



達林·鄔克司會長  
總會會長團第一諮理

# 認識你的家族

**家**譜是從認識你自己的祖先開始，他們是真實人物，你的先人，也是家族中的成員。我們必須印證給我們的祖先，才能在來生與他們同住。

當你認識自己的祖先時，你會：

- 感覺更快樂、更有自信。
- 不會感覺這麼孤單。
- 瞭解在天父眼中每個人都是非常寶貴的。

以下是你能擁有這些祝福的三個方法：

1. 找出你的祖先是誰。
2. 搜集他們的故事，然後一次又一次地與人分享！
3. 把祖先的名字送到聖殿，讓他們與你的家族連結在一起。可以為他們執行洗禮和其他教儀，像是將他們與你的家人永遠印證在一起。

我的母親，絲黛拉·鄔克司，在我們所有的孫子女出生前就過世了。因此，我和鄔克司姊妹辦了一場「絲黛拉派對」來幫助孫子女認識她，家族成員也寫了一本關於我母親和父親的書。你也可以多認識自己的祖先，他們會給你力量，並指引你的人生。●

改編自2018年尋根科技家庭探索日的一篇演講。

