絕繼承他的王位，因此摩賽亞以書面的方式對人民宣佈，他提出一種政府體制，以便在他去世後取代國王的統治。當

第21課

你研讀摩賽亞書第29章時，思考摩賽亞王關於那種「促進人民和平的事」的領袖所教導的話語？（摩賽亞書29：10）

- 法官統治的第一年，一名稱為尼賀的人被帶到阿爾瑪面前接受審判（阿爾瑪書1：1-2，15）。尼賀教導了人民什麼事情？（見阿爾瑪書1：3-4）他的教導有什麼影響？（見阿爾瑪書1：5-6）你認為尼賀的教導為什麼吸引這麼多人民的認同？在這個時代，你會聽過哪些相同的教導？
- 對於人民不斷加增的驕傲和邪惡，阿爾瑪做何反應？（見阿爾瑪書4：15-19）宣講神的話如何能「喚醒

〔人民〕記起自己的職責」？宣講神的話如何能「抑制」驕傲、詭詐和紛爭？

家庭討論建議

全家人一起研讀阿爾瑪書4：15-20，然後提出以下的問題：

- 你認為為什麼除了「用純正的見證來壓制他們」外，阿爾瑪沒有別的方法來矯正這人民？當今世上有哪些問題可以藉著宣講福音及遵行福音而解決？

「你們在容貌上是否蒙得了祂的形像？」

第22課

阿爾瑪書第5~7章

阿爾瑪書第5章中包含了40個以上的問題。找出這些問題，並思考你要如何回答這些問題。

- 在阿爾瑪對柴雷罕拉人民所發表的整個演說中，從頭到尾都提到心中「巨大的改變」及「從神而生」（阿爾瑪書5：14）。我們通常用歸信一詞來表示這種經驗。歸信是什麼意思？（見摩賽亞書5：2；27：24-26）

家庭討論建議

全家人一起研讀阿爾瑪書5：14，19。解釋形像所指的是人的行為或面貌上所呈現的特質。

- 你認為「在〔我們的〕容貌上蒙得了神的形像」的意義為何？你曾在他人身上看到什麼顯示出他們已「在〔他們〕的容貌上蒙得祂的形像」？

「不止一個見證人」

第23課

阿爾瑪書第8~12章

- 在基甸及米勒克的人民中建立了教會的秩序之後，阿爾瑪前往艾蒙乃哈地講道。他在那裡遭遇到什麼挑戰？（見阿爾瑪書8：8-9）

- 阿爾瑪書8：10中，用什麼字句來形容阿爾瑪在艾蒙乃哈賣力工作的情形？艾蒙乃哈的人民對阿爾瑪講道的反應如何？（見阿爾瑪書8：11-13）

研讀阿爾瑪書8：18-32和阿爾瑪書第10～11章時，找出當艾繆萊克遵從天使的信息並當阿爾瑪的同伴時，有哪些改變。

- 我們內心的情況會如何影響我們明白神的話？（見阿爾瑪書12：9-11）我們如何培養我們的心去認識、了解並接受神的話？（見尼腓一書2：16；15：11）

家庭討論建議

說明當阿爾瑪獨自來到艾蒙乃哈城時，人民說：「神是誰？竟然只派一個人，而不派更大的權柄來向這人民宣講這麼偉大而奇妙的事？」（阿爾瑪書9：6）。稍後當人民又聽到艾繆萊克向他們宣講時，他們開始驚奇起來，「因

為他們看到不止一個見證人」（阿爾瑪書10：12）。請全家人一起讀出下表中的經文。注意阿爾瑪和艾繆萊克如何不斷地以宣講相似的教義來支持彼此的講述。

	艾繆萊克 教義 的見證	阿爾瑪 的見證
贖罪	阿爾瑪書11：40	阿爾瑪書12：33-34
悔改	阿爾瑪書11：40	阿爾瑪書12：24
審判	阿爾瑪書11：41	阿爾瑪書12：14
復活	阿爾瑪書 11：41-42	阿爾瑪書12：24-25

在分享福音時，有一位以上的見證人有什麼好處？我們如何在分享福音時彼此支持？

「按照我們對基督的信心，賜給我們力量」

阿爾瑪書第13～16章

阿爾瑪教導齊愛治樂及其他在艾蒙乃哈的人關於救贖的計畫之後，就為聖職及預立的教義作見證。研讀阿爾瑪書13：1-7，同時閱讀以下與這些經文有關的引文：

先知約瑟·斯密說：「每一個獲得一項召喚來對世上居民施助的人，都是在此世界以前的天上大會議中被按立到該目的的」（約瑟·斯密先知的教訓，第365頁）。

賓塞·甘會長教導：「在我們未來到這世界前，忠誠的女子被賜予特定指派，而忠誠男子則被預派擔任聖職工作。雖然我們現今已不記得前生的詳

盡情形，但我們曾經答應此事的這項光榮事實並不會改變。你對這些許久之前已等待你去做的事情要負起責任，就像去支持先知和使徒一樣」（參閱1980年3月，聖徒之聲，第139頁）。

- 阿爾瑪和艾繆萊克在監獄中被迫害多日後，最後如何獲救？（見阿爾瑪書14：26-29；以帖書12：12-13）我們必須具備哪些條件才能被拯救？為什麼我們必須將信心放在基督上才能得救？（見摩賽亞書3：17；摩羅乃書7：33）

第24課

- 阿爾瑪書 15：3-5 中，如何顯示齊愛治樂對阿爾瑪和艾繆萊克的信賴？他若想要被治癒就必須將他的信賴放在誰的身上？（見阿爾瑪書 15：6-10）我們能從齊愛治樂被治癒後的行為中學到什麼事情？（見阿爾瑪書 15：11-12）

家庭討論建議

複習了阿爾瑪書第 13～16 章所有經文或其中一部分之後，請每一位家人分享他們從這些記載中所學到的事情。

「他們憑著神的力量和權柄教導」

第 25 課

阿爾瑪書第 17～22 章

- 在艾蒙和他的兄弟努力帶領拉曼人認識真理的知識時，是什麼讓他們成功的？從艾蒙和亞倫從事傳道事工的方法上，你學到了哪些事情？
- 艾蒙和亞倫教導拉摩那王和他的父親哪些教義？（見阿爾瑪書第 18：34-39；阿爾瑪書 22：7-14）
- 拉摩那王的父親願意付出什麼犧牲以認識神？（見阿爾瑪書 22：15，17-18）你能從他的榜樣中學到什麼事情？

研讀阿爾瑪書第 17～22 章時，找出人們在忍受考驗後獲得祝福的記載。沉思你曾因忠信地忍受考驗而獲得的祝福。

家庭討論建議

展示一些不同的樂器或工具。請家人說出每項樂器（或工具）的用途。然後讀出阿爾瑪書 17：1-9，並指出我們向他人分享福音時，也能像摩賽亞王的兒子們一樣，成為「神手中的工具」。強調當我們努力成為祂手中的工具時，主必定會幫助我們。

「歸信了主」

第 26 課

阿爾瑪書第 23～29 章

阿爾瑪書第 23～27 章談到安太尼腓李海人，這群人徹底歸信主，「從此沒有叛離過。」（阿爾瑪書 23：6）當你研讀這項記載時，找出安太尼腓李海人真正真誠歸信的證據。

- 歸信的拉曼人決定使自己與那些依然邪惡的弟兄有所區別。（見阿爾瑪書 23：16-18；27：27-30）我們歸信後在哪些方面和世人有所區別？
- 儘管遭遇到苦難，安太尼腓李海人仍爲了什麼事感謝神？（見阿爾瑪書 24：7-10）心懷對神的感激如何能幫助我們面對考驗及苦難？
- 安太尼腓李海人「歸信了主」（阿爾瑪書 23：6）。爲什麼以耶穌基督作爲人們歸信的核心很重要？

- 安太尼腓李海人「把劍深深埋在土裡」（阿爾瑪書24：15-17）。爲什麼掩埋武器比僅僅承諾不使用武器有更重大的意義？我們該如何做才能掩埋「作亂的武器」？

研讀阿爾瑪書第26～27章，找出由於傳教士的努力而使得祝福臨到傳教士的例子。

家庭討論建議

重述安太尼腓李海人歸信的故事。請斟酌運用本節中的一些問題來激發討論。然後請家人讀出以下關於歸信的所有經文或其中的一部分：

路加福音22：32 阿爾瑪書5：7-14
 摩賽亞書5：2 尼腓三書6：14
 摩賽亞書5：7 尼腓三書9：13-14

「萬物都說明了真的有神」

阿爾瑪書第30～31章

研讀阿爾瑪書第30～31章時，謹記泰福·彭茲會長以下的這段話：

「摩爾門經揭發基督的所有敵人……。而記錄於摩爾門經中的那一類叛教情形，與今日我們所面臨的情況類似。因此神以祂無限的預知能力啓示人民而寫成的摩爾門經，使我們能看出今日的錯誤，並知道如何抗拒存在於現今社會中虛偽的教育、政治、宗教與哲學觀念」（參閱1975年8月，聖徒之聲，第42頁）。

- 柯力何要求顯神蹟來證明神的存在時，阿爾瑪指出了哪些跡象作為神活著的證據？（見阿爾瑪書30：44）這些證據如何幫助你增強信心？

第27課

研讀阿爾瑪書第31章，將卓倫人的祈禱與阿爾瑪的祈禱作比較。你可以將發現到的差異情形寫下來。

家庭討論建議

說明當今世人有時候也會提出與柯力何的教導相類似的觀念，然後討論以下的問題：

- 我們可以做哪些事來抗拒那些企圖摧毀我們信心的人之影響力？（答案可能包括我們可以研讀經文；祈禱；避免紛爭；與父母、主教或其他可信任的朋友談。）

「神的話在基督裡面以促成救恩」

阿爾瑪書第32～35章

- 阿爾瑪將神的話比作種子（阿爾瑪書32：28）。你如何在心裡為神的話「讓出地方」（阿爾瑪書32：28）？
- 研讀阿爾瑪書32：28-35。你認為感覺到神的話「在〔我們〕心中膨

第28課

脹」是什麼意思？經文如何膨脹我們的靈魂、啓發我們的悟性並擴展我們的心智？就哪些意義而言，神的話會令你感覺甘美？

- 人民在聆聽阿爾瑪的講道後，極想知道「他們應該以什麼方式開始運用信心」（阿爾瑪書33：1）。阿爾瑪藉著引用徐納斯、徐諾克和摩西等先知所給予的相關教導來回答。這些教導的中心信息是什麼？（見阿爾瑪書33：3-22）

研讀阿爾瑪書33：19-22後，閱讀民數記21：4-9，約翰福音3：1-16，尼腓一書17：41，阿爾瑪書37：46，以及希拉曼書8：13-15。找出

方法整合這些章節，好使你在整合章節後，能比單獨閱讀某一章節得到更多的啟發。

家庭討論建議

爲了協助每個人都能以視覺的方式來瞭解阿爾瑪所論及那些關於在我們心中滋養神的話的教導，請分給每位家人一粒種子和一小罐泥土。請家人種下他們拿到的種子，並用充足的水和陽光滋養它們。而在接下來的幾週內，觀察種子生長的情形。

「側耳聽我的話」

阿爾瑪書第36~39章

- 阿爾瑪書第36~39章包含了阿爾瑪向兒子希拉曼、希伯隆及柯林安頓所作的見證。爲什麼讓孩子聽到父母作見證是件很重要的事？你父母的見證如何影響了你的生活？

複習以下的經文章節，這些經文顯出父母的忠告對孩子的重要性：

阿爾瑪書第36~39章 阿爾瑪書57：21，
26-27

尼腓二書第1~3章 希拉曼書5：5-14

以挪士書1：1-3 教約68：25-28

摩賽亞書1：1-8 教約93：39-50

阿爾瑪書56：47-48

- 當你致力奉行阿爾瑪書37：36-37中的忠告時，你的生活怎樣受到影響？
- 柯林安頓的罪行對他人產生了什麼影響？（見阿爾瑪書39：11，13）

第29課

教友樹立良好的榜樣爲什麼很重要？你的行爲可能會如何影響他人對教會的看法？

家庭討論建議

請一位家人讀出阿爾瑪書37：6-7。然後展示一根釘子，一個螺絲，或其他能將事物結合在一起的小東西。

- 這項物品是件多麼「微小而簡單」的事物？我們可以如何運用這物品來完成偉大的事？若沒有這物品將會發生什麼樣的情形？
- 有哪些「微小而簡單的事物」能使得家庭結合在一起？我們的家庭能做哪些「微小而簡單的事物」來表明我們對天父、耶穌基督和其他人的愛？

「偉大的幸福計畫」

第30課

阿爾瑪書第40~42章

- 在死亡與復活之間我們的靈會經歷什麼事情？（見阿爾瑪書40：11-15，21；亦見教約第138篇）
- 如果我們只受制於公道，會發生什麼事情？（見阿爾瑪書42：14）要怎樣才能滿足公道的要求，使我們能回到天父面前同住？（見阿爾瑪書42：15）耶穌基督的贖罪如何「滿足公道的要求」？（見摩賽亞書15：7-9）我們必須怎樣做才能獲得神完全的慈悲？（見阿爾瑪書

42：13，23，27，29-30；亦見阿爾瑪書41：14；教約19：15-18）

家庭討論建議

讀出培道·潘長老所說的中保的比喻，以幫助家人明瞭阿爾瑪書第42章；這個比喻可在福音原則（31110）第十二章中找到。你可以請不同的家人分別讀出旁白、債務人、債權人和債務人的朋友等角色。

「對基督的信仰堅定」

第31課

阿爾瑪書第43~52章

阿爾瑪書第43~52章包含數篇關於戰爭的記事。這些記載教導我們如何處理塵世的紛爭，以及如何在與撒但作戰時，保衛自己和家人。

- 思考下列引導正義的尼腓人在作戰時的態度及行動的原則。了解並應用這些原則，如何有助於為現今的世界帶來更大的和平？你如何應用這些原則來處理個人生活中的紛爭？
 - a. 只為正當理由而戰，如：自衛（阿爾瑪書43：8-10，29-30，45-47；48：14）。
 - b. 對敵人不懷恨意，就如同對自己一樣地為他們尋求最大的利益（阿爾瑪書43：53-54；44：1-2，6）。

c. 過正義的生活並信賴神（阿爾瑪書44：3-4；48：15，19-20）。

d. 跟隨正義且睿智的領袖（阿爾瑪書43：16-19；48：11-13，17-19；亦見教約98：10）。

家庭討論建議

讀出摩羅乃隊長高舉自由旗幟的故事（阿爾瑪書46：12-20）。然後全家人一起創造你們自己的自由標幟。請家人列出一些能提醒並啟發他們承受基督的名的原則。然後將這些原則寫在一張很大的紙上。鼓勵家人依照你們已經寫在家庭自由標幟上的原則去生活。

「他們確實服從……每一道命令」

第32課

阿爾瑪書第53~63章

研讀阿爾瑪書第53章及第56~58章時，找出2,060名青年戰士們所遵循的原則和他們在年輕時代所培養的特質。特別留意這些原則和特質如何幫助這些青年戰士從主那裡獲得力量，並決定你要如何將這些原則應用在個人生活中。

- 這些年輕的艾蒙戰士是從誰那裡學會擁有這麼大的信心和勇氣？（見阿爾瑪書56：47-48；亦見阿爾瑪書53：21；57：21）為什麼讓子女知道父母有堅強和堅定不移的見證是件很重要的事？

研讀以下關於母職的經文：

阿爾瑪書56：47-48 撒母耳1：27-28
創世記24：60 箴言1：8
出埃及記20：12 摩西書4：26

- 年輕的艾蒙人請希拉曼先知擔任他

們的領袖（阿爾瑪書53：19；56：1，5）。年輕的艾蒙人對於他們所接獲的誠命有什麼反應？（見阿爾瑪書57：21）今日你必須特別做哪些事，才算「確實地」服從先知？

家庭討論建議

講述希拉曼2,060名青年戰士的故事（阿爾瑪書第53章；第56~58章）。然後請家人讀出以下列一部分或所有的經文章節。談談家人要如何運用這些經文所教導的原則。

阿爾瑪書53：20-21 阿爾瑪書57：25-27
阿爾瑪書56：45-48 阿爾瑪書58：6-11
阿爾瑪書57：21 阿爾瑪書58：39-40

你可在此次的討論請全家人一起唱「我們要把真理傳給萬民」（兒童歌本，第92頁），作為討論的一部分。

「穩固的根基」

第33課

希拉曼書第1~5章

希拉曼書第1~4章描述了尼腓人及拉曼人之間和平與紛爭的時期。希拉曼書第5章包含了拉曼人和尼腓人的叛離者中奇妙傳道事工的記載。當你研讀這些記載時，請與今日世上的情形作比較。

- 謙卑的基督跟隨者對於迫害有什麼反應？（見希拉曼書3：33-35）他們的榜樣如何幫助你？

- 研讀希拉曼書5：12。建立在基督的磐石上是什麼意思？（亦見尼腓三書14：24-27）

摩爾門經裡有超過240個記住或類似的字眼（如記住、記念或不要忘記）。請從希拉曼書第5章中找出15個例子。當你這麼做時，思考一下為何對主的約民而言，記住這個字相當重要？

家庭討論建議

讀出希拉曼書5：12。然後討論你的家庭可將基礎建立在基督的磐石上的方法。

你可在此次的討論請全家人一起唱「穩當根基」（聖詩選輯，第41首），作為討論的一部分。

「你們怎會忘了你們的神呢？」

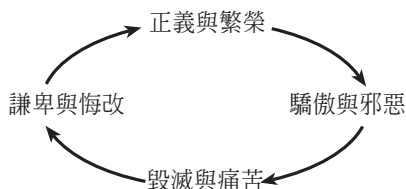
希拉曼書第6～12章

希拉曼書第6～12章中的記載顯示出驕傲的罪如何影響人民。當你研讀這項記錄時，請參閱下列在家庭討論建議項目中所描述的「循環」。

- 研讀希拉曼書12：7。他是以什麼為基準作此論述？（見希拉曼書12：1-6，8。）

家庭討論建議

將下表劃在一張紙上：



第34課

說明摩爾門經中包含了數個民族經歷了這個循環的例子。

- 人們要如何才能脫離這個循環？（請家人讀出阿爾瑪書62：48-51；希拉曼書12：23-24）

在一張紙上，畫線將驕傲與邪惡、毀滅與痛苦串連起來。並指出我們可以從尼腓人所犯的錯誤中有所學習。即使我們處於繁榮的景況中，我們仍可以一直在謙卑和感恩中記念主。

「悔改並轉向主」

希拉曼書第13～16章

泰福·彭蓀會長說：「從尼腓人的歷史紀錄可以看出，救主訪問美洲之前的時代，跟現在我們期待救主第二次來臨的時代，有很多相似的地方。」（1987年7月，聖徒之聲，第3頁）

第35課

下表顯示希拉曼書第13～16章所記載的預言和事件，可與耶穌基督第二次來臨之前的徵兆和事件作對比。

希拉曼書第13~16章中所記載的預言和事件	預言或事件	第二次來臨前的徵兆和事件
希拉曼書16：1，3，6，10	堅強的義人爲少數	尼腓一書14：12；摩爾門經雅各書5：70
希拉曼書16：13-14	靈性的顯示和奇蹟	約珥書2：28-30；教約45：39-42
希拉曼書13：22；16：12，22-23	極大的邪惡	提摩太後書3：1-5；教約45：27
希拉曼書13：2，6，8，10-11；14：9，11，15：1-3，17；16：2	拒絕主的先知及他們對悔改的呼籲	教約1：14-16
希拉曼書14：3-4	預言有一個沒有黑暗的夜晚。	撒迦利亞書14：7；亦見約瑟·斯密先知的教訓，約瑟·斐亭·斯密〔1967〕，第287頁
希拉曼書14：5-6，20	預言天上所出現的徵兆和奇事。	約珥書2：30-31；教約45：40
希拉曼書16：13-18	否認徵兆、奇事和基督的來臨。	彼得後書3：3-4；教約45：26

家庭討論建議

全家人一起研究這整張表或其中的一部分。請每一位家人分享表中的一項

訊息，其中包涵了可以幫助人們爲第二次來臨作準備的方法。

「明天我就要來到世上」

尼腓三書第1~7章

第36課

- 在等待撒母耳的預言應驗時，「相信的人都開始非常憂傷」（尼腓三書1：7）。他們憂傷的原因有哪些？（見尼腓三書1：5-9）儘管有這些信心上的考驗，相信的人還是會怎麼做？（見尼腓三書1：8）信心受到考驗時，你該怎麼做才能保持堅定不移？
- 閱讀尼腓三書3：12-26，其中記載了尼腓人爲防禦甘大安敦盜匪的攻擊所作的準備。你能從尼腓人在那段危險時期所採取的行動中學到什麼，以便在面對試探和恐懼時可以保護你？
- 如果人民能保持忠信，則所有的人都可享有什麼樣的祝福？（見尼腓三書10：18-19）

家庭討論建議

全家人一起研讀尼腓三書5：13。說明這節經文包含了先知摩爾門的話，然後提出以下的問題：

- 成爲耶穌基督的門徒具有什麼含意？（要跟隨基督）我們個人或家庭可

以做哪些事來跟隨救主？

你可在此次的討論請全家一起唱「來跟隨我」（聖詩選輯，第63首），「使我更加聖潔」（聖詩選輯，第71首），「我願效法耶穌基督」（兒童歌本，第39頁）作爲討論的一部分。

「凡願意來的，我必接納他」

尼腓三書第8~11章

先知撒母耳曾預言救主被釘十字架的徵兆。研讀希拉曼書14：20-27中他所做的預言。然後研讀尼腓三書第8~9章，查出這些預言的應驗情形。

- 耶穌向劫後餘生的人們提出什麼邀請？（見尼腓三書9：13-14。注意「歸向」這個字在第14節中出現了兩次。）你能做哪些事來接受這項邀請？
- 群眾「一一」上前走近救主。（見尼腓三書11：15；亦見尼腓三書17：25，其中說到群眾有2,500人。）你能從救主這項愛的榜樣中學到什麼事情？

- 耶穌教導人民之間「不可……有爭論」（尼腓三書11：22，28）。爲什麼對福音教義起爭論是件危險的事？（見尼腓三書11：29；教約10：62-63）我們如何能在教義的真理中合而爲一？

家庭討論建議

全家人一起研讀尼腓三書11：1-17。請家人想一想，如果他們身處於尼腓人之中，看到復活的救主顯現，他們會有什麼樣的感受。

「舊事已成過去，一切都已成爲新的」

尼腓三書第12~15章

研讀尼腓三書第12~15章中救主的教導時，找出你所特別需要的教導。

耶穌告訴尼腓人：「我要你們作世上的鹽」（尼腓三書12：13）。閱讀以下的經文，以更加理解這句話的含意。你可以將這些經文劃記起來。

利未記2：13 教約101：39-40
馬太福音5：13 教約103：9-10

- 研讀尼腓三書12：48。爲什麼我們需要耶穌基督的贖罪才能成爲完全？（見尼腓二書2：7-9；尼腓三書19：28-29；摩羅乃書10：32-33）

第37課

第38課

家庭討論建議

為家人準備一道通常會以鹽來調味的食物。每個家人各給一分加鹽和未加鹽的食物。他們會發現鹽如何增添食物的美味。

在一間漆黑的房間內，打開手電筒或點亮蠟燭。

在這些示範後，討論成爲「世上的鹽」和「〔這〕人民的光」代表著什麼意義？（尼腓三書12：13-14）

「看啊，我快樂十足」

尼腓三書第17～19章

研讀尼腓三書第17～19章，找出顯示耶穌之愛的章節。你可以將自己的感受寫在日記上。

- 耶穌爲什麼要「多逗留一些時候」和人民在一起？（見尼腓三書17：5-6）此舉如何顯露出祂對人民的愛？你曾經如何感受到耶穌對你的愛及關懷？
- 耶穌在尼腓人中制定了聖餐。你自尼腓三書18：1-11中學到哪些關於聖餐教儀的事情？你該如何準備自己來領受每星期的聖餐？
- 耶穌教導：「在家中向父禱告」（尼腓三書18：21）。家庭禱告對你的家庭產生什麼影響？家庭該如何加強每天作家庭禱告的決心？

藉由出聲唸出經文的方式，你會獲得對於教義和經文事件的理解力。而這種理解力是你在默讀經文時所無法得到的。讀出尼腓三書第17章。朗讀時，留意聖靈對你的影響。你可以將對你有特殊意義的章節劃記起來。

家庭討論建議

在救主到尼腓人中的頭兩天裡，祂施助了孩童。全家人一起讀尼腓三書17：11-24和26：14-16。然後討論耶穌對小孩子的愛。

你可在此次的討論請全家人一起唱「當祂再來時」（兒童歌本，第45頁），作爲討論的一部分。

「我要……將他們聚集起來」

尼腓三書第16章；第20～21章

尼腓三書第16章、20章及21章包含了耶穌基督復活後和尼腓人在一起時，所給予他們的一部分教導。在這幾章經文裡，主教導並預言末後日子中福音的復興，及以色列家族的聚集。

- 以色列人爲什麼被分散？（見尼腓三書16：4）何謂以色列人的聚集？（見尼腓三書16：4，12；20：10-13）

第39課

第40課

摩爾門經在聚集以色列人一事上扮演了哪些角色？（將尼腓三書16：4，12；20：10-13與尼腓一書6：3-4及摩爾門經的標題頁相比對，並找出一些例子。）身為教友的你，對以色列人的聚集負有什麼責任？

家庭討論建議

將物品散置在房間各處，然後請家人

將這些物品聚集起來。你可以指出聚集的意思就是集合在一起。

待家人聚集起這些物品後，讀出尼腓三書20：12-13。說明天父藉著使世界各地的人民「認識那位救贖他們的主他們的神」，來聚集他們。討論你個人和你的家庭能做哪些事來協助天父聚集祂的人民。

「所有的事……〔祂〕都向他們講解」

第41課

尼腓三書第22~26章

- 耶穌引用以賽亞的預言之後，祂對人民說：「你們應該查考這些事」（尼腓三書23：1）。研讀經文而不是閱讀經文的意義為何？
- 摩爾門在他的紀錄中，只記下耶穌教導人民「一小部分」（尼腓三書26：8）。我們如何能接受「更重大的事」？（見尼腓三書26：9）
- 研讀尼腓三書26：19-21。我們如何在婚姻、家庭、支會及支聯會中效法此項榜樣？

家庭討論建議

說明當耶穌與尼腓人在一起時，分享

了瑪拉基關於以利亞使命的預言（尼腓三書25：1-6）。這項教導是如此重要，所以在教會的四部標準經典內都可以找到它。

全家人一起研讀以下的經文章節：瑪拉基書4：1-6；路加福音1：17；尼腓三書25：1-6；教義和聖約2：1-3；以及約瑟·斯密--歷史1：37-39。你可以建議家人在他們的經文中將這些章節劃記起來。

討論這些經文跟家譜及聖殿工作有何關聯。訂立計畫，讓全家人一起找出已逝祖先的名字，並提交給聖殿作教儀。若環境許可，訂立計畫讓全家人一起在聖殿作教儀。

「這就是我的福音」

第42課

尼腓三書第27~30章；尼腓四書

- 耶穌的十二位門徒問耶穌他們要如何稱呼祂的教會（見尼腓三書27：3）。祂怎樣回答他們的問題？（見尼腓三書27：4-9）主已吩咐祂復

興的教會要像尼腓人的教會一樣，以祂的名稱呼（教約115：4）。為什麼對我們而言，謹記本教會是以耶穌基督之名來稱呼很重要？

- 研讀尼腓三書27：13-22，找出耶穌基督福音在不同層面的教導。救主對於那些在生活中遵行祂福音的人有什麼應許？（見尼腓三書27：21-22）
- 三位尼腓門徒的願望得到回應，他們變了形像，意即他們的肉體暫時改變而「可以看到屬神的事物」（尼腓三書28：13-15）。然後他們變成肉身不死的狀態。尼腓三書第28章提到哪些關於肉身不死之人的事情？
- 在耶穌拜訪尼腓人後許多年間，沒有「任何『什麼什麼人』」（尼腓四書第17節）。這是什麼意思？（見

尼腓四書第2-3，15-17節）今日所存在的問題中，有哪些是因族群間的區分而產生的？儘管我們有所不同，福音在哪些方面能幫助我們團結一致？

家庭討論建議

全家人一起研讀尼腓四書。研讀第1-19節時，列出帶來和平及幸福的態度和行爲。研讀第20-46節時，列出導致紛爭及毀滅的態度和行爲。

將列出的表相比對。談談你的家庭能做些事以便能更像尼腓四書第1-19節中所描述的人民。

「你們怎會離開主的道呢？」

摩爾門書第1~6章；摩羅乃書第9章

- 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）。我們如何能知道耶穌的良善？
- 在摩爾門的一生中，尼腓人的社會裡有哪些情況存在？（見摩爾門書1：19；2：1，8，10，18）儘管我們像摩爾門一樣生活在相當邪惡的時代，我們能做哪些事來保持信心和個人的正義？
- 摩爾門說當他的人民在戰爭中擊敗拉曼人時，「他們不明白是主保全了他們」（摩爾門書3：3）。爲什麼認清我們所獲得的祝福皆是從主而來是一件很重要的事？

第43課

- 研讀摩爾門書5：17-18。就哪些方面而言，不跟隨救主的人民就「像……沒有帆，沒有錨……〔的〕船」一樣？福音對你而言如何像帆和錨？

家庭討論建議

全家人一起研讀摩爾門書1：13-14和2：18。然後研讀摩爾門書1：15和2：19。強調即使在我們受邪惡包圍時，我們仍能知道主的仁慈。我們若像摩爾門一樣努力跟隨主，並忠於我們對福音的見證，就能從「在末日必被高舉」（摩爾門書2：19）的知識中找到希望。

「我對你們講話，就當你們是在我眼前一樣」

第44課

摩爾門書第7~9章

研讀摩爾門書第7~9章，切記這幾章所教導的都是直接針對生活在末世時代的人。

- 關於摩爾門經問世時這世上的狀況，摩羅乃作了什麼預言？（見摩爾門書8：26-33）摩羅乃為什麼能夠如此清楚地預言末世時代的事情？（見摩爾門書8：34-35）
- 摩羅乃說了哪些關於末世時代驕傲情形的事情？（見摩爾門書8：35-41）
- 摩羅乃說在末世時有些人會相信主「一位不是奇蹟之神的神」（摩爾門書9：10）。若有人告訴你，主不

是一位奇蹟之神，你會如何回答？你可以適當地分享哪些經驗，來見證主是一位奇蹟之神嗎？

家庭討論建議

全家人一起研讀摩羅乃書8：34-35，然後請每個人寫一封信給未來的家人（如子女，孫子女，姪兒或姪女），「就像〔那些家人〕在面前」一樣。建議在這些信的內容中要包含忠告，好協助未來的家人無懼於所面對的挑戰去過福音的生活。你也可以建議將這些信保存在安全的地方，例如放在日記本中，使這些信在將來的某個時期能被讀到。

「從來沒有人像你這般相信我」

第45課

以帖書第1~6章

- 雅列的哥哥求問如何讓船中有光時，主如何回答？（見以帖書2：23-25）為什麼除了向主求援之外，我們自己全力以赴也很重要？
- 主在向雅列的哥哥顯現祂自己之前，問了什麼問題？（見以帖書3：11）雅列的哥哥的回答如何表現出他的信心？（見以帖書3：12）你該如何效法他的榜樣？

家庭討論建議

一起研讀以帖書6：1-12。運用以下的問題來協助家人看出雅列人前往應

許地的旅程和我們人生的旅程之間的相似處：

- 主使船中的石子「在黑暗中發光」（以帖書6：3）。主為我們準備了什麼樣的「光」？
- 雅列人在盡力為他們的旅程做好準備後，又做了什麼事？（見以帖書6：4）你如何向主表明同樣的信賴？
- 雅列人順著風向前航行，他們從白天到黑夜都做些什麼事情？（見以帖書6：8-9）我們能以哪些方式讚美主？

- 雅列人抵達應許地後做了什麼事情？（見以帖書 6：12）在哪些方面

而言，這和我們回到天父身邊的情形相似？

「憑著信心，一切都能實現」

第46課

以帖書第7～15章

- 以太如何形容相信神的人？（見以帖書 12：4）信心和希望如何能成為你的碇錨？有哪些例子顯示出信心能成就榮耀神的好工作？
- 摩羅乃如何為信心下定義？（見以帖書 12：6）你認為我們「信心受到考驗之前，〔我們〕不能獲得見證」是什麼意思？考驗曾以哪些方式增強並堅定你的信心？
- 主曾教導，如果我們謙抑自己並對祂有信心，祂「使軟弱的東西變成堅強」（以帖書 12：27）。這應許

如何在經文、在你或他人的生活中實現？

家庭討論建議

當海倫·斯密準備前往卡太基監獄——他和先知約瑟·斯密後來被謀殺的地點時，他讀了以帖書 12：36-38，並將那頁摺了起來（教約 135：4-5）。請家人研讀這幾節經文。

- 這幾節經文提供了什麼樣的安慰？哪些經文曾經鞏固或安慰過你？

「保守他們在正道上」

第47課

摩羅乃書第1～6章

- 為什麼摩羅乃書第2～5章對我們這個時代很重要？你看到相同的教儀在教會中不同的福音期出現後，如何使你更加獲得鞏固？
- 我們透過聖餐立下了什麼誓約？（見摩羅乃書 4：3；5：2）我們因而得到什麼應許？你虔敬並配稱地領受聖餐時，有何感受？
- 人們受洗並接受聖靈的恩賜之後，「他們就被算在基督教會的人中；他們的名字被記錄下來」（摩羅乃書 6：4）。他們的名字為什麼會被記錄下來？（見摩羅乃書 6：4）你

能以哪些方式奉獻教會，使資深的成員和新成員都「被記得並用神美好的話滋養」？

家庭討論建議

若家人是新歸信者，可以討論他們加入教會的情形怎樣。讓家人談談他們加入教會後喜歡的事情，以及他們加入教會時所面對的挑戰。若家人是資深的教會成員，請他們談談假如他們第一次來到教會，他們會有什麼樣的感受。

請一位家人讀出以下戈登·興格萊會長所提出的忠告：

「由於歸信者的數目以前所未有的速度增加，因此我們也必需在他們找尋他們的方向時，提供更多實質的幫助。他們每一位都需要三件事情：朋友、責任和用『神美好的話』（摩羅乃書

6：4）滋養著」（1997年7月，聖徒之聲，第56頁）。

- 我們該如何奉行這項忠告？

「歸向基督」

摩羅乃書第7~8章；第10章

摩羅乃書第7~8章包含摩羅乃的父親摩爾門的教導。摩羅乃書第10章包含了摩羅乃所寫下的最後見證。

- 摩爾門稱本教會的成員為「基督和平的信徒」（摩羅乃書7：3）。摩爾門是以什麼為根據來作此判斷？（見摩羅乃書7：4-5）我們要如何才能成為「基督和平的信徒」？

摩羅乃用「勸告……的話」來結束他的記錄（摩羅乃書10：2）。「勸告」這個字表示強烈地建議或敦促。研讀摩羅乃書第10章時，你可以每次一看到「勸告」這個字就將它劃記起來。沉思本章中摩羅乃的勸告之意義和重要性。

- 摩羅乃教導了哪些屬靈的恩賜？（見摩羅乃書10：8-19）

第48課

- 摩羅乃的勸告「歸向基督」如何反映了摩爾門經的全部信息？（摩羅乃書10：30，32）本年度摩爾門經的研讀課程在哪些方面幫助了你歸向基督？

家庭討論建議

分享你對摩爾門經的見證，並請家人也這麼做。然後讀出泰福·彭蔭會長以下的話：

「目前主日學及福音進修班每四年上一次摩爾門經，但教會成員個人及家庭的研讀計畫絕不可採用這種四年一次的方式，我們每天都要研讀摩爾門經，這本書使人『遵循其中的教訓，比遵循任何其他的書更能接近神』（教會史4：461）」（1989年1月，聖徒之聲，第3頁）。

鼓勵家人繼續研讀摩爾門經，並與他人分享此書。

耶穌基督
後期聖徒教會

CHINESE



4

02356 84265

3

35684 265