MENSAHE NG AREA PRESIDENCY

Pagpapakabusog sa mga Salita ni Cristo

Ni Elder Michael John U. Teh
Philippines Area Presidency

Kapag nagpapakabusog ang isang tao sa mga salita ni Cristo, hindi lamang nito naaapektuhan ang katawan at isipan, kundi higit pa riyan, naaapektuhan nito ang damdamin at espirituwalidad.

Sa loob ng nakalipas na siyam na taon, isa sa mga pagpapalang ikinasisiya ko bilang Seventy ay ang oportunidad na magturo sa mga stake conference, mission tour, at devotional kasama ang mahal kong si Grace. Natulungan ako ng kanyang magagandang mensahe at komento. Isa siyang mahusay na guro dahil siya ay masigasig na sumusunod sa mga utos, naglilingkod sa iba, regular na nag-aaral ng mga banal na kasulatan, at nagtitiwala sa Espiritu.

Isa sa mga mensahe niya na talagang nagustuhan ko at tumatak nang lubos sa akin ay nang ibahagi niya ang kanyang mga karanasan sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan. Tiyak ko na nadama rin ng iba pang mga miyembro na nakarinig sa kanya ang nadama ko. Karamihan sa ibabahagi ko ngayon ay kanyang mga ideya na daragdagan ko ng aking nadarama tungkol sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan. Isipin na lamang ninyo na magkasama kaming nagtuturo ni Grace sa inyo ngayon.

"Magpakabusog sa mga salita ni Cristo." (2 Nephi 32:3)

Kapag naririnig natin ang salitang *magpakabusog*, isa lang ang naiisip natin—pagkain. Kapag nagpapakabusog tayo sa pagkain hindi lang natin ito kinakagat nang paunti-unti o kaya'y tinitikman, kundi pinagpipistahan natin ito at ninanamnam. Hindi lang panlasa ang gumagana rito kundi ang iba pang pandama. Kapag nagpapakabusog ang isang tao sa mga salita ni Cristo, hindi lamang nito naaapektuhan ang katawan at isipan, kundi higit pa riyan, naaapektuhan nito ang damdamin at espirituwalidad.

"Oo, ito ay nagsisimulang maging masarap para sa akin." (Alma 32:28)

Bago tayo magpakabusog sa isang klase ng pagkain, dapat ay masarap iyon para sa atin. Ngayon, alam nating hindi pare-pareho ang luto at lasa ng adobo. May adobo na talagang mas masarap ang pagkaluto kaysa iba. Kaya nga kinokolekta, itinatago, at ginagamit lang natin ang pinakamasarap na recipe ng alinmang pagkain. Totoo rin iyan sa mga banal na kasulatan. Hindi tayo darating sa puntong magpapakabusog tayo sa mga ito maliban na lang kung masarap ang mga ito para sa atin. Bagama't tayo ang dapat humanap ng sarili nating recipe para maging masarap para sa atin ang mga banal na kasulatan, may mga sangkap na mahalaga at angkop sa lahat ng naghahangad ng pagpapalang ito. Itinuturo sa atin ng Alma 32:28 kung paano ito matatamo.

Ang sumusunod ay ilang praktikal na bagay na makatutulong na mas mapaganda ang karanasan ninyo sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan:

Hindi Ingles ang unang wika ng mga Pilipino

Marami sa atin ang mas gustong basahin ang mga banal na kasulatan sa Ingles at naiintindihang mabuti ang wikang ito. Gayunman, dahil hindi ito ang unang

Unang hakbang para maunawaan ang mga talinghaga at simbolismo ay ang alamin kung anong kahulugan ng salita ang tinutukoy.

wika natin at dahil maraming kahulugan ang mga salitang Ingles, mas malamang na hindi natin makita ang ibang aspeto ng araling itinuturo sa atin ng Diyos sa pamamagitan ng mga talinghaga at simbolismo. Unang hakbang para maunawaan ang mga talinghaga at simbolismo ay ang alamin kung anong kahulugan ng salita ang tinutukoy. Heto ang isang halimbawa:

Word of God - Quick and Powerful (Helaman 3:29)

Ang pinaka-karaniwang kahulugan ng salitang *quick* ay "acting or capable of acting with speed [pagkilos o kakayahang kumilos nang mabilis]." Pero ang isa pang kahulugan nito ay "living or alive [buhay o masigla]." Sa palagay ninyo alin sa mga kahulugang ito ang mas angkop at siyang tinutukoy ni propetang Mormon sa talatang ito?

Isa pang hakbang sa pag-unawa sa mga talinghaga at simbolismo ay ang maging pamilyar sa mga katangian, likas na gawi, o mga pag-uugali ng mga tao, bagay, lugar, o hayop na tinutukoy.

"At ilalagay niya ang mga tupa sa kaniyang kanan, datapuwa't sa kaliwa ang mga kambing." (Mateo 25:33)

Naitanong na ba ninyo sa inyong sarili kung bakit ginamit ng Panginoon ang mga tupa para kumatawan sa mabubuti at ang mga kambing sa masasama? Ang pagkaunawa sa mga katangian ng dalawang hayop na ito ay mas magpapakita sa atin ng sarili nating mga katangian at hangarin. Kunsabagay, hangarin nating lahat na matagpuan ang ating sarili sa kanang kamay ng Panginoon. Ang sumusunod ay ang mga katangian ng dalawang hayop na ito na nabasa namin sa encyclopedia. Naglagay kami ng mga tanong sa ilan sa mga ito na tutulong para masuri natin ang sarili nating mga pag-uugali.

Tupa

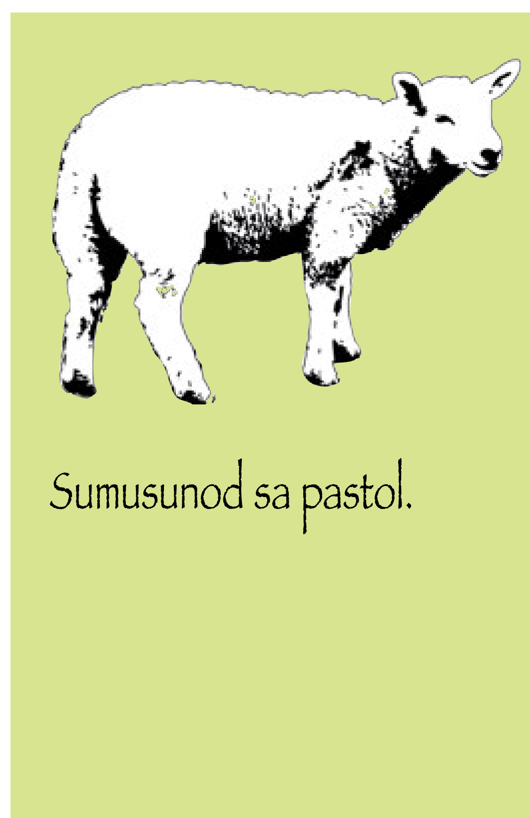
Kailangan ng malinis na tubig na maiinom. (Umaasa ba tayo sa impluwensya ng Espiritu Santo sa ating buhay?)

Ugaling umalis sa madilim at pumunta sa maliwanag. (Lagi ba nating iniisip na matagpuan ang ating sarili sa mga banal na lugar at umiwas sa mga alanganing lugar o sitwasyon? - D at T 87:8)
Tumatakbong paakyat sa burol kapag nagagambala. (Paano tayo tumutugon sa mga pagsubok at hamon?)

Sumusunod sa pastol. (Sinusuportahan ba natin ang ating mga propeta at lokal na mga lider at sinusunod ang kanilang payo?)

Tahimik lang kahit nasasaktan. (Kapag nahihirapan tayo, nananalig ba tayo kay Jesucristo at sa Kanyang pagbabayad-sala at tinitingnan ang bukas nang may pag-asa?)

Ang unang ginagawa para maligtas ay tumakbong palayo sa panganib. (Matalino ba tayong tulad ni Jose ng Egipto o hangal na susubukan kung hanggang kailan tayo tatagal?)



Kambing

Kinakain kahit mga karton at lata. (Tinatanggap ba natin ang lahat ng inaalok sa atin ng mundo o matalino tayong pumipili?)

Laging inaalam kung saan ang mahinang bahagi ng bakod. (Lagi ba tayong naghahanap ng paraan na masunod ang mga utos o ng dahilan na masuway ito?)

Madaling bumalik sa pagiging mabangis. (Nananatili ba tayong tapat sa ating mga tipan anuman ang mga kalagayan at kapaligiran?)

Naniniwala kami na ang karagdagang kaalamang ito ay makatutulong sa inyo na basahin ang Mateo 25:32-33 sa ibang pananaw. Magtatapos kami sa ilang espirituwal na kabatiran mula sa mga banal na kasulatan na makatutulong sa inyo na gawing masarap ang salita sa atin:

"Inihahalintulad ko sa amin ang lahat ng banal na kasulatan, upang ito ay maging para sa aming kapakinabangan at kaalaman."
(1 Nephi 19:23)

"At ngayon, kung kayo ay naniniwala sa lahat ng bagay na ito, tiyaking ito ay inyong gagawin." (Mosias 4:10)

"Kaya't ang bawat dumirinig ng aking mga salitang ito at ginaganap, ay matutulad sa isang taong matalino, na itinayo ang kaniyang bahay sa ibabaw ng bato:" (Mateo 7:24; tignan din sa 25-27; Lucas 6:46-49; 3 Nephi 14:24-27).

"Datapuwa't maging tagatupad kayo ng salita, at huwag tagapakinig lamang, na inyong dinadaya ang inyong sarili." (Santiago 1:22)

"Ako ay nakaupo sa aking silid nagbubulay-bulay sa mga banal na kasulatan."
(Doktrina at mga Tipan 138:1, 11)

At masdan, … [kung inyong aalagaan] ito nang may malaking pagkalinga … iyon ay [magkakaugat at lalaki], at mag[bi]bigay ng bunga." (Alma 32:37; tignan din sa 29-43)

Dalangin namin na sisimulan natin ang mga hakbang upang ang mga banal na kasulatan ay maging masarap para sa atin nang sa gayo'y magpakabusog tayo rito. Sa pangalan ni Jesucristo, amen. ■

"Inihahalintulad ko sa amin ang lahat ng banal na kasulatan, upang ito ay maging para sa aming kapakinabangan at kaalaman."
(1 Nephi 19:23)

Mga Tip para sa Matagumpay na Pag-aaral ng mga Banal na Kasulatan

Ni Ma. Teresa Canadalla-Pangilinan

Pinatototohanan ko na ang mga banal na kasulatan ay may kapangyarihang bumago ng buhay, dumaig ng kahinaan, tumapos ng pagtatalu-talo at humikayat ng patuloy na pagtitiwala sa Panginoon.

Pero kapag marami tayong ginagawa, pinapasadahan lang natin ang isang talata o pahina para lang masabing may nabasa tayo sa araw na iyon. Ang pag-aaral ng mga banal na kasulatan araw-araw nang may pag-unawa at pagsasagawa ay magdaragdag ng kahulugan at kabuluhan dito.

Narito ang ilang mga tip na ibinahagi ng mga miyembro para maging matagumpay ang pag-aaral ng mga banal na kasulatan:

1. MAGSULAT.
Binabasa ko ang mga banal na kasulatan araw-araw. Pagkatapos magbasa isinusulat ko sa jounal ang alituntunin at kautusan na natutuhan ko para alam ko kung ano na ang progreso ng pagbabasa ko.

Marjorie B. Gumayao
Quirino 1st Ward
QC South Phils Stake

2. MAGBASA SA SARILI MONG WIKA.
Basahin ang banal na kasulatan sa diyalekto o wikang naiintindihan mong mabuti.

John Fitz Gerald S. Cruz
San Jose Ward
Montalban Phils Stake

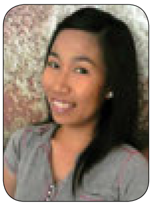
3. MAGBASA SA PINAKAGUSTO MONG ORAS.
Natutuhan ko sa misyon na maglaan ng oras para sa personal na pagbabasa ng banal na kasulatan. Piliin ang oras na makatutulong sa iyo na makapagpokus at maunawaan ang binabasa mo. Kapag ginawa mo ito magiging karapat-dapat ka na magabayan ng Espiritu. Nasa aklat na ako ni Jacob at pinag-aaralang mabuti ang paksa tungkol sa pananampalataya

Lyra Grace S. Yoro
Makati 2nd Ward
Makati Philippines Stake

4. MAGBASA SA UMAGA.
Epektibo sa akin na pag-aralan ang mga banal na kasulatan nang umagang-umaga; mas marami akong natatanggap na paghahahayag kapag ganoong oras.

Jared B. Barong
Fairview Ward
Fairview Philippines Stake

5. HANGARING MADAMA ANG ESPIRITU.
Lagi kong sinisimulan at tinatapos ang pag-aaral ko ng mga banal na kasulatan nang may taimtim na panalangin na mas maunawaan ito. Iniisip ko na kunwari ay bahagi ako ng kuwento tulad nang ginagawa ko kapag nagbabasa ako ng ibang libro. Ang pagmamarka ng mga talata at pagsusulat ay nakatutulong din!



Lorelei Ordanza
Narra Branch
Narra Philippines District

6. MAGLAAN NG ORAS PARA SA DAGDAG NA PAG-AARAL.
Kapag nagbabasa ako ng mga banal na kasulatan tinitingnan ko ang mga footnote, mga cross reference at kahulugan ng mga salita para talagang maunawaan ko ang pinag-aaralan ko.

Jonathan M. Baquiran
Cabiao Ward
Gapan Philippines Stake

7. MAGBASA KASAMA NG PAMILYA.
Ang palagiang pagbabasa at pagtatalakayan ng mga banal na kasulatan kasama ang pamilya ay mabibisang paraan ng epektibong pag-aaral.

Jessie D. Calixto
Bacoor Ward
Bacoor Philippines Stake

Sa araw-araw na pag-aaral ng mga banal na kasulatan, nagiging maliwanag sa atin ang mga doktrina, nasasagot ang ating mga tanong, at nabibigyan tayo ng mga instruksyon at inspirasyon. Higit sa lahat binibigyan tayo ng katiyakang hindi tayo nag-iisa sa panahon ng mga pagsubok.

Inaanyayahan nito ang Espiritu sa ating tahanan at sa ating buhay. Nadarama natin na pinapayuhan tayo ng Panginoon sa tuwing binubuklat natin ang mga pahina, pinagbubulay-bulay at isinasagawa ang Kanyang mga banal na salita.

"…kung kayo ay magpapatuloy, nagpapakabusog sa salita ni Cristo, at magtitiis hanggang wakas, masdan, ganito ang wika ng Ama: Kayo ay magkakaroon ng buhay na walang hanggan" (2 Nephi 31:20).

Paano kayo natulungan ng mga banal na kasulatan sa mga panahon ng pagsubok at paghihirap?

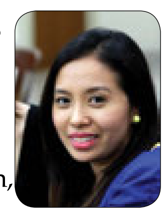
Pinalakas ako ng mga banal na kasulatan noong nakaranas ako ng napakabigat na mga pagsubok. Ipinaalala sa akin ng mga pangakong matatagpuan doon na sa bawat dusa, kalungkutan at hamon ay may katumbas na pagpapala sa huli. Ang matuto mula sa buhay ng mga kahanga-hangang tao sa mga banal na kasulatan ay nagbigay sa akin ng lakas na ako rin ay minamahal ng mapagmahal at maawaing Ama at na sa pamamagitan ng pagbabayad-sala ng Kanyang Anak, si Jesucristo, bawat isa sa atin ay makababalik sa kanyang kinaroroonan. Iyan ay simpleng katotohanan na may matinding epekto sa bawat taong naghahanap ng kapayapaan sa gitna ng matitinding pagsubok.

Camela Ann Londres-Valdez
Makati Philippines Stake

Pag-uwi ko ng misyon at mag-aral sa kolehiyo, madalas akong makaranas ng peer pressure. Ang patuloy na pagbabasa ng mga banal na kasulatan ay isang paraan na maging malakas at maging halimbawa sa mga nasa paligid mo. Itinuturo sa akin ng mga banal na kasulatan na hindi madali ang buhay kung wala ang patnubay ng Panginoon. Iwinawasto, tinuturuan ako nito at ipinapakita sa akin ang dapat gawin sa mga panahon ng pagsubok. Sa patuloy kong pagbabasa ng mga banal na kasulatan at mamuhay ayon sa nababasa ko, nadarama kong ginagabayan, minamahal at binabantayan ako.

Mahonri Ricafort Araojo
Quezon City Stake

Ang mga banal na kasulatan ang unang sanggunian ko para masagot ang mahihirap na sitwasyon sa buhay (ito man ay tungkol sa pagiging magulang, problema sa buhay may-asawa, atbp.). Mas mahalaga at nakatutulong ito kaysa sa Google at lahat ng search engines, kahit pagsama-samahin pang lahat ito. Halimbawa, kapag nalulungkot ako o nahihirapan, naaalala ko ang nabasa ko tungkol sa mga karanasan ng pamilya ni Lehi sa ilang o ang mga hirap na dinanas ng mga pioneer. Naiisip ko na lang kung gaano katindi ang hirap na naranasan nila kumpara sa naranasan ko at kung paano nila napagtiisang mabuti ito. Ang mga banal na kasulatan ay tunay na pinagmumulan ng kasagutan, kapanatagan at magandang pananaw.



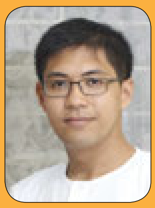
Kristine Acobera Lopez
Quezon City South Stake

Ang mga banal na kasulatan ay nagbibigay sa akin ng lakas na piliin at gawin ang tama. Sa pag-aaral ng ebanghelyo at pagkatuto mula rito, napapaalalahanan ako ng sinabi ni Jesucristo. "Magsiparito sa akin, kayong lahat na nangapapagal at nangabibigatang lubha, at kayo'y aking papagpapahingahin. Pasanin ninyo ang aking pamatok, at magaral kayo sa akin; sapagka't ako'y maamo at mapagpakumbabang puso: at masusumpungan ninyo ang kapahingahan ng inyong mga kaluluwa, sapagka't malambot ang aking

pamatok, at magaan ang aking pasan.” (Mateo 11:28-30) Tunay ngang may matinding kapayapaan sa puso ko kapag personal kong pinag-aaralan ang aking mga banal na kasulatan.

Rogelio Saygo Jr.
Baguio Philippines Stake

Inaanyayahan ng mga banal na kasulatan ang Espiritu sa napaka-makapangyarihang paraan na nagbibigay sa akin ng pag-asa at katiyakan na gaano man humirap ang buhay, lahat ng bagay ay maaayos din sa huli. Pinatototohanan din ng mga banal na kasulatan ang nakapagtutubos na biyaya ng Tagapagligtas na siyang tumutulong sa akin na mapagtiisan ang aking mga pagsubok.

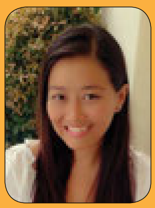


Liel Maala
Quezon City South Philippines Stake

Sa tuwing balisa ako o kapag may mga pagsubok akong nararanasan, nag-uukol ako ng oras na magdasal at magbasa ng mga banal na kasulatan. Ang pagbabasa ng mga banal na kasulatan ay nagbibigay sa akin ng kapanatagan, kaliwanagan, karunungan at kapayapaan. Isang di-mailarawang damdamin ang pumapayapa sa akin at dahil dito nakakaya kong harapin ang mga pagsubok nang may maluwag na kalooban at tiwala sa Diyos.

Edleanne Garcia
Caloocan Philippines Stake

Nakapapanatag na malaman na ang mga taong nabuhay maraming siglo na ang nakalipas ay naranasan din ang mga pagsubok na nararanasan ko ngayon at kapag nababasa ko kung paano nila nakayanan ang mga pagsubok na iyon, nabibigyan ako ng pag-asa na magiging maayos ang lahat kung susundin ang mga kautusan. Kahit nasa makabagong panahon tayo, ang mga kuwento at aral na natututuhan natin sa mga banal na kasulatan ay angkop pa rin ngayon.



Kristelle Glodo
Mandaue Philippines Stake

Kahit ang matitibay na pundasyon ay hindi mahahadlangan ang mga hamon sa buhay. Tinutulungan ako ng mga banal na kasulatan na magtayo ng matibay na pundasyon sa bato ni Cristo, na ating Manunubos. Kapag mas malalim ang pang-unawa natin sa ebanghelyo ni Jesucristo, mas malakas ang ating patotoo at mas naliliwanagan tayo. Tulad nang nakatala sa Eter 12:27 “… Ako ay nagbibigay ng kahinaan sa mga tao upang sila ay magpakumbaba; at ang aking biyaya ay sapat para sa lahat ng taong magpapakumbaba ng kanilang sarili sa aking harapan … sa gayon ay gagawin ko ang mahihinang bagay na maging malalakas sa kanila.” Bilang tao, hindi tayo perpekto pero kung magpapakumbaba tayo at magbabasa ng mga banal na kasulatan nagiging mas matatag tayo sa pagharap sa lahat ng pagsubok na dumarating sa buhay natin kapag patuloy tayong nagtitiis hanggang wakas.

Jidilea Asuro Baluyot
Valenzuela Philippines Stake

Laging ipinapaalala sa akin ng mga banal na kasulatan na hindi ako kailanman nag-iisa. Kapag nakakaranas ako ng mga pagsubok hindi ko mapigilang isiping nag-iisa ako at wala ng pag-asa. Laging ipinapakita sa akin ng mga banal na kasulatan kung ano ang dapat kong gawin. Unti-unti nitong ipinapakita sa akin na kasama ko sina Jesucristo at ang Ama sa Langit, na nangungusap mismo sa akin sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at sinasabi ang dapat kong gawin, ipinapaliwanag kung bakit may mga pagsubok at ipinapaalala sa akin na manatiling matatag dahil may pagpapalang naghihintay sa akin kung magtitiis lang ako at susunod.

Chezca del Rosario
Caloocan Philippines Stake

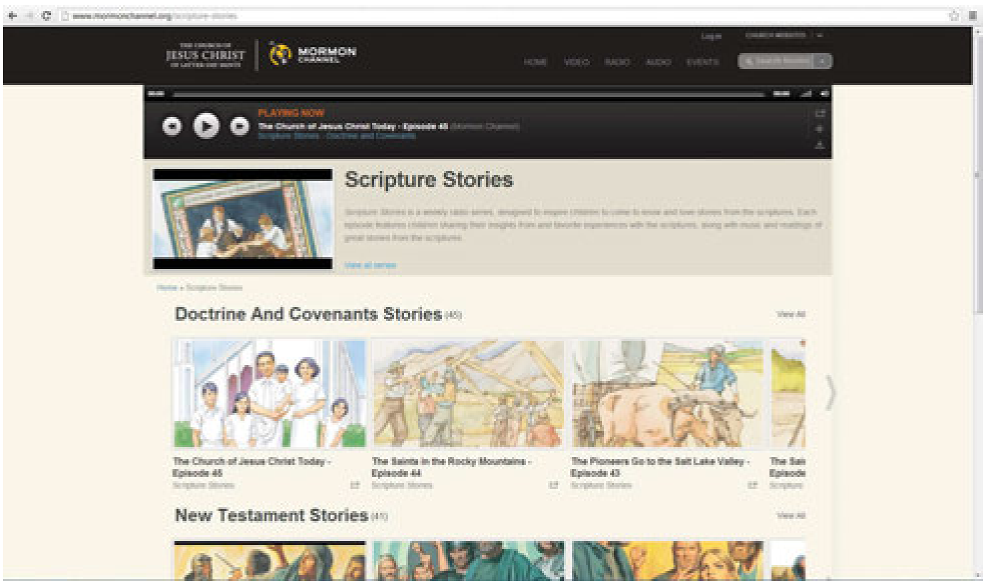
Ang patuloy na pag-aaral ng mga banal na kasulatan ay hindi lang tumutulong sa akin sa mga panahon ng pagsubok, kundi inihahanda rin ako nito. Pinalalawak nito ang pang-unawa ko sa mga plano at layunin ng Diyos nang sa gayon ay mapanatag ako sa kabila ng mga pagsubok. Ipinapaalala rin sa akin ng mga banal na kasulatan ang mga salitang hindi ko naisip bago ako lumuhod at manalangin. Dinaragdagan din nito ang kakayahan kong magmahal at magpatawad na nakatulong sa aking magkaroon ng magandang pananaw kahit na sa pinakamahirap na kalagayan. Dahil sa mga banal na kasulatan, naging mapagpasensya ako na nakatutulong sa akin magpahanggang ngayon. Maraming salamat sa mga banal na kasulatan. Napakahalagang bahagi nito sa ating buhay.

Gracielle Dela Cruz Bassig
Valenzuela Philippines Stake

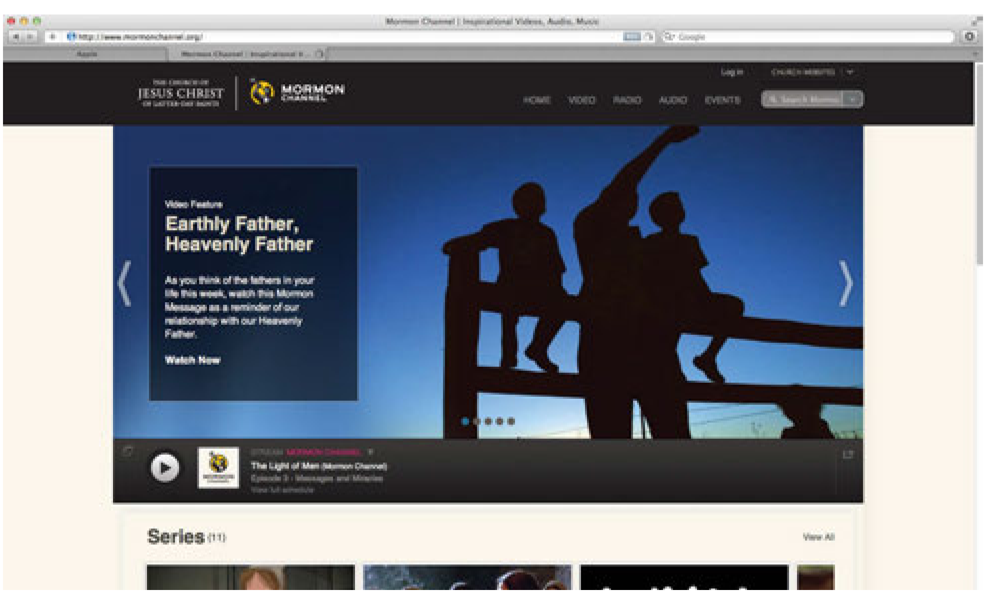
Mga Website at Mobile Application na Makatutulong sa mga Miyembro sa Pagbabasa ng mga Banal na Kasulatan

Para sa mga Bata

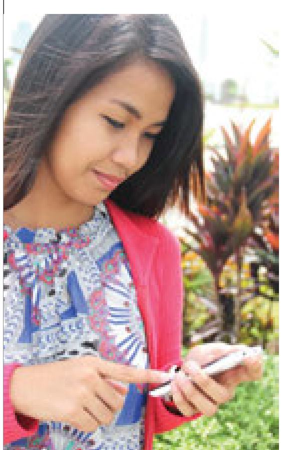
1. ***http://www.lds.org/friend/online-activities/videos/scripture-stories?lang=eng***
   Mga video at mga pagbabasa ng mga kuwento mula sa Lumang Tipan, Bagong Tipan, Aklat ni Mormon, at Doktrina at mga Tipan.



2. ***http://www.mormonchannel.org/scripture-stories***
   Lingguhang mga serye sa radyo tungkol sa mga kuwento sa mga banal na kasulatan na mapapakinggan ng mga bata. Ibinabahagi rito ng mga bata ang kanilang paboritong karanasan patungkol sa mga banal na kasulatan, at may kasamang musika at pagbabasa mula sa mga banal na kasulatan.



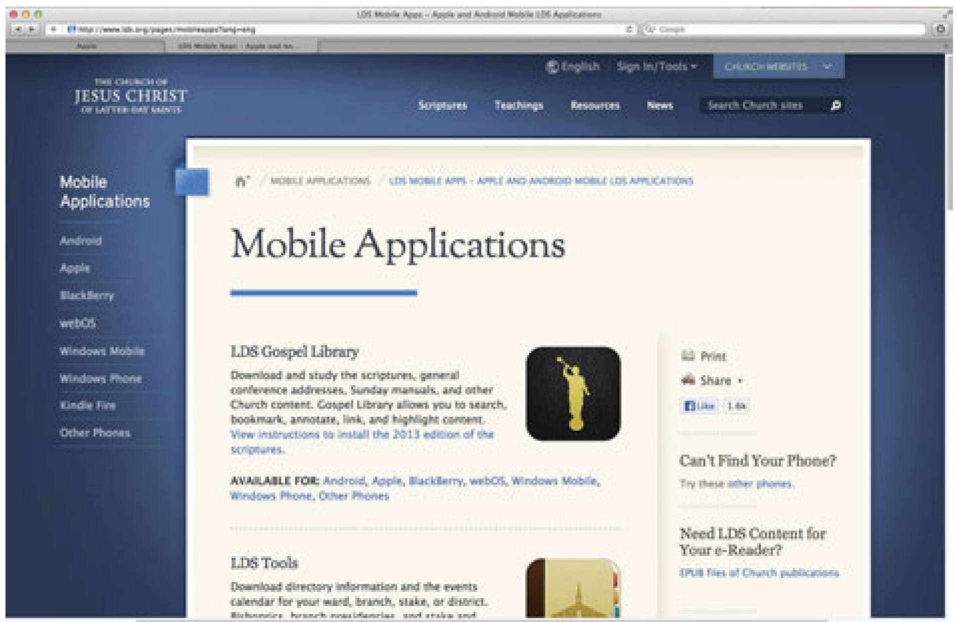
Para sa Matatanda

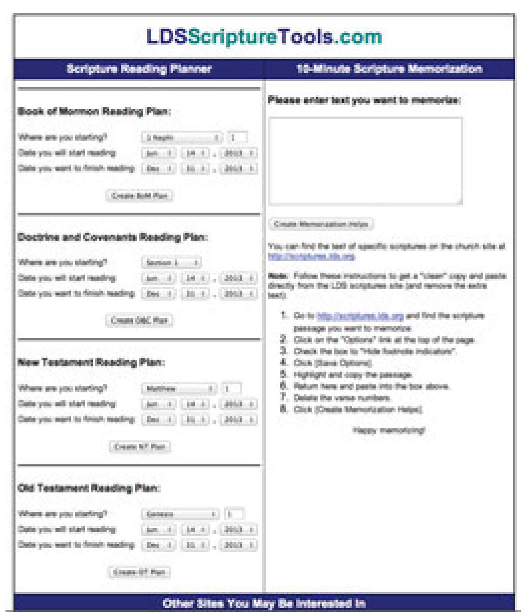


1. ***http://mobile.lds.org***

   Gospel Library App

   Sa mobile.LDS.org, maida-download ng mga miyembro ang Gospel Library app para maka-access agad sa Church materials gamit ang kanilang mga mobile device. Matapos i-download ang app, maia-access na nila ang mga banal na kasulatan, mga mensahe sa pangkalahatang kumperensya, mga pang-Linggong manwal, at iba pang mga materyal sa Simbahan gamit ang kanilang mga mobile device. Magagamit ng mga user ang Gospel Library App para mag-search, mag-mark, at mag-underline, mag-bookmark, mag-link, mag-tag, magdagdag ng sariling tala, kumopya ng content na ilalagay sa mga document, at mag-sync ng mga annotation sa LDS.org.





2. ***http://www.ldsscripturetools.com/***

   May dalawang feature ang website na ito: ang reading plan tool at ang memorization tool. Tutulungan kayo ng reading plan tool sa pagplano ng kabanatang plano ninyong simulan mula sa apat na pamantayang banal na kasulatan, ang petsang plano ninyong magsimula, at ang petsang plano ninyong matapos. Pagkatapos ay kakalkulahin ng site kung gaano karaming kabanata at pahina ang babasahin ninyo kada araw para matapos ninyo ang ipinlano ninyo sa oras. Tutulungan kayo ng memorization tool na maisaulo ang pinili ninyong talata mula sa mga banal na kasulatan.