

# 归主为圣一 主的屋宇

灵性挑战之透过耶稣基督的

蜕变

你在圣约道路上的下一步是什么？





## **挑战的步骤:**

1) 获取游戏卡片或从支联会网站打印一份

2) 告诉一位支联会会长团的成员:

- “我拿到了圣殿进步游戏卡片”
- “我接受这个圣殿进步挑战!”

3) 支联会会长团成员会给你一枚挑战币或一个吊坠（你选择），并且可能会问你一些问题。

4) 随身携带硬币/吊坠（注意：鼓励小学生将硬币/吊坠放在家中安全的地方）

5) 通过完成列表中的挑战项目来跟踪游戏卡片上的进度（请参阅游戏包或支联会网站以了解挑战项目和积分）。通过填写路径上的方块来标记您的进度。

6) 一旦你在游戏卡片上到达圣殿，告诉一名支联会会长团成员:

“我已经完成了圣殿进步的挑战。”

7) 支联会会长团成员将给你一枚挑战币或一个吊坠（你尚未收到/还缺的那一个）

## **您可以随时挑战支联会会长团成员以获得奖励!**

• 怎么做:

- 将您的硬币或吊坠呈交给支联会会长团成员，并询问：“您在圣约道路上的下一步是什么？”

• 你的奖励!

- 如果支联会会长团成员无法拿出他们的硬币/吊坠并以他们在圣约道路上的下一步行动作为回应，他们必须给你一瓶汽水、一块糖果或类似的东西。

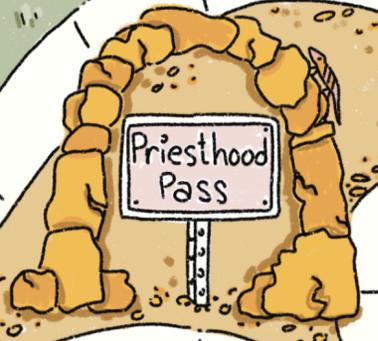
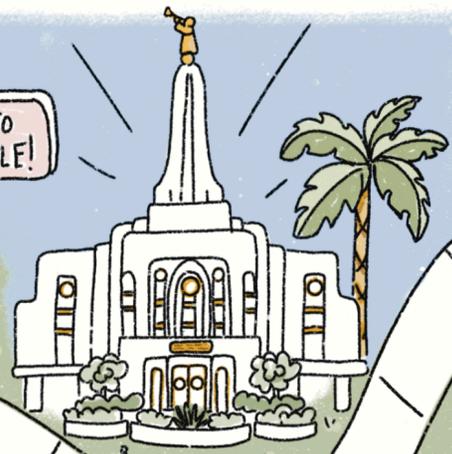
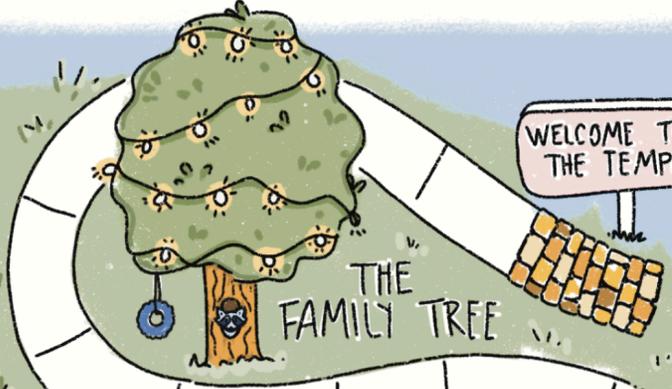
• **唯一的规则是：**支联会会长团成员不能在自己的家里受到挑战——其他地方都可以！

## **支会和其他组织挑战**

支会和其他组织（女青年、男青年、长老定额组、慈助会等）可以使用硬币/吊坠来创建自己的挑战和规则。

**特殊游戏规则：**当您帮助朋友立约或将他们介绍给传教士时，您可以沿着通往“洗礼桥”的道路前进，并穿过游戏卡片上的桥。

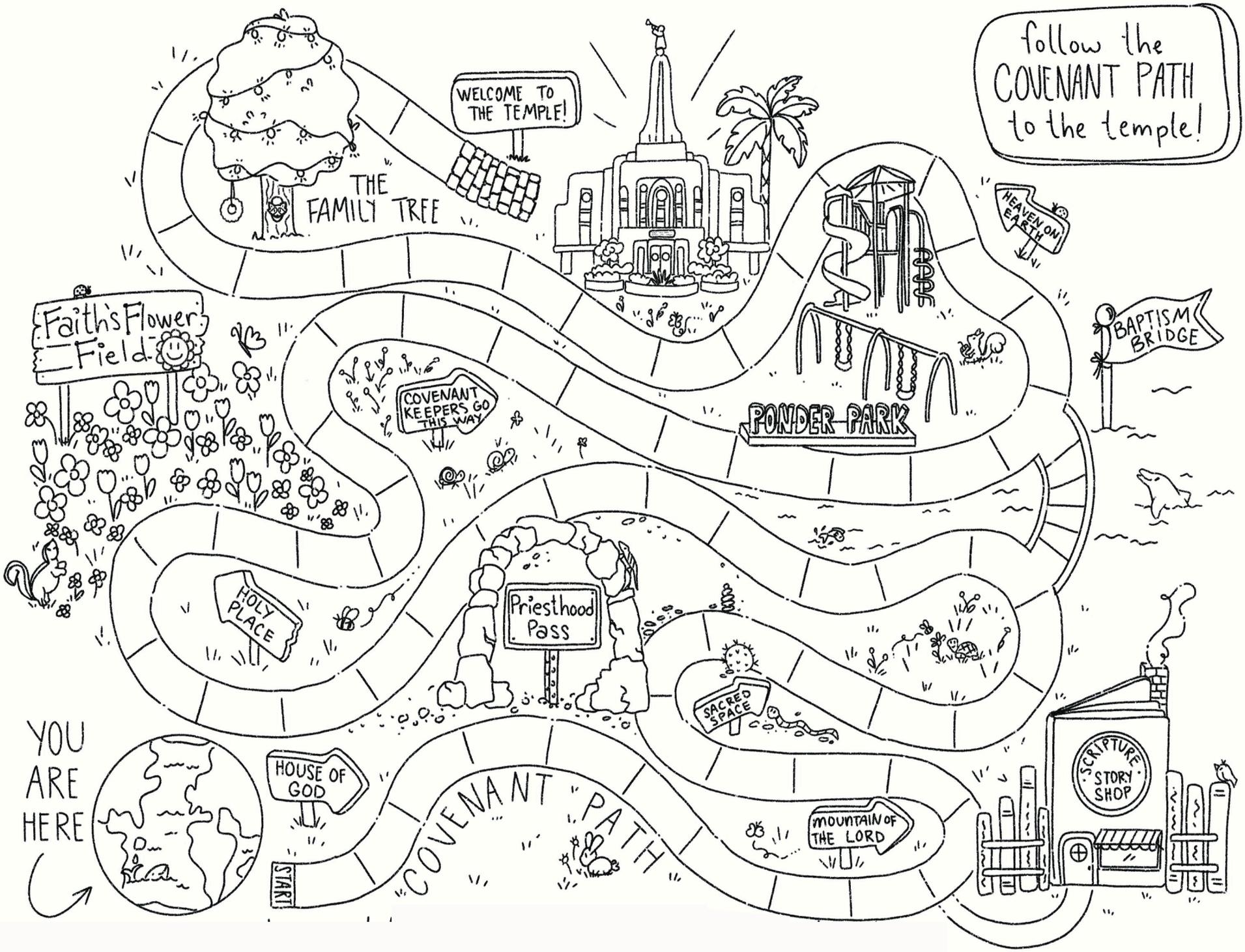
Follow the COVENANT PATH to the temple!



START

COVENANT PATH





follow the  
COVENANT PATH  
to the temple!

WELCOME TO  
THE TEMPLE!

THE  
FAMILY TREE

HEAVEN ON  
EARTH

BAPTISM  
BRIDGE

Faith's Flower  
Field

COVENANT  
KEEPERS GO  
THIS WAY

PONDER PARK

HOLY  
PLACE

Priesthood  
Pass

SACRED  
SPACE

MOUNTAIN OF  
THE LORD

SCRIPTURE  
STORY  
SHOP

YOU  
ARE  
HERE

HOUSE OF  
GOD

COVENANT PATH

START



## 去圣殿之前我们需要做些什么准备？

(注：查看最后面的总原则和指南)



### 小孩（8岁以下）

- 把圣殿的照片放在你的房间里。（3分）
- 和你的父母谈论圣殿。（3分）
- 参观圣殿场地、触摸圣殿或在线查看圣殿的照片。（3分）
- 用现成的材料（如石头和泥土、粘土、橡皮泥或积木）绘制或建造圣殿模型。稍后，为不同的圣殿重复此操作。（3分）
- 参考 FamilySearch.org/discovery 上推荐的家庭活动并积极参与。（3分）
- 了解一个有意义的家庭故事，并在家人家庭晚会期间表演出来。（3分）
- 帮助大人做最家里最爱吃的菜。（4分）
- 聆听总会大会关于圣殿的演讲。（3分）
- 唱《我喜欢看圣殿》（2分）
- 在线虚拟游览圣殿（3分）
- 晚上，当所有灯都亮着时，在圣殿周围散步。（3分）
- 观看有关圣殿的教会视频。（ChurchofJesusChrist.org）（2分）
- 出城时参观一座圣殿。（6分）
- 在圣殿周围散步时，告诉父母你喜欢或注意到的五件事。（6分）
- 出城时看看当地圣殿的照片。（3分）
- 参观圣殿广场的家谱图书馆。（10分）
- 选择并完成您自己的圣殿活动。（3分）

\*\* 请注意，年龄较大的孩子也可以像年龄较小的孩子一样或与兄弟姐妹一起进行任何活动

## 8岁以上的孩子

- 请一位家庭成员分享一个关于圣殿的故事。（2分）
- 阅读救主 12 岁时在圣殿里的经文故事（见路加福音 2：42-51）。（1分）
- 阅读手册《支会或支联会中的圣殿和家谱工作》中的第 25 节。（3分）
- 了解如何准备带去圣殿的名字。（3分）
- 画出、建造或制作您自己最喜欢的圣殿的模型。（4分）
- 询问家庭成员他们的圣殿体验。（2分）并将其记录在您的日记中（3分）
- 在圣殿自拍。（2分）
- 找到 5 段关于圣殿的经文，并将它们标记在您的经文中。（2分）
- 聆听或阅读最近一次总会大会上关于圣殿的演讲。（3分）
- 见证圣殿的重要性。（2分）
- 帮助教导关于圣殿的家庭晚会课程。（4分）
- 在总会大会期间聆听新圣殿的公告。（1分）
- 阅读您最喜欢的圣殿的历史。（2分）
- 记住《我喜欢看圣殿》的两段歌词。（2分）
- 在父母的帮助下，在家谱网站是索引五个名字。（6分）
- 让您的父母或值得信赖的成年人向您介绍圣殿中的不同房间。（2分）
- 记住教义和圣约 87:8 并为您的家人背诵。谈谈这段经文的含义。（5分）
- 写一首关于圣殿的诗歌、歌曲或故事。（6分）
- 询问祖父母/成年亲戚，他们在您这个年纪时的生活是什么样的。（6分）
- 观看 [www.churchofjesuschrist.org/temples](http://www.churchofjesuschrist.org/temples) 上有关圣殿服饰的视频。（2分）
- 观看有关教堂和圣殿之间差异的视频。（2分）
- 带朋友去教会或参观圣殿（10分）
- 选择并完成你自己的圣殿活动。（3分）



## 青年们可以为准备进入圣殿做以下的事情：

**(注：查看最后面的总原则和指南)**

### 1. 灵性上的准备：

- 通过每天研读经文来加深对耶稣基督及其赎罪的理解。如果你还没有这样做，请制定一个计划，每天坚持两周。记录你对赎罪的感受。（4分）
- 查找并阅读与圣殿有关的六段经文。与朋友或家人分享其中两段，并解释它们之间的关系。（2分）
- 时常真诚地祈祷。想一想你怎样可以改善个人祈祷，并在一周内每天实施。记录你的祈祷如何发生改变。（3分）
- 参加教会聚会并积极参与。两周内，准时参加周日和平日的教会聚会。（4分）

### 2. 圣殿教仪的知识：

- 学习一些有关圣殿教仪的含义以及象征意义。与父母或值得信赖的教会领袖分享你所学到的一件事。（2分）
- 与父母或值得信赖的教会领袖讨论在圣殿中立下的圣约的重要性。（2分）
- 观看有关圣殿教仪的教会视频。（2分）
- 准备并教导关于家谱的家人家庭晚会的课程（4分）
- 阅读教会手册中的第27节【活人的圣殿教仪】（5分）
- 阅读教会手册中的第26节【圣殿推荐】（3分）
- 阅读教义和圣约109章（嘉德兰圣殿的奉献）（4分）



## 青年们可以为准备进入圣殿做以下的事情:



### 3. 家庭参与:

- 与家人分享个人圣殿体验。(3分)
- 讨论你可以做的一件事来准备进入圣殿。(1分)
- 请你的家庭成员(或值得信赖的成年人)帮助您研究要提交到圣殿做教仪的名字。(5分)

### 4. 配称和圣殿推荐书:

- 阅读圣殿推荐书面试的问题。选择一个,并在本月努力关注它对你生活的意义。记录你生活中所做的任何改变,以便更好地跟随救主。(6分)
- “配称”是什么意思?与你的主教或分会会长讨论如何获得圣殿推荐书。如果你已经有了当前的推荐书,请在【TOOLS】APP中输入其续签日期,以便在需要续签时收到通知!(3分)

### 5. 圣殿参观和体验:

- 参观圣殿或圣殿场地。(6分)
- 参加圣殿奉献或开放日活动,然后记录你的经历。(6分)
- 参加以圣殿为重点的圣殿准备课程或青年活动。(4分)
- 在线虚拟参观圣殿。(3分)
- 在你的房间里放一张圣殿的照片。(3分)
- 参观圣殿并以任何身份参加洗礼仪式(6分)



## **成年人们可以为准备进入圣殿做以下的事情:**

**(注: 查看最后面的总原则和指南)**



### 1. 树立配称的榜样:

- 在日历上安排一个时间, 与朋友或亲人一起去圣殿。让其他人知道你的计划, 并邀请任何有兴趣的人与你一起去。(3分)
- 如果你的推荐书即将到期, 请提前计划预约更新你的圣殿推荐书, 以便你始终能被“推荐”给主。如果你没有有效的推荐书, 请与你的主教预约, 以获得推荐书。(5分)
- 准备一个关于圣殿的家庭晚会课程并与他人分享(5分)
- 参加准备进入圣殿的课程(6分)
- 你是否认识某个可能需要帮助去圣殿的人? 邀请一位有残疾的成员与你一起去, 并提前与圣殿沟通安排(8分)
- 在圣殿执行每项教仪后, 花点时间反思和理解教仪的应许。在日记中记录你的想法和印象。(6分)
- 出门在外时, 寻找并参观附近的圣殿。(8分)
- 成为圣殿服务工作人员(20分)

## 2. 花时间去教导：

- 与你服务的对象分享你对圣殿的热爱。（3分）
- 阅读福音图书馆中的小册子《准备进入圣殿》，并与他人分享你学到的东西。（5分）
- 与家人或朋友一起阅读并讨论圣殿推荐书面试题。（4分）
- 研究圣殿中立下的五个圣约。记录你与其中一个圣约相关的经历。（3分）
- 研究圣约提供的力量和保护。记录你如何改善对其中一个圣殿圣约的遵守。与你的家人、爱人、教会领袖或你信任的其他人分享你的努力。（4分）
- 如果适用，制定一个计划，为你的子女第一次参观圣殿做准备。（3分）

## 3. 帮助小孩、青年以及其他成年人参与到家谱工作中：

- 探索 [FamilySearch.org/discovery](https://familysearch.org/discovery) 上的家谱活动页面。（2分）
- 设立目标去索引 100 个名字。每次你在为这目标做索引时，可获得 1 分。
- 采访您家族中的一位年长成员并记录你们的谈话。与家族中的其他人讨论你了解到的内容。（5分）
- 找到一位祖先并研究他们的历史。在日记中记录你了解到的故事。（5分）
- 将照片或音频文件上传到 FamilySearch 上的记录。（3分）
- 完成《我的家人》一书。（10分）
- 询问你所在支会的圣殿和家谱顾问，了解如何更充分地参与到为圣殿准备名字的工作。（3分）
- 观看由耶稣基督后期圣徒教会发布的视频（网址为 [ChurchofJesusChrist.org](https://www.ChurchofJesusChrist.org)），这些视频将为儿童和其他人提供有关圣殿的更多基础知识。（2分）

#### 4. 创建以“福音为中心”的家：

- 在家中展示一张或多张圣殿的图片。（3分）
- 在家中播放带去积极影响的音乐。（2分）
- 通过严格筛选家里所接触、听到看到和谈论的内容，让你的家成为一个和平的“以福音为中心”的家（2分）

#### 5. 阅读与记载：

- 阅读关于圣殿的总会大会演讲，并将其作为个人或家庭学习的一部分，为期一个月（5分）
- 研究过去五年中有多少大会演讲提到了圣殿？这对我们的教会领袖来说是一个重要的话题吗？记录你发现的内容。（6分）
- 在阅读摩尔门经时，记录你发现的关于圣殿的参考资料（2分）
- 参加圣殿准备课程（4分）
- 阅读培道·潘所写的《神圣圣殿》一书。（12分）
- 阅读教会手册中的第27节【活人的圣殿教仪】（5分）
- 阅读教会手册中的第26节【圣殿推荐书】（3分）
- 阅读教义和圣约109章（嘉德兰圣殿的奉献）（4分）
- 研究圣殿结构的象征意义。（4分）

## 6. 鼓励他人：

- 提供照看小孩的服务、接送服务或简单的鼓励，以便其他人可以参加圣殿。（6分）
- 尽可能多地与家人或朋友一起参观休斯顿圣殿场地。（5分）
- 你认识的人是否需要为他们额外祈祷？将你家人、支会或朋友中某人的名字写在圣殿的祈祷名单上。（2分）

## 总原则和指南

- **这项挑战主旨在让我们关注最重要的事情：我们的救世主耶稣基督，以及祂在帮助我们走上圣约之路、成为像祂和我们的天父一样的人方面所扮演的角色。**
- **此手册中的挑战项目并非详尽无遗。花点时间思考并接受圣灵的指引，了解你可以做的事情，这些事情可能不在此列表中。问问自己：“我在圣约之路上的下一步是什么？”在你的日记中记录灵感和启发，然后付诸行动，并在游戏卡片路径上前进，你进步的方格数量与你的努力是成正比的。**
- **在支联会网站上可以找到其他挑战项目和想法。**

