

合一原則



使擁有同性吸引經驗且相信耶穌基督復興福音的後期聖徒們從中尋得相容之處的指南

天博·哈沃德、傑夫·班尼恩和吉姆·莫克

曾來加譯

著作權 © 2021 天寶·哈沃德 (Tember Harward)

版權所有。

禁止任何重製、複製或改寫本手冊的字句作商業使用。本文件的重製與利用，不可為經常性與商業性，且須於每項出版品附上此聲明，並獲得作者的書面同意。

中文版本

合一原則



使擁有同性吸引經驗且相信耶穌基督復興福音的後期聖徒們從中尋得相容之處的指南

目錄

作者的話	v
致謝	vii
序言	viii
應用指引	ix
免責聲明	x
合一原則.....	xi
原則1：希望	1
原則2：承諾	5
原則3：身分	8
原則4：接受	12
原則5：等候	17
原則6：求助	21
原則7：貞潔	25
原則8：原諒	30
原則9：服務	35
原則10：獻祭	39
關於作者	44

作者的話

身為一位耶穌基督後期聖徒教會的新歸信者，我已承諾要將自己的生命與意志獻給主耶穌基督；然而，我仍面臨巨大的挑戰，那就是「持續發生在自己身上的同性吸引經驗」與「對主和對祂的福音的信心」這兩者之間的相融。

我雖然愛主，也真誠地想跟隨祂，卻仍難以在神國中找到容身之地，也難以看出自己在祂的計畫中所屬之處。為了獲得幫助，我試著參加戒癮計畫（教會取自嗜酒者互誡協會改編而來的12個步驟），這確實很成功地教導我悔改的步驟，但是，它從未提及我該如何管理或因應我的同性吸引。正如我們對於教會官方立場的了解，僅有經歷「吸引本身並不是一種罪；」惟有從事該吸引的行為才是有罪的，那已經逾越了主所制定的界線。因此，戒癮計畫的12個步驟無法解決同性吸引與信心，這兩者使我面臨的困擾與擔憂。

我渴望教會官方的資源，特別是針對「如何使我的信心與同性吸引相融」這方面的幫助。但一直以來，此類的資源一向欠缺。「要是能有像戒癮計畫那樣的出版物，用後期聖徒的觀點，針對同性吸引做探討，那該有多好！」我如此希望著。藉著該夢想，產生出創造這本手冊的想法，它象徵著我為自己拚命尋求更多、更足夠的幫助與支持。我希望後期聖徒們，尤其是那些住在發展中國家的，能夠享有我當初加入教會時，所沒有的資源。如此一來，他們就不需要拚了命地尋求幫助。

我希望他們能夠有一個以福音為中心、具啟發性的指引，在和諧之路上幫助他們。

這本手冊旨在幫助全世界具有同性吸引的成員，使他們獲得所需的資源，以便能找到希望，也能在主的計畫中感受自己所扮演之角色的重要性。如此就能過上快樂的生活，在神國中服務。我希望每一位成員皆能運用其中的指導，幫助自己過上一個更充實、更加聖化的人生。不論是對主耶穌基督的信心還是作為祂的門徒身份，皆能被豐滿與提升。

— 天博·哈沃德(Tember Harward)



我的個人故事已在各地被做成紀錄，所以我在此不會重述那些事。在此需提出的是，我個人的信心之路與門徒身份皆蒙受祝福。那些祝福來自於親愛的導師以及能夠幫助我看見自身潛能並做出改變的資源。

我們生活在教會對此類主題更開放的時代。我們現在有很多具啟發性的演講以及資源，這些都教導我們為何須要遵守貞潔律法。然而，一直以來卻沒有東西教導「如何」遵守。我謙卑並真切地祈求，這份文件能補足上述的缺漏。

— 傑夫·班尼恩(Jeff Bennion)



身為一位有同性吸引的耶穌基督後期聖徒教會成員，我確實數次體驗想要放棄的感覺。我在滿是殊異感與隔閡的環境中長大，甚至在今日亦然如此。我也屢經那種負擔過大而難以承受的時刻，甚至不解為何神要使我承受這些事。對我們許多人而言，這真是左右為難：一邊是摒棄教會，終身在罪惡中打滾；一邊則是終身處在不真實且孤獨的環境中。而我們從世人那裡獲得的資訊更是火上加油！

儘管有這些挑戰，我仍知道神給予我力量來克服，而且你也會獲得相同的力量。祂祝福我，賜予所需的工具來完成祂對我的要求。那些美好的工具包含經文、教會領袖的訊息以及對竭盡心力持守聖約之人的同志之愛。尤其，以後者最為重要。這不是一項個人所面臨的挑戰。我自己曾有幸在類似的環境中從他人得到力量。我知道，只要你們為此相同的目的聚集，你也能蒙福獲得所需的力量。

正如基督教導我們：「因為無論在哪裡，有兩三個人奉我的名聚會，那裡就有我在他們中間。」

— 吉姆·莫克 (Jim Mock)

致謝

我們要向所有以各種方式貢獻其時間、才能與心力，
協助本事工與服務之人至最真心誠意的感謝。
我們深深地感激你們的犧牲。謝謝你們回應夫子的召喚：
「援助軟弱的人，扶起垂下的手，堅固無力的膝。」

我們愛你。

序言

神為我們的生命賜予幸福計畫。經文告訴我們：「成了世人，才能有快樂。」¹這是該計畫的目的，需透過跟隨耶穌基督及遵循福音原則的生活來達成。然而，在人生在世，總有些經驗與困難，它們會干擾、甚至與幸福計畫互相矛盾。其中一個最令人感到痛苦且困惑的經驗莫過於同性吸引。

不論是摩西時期的以色列人們、早期或是此福音期的後期聖徒們，當中都有人有過同性吸引的經驗。那些經驗與教會裏的活動會對他們造成衝擊。但是，經文卻沒有明確的案例教導他們如何面對。這似乎缺乏了明確的方向，促使許多有同性吸引狀況的聖徒們感到被邊緣化及被孤立，最終導致他們否定教會。

十二使徒定額組的羅素培勒會長談到：「我們需要聆聽並了解我們當中有多元的性傾向及性別認同之弟兄姊妹們的感受和經驗。確實，我們必須做的比之前更好，好使他們感到擁有一個靈性之家——一個富滿弟兄姊妹的愛以及他們可以崇拜並侍奉主的地方。」²手冊中所闡述的原則是給每位面臨同性吸引的後期聖徒提供方法與見解，使他們能夠在身為門徒的道路上得到幫助。

這本手冊是使擁有同性吸引經驗且相信耶穌基督復興福音的後期聖徒們從中

尋得相容之處的指南。此指南收錄許多經歷，以此編纂而成。箇中不僅包含具有同性吸引聖徒們的經驗，也包含諮商師與治療師的建議。他們皆持有牌照且專精於該領域。本手冊不會多提同性吸引經驗的細節，因為那是需要透過祈禱、禁食與能對症下藥的專業人士來獲得正確的幫助。本手冊著重於提供每位有同性吸引經驗的後期聖徒尋得相融之處的指示。

我們祈求，當你為前途努力時，從中找到喜樂、平安與正在尋求的人生指引。願本手冊的所有原則能在人生道路上助你一臂之力！「不管你的處境如何、有什麼樣的個人歷史，或是你的見證堅強與否，本教會都有你的一席之地。來加入我們吧！」³你屬於這個教會，你在神的計畫及救恩工作中扮演重要的角色，當你倚靠救主耶穌基督並接受祂的恩典，祂將成為你在這條道路上的經常伴侶。

¹ 尼腓二書 2：25

² 百翰·楊大學演講(2017/11/14)

³ 迪特·鄔希鐸；來加入我們吧 2013

應用指引

合一原則手冊是一本幫助有同性吸引經驗且相信耶穌基督復興福音的後期聖徒們從中尋得相容之處的指南。它提供一系列的原則，皆取自全球擁有同性吸引成員們的經歷。借助聖靈的影響，這些原則顯然能幫助這些成員們於人生旅途中，找到他們同性吸引的經歷與對主的信仰當中的相容之處。

這些原則依參與者認為適合的順序來使用，任何順序都可以。並不是所有原則都運用一遍就會成功。雖然每項原則可能會為關鍵的進步帶來機會，但並不是每項原則都必須被應用。需要被應用的原則完全取決於參與者的決定以及靈感。最終，當參與者從聖靈尋求啟示時，聖靈將會引導參與者明白在他/她成長和進步時最需要的原則。

儘管這些原則已經幫助許多人在他們個人的人生旅途中找到相容之地，但是仍無法治癒參與者們在同性吸引中不想要的感覺。大部分應用這些原則的人會持續在他們的一生中經歷同性吸引，但是這將無法限制他們享受主完整的祝福以及與其他成員們交誼的能力。

有些祝福在我們尋求後及時被應許；有些在殷勤地祈禱與禁食後來到；有些則需要犧牲和耐心的加持才能實現；更有些祝福不在今生得到，而是來生。然而，這些原則將會帶給你極大的平安、和

諧和與我們的救主耶穌基督更深一層的關係。最終的目標是變得更像祂。「認識你獨一的真神、並且認識你所差來的耶穌基督、這就是永生。」¹

¹ 約翰福音 17：3

免責聲明

合一原則手冊並不擁護、鼓勵或支持那些俗稱「宗教療法」有關或所使用的練習或方法。對於那些為了迫使人們改變性別或性取向，而以任何「治療」或「諮商」的形式，製造個人心理或身理上傷害的行為，我們予以強烈的譴責。這些原則的目的不在於治好任何人不想要的感覺或同性吸引，也不是用來把同性戀者變成異性戀者。本手冊的目的不是要取代或提供治療或是諮商，那些只能透過專業且有牌照的心理健康專家來獲得。

我們信，所以人類都從慈愛的天上父母那裡獲得選擇權，有能力為自己選擇所嚮往的生活。根據這項教導，我們支持個人自治，為自己選擇想過的人生。本手冊旨在提供一般性的指導，專為那些基於自由意志，為自己的人生選擇跟隨耶穌基督並遵守祂福音計畫的人們。如果人們不願意，我們也不會強迫任何人根據基督的教導來生活

合一原則

1. 希望

了解你同性吸引的狀況並盼望神所為你預備的未來。

2. 承諾

承諾忠於主和你的聖約。

3. 身分

培養對自我身份以及與天上父母之關係的正確認知。

4. 接受

接受你的經驗，摒棄一切羞愧與罪惡感。

5. 等候

等候主的應許及信任祂的時間。

6. 求助

向他人尋求幫助、愛與支持。

7. 貞潔

過著純潔、親密的生活。

8. 原諒

原諒那些錯待你的人們。

9. 服務

運用你的恩賜及才能去服務那些需要的人。

10. 獻祭

在主的祭壇前獻上你所有的痛苦與渴望。

原則 1

希望

關鍵原則： 了解你同性吸引的狀況並盼望神所為你預備的未來。

「我是同性戀。」這樣的認知及背後的意義不斷地以困惑、恐懼、憂傷打擊我們。由於無法立刻看出一切由此而來的結局，在仔細思索我們對於同性吸引的理解時，對我們許多人來說，未來似乎充滿許多不確定。

逃避這種感覺多年，也曾試圖欺騙自己：「這樣的吸引並非所想的那樣！」我們無法再隱藏事實了！從小，我們知道我們與同性別的同儕們不一樣。我們之中有許多人對這種感覺嚴重地感到不適，甚至到了反感的地步。以至於對他人甚至是我們自己隱藏這種感覺。最終，當我們無法再逃避、隱藏或忽略這種感覺時，我們承認它真正的樣貌：同性戀。雖然這個專有名詞可能與我們最初的理解不同，但我們最終皆以某種方式承認自己經歷同性吸引。

愈去想這個新事實，似乎有愈多的疑問與焦慮湧進我們的內心並增長我們的恐懼。我們當中有許多人不解這將對未來造成什麼影響。我們對婚姻、孩子及教會活動的期盼似乎在我們眼前消逝殆盡。有些人會問：「我造了什麼孽使我變成現在的樣子？身為一個同性戀，在教會中我如何適從？如果我告訴我的家人，他們會恨我嗎？如果教會的領袖們知道，他們會開除我的教籍嗎？」

這些困惑、疑慮、恐懼導致我們當中有些人對於未來失去希望。一位姊妹提到：「這就好像我的全世界。假如約會、於聖殿結婚與擁有孩子等等的夢想都化為烏有，那我還能找到幸福嗎？」

這種不幸使這些感覺更加刻骨（告訴我們，不會得到快樂，也不會在教會中被接納），也就產生了絕望。一位面臨此類情況的弟兄說：「我感覺我唯一的出路是『出櫃』並離開教會，在個世界中找到幸福。我若不冒著被家庭和教會團體排擠和疏離的風險，就得在教會中孤獨終生。我感覺我被侷限在一個我自己無法控制的淒涼景況當中。」

撒旦不僅有辦法也會利用我們的不確定與恐懼感來使我們絕望。他說我們別無選擇，必須臣服於我們不想要的情況並輕言放棄。最終，情緒的重擔會讓一些人無法忍受。此時，他悄悄地告訴我們，最好的方法就是結束自己的生命。然而，這些事沒有一丁點是對的。撒但是個騙子。希望永在，喜樂與幸福的機會長存。

正當彼得在大海上小心翼翼地走向耶穌時，他看見身旁的狂風暴雨。當他專注於周圍險惡的波濤時，立馬被恐懼掌握並開始下沉。我們不知道當彼得下沉時，他的心裡在想什麼，但他很可能在那瞬間感受排山倒海而來的絕望，就像先前許多

其他的漁夫在此片海域所遭遇的情況一樣。是的，他不願屈服於糟糕的命運—也就是他所不能掌控的情況，於是開始死命地向耶穌呼求，請耶穌將他從瀕死中救出。救主立即伸手把彼得從水中拉出，帶他回到安全的船上。

彼得歷經了一次奇蹟。那一刻，當他的眼睛專注於耶穌的邀請，他能走在水上。但是，當他的目光離開救主並專注於狂暴的海浪，懷疑戰勝他的信心，神的支持力量消逝無蹤。正如彼得的下沉，我們對於同性吸引的理解似乎像駭浪般對我們的希望以及未來的幸福構成威脅。它使懷疑、恐懼和不確定性佔據了我們的內心。我們曾感受過的信心與自信消逝而去，使我們獨自面對陰暗的未來；是的，正如彼得，我們能盼望耶穌及祂拯救的力量。

耶穌不會拋棄我們。只要我們將目光專注於祂，就能擁有祂的恩典，使我們屹立於生命中宛如駭浪的不確定與深淵。有時，我們難免跌倒，難免沉入海中，甚至直達深處。但是，希望永在！如果我們呼求救主—耶穌基督，祂將立即伸出手來拯救我們。我們可以仰賴祂對我們永無止盡的愛。因為這份愛，當我們對祂展現信心與希望時，祂將幫助我們度過難關。

我們沒有辦法知道未來所有的事，有太多的不確定與痛苦的試驗等著我們去承受。但是，正如彼得，我們可以盼望基督及祂無可限量的力量；我們可以盼望祂會守護我們未來的幸福。只要我們將對祂的希望與信心化為行動，祂會將喜樂帶進我們的生活，發展意想不到的機會。只要

我們仰賴救主，我們就常有希望。「但願使人有盼望的神，因信將諸般的喜樂、平安充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力大有盼望。」¹

* * *

應用的建議

- 與一位朋友或家人分享你的挑戰是如何祝福並改善你的生活。
- 找出面臨不同挑戰的人，支持並給他希望。當你看出每個挑戰的獨特之處時，試著想想這些挑戰如何成為你的祝福。
- 找一名你敬佩的朋友或是導師，請他分享他如何在感到絕望或沮喪時，培養及維持希望。
- 沉思並在日記中寫下耶穌基督及祂的福音如何給你希望。可以寫下過去任何的經驗，即便那與同性吸引無關也無妨。在和你的一位朋友分享之後，行動並與導師討論。

* * *

研讀的建議

- 在尼腓一書3：7中研究尼腓的話。記錄您對如何在完成艱鉅任務中表現出勇氣

¹ 羅馬書15:13

的想法。

- 謹慎閱讀尼爾·麥士維(Neal A. Maxwell)在1994年10月總會大會上的演講「希望的光輝」(Brightness of Hope)，沉思「短暫希望」與「永恆希望」有何不同，並寫下一些短暫希望的例子以及你希望將永恆希望聚焦的地方。

- 研究尼腓和他的兄弟們試圖獲得1 尼腓 4 中的黃銅板的方法。尼腓的方法與他的兄弟們有什麼不同？您認為您如何建立信心以實現看似不可能的目標？

- 自2015年4月起，學習L Whitney Clayton老人的演講「選擇相信」。您能從Sailor的故事中學到什麼，即使在不確定的情況下，他們也要忠於耶和華。

原則 2

承諾

關鍵原則： 承諾忠於主和你的聖約。

在承認並理解過去所經歷的同性吸引後，我們將大大地改變對餘生的看法。我們很多人會感到恐懼、焦慮與困惑，因為不知道此經驗會對於我們未來的情感關係、結婚能力，甚至對救主耶穌基督與他福音的信心有何影響；我們很多人懷疑他們的信仰，也懷疑在教會中所扮演的角色（假如有的話）；我們很多人更想知道要如何對福音保持忠信，因為同性吸引似乎會否定神給他們的計劃。就像一位十分苦惱的弟兄說的：「我感覺通往高榮國度的每扇門都將我緊密地鎖在外面！」

使徒保羅告訴古時候的哥林多人：「我們如今彷彿對著鏡子觀看，模糊不清，到那時就要面對面了。我如今所知道的有限，到那時就全知道，如同主知道我一樣。」¹

生命中，有些事情直到我們升天之際仍不明朗，也無法解決。如今，我們只看得見事情的表面。但是，只要我們勤奮並保持忠信，有限的理解終將化為知識。我們將清楚地看見計畫中所扮演的角色，並了解如何完美地勝任它。

我們有時會迷失、感到毫無希望，看不見前途的方向。但是，讓我們以尼腓的話來鼓起勇氣：「我會去做主所命令的事，因為我知道，主決不命令人類兒女去做任何事情，除非祂為他們預備道路，來完成祂所命令的事。」²

藉著這個信念，尼腓進入耶路撒冷，「事先一點不知道該做些什麼」³然而，懷著遵守誠命的渴望，加上聖靈的帶領，他奇蹟般地完成對他而言不可能的任務。

正如尼腓獲得信念來完成不可能的偉業，我們也被賦予力量來戰勝當前景況。我們擁有強而有力的靈性經驗和對福音真實性的見證。在許多時後，聖靈會向我們見證神的愛、祂的本質、祂計畫的目的和我們所扮演的重要角色。不論是洗禮、聖餐聚會、祈禱、恩道門、傳教或其他許多的靈性時光，我們皆能感受到這種見證。我們不能忽視已知的真實事情，也不能忽略那些尚未完全了解的事物。我們長期培養的見證仍真實有效，既不會與我們的同性吸引產生矛盾，還能使我們在未來成為更好的門徒。

¹ 哥林多前書13：12

² 尼腓一書3：7

³ 尼腓一書4：6

有些事情在今生無法完全理解，儘管如此，讓我們堅定地忠於聖約吧！這一步，或許感覺不太重要；這一步，或許不明白如何能帶領我們到最終的目的地。然而，我們必須跟隨啟示，慢慢地向前進！神幾乎不會讓我們從起點上看到結局，但是當我們憑著信心前進，「律上加律，令上加令」⁴，主會確使我們達成祂希望我們達成的目標。

只要我們努力對主保持忠信，祂會給予理解力並保證，不論這段路要將我們領至何方，祂都會是我們一路上的嚮導。祂是和平與完全的唯一道路。

* * *

應用的建議

- 列出你過去的靈性經驗。盡量列得詳細些，並記入日誌（記）中，將其安全地保存好。仔細沉思那些經驗，在你有需要時拿來運用，特別是困難的時刻！
- 維持固定祈禱與研讀經文的習慣。
- 每周領受聖餐。
- 常去聖殿。帶祖先們的名字去。如果你結婚了，帶著配偶一起去。
- 尋找能更投入召喚及施助成效的方法。

⁴ 尼腓二書 28：30

* * *

研讀的建議

- 研讀尼腓在尼腓一書3：7的話。寫下你對於如何運用勇氣以達成艱困任務的想法。

- 研讀尼腓一書第四章關於尼腓與他的哥哥們前往取得銅葉片的紀載。尼腓的做事方法與他的哥哥們有何不同？你覺得你要如何建立信心，去達成看似不可能的目標？

原則 3

身分

關鍵原則： 培養對自我身份以及與天上父母之關係的正確認知。

在承認同性吸引後，我們便開始尋找和瞭解它對我們人生的意義。我們有很多問題，也想知道為什麼我們有這樣的吸引。這是後天的所致還是先天的？有任何方法可以讓這種感覺離開嗎？有些人會問自己：「是神讓我變成這樣嗎？我在以福音為中心的家庭被撫養長大，我怎麼會變成這樣？是不是過去犯了什麼罪，才會變成同性戀？」我們費盡心思地透過祈禱和研讀經文來尋求答案。當我們尋找教義時，我們學到的永恆真理，是關於我們自己和與神的關係。

我們知道生命並不始於出生，且非終於死亡。在塵世生活以先，我們與天上的父母親同住，我們確實是祂們的靈體兒女，祂們教導我們幸福計畫。因為想變得像他們一樣，我們渴望獲得祂們的潛能以及經歷過的快樂。在前生，我們學到，如果我們跟隨基督在世上的教導，將化一切可能為真實。

保羅教導羅馬人：「聖靈與我們的心同證我們是神的兒女；既是兒女，便是後嗣，就是神的後嗣，和基督同作後嗣。如果我們和他一同受苦，也必和他一同得

榮耀。」¹再者，主在此福音期透過先知約瑟斯密，提到有關忠於並遵守祂律法的人，祂說：「然後他們將成為神，因為他們沒有終止；所以他們將從永遠到永遠，因為他們繼續；然後他們將在一切之上，因為一切事物都服從他們。然後他們將成為眾神，因為他們有一切能力…。」²

簡單來說，如果我們盡全力來遵守誠命，我們可以成為神，就像我們在天上的父母一樣。這是祂們要賜我們的，為了使我們享有祂們所享有的生命。

神起初創造我們時，祂稱所造之物為「非常好」。人雖非聖賢，但人之初，性本善。完美源於基督，並使我們成為像天上父母一樣。因此，祂們賜給我們機會，在世上獲得骨肉身體並從萬惡中習得良善；祂們賜給我們特定的天賦與才能，有助於培養基督般的品格，好讓我們成為神；祂們也賜給我們特定的挑戰和經驗，用來培養才能和品格，使我們能為救恩事工盡一份力；祂們也允許我們經歷 特定的挑戰和考驗，藉此使我們發展天賦、才能與品格。

¹ 羅馬書8：16~17

² 教義和聖約132：20

雖然教會官方對於同性吸引的原因「不持任何立場」³（也就是說同性吸引是先天還是後天造成的，我們並不知道）這是神允許我們在這墜落的世界中能獲得的經驗之一。雖然這只是塵世經驗的一部分，但透過該經驗，我們可以發展出幫助救恩事工所需要的特質或品格，並幫助我們準備好返回天家。

「我們所受的任何痛苦、所經歷的考驗都不會被浪費掉。它有助於我們的教育，也發展像是耐心、信心、毅力和謙遜這類的特質。我們所遭遇、所忍受的一切，特別是當我們耐心地忍受、修身養性、淨化內心、擴展靈魂，使自我更加溫柔良善後，我們更配稱地被稱為神的兒女.....透過悲傷和痛苦，辛勞與磨難，我們獲得此生必學之事，而這將使我們與天上的父母更加相像。」⁴

有時後，我們有許多人會偏重並強調自己的某項經驗或特質。這可能是運動、音樂、特定的身體缺陷或美貌、種族或者是，想當然地，同性吸引。我們可能不經意地挑出一種經驗，使之成為所具身分的重點。達林·鄔克司會長教導，最重要的是：「我們每個人都是神的孩子，有邁向永生的目標。其他任何標籤，包括職業、種族、生理特徵或是榮譽，從永恆的角度來看，都是短暫且微不足道的。不要給自己貼標籤，也不要把自己侷限於任何條件，而無法追求你該努力的目標。」⁵

我們都有無限的潛能。有位天上慈愛的父親知道我們成為超升個體（每個人都可以）所需培養的條件。祂知道，經歷同性吸引對我們的發展會是最好的。即便同性吸引在我們所有的經驗中至關重要，然而，就像一系列重要而平等的聲音組成叫響亮的交響樂一樣，同性吸引之於人生歷練，正如交響樂裡的一種聲音而已。當我們保持專注在我們永恆的目的上，並對超生的目標堅定不移，所有的經驗會一同化為我們的助益，以幫助我們變成所要成為的神聖之人。

* * *

應用的建議

- 列一個清單，包含你所有的恩賜、才能已經正向特質。思考你如何運用它們來祝福別人的人生。
- 辨認出你生命中可能為弱點的部分，別沉淪或留戀，找些小方法，讓你可以每次都能進步一點的小方法。
- 列出所有你學過與同性吸引經驗有關的課程，思考主透過那些課程幫助你發展出的才能。

³ <https://news-hk.churchofjesuschrist.org/文章/訪問達林·鄔克司長老和蘭斯·韋曼長老-「同性吸引」>

⁴ 奧森·惠特尼(Orson F. Whitney)長老

⁵ 如何定義你自己，利阿賀拿，2013年6月

* * *

研讀的建議

- 閱讀使徒行傳17：29。根據這節經文的教導，我們與神的關係為何？

- 閱讀羅馬書 8：16~17。根據這段話的教導，我們有什麼潛能？

- 閱讀摩西書1：12~13。撒旦如何嘗試去扭曲摩西的身分？摩西對自我身分的認知如何給他力量來對抗撒旦？

- 列出主在教義和聖約第132章對婚姻與人格描述的要件。若要變得像祂一樣，這些是必要的嗎？

原則 4

接受

關鍵原則：接受你的經驗，摒棄一切羞愧與罪惡感。

對我們某些人而言這很可恥，對某些人而言是難堪，有人則覺得是愧疚。當我們承認自己有同性吸引傾向時，不論當下獲得什麼樣的感受，通常都是負面的。我們將自己的性傾向與負面的刻板印象作連結並將自己標記成社會上俗稱的「同志生活」和「同性戀」。有些人認為，如果有這些感覺，肯定代表著我們很邪惡或是很軟弱。結果，這些想法或感受使我們自己感到沮喪或憤怒。有時，那些情緒會使我們自傷或是責怪上帝加重我們帶給自己的負擔，讓我們無法看到自己在教會或天父計畫的旨意。

許多人嘗試拋開這樣的感覺，認為：「如果耶穌依據人們的信心去醫治他們，如果祂能醫治癱瘓病人及盲人，若我有足夠的信心及正義，難道祂不能帶走我的同性戀慾望嗎？」許多人覺得自己有如使徒保羅被荊棘包圍，「三次請求主，叫這刺遠離他」，因此我們有些人開始努力祈求能遠離同性戀束縛，並且尋求醫治與療癒，希望最後能像其他異性戀同儕一樣被視為「正常」。我們努力遵守誡命、更努力祈禱、更勤奮地研讀經文也服從地服務。我們某些人甚至在聖殿中締結永恆婚姻。我們不斷與神交易，希望祂能依照信心和行動來移除我們的同性吸引感覺。有

時候，這些感覺會變得不重要了！似乎有段時間神正在終結這場難以言喻的交易。但之後，不論我們多麼努力，那種感覺或挫敗感又再次席捲而來。我們覺得被神背叛，因為神沒有如我們預期般帶走這樣的感覺。如同使徒保羅一樣，不論我們多少次請求主使同性吸引的感覺遠離我們，但那樣的感覺依然存在，甚至可能使我們比以往更加痛苦。

可以理解的是，當我們沒有得著所期盼的「醫治」時，許多人會經歷失望與挫折的衝擊。不論如何，我們意識到這樣的吸引力似乎永遠不會在今生遠離。

使徒保羅不斷地祈禱，希望他的軟弱被帶走，神給予他一個慈愛而有力的回應：「我的恩典夠你用，因我的能力是在人的軟弱顯得完全。」¹。雖然同性吸引可以被有些人看作是一種「軟弱」—因為它是我們在今生結婚與繁衍後代的阻礙—與一般認知不同的是，軟弱並非錯誤或邪惡，也不代表我們破碎或毫無價值。軟弱只是我們今生必須經歷的課題。事實上，軟弱是我們慈悲的天父賜予人們的祝福，如同神在西乃山上對摩西所說：「誰造人的口呢？誰使人口啞、耳聾、目明、眼瞎呢？豈不是我一耶和華嗎？」²。說到生來而瞎

¹ 哥林多後書 12：9

² 出埃及記 4：11

眼的人，耶穌同樣教導這不是那人的罪過，也不是父母造成的過錯。神在祂的慈悲及無限的智慧裡，允許我們經歷自己的軟弱，並在我們身上顯出祂的作為³。這些是神所允許的，並非咒詛，使祂的大能在我們身上得以顯現。因此，如果我們接受祂，祂最終會將不理想的情況轉變成無比的祝福。

正如主對先知以帖的教導：「神賦予我們軟弱是要使我們謙卑，祂的恩典對於在祂面前謙抑自己是充分的，因為如果我們在神面前謙抑自己，並對神有信心，祂必使軟弱變為剛強。」⁴。軟弱生謙卑，使神高舉我們，並且在我們身上行奇妙的工。

藉由明白此道理，保羅欣喜地呼喊道：「我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。我為基督的緣故，就以軟弱、凌辱、急難、逼迫、困苦為可喜樂的；因我甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了。」⁵保羅不再尋求解脫他所面臨的問題，而是接受，視其為一個榮耀神的機會，使他的生命能有神的大能，並從中變得更加剛強。

同性吸引的經驗也許使我們感覺充滿挑戰、沮喪或困惑。但是，了解到神能夠幫助我們變得剛強，藉著我們展現祂的大能，另我們倍感安慰。同性吸引不必成為我們的負擔或羞恥，因為無人犯錯。這

項挑戰也許會使我們感到軟弱或困惑，但我們可以記住，神喜愛透過弱小和單純的人將祂圓滿的福音傳遍世界各角落⁶，且樂於推崇在正義和真理中事奉祂到底的人。⁷神要使這些經驗成為進步的來源，好使祂將我們聖化為本該成為的樣子。當我們接納同性吸引成為一項祝福，並且仰賴神的無限恩典時，祂將會在我們的生命行奇妙神蹟。能蒙受允許在金生擁有這種考驗，是何等尊榮！願我們在這趟旅途中能找到喜樂，像保羅那樣在經驗中得到榮耀，讓神的大能運行在我們身上。

生命的旅途中可能滿是誘惑。當我們成功地接受同性吸引為一生中不可抹滅的部分時，可能會使我們走向另一個極端——驕傲取代了羞恥感。兩者皆是種限制，也都使我們與神分離。羞恥說我們不配得到寬恕，驕傲說我們不需要被寬恕。羞恥及驕傲都會將我們置於基督轉化及治癒內心的能力之外。兩者皆不穩定且會使我們在不健康的極端之中來回擺盪。



³ 約翰福音 9：3

⁴ 以帖書 12：27

⁵ 哥林多後書 12：10

⁶ 教義和聖約 1：23

⁷ 教義和聖約 76：5

* * *

取而代之的是，我們應該致力於神性的謙卑。這樣的謙卑讓我們為面臨的一切處境感恩，幫助我們明白，即便無法了解為什麼會面臨如此的挑戰，但背後的目的遠遠超過我們所想。因為謙卑的感恩，我們可以看出同性吸引的經驗既不是一項詛咒，也不是一種使我們高人一等的事。在感恩及謙卑中了解到，這樣的經驗不光是為了個人的救恩，更是為了帶給他人祝福，好使神的作為在我們身上顯現出來。⁸

因為這樣的謙卑，我們從「為什麼是我？」或「注意我！」轉換為「我要如何成為神手中的工具好為神的國度帶來榮耀？」我們發現只要這麼做，我們所有的痛苦會被聖化，為自己與他人帶來好處。發展神性的謙卑，會幫助我們適當地接納自己，而不是過度認同自己的同性吸引，使同性吸引比其他的經驗和特質重要。對大部分的人而言，這會持續一生，但不是我們的全部。對某些人而言，同性吸引的自我認同會影響到他們的藝術品味、政治信仰及社交圈。你的同性吸引雖然使個人的塵世經驗十分獨特，但不該讓這個事實取代你在自我認同方面最重要的部分—即身為神的充滿才華的孩子及基督門徒的身份。最後，我們謙卑地接納我們的經驗，使之成為榮耀神及施助他人的方式。

應用的建議

· 接受的一個關鍵方面是擺脫我們的自尊心，謙卑地接受上帝對我們生命的旨意，超越我們自己的意願，慾望或理解。當我們認為自己比生命更了解上帝時，比上帝更了解，而不是讓上帝指引我們的道路，而是讓我們的自尊心決定我們的生活。尋求不斷謙卑地服從他的意志的是一個叫做“溫柔”的屬性。這是驕傲的對立面。當我們努力過著溫柔的生活時，我們認識到上帝對我們的生活有一個更大的計劃，而不是我們目前可能理解的計劃，並且我們進行了自覺，勤奮的努力，使自己投降於他的旨意。由於我們中的許多人可能希望與同性別的人建立浪漫關係或性關係，因此我們的自尊心可能會試圖說服我們這是我們的正確道路。考慮一下您如何溫柔地選擇接受您生命中上帝的旨意。在經歷同性吸引的同時如何過著溫柔的生活？

* * *

研讀的建議

· 閱讀溫蒂·屋爾里希《軟弱不是罪過》(旌旗，2015年4月)，討論你是否曾有任何使你感到羞愧的弱點並一度以為這是一種罪？寫下面對弱點的方法(謙卑)與面對罪惡的方法(悔改)有何不同。毀滅性的羞恥感來自於你的同性吸引；而

⁸ 約翰福音 9：3

「軟弱中的溫順」則來自於那些非你所擇且非你所錯之事。寫下以上兩者間不同之處。

- Read Ether 12:27. What does God teach us about weakness? How can our weaknesses become strengths?

- Read 2 Corinthians 12: 7-10. What can we learn from Paul' s experience with his “thorn in the flesh” and how we can change our perspective about our same-sex attraction?

原則 5 等候

關鍵原則： 等候主的應許及信任祂的時間。

先知約瑟斯密在利百地遭到五個月不公平的牢獄之災，在極度惡劣的環境裡，他不僅要想辦法生存，更需要背負暴徒強加在其他聖徒們身上的苦難與絕望。神怎麼會准許這種事情發生在祂所揀選的先知身上？又是為什麼神會准許讓祂的教會成員遭受不義的待遇？難道他們沒有努力遵守誠命並事奉祂嗎？祂所應許的祝福與豐饒之地在何方呢？

在同性吸引的旅途中，我們或許會想知道神應許的祝福在哪裡。看著周遭的親朋好友進入親密的關係中、享受著約會與體會聖殿印證時的興奮，以及在親子關係中感到喜悅，許多人也深切渴望著像他們一樣在婚姻及育兒中體會快樂。我們嚮往成立家，殊不知那些祝福能否實現。由於我們多數人對於異性毫無浪漫的感覺，更別說能有性吸引。因此，許多人痛苦地領悟到自己可能一生維持單身。

維持單身的生活看似會好一陣子，我們在教會的事工中感到快樂，我們熱愛我們的召喚，並且熱切地參與救恩的事工。然而，有時仍會感到孤寂。我們熱切地渴望著伴侶關係，期望能將內心最深刻的愛和情緒與某個人分享。是的，當然還

能一起分享親密的性關係。有些人想知道，在人類最重要的基本需求之一——伴侶關係無法被滿足下，要如何度過餘生。有的人可能認為：「既然神說『一個人獨身並不好』，那麼我怎麼能忍受沒有永恆伴侶的生活？」想到我們從未選擇同性吸引，前景似乎太不公平了。

我們有些人雖然已經進入異性戀的婚姻，但仍然無法在關係中感到滿足。我們雖然愛著伴侶，也感受到與伴侶間某種程度的心靈羈絆，卻無法與對方感受到滿足的性關係。我們懷疑過，懷疑是否能在同性關係中感到更快樂。或者，懷疑是否欺騙自己說：「不進入那種同性關係，就能过上更加充實的生活。」有時，那些懷疑會產生讓人難以忍受痛苦與悲傷。

在這些傷痛時分，我們可能像約瑟一樣哭求道：「神啊，您在哪裡？遮蓋您藏身處的天幕在哪裡？祢的手要靜止到幾時？...是的，主啊，(我)要忍受這些冤屈和非法壓迫到幾時，您的心才會對(我)軟化？」¹。我們可以在神對約瑟的回應中得到安慰與希望：「我的孩子，願你的靈魂平安；你的逆境和你的苦難不過是片刻；然後，如果你好好持守，神必提升你到高

¹ 教義和聖約121：1-3

處。」²神接著勸告約瑟：「我的兒啊，你要知道，這一切事情都將給你經驗，對你有益處」。³羅拔·海爾斯長老教導：「憂傷可能持續整個夜晚，但是喜樂會在早晨來臨，然後在信心及理解力增加的黎明，我們起身並選擇等待救主，說道：『願祢的旨意成全』。」⁴

海爾斯長老進一步說明：「那麼等候主是什麼意思？再經文裡，等候一詞的含意是盼望、預備，並且信任。對救主保持盼望與信任需要信心、耐心、謙卑、溫順、長期忍受、遵守誠命並且持守到底。等候主意思是播種下信心的種子且辛勤、耐心地滋養它；像救主祈禱那樣說：『願祢的旨意成全』；這是我們全心全意的祈禱...向耶穌基督祈禱...在內心沉思並接受聖靈，好使我們我們知道當做的事情；對基督堅定不移並且努力向前，懷著完全光明的希望；僅依賴基督的功勞，用祂的恩典協助我們，幫助我們說：主啊，成就您的意思，不要成就我們的。」

「當我們等候主，我們堅定不移地持守誠命，知道我們有一天能從苦難中得想安息，我們經歷過的一切苦難都會成為我們益處。」

同性吸引也許會為我們在今生接受特定祝福帶來阻礙，但我們依然可以在這條路上得到喜樂。我們可以信任我們的天父、祂無限的愛以及祂給信心之人的應許。祂已透過先知應許，沒有任何祝福會

在正義中流失。有一天，我們想擁有美滿家庭及孩子的渴望將會成真。

讓我們以約伯做為模範，他在失去一切後，得到的甚至比原先失去的更多。只要我們等候主，我們將會得到聖約應許的祝福。

* * *

應用的建議

- 我們經常擔心我們會在死亡率上失落的祝福-與我們愛的人，婚姻和子女的戀人建立浪漫關係。上帝已答應我們，如果我們保持忠誠，我們在死亡中被拒絕的任何祝福都會得到補償。尋求發展永恆的觀點。這種永生的經驗只是永恆計劃中的一分鐘。計劃永恆，而不是為了永恆的喜悅。

* * *

研讀的建議

- 請閱讀海爾斯長老的《等候主，願祢的旨意成全》，等候主是什麼意思？
-
-
-

² 教義和聖約121：7-8

³ 教義和聖約 122：7

⁴ 拔·海爾斯長老：等候主，願祢的旨意成全

- 請閱讀雅各書 5: 11，忍耐帶來的祝福是什麼？

- 請閱讀約伯記，我們可以從約伯等候主的榜樣中學習到什麼？

- 請閱讀胡適令長老於2008年10月總會大會上的演講《無論遇到什麼事，都要欣然面對》。閱讀此演講中《補償的原則》這個段落，思考生命中曾有哪些非預期的祝福或機會？胡適令長老應許：「主會補償忠信者的一切損失，愛主的人無論被取走了什麼，主都會用祂的方式予以補償。」您有何見證？

原則 6

求助

關鍵原則：向他人尋求幫助、愛與支持。

多年來，因為害怕，所以向人們隱藏同性吸引。害怕改變，也害怕教會的紀律審判；然而，最令人感到害怕的，是被拒絕。這種害怕使我們當中許多人訴諸兩件事：第一，我們封存了所有的情緒與感覺——只向自己傾訴它們。第二，我們試著靠自己的努力來控制或解決當前的狀況。我們將這些問題深藏於身，使無人能知。我們告訴自己，這是我們與神之間的事，希望在未來，要不這事自己解決，就是我們在他人不知的情況下找出解決辦法。

問題不會消失，也不會自己解決。有時候，我們雖然確實感覺好多了，也有收到來自聖靈的指引，但無人可以面對面交談的經驗使人感到被孤立。比起順其自然，事情看起來只是更劇烈地惡化。孤立感使緊張升高，以壓力、焦慮和(或)憂鬱顯示在我們的身上。對我們某些人來說，這種痛變得難以承受，使我們看不見自盡以外得解脫方法。當達到某種程度的憂鬱時，我們便無法再保持沉默。我們需要傾訴於一位值得信任的人，他必須能理解並支持我們。

我們不須獨負重軛，神也不想我們這麼做。是的，我們有救主耶穌基督為我們同負重軛。祂賜我們恩典來度過難關，但通常那恩典，也就是祂的支持與安慰，附隨於地面上的天使——我們的親朋好友們。賓賽·甘會長說：「神在關注我們。祂看顧著我們。但是，這些通常是透過另一位看見我們需求的人。」¹ 我們已經歷了聖約要「願意承擔彼此的重擔，使重擔減輕；安慰需要安慰的人……」² 神也要我們「... 善盡我指定你的職責；援助軟弱的人，扶起垂下的手，堅固無力的膝。」³ 因此，祂常常利用我們的親朋好友們來回答我們所尋求與渴望的幫助。

所羅門王勸告：「無智謀，民就敗落；謀士多，人便安居。」⁴ 不論那人是誰，我們需要找一個能信任的人，好能傾倒自身的困難。每個人都該想想具下列條件之人，去向其中一人或多人尋求協助：

- 一位朋友或家人，他沒有同性吸引。
- 一位朋友或家人，他具有同性吸引。
- 一位教會領袖。
- 一位靠譜的治療師或諮商家。

¹ 一個小服務行動，1974年12月總會會長團信息

² 摩賽亞書 18：8-9

³ 教義和聖約 81：5

⁴ 箴言 11：14

* * *

雖然向上述的每一位揭露我們的同性吸引是不必要且不妥的，但是，能有至少一位可以吐露情感的知己，會是人生旅途中來自世間的支持。要記住一件重要的事：「每個人都有獨特的觀點與忠告能讓我們運用於自己的生命中。」信仰與性取向之間的調和有如駭浪，而你所吐露心聲的人可以幫助航行其上的你獲得解決方法與療癒。

剛開始尋找求助的對象時，這麼做可能會使你感到威脅。由於人們對這個消息通常不會沒反應，「他們會如何反應」這件事情使人感到不確定。我們會發現，我們的訊息不僅會被接受，而且比自我預期的好很多。對我們許多人而言，一陣解脫迅速克服了我們的焦慮。在躲藏與隱匿恐懼和壓力這麼多年後，我們終於如釋重負。消除眾所皆知的負擔通常是我們康復過程中的關鍵催化劑。

讓我們仰望救主耶穌基督。祂在痛苦的深淵中獲得天使的力量。如果，甚至是神，都要在祂最需要的時候獲得援助，我們在人生道路上豈不更需要援助？就像祂一樣，我們無須獨撐整個旅程。在我們的生命中，神的祝福是透過許多施助與安慰我們的天使們來到。讓我們接受並找出那些能同負一轆的天使們！

應用的建議

- 考慮一個值得信賴的人，您可以向其透露您對同性的吸引力。安排適當的時間和地點與他們交談。
- 制定計劃，定期與您可信賴的人進行檢查，討論您的感受和疑慮。
- 如果您所居住的地區和文化可能對同性戀懷有敵意或暴力，請祈求上帝為您提供適當的支持者，以免使您面臨危險。

* * *

研讀的建議

- 請閱讀尼腓三書第四章。有關「求助」，這個章節教導我們什麼？

- 閱讀出埃及記18：13-27中傑瑟羅向摩西提供顧問的說明。有一個輔導員來指導我們的智慧是什麼？

原則 7

貞潔

關鍵原則：過著純潔、親密的生活

當提到貞潔律法時，你心中有什麼想：法與感覺？我們都知道主在貞潔方面的教導我們需要在婚前保持性純潔；在婚後忠於另一伴。

然而，當你沉思這些原則時，心裡的感受是什麼？這些感受會隨著時間改變嗎？以下是一位男士對於他與貞潔律法的關係，是如何因時間而改變的闡述：

「當我第一次被主教問起，我是否遵守貞潔律法時，我既尷尬又害怕。這不是個令人舒服的問題。然後，當我第一次進入聖殿時，因為覺得自己從未以此原則過生活，我感到罪惡。之後，由於感覺自己似乎與一般人可以享有的某些事無緣，我很痛苦，覺得神要讓我悲慘。」

「然而，在那之後，我了解到悔改是一項「接受」的過程，而貞潔律法理當是祝福，也是對我們自己、配偶、與孩子的保護，我接受它！當我在聖殿中被問到是否願意遵守貞潔律法時，我滿懷謙卑與感恩地答應。因為我知道，即便無法在生活中完美地遵守此原則，我仍愛它並試圖更完全地遵守，以享有它所帶來的祝福。我接受一切眼前能悔改的機會，它們使我將心思意念轉向永恆且具啟發性的思想上。」

那些對於貞潔與性表達的反應與期待會在生命中不同的時間點與不同的情境中呈現出來。在婚前，我們竟可能地把自己保留給未來的另一伴。我們只願將性經驗所帶來的歡愉和滿足與他們分享。但是，當我們漸漸接受自己不被異性吸引的事實時，許多人失去希望，認為永遠無法在今生與所愛之人享受性親密。這種失望會轉化為憎恨與痛苦。

我們所有人都渴望擁有與深愛的伴侶享受性親密的機會。這種渴望是神所規劃的，使每位男人與女人能生養後代。神創造有性別的我們，並賜給我們誠命—要「生養眾多，便滿地面」「因此，人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體。」¹這種一男一女之間的性結合是神聖的，且由神而來，旨在成就幸福計畫。其他的一切性行為，表現於「一男一女的婚姻」之外，就是一種罪，且阻礙了神對家庭的計畫。想到這裡，我們有些人會問：「那麼，剩下那些沒有或無法在今生結婚的人怎麼辦呢？我承諾要守貞潔律法，但是，我不知道能否熬過既孤單又缺乏親密感的一生。」

考量到對異性幾乎沒有性慾，我們許多人選擇保持單身和貞潔，以遵守誠

¹ 創世紀 2：24

命。在所有經歷同性吸引而面臨的挑戰中，最艱難之一，就是終身不婚的未來。

若我們缺乏身理與心靈上所渴求的親密感與激情，未來簡直是一片黯淡。一位弟兄談到：「我非常想遵守誠命。我知道神賜給我們性慾來繁衍後代並與配偶聯合。然而，我極度渴望與其他男人激情互動。我嚴重地懷疑，自己是否會在性渴望沒有被滿足的情況下，就這麼度過餘生！」我們當中有許多人感受雷同，認為貞潔而不婚的生活是個既孤單且無法令人感到充實的旅程。但是，過著貞潔而不婚的生活並不等於孤單。事實上，我們可以過著充滿親密關係與深情連結的充實人生。

耶穌教導，有些人未婚無子是「為了天國的緣故」，意思是說，有些人選擇保持單身與守身，為了是要遵照神的旨意。這種經驗不等於沒有愛、激情或親密的伴侶。我們能在生活上盡可能地符合這條誠命，而神最終會實現祂應許的祝福。

只要我們願意等候主，就會發現單身守貞並不是一項咒詛，而是一項神聖的招喚。耶穌教導：「因為有為天國的緣故(選擇去過單身守貞)的人，這話誰能領受，就可以領受。」²

雖然「單身」帶來許多犧牲，但也有許多祝福伴隨這項招喚而來。「單身」使我們有機會在已婚者做不到的方面去服務及祝福他人。當我們處於單身的情況

下，很容易感覺自己所值得的東西被剝奪。請閱讀取自以賽亞書第56章的美妙經文(部分經文已作現代化詮釋，使其老嫗能解)

「與耶和華聯合(卻無法融入)的人不要說：『耶和華必定將我從他民中分別出來。』；(單身守貞的人)也不要說：『我是枯樹(我沒有子嗣)。』因為耶和華如此(對單身守貞的人)說：『那些謹守我的安息日，揀選我所喜悅的事，持守我約的，我必使他們在我殿中、在我牆內，有記念、有名號，比有兒女的更美。我必賜他們永遠的名，不能剪除。』還有那些與耶和華聯合(卻無法融入)的人，要事奉他，要愛耶和華的名，要作他的僕人，就是凡守安息日不干犯、又持守他約的人，我必領他們到我的聖山，使他們在禱告我的殿中喜樂。他們的燔祭和平安祭在我壇上必蒙悅納，因我的殿必稱為萬民禱告的殿。主耶和華.....招聚以色列被趕散的。」³

你聽見了嗎？主不會忘記你的犧牲！祂不會在天國中為你準備「次等」的地方。如果你愛主並守祂的約，祂應許你的產業比有兒女的更好。祂宣告，你是祂的人(給你名號，給你身份)，應許你在祂殿中的永恆處所。也許，最重要的是，祂應許，我們在祂殿中安息之日，將滿懷喜悅。

這些是既美麗而有力的保證，而非只是個安慰獎。那些對於主的聖約與應許始終忠信的人，他們有些祝福不會在今生

² 馬太福音 19：12

³ 以賽亞書 56：3~8

來到⁴，但主應許，你的犧牲會被記住，將來會有酬賞。

對於那些選擇這項召喚的人而言，我們的生命不需要缺乏深厚且親密的關係。不，我們可以發展深入而理想的弟兄或姊妹情誼，正如大衛王與約拿單一樣。他們的交情如此深厚，於是「……約拿單的心與大衛的心深相契合。約拿單愛大衛，如同愛自己的性命。」⁵他們之間的弟兄情誼是一個典範，我們可以發展像那樣的關係，使自己在等待祝福的過程中，獲得支持。

另一個例子是姊妹之間的美麗情誼，由路得與拿俄米所展現。雖然沒有血緣關係，路得仍願跟隨拿俄米返回伯利恆，她說：「不要催我回去不跟隨你，你往那裡去，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。」⁶

對於身在異性婚姻中的我們而言，此項原則可以被更深入地應用。我們明白，喜樂與充實的層次比性滿足來得高。雖然我們無法像新婚夫妻一樣，體會強烈的性吸引，但是，我們仍可與配偶發展、享受親密且滋長心靈的連結。我們也許會明白，性滿足可以藉著教育或者是治療來提升，而我們的婚姻與理想關係則會帶來永恆的充實。前提是，我們願意發展這些連結、仰賴神的恩典來成就應許的祝福，並相信有一天，「神要擦去（我們）一切

的眼淚；不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛……」⁷

* * *

應用的建議

- 與其去思考你所欠缺的方面或所不能做的事情，不如列張清單，找出你獨特的人生處境所帶給你的機會。你的情況如何使你在特定的祝福與機會上得天獨厚，使你能夠用不同方法展現別人也許沒有的才能？
- 有哪些方法可以為神所賜給你的性渴望表達感激？
- 找出一些方法，使你重視符合貞潔律法的生育能力。許多人發現，以下兩種方法可以帶來喜樂與意義：
 - (一) 尋找一個開導的機會，幫助(也許經驗不如你的)人們獲得成長與栽培。
 - (二) 找一個有創意性的發洩管道，例如繪畫、詩詞或是音樂。
- 你是否覺得無法融入當地的支(分)會?要記住以賽亞的應許，在支(分)會中找些可能比你更難融入的人，他們也許有跟你一樣的狀況，又或者有與你完全不同的情形。當你試著幫助他們在當地的單

⁴ 希伯來書 11：13

⁵ 撒母耳記上 18：1

⁶ 路德記 1：16

⁷ 啟示錄 21：4

位融入並獲得歸屬感時，也許會發現，你與其他成員的關係更好，感覺歸屬感更加強烈。

* * *

研讀的建議

- 觀賞以下的影片：<https://www.youtube.com/watch?v=EM2pXrTYd8I> 觀賞完迪特·鄔希鐸長老的靈感訊息後，思考你有哪些方法可以實現你創造的渴望？

- 想想「創造」在聖殿恩道門中佔有多大的比重。這會是一個線索，告訴我們創造的行為在個人生命中有多實用嗎？檢視你的生命並想想，你是否在哪些地方比較消極，尤其是針對特定的事件？有沒有一種方式，是你可以扮演更積極且更有創造力的角色，在生命中創造故事，而非單純地回應那些事件或作出反應？你能找出能使你主動，而非被動的方法嗎？⁸

⁸ 尼腓二書 2：26

- 閱讀以下文章：<https://www.churchofjesuschrist.org/ensign/2005/01/singular-happiness/a-different-path?lang=eng&clang=ase> (選自麗貝卡●泰勒姊妹，一條不同的路，2005年1月，旌旗雜誌)她有哪些建議也許能適用於你的情況？閱讀此篇文章時，你是否有想到其他建議？

- 主說祂因我們的貞潔而「快樂」。努力地過貞潔律法的生活如何是一種「快樂」？

原則 8

原諒

關鍵原則：原諒那些錯待你的人們。

就同性吸引一事而言，我們幾乎都曾被他人深深地傷害過。我們有些人被稱作「玷汙者」，或者因與眾不同而被嘲弄。這一切，只因為我們在體格、舉止或興趣方面，與我們所在地區的文化或規範格格不入。教會領袖可能會出於無知或是懷者過時與錯誤的文化認知而發言或處事。甚至，我們之中有些人對他人透露自己的性取向時，遭到了家庭或社區的驅逐。不論受冒犯的程度為何，我們許多人早已對那些冒犯者產生深深的傷害、痛苦、怨恨或憤怒之感。

一位姐妹回憶道：「有個星期天，我得知我的主教告訴姐妹們在施助我時，要特別留意。其他支會領袖們也想限制施助者來幫助我，只因為我有同性吸引。我很傷心，也很生氣，但大多時候感到孤獨。我覺得我不值得。我全力以赴地在教會中保持活耀，但我覺得沒人在乎。」

「不論他們傷得我多深，我仍決定寬恕他們。通常，我們會被自己的感受影響，以至於無法意識到別人可能是出於無知，盲目而為，不一定是出於惡意。原諒他們使我全癒！痛苦的考驗有其目的，它賦予了我意義。」

戴爾·瑞隆長老教導：「救主的無限贖罪都能治癒我們，甚至可以治癒——特別是那些無辜的受害者。祂完全理解因他人的罪而被無辜牽連的那種感受。如同預言中所言，救主要「醫好傷心的人，……安慰一切悲哀的人，賜華冠……代替灰塵；喜樂油代替悲哀；讚美衣代替憂傷之靈。」¹寬恕那些傷害我們的人，才能開啟這種康復的過程。

有許多原因使我們難以寬恕他人，對於某些人而言，他們實在傷得太深了！我們也許會認為有些人不該被寬恕。我們也許想伸張正義，甚至懲罰他們。這豈不使我們變得跟那些施虐者一樣嗎？或者，我們可能認為，原諒那些傷害我們的人會合理化他們的行為，並使他們擺脫困境。實際上，寬恕讓我們擺脫了困境。我們不再是受害者，可以擺脫痛苦，不受虐待者束縛。那些傷害我們的人仍然需要在神前付出代價，並悔改自己的不當行為。最好記住，因寬恕而受益最多者，就是寬恕之人本身，而非被寬恕的人。

凱文·鄧肯長老對此項原則加以解釋道：「令人感激的是，神以愛和慈悲為祂的兒女準備了一個方法，來引導我們度過人生中偶有動盪的時刻。祂為所有因他人的不當行為而成為受害者的人提供了解

¹ 後期聖徒奮鬥不懈，2015年4月總會大會

脫之道。祂教導我們，我們可以寬恕！雖然我們可能曾經是受害者，我們並不需要背負仇恨、悲痛、痛苦、怨恨或甚至報復的包袱而再度成為受害者。我們可以寬恕，得到自由！」²當我們寬恕他人時，我們不僅得到神的寬恕，更因為祂的恩典，獲得撫慰，以治愈我們在情感上與靈魂上的傷。

令人欣慰的是，救主的贖罪可以醫治我們所受的傷害。同樣重要的是，他的恩典也能幫助我們悔改，並從所犯的錯誤中獲得醫治。然而，倘若原諒他人對我們的侵犯是件困難之事，那麼對我們許多人而言，原諒自己所犯之罪或過錯就是難上加難。有句話說「嚴以律己」，其中大多數的人苛待自己更甚他人。我們知道自己犯了很多錯誤，做了許多不正之事。我們可能會嚴厲地評斷自己，想知道為什麼我們應該寬恕自己。

仔細地內省一番後，我們許多人會回顧過去，發現其中有些經歷給我們帶來殊異感，並讓我們與所仰望或想成為的人漸行漸遠。許多人過早發展同性性行為，無知地濫用我們的年輕身體，此事見不得人、令人羞恥也讓人自我懷疑。我們可能會想起以前做過的事情，因而加深自卑與不配稱的感覺。當時的我們並未意識到，在試圖與自己或其他同性別之人發生性關係時，會給自己造成何等的傷害！漸漸地，我們懷著更加遙遠與孤獨的感覺離開

了！彷彿被囚禁在標有「請勿開啟」的盒子裡。

我們當中有許多人不僅需要治療過往的思想與欲望，也需要從過去或多或少因為無知而做的之事情中獲得治癒。除非我們原諒自己和他人，否則我們無法在基督裡成為新造之人。我們需要跳脫過往的模式。當我們這麼做時，救主溫柔的勸戒會深深地印證：「我也不定你的罪，去罷！從此不要再犯罪了！」³前進吧！生命是關乎著成長與進步，我們無需永遠與過去的過錯糾纏，無論是自己的或是他人的過錯皆然。

肉身的弱點、失去帶領的靈魂以及難以擺脫的各種束縛，大多數人會在塵世生命中面臨諸如此類的挑戰。基督，祂滿懷慈愛地歡迎，使我們歸向祂。先知李海詮釋道：「因為萬事必須有對立」⁴而聖靈會肯定較好的一邊。透過寬恕，我們有機會改正對自己以及對其他與自己相同性別之人的愛。因此，無法成功地寬恕是自毀前程的表現。我們強烈地警告，切勿論斷。我們不應該譴責自己或他人。當我們寬恕自己和他人時，我們就不會是無助的受害者。最終，我們將成為主動，而非被動。換句話說，獲得力量，照著自己的渴望去改變。當我們拒絕被過去束縛時，便能主動且全然自由地靠著自己或與他人一同開拓新的人生。

² 寬恕的醫治藥膏，2016年4月總會大會

³ 約翰福音8:11

⁴ 尼腓二書 2：11

主告誡說，寬恕別人是一項誡命。祂說：「我，主，寬恕我要寬恕的人，但是你們必須寬恕所有的人」⁵寬恕「所有的人」包含寬恕自己。記住！「就算我們有意識、故意地犯罪，或曾經一而再地面對失敗和失望，然而當我們決定再試一次的那刻，基督的贖罪就能夠幫助我們。」⁶正如耶和華安慰道：「是的，每當我人民悔改，我就寬恕他們所犯的罪。」⁷沒有任何的失敗、傷害或是過錯注定成為終局。

當我們寬恕他人和自己時，將會得到莫大的祝福。我們會發現自己與神更加接近，更接近我們的救主，也更接近親朋好友們。我們將在情感與精神上的獲得醫治。我們的自信心、自尊心、創造力以及進步的能力將會大大地提升。最終，我們將享有平安。

* * *

應用的建議

- 為了彌補不良行為的後果，你需要向誰尋求寬恕？你需要原諒誰(可能是自己或他人)?你要如何實踐寬恕或原諒?如何知道它確實發生了？
- 所謂拋磚引玉，我們可以成為第一個尋求以和平作為解決方案的人。請記住，我們用什麼標準衡量他人，自己也會被如此檢視。寫下一些具體的方法，當你

⁵ 教義和聖約 64：10

⁶ 「後期聖徒奮鬥不懈 - 2015年4月總會大會」 <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2015/04/latter-day-saints-keep-on-trying?lang=zho>

⁷ 摩賽亞書 26：30

試圖原諒他人或是被他人原諒時，能有勇氣去信任及謙卑地對待你的對象。

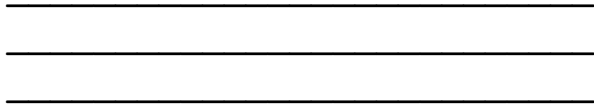
- 訂定具體的策略，以幫助你追求比以往更健康且理想的關係。

* * *

研讀的建議

- 研讀並沉思尼腓在試探中掙扎而帶來的悲傷。即便他享有屬靈上的全部祝福，卻也無可避免。。他尋求什麼幫助來鞏固他的靈魂，而非屈服於肉體的誘惑？

- 研讀派克長老於大會中提到的文章「小孩子們」(1986年11月，旌旗)其中，他提到生殖能力的重要性以及正確的使用原則。他也引用了一項重要的資源，有助於行為的改變。寫下你的想法。



原則 9

服務

關鍵原則：運用你的恩賜及才能去服務那些需要的人。

在同性吸引的道路上，我們注定會面臨許多挑戰。我們有些人會因為單身而感到孤獨與心痛；而有些人難以克服性罪，好像它已經根深蒂固一樣。甚至，如果我們能在教會中感受到真正的幸福，這種對未來的憧憬，會使很多人為此陷入憂慮的循環之中。

有時，我們將注意力放在考驗身上，不斷地思考著，卻阻礙了我們的進步和幸福。那些事情可能使我們蒙上一層陰影，黯淡了我們的幸福和喜悅。它們也會使人倍感壓力、憂慮或沮喪，使我們痛苦不堪。挑戰、試探與疑惑是塵世生活無法避免的，但並不代表它們必然奪走我們的喜悅或者阻撓我們的進步。我們可以找到解決問題的方法，並在過程之中保持喜悅。

「我在傳教時發現了一件非凡之事。」一位兄弟說。「提到自身的同性吸引，那種擔憂幾乎不會給我帶來困擾。我很投入救恩的事工，致力於服務他人的需要，以至於我自己的挑戰似乎微不足道，甚至不存在。」

「在我返鄉後，對於同性吸引的憂慮更加普遍地重回我的身上。因此，我決定盡可能地全心全意為神服務。我在支會

的招喚中保持活躍，也在聖殿服務，參與教儀工作。這並未使我對同性吸引的所有擔憂立即消失，但我感覺，只要致力於神的事工，內心就能得到更大的平安，成為解決該憂慮的良方。」

艾蒙為我們樹立了一個了不起的榜樣。他所面臨的是一項不可能的任務，也就是使拉曼人歸信福音。(拉曼人憎恨尼腓人還有他們的宗教信仰長達數世紀之久。)他該如何完成這項巨大的挑戰呢？他先屈身過著僕人的生活。這樣一來，聖靈才能就觸動拉曼國王的心，使他歸信。艾蒙則充滿了喜悅和神的愛。

無疑地，艾蒙明白救主以前對祂門徒的教訓：「因為凡要救自己生命的，必喪掉生命；凡為我喪掉生命的，必得著生命。」¹

我們當中有些人試圖要透過滿足並成全我們的肉慾、食慾與激情來「救自己的生命」。我們尋求所有會使自己今生感到最快樂的事。但是，通常能「救自己生命的」，是一種更加細微的轉變。

我們致力於事奉主，因為我們知道那會使我們在生活中獲得最大的幸福。然而，有許多人在靈魂健康的層次上，達到

¹ 馬太福音 16：25

了最完全、最快樂的地步時，對於他們而言，也正因為如此，便開始將注意力從宗教信仰移轉到其他世俗中的次佳或較不重要的事務上。他們通常不是故意的，因為在不知不覺中，尤其是潛意識裡，世俗的想法與關注總是蠱惑人心。我們開始依靠自己的力量和智慧，而非神，來為自己的人生做最佳選擇。最後，我們在福音中能找到的快樂減少了，甚至難以為繼。我們過去用來解決問題的方法似乎效果不再。福音美好的一切在我們的生活中逐漸減少。當我們不再與神的旨意同行時，便開始將世俗的想法與關注擺在我們生活中的首位。

那麼，要如何找到常在的喜樂呢？面對生活中的挑戰，解決方案又是什麼呢？戈登·興格萊會長教導：「我相信，對大多數人而言，消除寂寞的良方是工作及為人服務。我並沒有輕忽各位的問題，但是我要毫不猶豫地說，許多人的問題比你們的更嚴重。請伸出援手為他們服務，幫助他們，鼓勵他們。……小小的善行可以為沮喪的人帶來極大的祝福，讓付出友誼的人感到快樂。」²

邦妮·奧斯卡森姐妹進一步地闡述了這項原則。她教導：「你們之中有很多人深受自我價值、焦慮、壓力大，甚至是抑鬱的問題所困。與其老是擔心自己的問題，不如將你們的思緒轉向外。去服務或許不能解決所有問題，但往往能減輕你們的重擔，讓你們感覺挑戰不再那麼難。」³

當我們捨棄自我而臣服於主的意志，並將目光專注在祂的榮耀上時，就能捨身為他人服務。這意味著，目光要向外，為他人服務，而不是一直擔憂著自己的煩惱與考驗。當我們降低對自我的關注，多將心思放在施助他人時，聖靈就會多加地影響我們的生活。祂會透過個人的挑戰，為我們帶來平安、啟示和指引。祂將以慈善充滿我們的心、豐富我們的生活，並加深我們愛別人的能力。

當然，謹慎來看，在我們有能力幫助他人之前，要先照顧好自己在精神上、情感上以及身體上的健康。有句話說，在壓力失控的飛機上，我們需要先把自己的氧氣面罩戴好，再去幫助別人戴上。

有些人可能認為自己不配去服務他人，因為他們仍在努力克服某些罪，那可能是性或是其他的犯罪。如果連自己都陷於罪惡之中，我們又怎能幫助他人呢？然而，人並非一定要無罪才能服務。主說：「因此，你們若有事奉神的心願，就被召喚做這事工。」⁴祂並沒有說我們必須是完美的。我們所有人都是不完美的僕人。我們所有人都持續地犯罪或犯錯，但無論我們正努力克服哪些罪惡，我們都有能力從事偉大的工作。

我們之中有些人，在閱讀此篇文章的同時，可能正感覺自己的信心與希望被所面臨的麻煩擊垮。他們也許正渴望著愛。「弟兄姊妹們，主在你們身邊給予了各項機會，去感受和分享祂的愛。你可以

² 總會會長的教訓—戈登·興格萊；第14章

³ 神國事工中的女青年，邦妮·奧斯卡森，2018年4月總會大會

⁴ 教義和聖約 4：3

懷著信心，祈求神引領你去代替祂愛一個人，祂會回答像你這樣溫順的志願者的祈禱。你會感受到神對你的愛，對於你代替祂去服務的人，你也會感受到祂對他們的愛。當你在神兒女的困境中幫助他們時，你自己的困境也會變得更容易，你的信心和希望會被增強。」⁵

當我們將自己的生命、恩賜和才華奉獻給神並祂的意時，我們在為祂服務中失去自我，並成為祂手中的工具，做偉大的事。無論我們的信心到達什麼樣的境界，都可以捨棄自我，開始工作。到頭來，我們將在過程當中找到自我，以及永恆的生命與喜樂。

* * *

應用的建議

- 想一想，你能用哪些不一樣的方式去服務？設立目標，用不同的方式去服務。
- 經常在聖殿中服務。如果你目前並不配稱在聖殿中服務，找出一些方法使你能在聖殿外繼續參與聖殿事工；例如，做家譜並項聖殿提交祖先的名字。

* * *

研讀的建議

· 研讀阿爾瑪書第39至42章，並寫下你的感想。柯林安頓因犯下性罪而被阿爾瑪告誡。後來被稱為義。阿爾瑪所有的兒子最終都被稱作屬神的人。⁶

⁵ 嘗試、嘗試、再嘗試，亨利·艾寧會長，2018年10月總會大會

⁶ 阿爾瑪書 48：18

原則 10

獻祭

關鍵原則： 在主的祭壇前獻上你所有的痛苦¹與渴望²。

很多時候，我們也許會覺得生命中缺少了什麼，就好像在靈性成長方面已然停止一般。名為「救贖之愛」³的歌，它過去雖響徹我們的生命，今日卻儼然止息，只差沒有絕望般的沉靜出現。此時此刻，因同性吸引而生的疑惑、不安全感與恐懼漸漸進入我們的生命中。我們可能再次回到過去的習慣與退步的思維；最終，我們困在靈性的沼澤中。我們過去所期待的，戰勝並克服同性吸引，至今看來已逝無蹤或難以達成。

有時我們會發現，靈性之所以毫無進步，甚至退步，是因為自己在慾望、愛好或情感方面缺乏控制力。所有我們所見、所聞、所參與以及內心所嚮往的事情，都會對我們的生命產生莫大的影響。不論我們曾否留心那些事，若持續接觸它們，就會削弱我們展現信心、希望與仁愛的力量，也會阻礙我們在塵世間獲得喜樂，使我們無法靠著進步來戰勝自己。「專注肉身之事者，無法專注基督」⁴

最後，我們仍欠缺一項，就是我們只將願意的那部分獻給神，而不是奉獻出

自身的全部。與拉摩那王不同的是，我們只願意棄絕部分的罪，就想以此去認識神。⁵我們必須撇棄過去的自己；以主和祂的旨意為準則，犧牲自我的慾望、愛好以及情感。

一位弟兄說：「在找到復興福音的真理以前，我曾花多年追求男性之間的同性關係。這給我帶來許多的慾望與愛好，而它們與耶穌基督門徒的生活悖離。有些顯然是大錯特錯；有些則算是小奸小惡。在我加入教會之後，我決定將我的生活轉向基督。我試圖犧牲自我意志來成全祂，並藉著祂來聖化我的生命。我摒棄舊有的習慣、慾望與愛好，用神所喜愛的習慣、慾望與愛好來取代。」

「我發現這種聖化的改變，不是一時的，而是一個過程。我看到過去的自己常會犯同樣的錯；也明白自己過去有一些特定的嗜好或慾望違背神的旨意。依當時的情況，我必須根除那些不良的慾望並改邪歸正（主）。」

¹ 尼腓二書 2：2

² 尼腓三書 13：33

³ 阿爾瑪書 5：26

⁴ 尼爾·麥士維長老；「被父的旨意吞沒」

⁵ 阿爾瑪書 22：18

「我們不願被主帶領的程度有多少，被自我慾望控制的程度就有多少。甚至，我們一整天都會被較無意義的事情佔去。」很多時候，我們需要犧牲的事情其實沒有什麼不好—它們通常只是庸碌而平凡的興趣或習慣，且可能會擾亂我們的生活⁶。唯有真正謙卑地聆聽聖靈的提醒，才能戒掉那些事。」

另一位弟兄發現：「有時，我很厭惡被要求去放棄某些事。我覺得主對於我的要求很不公平，也不切實際。但後來，我想到教會早期的先驅者，他們放棄了舒適的工作、房子、資產，甚至社區、家庭，就為了在錫安地聚集。難道有一天，當我與他們面對面時，能大言不慚地說：「是的，你為福音放棄了一切，但我所被要求的事情實在太難了！」我才明白，任何福音期的後期聖徒都會被要求需要足夠膽識的犧牲，我會是個例外嗎？」

「我常常思考一段約瑟·斯密的教導：「我聽到約瑟先知有次對十二使徒說：『你們要經歷各種考驗。你們必須和亞伯拉罕及其他屬神的人一樣面對考驗，（他說）神會考驗你，祂會抓著你，試煉你的每個心弦，承受不了的人就不適合繼承神的高榮國度。』⁷我才明白，當我厭惡這些犧牲，並硬起自己的心，不願去執行時，就是在和主說：「哦，不！您不能如此折磨我的心，選擇其他的犧牲吧！」我陷入驕傲中，不但試圖指示主該如何做，

使自己得到救恩，更以為自己比祂更了解我該如何進步。」

「犧牲」總是令人排斥。我們可以見證，只要欣然地向天父獻上自我意願與慾望，就會獲得豐富的補償，甚至遠超過我們先前的犧牲：「你們要給人，就必有給你們的，並且用十足的升斗，連搖帶按，上尖下流的。」⁸但是，若我們做出犧牲的背後另有目的，也就是為了取得特定的酬賞，譬如：一位伴侶，或是不想再渴望同性關係。那麼，我們仍尚未真正地獻出自我意願；因為我們所做出的犧牲只是想要神以某些東西作為該犧牲的補償。

只要我們能明白，神是一位人物（我們確實的父親），而非自動提款機，更不是聖誕老人，就不會再對「犧牲」一事有任何排斥。神渴望與我們建立關係，便雅憫王教導：「人怎麼會認得他沒有事奉過、陌生的、遠離他心中想法和意念的主人呢？」⁹所以，每當我們愛神、謙卑地服務祂，並尋求使我們的思想與意圖（個人意願）與祂合一，這種關係就會被建立。有個亙古不變的道理是：「將自我意願順服於祂，會找到完全的幸福。」

因為知道神比我們更了解自己，所以獻出了自我意願。不僅包含我們為了回到祂身邊而所需的一切，更包含我們當下的所有需求。我們藉由犧牲來展現信心，並且知道，我們的渴望會在神預定好的時

⁶ 達林·鄔克司長老，2007年10月總會大會(好、更好、最好)

⁷ 總會會長的教訓（約瑟·斯密）第19章

⁸ 路加福音 6：38

⁹ 摩賽亞書 5：13

間實現。或者，祂會為我們提供了更好的東西。

對於事物（尤其是好的）有所追求並不是一件壞事。很多時候，那些正義的渴望最終得以實現。但有些時候，主轉換我們的渴望，使我們追求祂所要的事物，幫助我們像救主對天父那樣喊道：「不要照我的意思，只要照您的意思。」¹⁰

阿爾瑪警告我們，神最終會給予我們所要的「救恩或毀滅」，這表示我們必須學會「控制（我們）所有的情感，好使（我們）滿懷愛心（去愛神並希望能使祂喜悅，勝於滿足自我的快樂）。」¹¹。向神奉獻出自己情感與願望，能確使我們持守在通往救恩以及超升的道路上。

那麼，我們該如何向神獻出自己的意願呢？以下是一些建議：

1. 累犯

首先，正如上述那位弟兄的故事一樣，聖化是一個過程。也就是說，我們需要每天犯錯。這種再犯的行為並不表示你是壞人或是罪人，因為在客西馬尼園中，當贖罪的所有重擔落在祂身上時，耶穌「希望（祂）可以不喝那苦杯，而且退縮」¹²，卻不得不去遵守天父的旨意。那是一種會抑制呼吸的痛，我們的

罪惡重擔全部集中在祂身上。簡單地看出會使你想走回頭路或是感覺不情願的誘惑。此時，要記得，你的救主早在你之前經歷過。要仰賴天使的力量來幫助你保持堅強。

2. 視覺化

也許將自己聖化的過程視覺化會對你有幫助。想像你自己跪在祭壇前，用真誠與謙卑，交出你的所需，順服於耶穌滿懷愛心的雙手。如上，你或許需要重覆地這麼做，有時，去想像同樣的事。

3. 為所渴望的事祈禱

保羅說我們不會一直知道該祈求（或渴望）什麼，但是「聖靈照著神的旨意替聖徒祈求」，我們被如此帶領，渴望對的事。¹³這確使我們不會「在自己的願望中犯罪」，正如阿爾瑪害怕自己做的事一樣。¹⁴

萬事始於心中的渴望。我們需要問自己，那些渴望是否就是主對我們的旨意。羅素·納爾遜會長問：「你是否願意讓神成為你生活中最大的影響力？你是否願意讓祂的話語、祂的誠命和祂的聖約，影響你每天的行為？你是否願意擱下其他聲音，先聽祂的聲音？你是否願意將你的雄心壯志放在次要，更看重祂要你做的所有事？你是否願意讓自己的意願吞沒於祂的旨意中？」¹⁵

¹⁰ 馬太福音 26：39

¹¹ 阿爾瑪書 38：12

¹² 教義和聖約約 19：18

¹³ 羅馬書 8：26~27

¹⁴ 阿爾瑪書 29：3

¹⁵ 羅素·納爾遜會長；讓神得勝，2020年10月總會大會

只要我們在主的祭壇上獻出自己的意願與渴望，祂應許會「為我們作戰！」¹⁶ 祂會賜給我們所需的恩典，幫助我們控制自然人的渴望、愛好與情感。¹⁷「因此，奉獻是唯一不帶條件的順服，也是完全的勝利！」¹⁸

* * *

應用的建議

- 想想自己有哪些渴望、愛好或是情感可能會阻礙你將一生完全臣服於神的意志。下次當你領受聖餐時，要將它們在聖餐檯上獻祭掉。要祈求神以另一種渴望來取代，使我們追求生命中祂要我們追求的事物。
- 阿爾瑪在第29章寫道，他看似正義的渴望—「以震動大地的聲音講話，向每一個民族呼籲悔改」是一種「罪」。阿爾瑪知道那不是他被召喚去做的工作，他「應該以主分派給我的事而滿足。」，而「不該以私願阻擾公正之神的堅定命令。」¹⁹在你的祈禱中求問神，幫助你為自己的人生接受祂的召喚。
- 要經常祈禱，祈求獲得改變你內心的恩典，使你更完全符合天父希望你成為的樣子。

¹⁶ 教儀和聖約 98：37；亦見詩篇 31：23；以賽亞書 49：25；教義和聖約 105：14

¹⁷ 摩賽亞書 3：19

¹⁸ 尼爾·麥士維；吞沒於父的旨意中，1995年10月總會大會

¹⁹ 阿爾瑪書29：3~4

* * *

研讀的建議

- 沉思路加福音第22章第41節到第44節。如果你痛恨被要求去犧牲，試問：「人子曾降下低於一切，你必祂還偉大嗎？」（教約122：8）救贖主為你做出更偉大的犧牲，你會為此感恩並樂於犧牲嗎？

- 研讀羅素·納爾遜會長於2020年10月總會大會所發表的演講：「讓神得勝」。想一想，你如何讓神在你生活中得勝？

關於作者



天寶·哈沃德成長於南加州，現與妻子及兩名幼兒定居於愛達荷州的雷克斯堡。他在2012年歸信於耶穌基督後期聖徒教會，時年22歲。天寶在許多的組織服務，為具有同性吸引的後期聖徒們提供支持。



吉姆·莫克任職於南猶他大學，是家庭生活與人類發展學系助理教授，並私下從事婚姻與家庭臨床治療工作。除了提供治療以外，吉姆在教會中帶領一小群有同性吸引經驗的成員。他已婚並育有四名子女。



傑夫·班尼昂是北星國際的共同創辦人，該組織旨在幫助全世界具有同性吸引經驗與性別不安症的後期聖徒。透過他的治療方法，他服務了許多受同性吸引的成員。傑夫與妻子和兒子現住於猶他州的霍拉迪。

「如果世人到我這裡來，我必讓他們看見自己的弱點。我賦予世人弱點，使他們得以謙卑；我給所有在我面前謙抑自己的人的恩典是充分的；因為如果他們在我面前謙抑自己，並對我有信心，我必為他們使軟弱的東西變成堅強。」

以帖書12：27