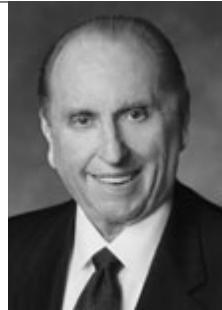


Ni Pangulong
Thomas S. Monson



Ang Pagpangabuhi sang Bugana nga Kabuhi

Sa pagsugod sang bag-o nga tuig, ginahangkat ko ang mga Santos sa Ulihing mga Adlaw sa bisan diin sa paghimo sang isa ka personal, maukod, importante nga misyon para sa ginatawag ko nga bugana nga kabuhi—isa ka kabuhi nga napun-an sang kabuganaan sang kadalag-an, kaayuhan, kag mga bugay. Pareho sang aton pagtuon sang ABC sa eskuwelahan, ginatanyag ko ang akon kaugalingon nga tig-una nga mga prinsipyo agud buligan kita tanan nga makaangkon sing bugana nga kabuhi.

Mag-angkon sing Positibo nga Panglantaw

Una sa akon listahan sang mga prinsipyo amo ang panglantaw. Si William James, isa sa pionero nga psychologist kag philosopher sa Amerika, nagsulat, "Ang pinakadako nga pagbag-o sang aton henerasyon amo ang pagkatukib nga ang mga tawo, paagi sa pagbag-o sang nasulod nga mga panglantaw sang ila kaisipan, sarang magbag-o sang panggwa nga aspeto sang ila mga kabuhi."¹

Madamo kaayo [nga mga butang] sa kabuhi ang nagadepende sa aton panglantaw. Ang pamaagi naton

sa pagpili sa pagtan-aw sang mga bagay-bagay kag pag-sabat sa iban nagahimo sang tanan nga kinalain. Ang paghimo sang aton pinakamaayo kag dayon pagpili nga mangin malipayon parte sa aton mga sirkumstansya, bisan ano man ini, sarang magdala sang paghidaet kag pagkakontento.

Si Charles Swindoll—isa ka tagsulat, manunudlo, kag Kristyano nga pastor—nagsiling: "Ang panglantaw, para sa akon, mas importante sangsa . . . nagliligid, . . . sangsa kuwarta, sangsa mga sirkumstansya, sangsa mga kapaslawan, sangsa mga kadalag-an, sangsa kon ano ang ginapensar ukon ginahambil ukon ginahimo sang iban nga tawo. Mas importante pa ini sangsa dagway, talento, ukon ikasarang. Mabug-os sini ukon mawasak ang isa ka kompanya, isa ka simbahon, isa ka puluy-an. Ang manami nga butang amo nga makapili kita kada adlaw kon ano nga panglantaw ang aton sundon sa sina nga adlaw."²

Indi naton madiktahan ang hangin, pero sarang naton ipauyon ang mga layag. Para sa lubos nga kali-payan, paghidaet, kag pagkakontento, kabay nga kita *magpili* sang isa ka positibo nga panglantaw.

Magpati sa Inyo Kaugalingon

Ika-duha magpati—sa inyo kaugalingon, sa ila nga yara sa inyo palibot, kag sa wala'y katapusan nga mga prinsipyo.

Mangin tampad sa inyo kaugalingon, sa iban, kag sa inyo Amay nga Langitnon. Ang isa nga indi tampad sa Dios tubtob ulihi na ang tanan amo si Cardinal Wolsey nga, suno kay Shakespeare, naghinguyang sang malawig nga kabuhi sa pagserbisyos sa tatlo ka hari kag nag-angkon sing manggad kag gahum. Sang ulihi, ginkuhaan sia sing gahum kag mga pagkabutang sang isa ka indi pasensyoso nga hari. Si Cardinal Wolsey nagtangis:

*Kon gin-alagaran ko lang kuntani ang akon Dios
bisan katunga*

*Sang pag-alagad ko sa akon hari, indi Niya ako
pagpabay-an sa akon katigulangon
Nga hublas sa atubang sang akon mga kaaway.³*

Si Thomas Fuller, isa ka Ingles nga relihiyoso kag tagsulat sang kasaysayan nga nagkabuhi sang ika-17 nga siglo, nagsulat sining kamatuoran: “Wala nagpati ang isa nga wala nagapangabuhi suno sa iya ginapatihan.”⁴

Indi paglimitahi ang inyo kaugalingon kag indi pagtugoti ang iban nga kumbinsihon kamo nga limitado lamang ang inyo masarangan. Magpati sa inyo kaugalingon kag magpangabuhi agud malab-ot ninyo ang inyo potensyal.

Malab-ot ninyo ang inyo ginapatihan nga masarangan ninyo. Magsalig kag magtuo kag mag-angkon sing pagtuo.

Atubanga ang mga Hangkat nga may Kaisog

Ang K para sa kaisog. Ang kaisog mangin isa ka mapuslanon kag makahulunganon nga kinaiya kon kabigon ini indi bilang ang kahanda nga mapatay sing maisog kundi bilang isa ka determinasyon nga magkabuhi sing desente.

Siling sang Amerikano nga tagsulat kag malaibay nga si Ralph Waldo Emerson: “Ano man ang himuon mo, kinahanglan mo sing kaisog. Ano man nga dalan ang imo sundon, may isa gid pirme nga magasiling sa imo nga sala ka. May yara gid pirme

sing mga kabudlayan nga nagatuhaw nga nagasulay sa imo sa pagpati nga ang imo mga kritiko husto. Ang magplano sang isa ka buluhaton kag sundon ini tubtob katapusan nagakinahanglan sing pareho nga kaisog nga kinahanglanon sang isa ka soldado. Ang paghidaet may iya nga mga kadalag-an, pero nagakinahanglan ini sang maisog nga mga lalaki kag babayi agud daugon ini.”⁵

May mga tion nga mahadlukan kag mangluya kamo. Mahimo nga makabatyag kamo nga nalutos. Ang tsansa sa pag-angkon sing kadalag-an mahimo nga makahalawhaw. Kon kaisa mahimo nga makabatyag kamo nga daw si David nga nagapakig-away kay Goliat. Pero panumduma —si David ang *ngadaog*!

Kinahanglanon ang kaisog agud himuon ang una nga tikang padulong sa ginahandom nga lalab-utan, pero kinahanglanon ang mas dako nga kaisog kon ang isa ka tawo nasandad kag kinahanglan maghimo sing ika-duha nga pagtinguha agud magmadinalag-on.

Mag-angkon sing determinasyon agud himuon ang masarangan, sing pagtutok sa pagtrabaho padulong sa isa ka mapuslanon nga lalab-utan, kag sang kaisog indi lamang sa pag-atubang sang mga hangkat nga indi malikawan nga nagaabot kundi subong man sa paghimo sang ika-duha nga pagtinguha, kon kinahanglanon ini. “Kon kaisa ang kaisog amo ang gamay nga tingug sa katapusan sang adlaw nga nagasiling, ‘Tilawan ko liwat buas.’”⁶

Kabay nga madumduman naton ining tig-una nga mga prinsipyo sa aton pagsugod sa pagpangalakton padulong sa bag-ong tuig, nga nagapatubo sing isa ka positibo nga panglantaw, isa ka pagpati nga sarang naton lab-utan ang aton mga handum kag mga promisa, kag sing kaisog sa pag-atubang sang bisan ano nga mga hangkat nga mahimo mag-abot sa aton. Dayon ang bugana nga kabuhi mangin aton.

MGA TANDA

1. William James, sa Lloyd Albert Johnson, comp., *A Toolbox for Humanity: More Than 9000 Years of Thought* (2003), 127.
2. Charles Swindoll, sa Daniel H. Johnston, *Lessons for Living* (2001), 29.
3. William Shakespeare, *King Henry the Eighth*, act 3, scene 2, lines 456–58.
4. Thomas Fuller, in H. L. Mencken, ed., *A New Dictionary of Quotations* (1942), 96.
5. Ralph Waldo Emerson, sa Roy B. Zuck, *The Speaker's Quote Book* (2009), 113.
6. Mary Anne Radmacher, *Courage Doesn't Always Roar* (2009).

PAGTUDLO GIKAN SA SINING MENSAHE

Binagbinaga ang pag-agda sa mga miyembro sang pamilya sa pagpaambit sang personal nga mga eksperiensiya sang ang isa ka positibo nga panglantaw, pagpati sa ila kaugalingon, ukon kaisog nakabulig sa ila. Ukon agdaha sila sa pagpangita sang mga halimbawa sining tatlo ka mga prinsipyo sa balaan nga mga kasulatan. Mahimo ka nga maghanda sa pagtudlo paagi sa pagpanumdom sing mainampuon sang balaan nga mga kasulatan ukon imo mismo nga mga eksperiensiya.

LAMHARON

Kaisog sa Paglampaugas sa Bagyo

Ni Maddison Morley

Sa ika-duha nga gab-i sa camp sang Young Women sa Stake, nagtupa ang mabaskog nga ulan kag buhawi. Ang akon ward siguro may 24 ka young women nga nagtambong sa camp kaupod ang duha ka mga lider, kag kinahanglan namon mag-igo sa isa ka gamay nga kamalig agud maproteksyonan. Mabaskog ang tupa sang ulan, kag ang hangin nagaamat madlos. Kinahanglan ko nga pirme pahanumdumon ang akon kaugalingon sang pangamuyo para sa kahilwayan sa katalagman nga ginhatag sang amon stake president sang kagina. Ang amon man nga ward nagsambit sang amon mismo nga pangamuyo bilang grupo sa amon nga kamalig, kag nagsambit ako sang akon mismo nga pangamuyo.

Madamo sa lamharon nga mga babayi ang nahadlok, kag mahapos lang mahibal-an kon ngaa. Ang amon kamalig indi gid mapag-on, kag yara gid kami sa higad sang suba. Sa sulod sang 20 minutos naglala na gid ang bagyo nga ang bug-os nga stake kinahanglan magdinalagan halin sa mga kamalig sang ward pakadto sa mga kamalig sang mga counselor, nga yara sa mas mataas nga lugar. Ang akon stake president nagsambit sang isa pa ka pangamuyo, kag nagkanta kami sing mga hymns,

mga ambahanon sa Primary, kag mga kalantahan sa camp sa pagtinguha nga pakalmahon ang amon mga kaugalingon. Huo, nahadlok kami, pero nabatyagan namon nga mangin maayo lang ang tanan. Tunga sa oras ang nagligad kag nangin OK na nga magbalik sa mga kamalig sang ward.

Sang ulihi natukiban namon kon ano ang natabo sa buhawi sina nga gab-i. Natunga ini sa duha ka mga bagyo. Ang isa sa ila naglibot sa amon sa tuo kag ang isa sa wala. Ang nagtupa sa amon indi pa gali ang pinakagrabe!

Nahibaluan ko nga ginpamatian sang Dios ang amon mga pangamuyo sina nga gab-i kag gin-amligan Niya kami gikan sa pinakamalala sadtong bagyo. Ngaa abi matunga ang buhawi magluwas kon kinahanglan ini himuong sang Dios? Nahibaluan ko nga sa mga bagyo sang kabuhi, sarang kita pirme magpangamuyo sa Amay nga Langitnon kag pamatian kag sabton Niya kita, nga nagahatag sa aton sing kaisog kag pag-amlig nga kinahanglan naton agud malampuwasan ini.

MGA KABATAAN

Kapitan Moroni

Si Kapitan Moroni may kaisog samtang nagaatubang sang mga hangkat. Palangga niya ang kamatuoran, kahilwayan, kag pagtuo. Ginhinguyang niya ang iya kabuhi sa pagbulig sang mga Nefinhon sa pag-amlig sang ila kahilwayan. Sarang man kamo mangin pareho kay Kapitan Moroni paagi sa pag-atubang sang inyo mga hangkat nga may kaisog. Sarang man kamo maghimo sang inyo kaugalingon nga tig-uloh sang kahilwayan paagi sa pagsulat sang mga butang nga importante sa inyo kag sa inyo pamilya.

Dlin Makakita sing Dugang

Alma 46:11-27: Ang tig-uloh sang kahilwayan

Alma 48:11-13, 16-17: Mga kinaiya ni Moroni

Pagbantay kag Pag-alagad paagi sa Visiting Teaching

Tun-i ining materyal kag, sa nagakaigo, hambali ini upod sang mga sister nga inyo ginabisita. Gamita ang mga pamangkot agud buligan kamo sa pagpabakod sang inyo mga sister kag himuong ang Relief Society nga aktibo nga bahin sang inyo mismo kabuhi.



Pagtuo, Panimalay, Bulig

Ang gugma sa isigkatawo [nagakahulugan] sing mas masobra pa sangsa pagbatyag sing kaalwan,” gintudlo ni Pangulong Henry B. Eyring, Unang Manuglaygay sa Unang Panguluhan. “Ang gugma sa isigkatawo naggikan sa pagtuo kay Ginoong Jesucristo kag isa ka epekto sang Iya Pagpasag-uli (Atonement).”¹ Para sa mga sister sa Relief Society, ang visiting teaching sarang mangin gugma sa isigkatawo sa buhat, isa ka importante nga paagi sa pagpakita sang aton pagtuo sa Manluluwas.

Paagi sa visiting teaching, naghahatag kita sing pagbantay paagi sa pagpakighambal sa tagsa ka sister, pagpaambit sang mensahe sang ebanghelyo, kag paghimulat sa paghibalo sang mga kinahanglanon niya kag sang iya pamilya. “Ang visiting teaching mangin buluhaton sang Ginuo kon ang aton ginatutukan amo ang mga tawo sangsa numero,” paathag ni Julie B. Beck, pang-kabilugan nga pangulo sang Relief Society. “Sa matuod-tuod, wala sing katapsan ang visiting teaching. Gina-kabig ini nga pagginawi sangsa buluhaton. Ang matutom nga pagserbisyo bilang isa ka visiting teacher isa ka ebidensya sang aton pagka-disipulo.”²

Sa aton paghatag sing tayuyon kag mainampuan nga pagbantay, matun-an naton kon paano mahikot kag masabat sing pinakamaayo ang mga panginahanglan sang tagsa ka sister kag sang iya pamilya. Ang pag-alagad sarang makita sa madamo nga dagway—ang iban dinalagko kag ang iban indi gid tama ka dalagko. “Sa masami ang magagmay nga buhat sang pag-alagad amo lamang ang kinahanglanon agud mabayaw kag mabugayan ang isa ka tawo: isa ka pamangkot parte sa pamilya sang isa ka tawo, malip-ot nga mga pulong sang pagpaisog, isa ka sinsero nga pagdayaw, isa ka malip-ot nga sulat sang pagpasalamat, isa ka malip-ot nga tawag sa telepono,” gintudlo ni Pangulong Thomas S. Monson. “Kon kita nagapanilag kag sensitibo, kag kon maggiho kita suno sa mga pagpadasig nga nagaabot sa aton, sarang kita makahimo sing dako nga kaayuhan. . . . Indi maisip ang mga buhat sang pag-alagad nga ginahatag sang madamo kaayo nga panong sang mga visiting teacher sa Relief Society.”³

Gikan sa Aton Kasaysayan

Sang tuig 1843, ang mga miyembro sang Simbahan sa Nauvoo, Illinois, natunga sa apat ka mga ward. Sang

Hulyo sina nga tuig, ang mga lider sa Relief Society nagpili sang isa ka komitiba sa pagbisita nga may apat ka sister para sa tagsa ka ward. Ang mga responsibilidad sang komitiba sa pagbisita nagalakip sang paghibalo sang mga panginahanglan kag pagkolekta sang mga donasyon. Gingamit sang Relief Society ining mga donasyon agud hatagan ang mga nagakinahanglan.⁴

Samtang wala na nagapango-lekta ang mga visiting teacher sang mga donasyon, sa gihapon ginapadayon nila ang responsibilidad sa paghibalo sang mga panginahanglan—espirituhanon kag temporal—kag sa pagbulig nga masabat ining mga panginahanglan. Eliza R. Snow (1804–87), ika-duha nga pangkabilugan nga pangulo sang Relief Society, nagpaathag: “Ang isa ka man-nudlo. . . . dapat gid nga ginaup-dan sing lubos sang Espiritu sang Ginuo, sa iya pagsulod sa isa ka balay agud mahibaluan kon ano nga kahimtangan ang iya masalapuan didto. . . . Mag-ampo sa atubang sang Dios kag sang Balaan nga Espiritu nga makaupod [ang Espiritu] agud inyo maintien-dihan inang kahimtangan nga ngapangbabaw sa sinang balay. . . . kag mahimo ninyo mabatyagan ang paghambal sing mga pulong

sang paghidaet kag kaumpawan, kag kon makakita kamo sing isa ka sister nga ginatugnawan, haksasia pareho sang himuong ninyo saisa ka bata kag painiti [sia].”⁵

MGA TANDA

1. Henry B. Eyring, “The Enduring Legacy of Relief Society,” *Liahona*, Nob. 2009, 121.
2. Julie B. Beck, “Relief Society: A Sacred Work,” *Liahona*, Nob. 2009, 114.
3. Thomas S. Monson, “Three Goals to Guide You,” *Liahona*, Nob. 2007, 120–21.
4. Tan-awa sa *Daughters in My Kingdom: The History and Work of Relief Society* (2011), 105.
5. Eliza R. Snow, sa *Daughters in My Kingdom*, 108.

© 2012 iya sang Intellectual Reserve, Inc. Tanan nga mga kinamatarong ginahuptan. Ginbalhag sa Pilipinas. Petsa sang pagtugot sa Ingles: 6/11. Petsa sang pagtugot sa paglubad: 6/11. Paglubad sang *Visiting Teaching Message, January 2012*. Hiligaynon. 10361 861

Gikan sa Balaan nga mga Kasulatan

Juan 13:15, 34–35; 21:15;
Mosias 2:17; Doctrine and
Covenants 81:5; Moses 1:39

Ano ang Sarang Ko Mahimo?

- 1.** Ano ang himuong ko agud buligan ang akon mga sister nga mabatyagan nga isa ako ka abyan nga nagapalangga kag nagaaulikid sa ila?
- 2.** Paano bala ako mangin mas maayo sa pagbantay kag pag-atipan sa iban?

Para sa dugang nga impormasyon, mag-log on sa reliefsociety.lds.org.