



达林·邬克司会长  
总会会长团第一咨理

# 认识你的家族

**家**谱是从认识你自己的祖先开始，他们是真实人物，你的先人，也是家族中的成员。我们必须印证给我们的祖先，才能在来生与他们同住。

当你认识自己的祖先时，你会：

- 感觉更快乐、更有自信。
- 不会感觉这么孤单。
- 了解在天父眼中每个人都是非常宝贵的。

以下是你能拥有这些祝福的三个方法：

1. 找出你的祖先是谁。
2. 搜集他们的故事，然后一次又一次地与人分享！
3. 把祖先的名字送到圣殿，让他们与你的家族连结在一起。可以为他们执行洗礼和其他教仪，像是将他们与你的家人永远印证在一起。

我的母亲，丝黛拉·邬克司，在我们所有的孙子女出生前就过世了。因此，我和邬克司姊妹办了一场「丝黛拉派对」来帮助孙子女认识她，家族成员也写了一本关于我母亲和父亲的书。你也可以多认识自己的祖先，他们会给你力量，并指引你的人生。●

改编自2018年寻根科技家庭探索日的一篇演讲。

