



阿爾瑪書第5~7章

6月1-7日

阿爾瑪所提的問題如何幫助我們在靈性上成長？

我現在做得如何？

阿爾瑪向柴雷罕拉地人民提出36個問題，幫助他們評估自己靈性進步的程度。十二使徒定額組代理會長羅素·培勒會長說明靈性成長的自我評估能對我們有所幫助。他說：「在作這個與自己的面談，我喜歡閱讀和沉思阿爾瑪書第五章那些發人深省的話，作為引導。」¹

我需要作哪些改變？

研讀阿爾瑪書5：7-13時，找出阿爾瑪教導我們能如何改變，並且更接近基督。想一想你有哪些地方可以改變，然後訂定行動計畫。

主曾經如何祝福我？

阿爾瑪也邀請人民牢記主如何救出他們的祖先，並且回想自己歸信的經過。不妨寫下你自己歸信的故事，來記住主曾經如何祝福了你。你也可以閱讀自己祖先或教會早期成員歸信的故事。

「如果每一位後期聖徒都知道自己祖先的歸信故事，那將是多麼美好啊。……如果我們知道我們祖先的信心與犧牲如何帶領他們加入主的教會，我們每個人都會蒙受極大的祝福。」²

註：

1. 羅素·培勒，「回去和接受」，2017年5月，利阿賀拿，第64頁。
2. 威廉·渥克，「過著忠於信仰的生活」，2014年5月，利阿賀拿，第97，99頁。