My Foundation: Principles, Skills, Habits (Ang Aking Saligan: Mga Alituntunin, Kasanayan, at Gawi)

SELF-RELIANCE

Inilathala ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw
Salt Lake City, Utah
© 2015 ng Intellectual Reserve, Inc.
Lahat ng karapatan ay nakalaan. Inilimbag sa USA.
Pagsang-ayon sa Ingles: 9/13. Pagsang-ayon sa pagsasalin: 9/13. Pagsasalin ng *My Foundation: Principles, Skills, Habits*. Tagalog. 12374 893

MY FOUNDATION (ANG AKING SALIGAN)

Pag-aralan at ipamuhay ang mga alituntunin, mga kasanayan at mga gawing ito. Humahantong ang mga ito sa pagiging self-reliant sa espirituwal at temporal.

Pambungad 2

Pagsisimula 3

1: Manampalataya kay Jesucristo 4

2: Matalinong Paggamit ng Oras 6

3: Maging Masunurin 8

4: Pangasiwaan ang Pera 10

5: Trabaho: Maging Responsable 12

6: Lutasin ang mga Problema 14

7: Magkaisa, Magtulungan 16

8: Makipag-usap: Pagsamo at Pakikinig 18

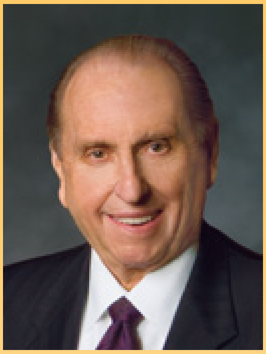
9: Magtiyaga 20

10: Magpakita ng Integridad 22

11: Maghangad na Matuto at Mag-aral 24

12: Manatiling Nakapokus, Tumanggap ng mga Ordinance 26

Huling Aktibidad: Magpatuloy at Maglingkod 28



"Ang self-reliance *ay bunga ng ating pag-gawa. . . . Ang ating pagsulong sa dakilang gawaing ito ay naka-batay sa mas malalim na pag-unawa at lubos na pagpapamu-hay sa mga ipinaha-yag na mga welfare principles."*

THOMAS S. MONSON, "Guiding Principles of Personal and Family Welfare," ***Ensign,*** **Set. 1986, 3–5**

PAMBUNGAD

Mahal naming mga Kapatid:

Inihayag ng Panginoon, "Layunin ko ito na maglaan para sa aking mga banal" (D at T 104:15). Ang paghahayag na ito ay isang pangako mula sa Panginoon na magbibigay Siya ng mga temporal na biyaya at mga oportunidad para maging self-reliant, na kaya nating tustusan ang mga pangangailangan natin at ng ating pamilya sa buhay na ito.

Ang booklet na ito, ang *My Foundation,* ay inihanda para makatulong sa mga miyembro ng Simbahan na matutuhan at magawa ang mga alituntunin ng pananampalataya, edukasyon, kasipagan, at pagtitiwala sa Panginoon. Sa pagtanggap at pagsasabuhay ng mga alituntuning ito, higit ninyong makakamtan ang mga temporal na biyayang ipinangako ng Panginoon.

Inaanyayahan namin kayo na pag-aralang mabuti at isabuhay ang mga alituntuning ito at ituro ang mga ito sa mga miyembro ng inyong pamilya. Kapag ginagawa ninyo ito, mabibiyayaan ang inyong buhay. Matututo kayo kung paano kumilos sa inyong pagsulong patungo sa lalo pang pagiging self-reliant. Mabibiyayaan kayo ng mas malaking pag-asa, kapayapaan, at pag-unlad.

Kayo ay tunay na anak ng ating Ama sa Langit. Mahal Niya kayo at hindi kayo pababayaan. Kilala Niya kayo at handa Siyang ipagkaloob sa inyo ang mga espirituwal at temporal na biyaya ng self-reliance.

Tapat na sumasainyo,

Ang Unang Panguluhan

PAGSISIMULA

Pag-isipang Mabuti: Bakit nais ng Ama sa Langit na maging self-reliant ako? Kapag tayo ay naging self-reliant, paano tayo nagiging katulad Niya?

Basahin: Kasama ang grupo, basahin ang liham mula sa Unang Panguluhan (sa pahina 2) at ang pahayag ni Pangulong Monson (sa kanan).

Talakayin: Ano ang mga pangako sa mensaheng ito? Ano ang inyong tungkulin?

Basahin: Basahin ang Doktrina at mga Tipan 29:34 (sa kanan).

Talakayin: Ano ang natutuhan mo sa Doktrina at mga Tipan 29:34 tungkol sa pagpasok sa paaralan, pagkakaroon ng trabaho, o pagsisimula ng negosyo? Bakit napakahalaga na maintindihan ang katotohanang ito?

Basahin: Ang *My Foundation* ay mahalagang bahagi sa mga miting ng self-reliance group. Ang mga group member na dumadalo sa mga miting at tumutupad sa kanilang mga pangako ay tatanggap ng sertipiko mula sa LDS Business College. Ilipat sa pahina 29 para marepaso ang mga requirement para makatanggap ng sertipiko.

Sa alituntunin 12 ng *My Foundation,* pag-uusapan natin ang kahalagahan ng mga ordenansa sa templo dahil may kaugnayan ang mga ito sa self-reliance. Mapapalakas natin ang lahat ng aspeto ng ating buhay kapag tinupad natin ang ating mga tipan at tumulong na mapagpala ang ating mga ninuno.

"Ang self-reliance *ay . . . isang mahalagang elemento sa ating kapakanang espirituwal gayundin sa temporal. . . . 'Ang kaligtasan ay hindi matatamo sa pamamagitan ng iba pang alituntunin.' "*

THOMAS S. MONSON, "Guiding Principles of Personal and Family Welfare," ***Ensign,*** **Set. 1986, 3**

"Lahat ng bagay sa akin ay espirituwal, at hindi kailanman ako nagbigay ng batas sa inyo na temporal."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 29:34

Tip para sa Facilitator

Magtiwala sa mga materyal. Sundin ang outline. Gamitin nang mahusay ang oras.

7 MANAMPALATAYA KAY JESUCRISTO

"At layunin ko ito na maglaan para sa aking mga banal."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 104:15

MANAMPALATAYA KAY JESUCRISTO

Pag-isipang Mabuti: Paano makakaapekto ang aking pananampalataya kay Jesucristo sa pagiging self-reliant ko?

Panoorin: "Exercise Faith in Jesus Christ [Manampalataya kay Jesucristo]" (makukuha sa srs.lds.org. Kung wala kang access sa video, basahin ang script sa kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang maaari mong gawin para manampalataya ka kay Jesucristo na makakatulong sa iyo na mas maging self-reliant?

Basahin: Basahin ang Doktrina at mga Tipan 104:15 (sa kanan).

Praktis: Pumili ng isang pahayag sa ibaba at iyong basahin. Isipin kung paano mo magagamit ang banal na kasulatang iyan sa hangarin mong maging self-reliant. Ibahagi sa grupo ang iyong pananaw.

MGA BANAL NA KASULATAN TUNGKOL SA FAITH IN ACTION

Dahil hindi titigil na manalangin si Daniel, siya ay itinapon sa yungib ng mga leon, ngunit ang, "Dios . . . [ay] nagsugo ng kaniyang anghel, at . . . itinikom ang mga bibig ng mga leon, . . . at walang anomang sugat na nasumpungan sa kaniya, sapagka't siya'y tumiwala sa kaniyang Dios." **Daniel 6:22–23** (Tingnan din sa mga talata 16–21)

"Ang lahat ng mga bagay ay may pangyayari sa kaniya na nananampalataya. . . . [Siya'y] naging anyong patay. . . . Datapuwa't hinawakan siya ni Jesus sa kamay, at siya'y ibinangon; at siya'y nagtindig." **Marcos 9:23, 26–27** (Tingnan din sa mga talata 17–22, 24–25)

"Magsumamo kayo para sa mga kawan ng inyong mga bukid upang sila ay dumami." **Alma 34:25**

Ibinigay ng Panginoon kay Lehi ang Liahona para gabayan ang kanyang pamilya, at "kumilos ito para sa kanila alinsunod sa kanilang pananampalataya sa Diyos. . . . [Nang] sila ay naging mga tamad, at nakalimot na pairalin ang kanilang pananampalataya at pagiging masigasig . . . hindi sila sumulong sa kanilang paglalakbay." **Alma 37:40–41**

"Dalhin ninyo ang buong ikasangpung bahagi sa kamalig . . . at subukin ninyo ako ngayon . . . kung hindi ko bubuksan sa inyo ang mga dungawan sa langit, at ihuhulog ko sa inyo ang isang pagpapala, na walang sapat na silid na kalalagyan." **Malakias 3:10**

Noong panahon ng taggutom, hiniling ni Elijah sa balo na ibigay nito sa kanya ang huling pagkain nito. Ipinangako ni Elijah na dahil sa pananampalataya niya, maglalaan ang Panginoon ng pagkain sa kanya, at hindi ito mauubos. **Tingnan sa I Mga Hari 17**

"At . . . pinakain ka niya ng mana [sa loob ng 40 taon] . . . upang kaniyang maipakilala sa iyo na hindi lamang sa tinapay nabubuhay ang tao, kundi sa bawa't bagay na nagmumula sa bibig ng Panginoon." **Deuteronomio 8:3**

Praktis: Sumulat ng dalawang partikular na paraan na makakapanampalataya ka kay Jesucristo:

____

____

Mangakong Gawin: Sa linggong ito, pag-isipang mabuti ang lahat ng mga pahayag at banal na kasulatan sa itaas, at mangakong gawin ang kasunod na mga gawain. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Nananampalataya kay Jesucristo araw-araw.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.

MANAMPALATAYA KAY JESUCRISTO

Kung hindi mo mapapanood ang video, basahin na lamang ang script na ito.

ELDER BEDNAR: *Ang pagkilos ay nagpapakita ng pananampalataya. Dala ng mga anak ni Israel ang kaban ng tipan. Dumating sila sa Ilog Jordan. Ang pangako ay tatawid sila sa tuyong lupa. Kailan nahawi ang tubig? Nang mabasa muna ang kanilang mga paa. Naglakad sila sa ilog--kumilos sila. Sumunod ang kapangyarihan--nahawi ang tubig.*

Madalas nating sabihin, "Okey, uunawain ko nang husto ang kaalamang ito, at pagkatapos ay isasagawa ko iyan." Sinasabi ko na sapat na ang alam natin para magsimula. Nasa tamang direksyon na tayo. Ang pananampalataya ay isang alituntunin---ang alituntunin---ng paggawa at ng kapangyarihan. Ang tunay na pananampalataya ay nakatuon sa Panginoong Jesucristo at palaging humahantong sa pagkilos at paggawa.

(David A. Bednar, "What Must I do?" [Leadership Pattern video, 2014]; David A. Bednar, "Seek Learning by Faith" [mensaheng ibinigay sa Church Educational System religious educators, Peb. 3, 2006], lds.org/media-library)

"Sa ika-labing-apat na kabanata ng Exodo [nagalit] ang mga anak ni Israel kay Moises dahil sila ay dinala—na tila hindi makatwiran—sa Red Sea [dahil walang ibang matatakasan]. Nang nasa harapan sila ng Red Sea, at nasa likuran naman nila ang mga humahabol na hukbo ni Faraon, hindi nila inasahan . . . na makita ang isang makipot na daan na nilikha na iba sa mga bagay na nalikha noon. Ngunit talagang nangyari ito!"

NEAL A. MAXWELL, "On the Straight and Narrow Way," *New Era,* Ago. 1971, 42

2 MATALINONG PAGGAMIT NG ORAS

MATALINONG PAGGAMIT NG ORAS

Pag-isipang Mabuti: Bakit ang panahon o oras ay isa sa mga pinakadakilang kaloob ng Diyos?

Panoorin: "Ang Kaloob na Panahon" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang natutuhan mo mula kay Sister Benkosi?

Praktis: Narito ang limang step o hakbang na magagawa mo kada araw para mahusay na magamit ang iyong oras. Basahin ang bawat isa. Ginawa ba ni Sister Benkosi ang mga bagay na ito?

1. **MAGLISTA NG MGA GAGAWIN** — Tuwing umaga, ilista ang mga gagawin. Idagdag ang mga pangalan ng mga taong paglilingkuran.
2. **MANALANGIN** — Manalangin na mapatnubayan. Makinig. Mangakong gagawin ang lahat ng iyong makakaya.
3. **MAGTAKDA NG MGA PRIYORIDAD** — Lagyan ng numero ang una mong mga priyoridad. Lagyan ng "1" ang pinakamahalaga, lagyan ng "2" ang kasunod, hanggang matapos.
4. **MAGTAKDA NG MGA MITHIIN, KUMILOS** — Makinig sa Espiritu. Magtakda ng mga mithiin. Magsikap nang husto. Magsimula sa pinakamahalagang gawain at isunod ang iba pa na nasa listahan.
5. **MAGREPORT** — Tuwing gabi, magreport sa Ama sa Langit sa panalangin. Magtanong. Makinig. Damhin ang Kanyang pagmamahal. Magsisi.

Magsimula Ngayon. Isulat sa workbook na ito o sa ibang papel. Gawin ang hakbang 1: Ilista ang iyong gagawin para bukas. Ang mga ito ay dapat mahahalagang gawain para sa iyong trabaho, sa iyong pag-aaral, o para sa simbahan o paglilingkod sa pamilya—hindi lang basta gawaing-bahay.

Gawin ang hakbang 2 at 3.

Kinabukasan, gawin ang hakbang 4 at 5.

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Ginagawa ang mga step o hakbang na ito sa araw-araw para magamit nang mas matalino ang iyong oras.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang foundation principle o saligang alituntunin.

"Sapagkat masdan, ang buhay na ito ang panahon para sa mga tao na maghanda sa pagharap sa Diyos; oo, masdan, ang araw ng buhay na ito ang araw para sa mga tao na gampanan ang kanilang mga gawain."

ALMA 34:32

Tip para sa Facilitator

Kapag may katanungan ang mga group member, tulungan na sila mismo ang makahanap ng sagot.

ANG KALOOB NA PANAHON

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, i-assign sa mga group member ang mga role mula sa script at ipabasa ito.

KOFI: *Hello, Sister Benkosi. Kumusta po kayo?*

SISTER BENKOSI: *Okey ka ba, Kofi?*

KOFI: *Naku, Sister Benkosi. Marami po akong ginagawa. Kailangan kong magtrabaho at paglingkuran at tulungan ang aking pamilya . . . at magpraktis ng football. Kulang talaga ang oras ko!*

SISTER B.: *Kofi, nasa iyo ang lahat ng oras.*

KOFI: *Ano po?*

SISTER B.: *Iho, binigyan tayo ng Diyos ng magandang regalo—ang ating* panahon. *Gugulin natin ito sa bagay na pinakamahalaga.*

KOFI: *Pero paano po, Sister Benkosi? Lagi kayong maraming nagagawa. Matagumpay po kayo sa inyong pamilya at negosyo. Naglingkod kayo at natulungan ang marami, gaya ko. Di ko alam kung paano n'yo ito nagawa.*

SISTER B.: *Gusto mo bang malaman? Kung mauupo ka at makikinig, sasabihin ko sa iyo ang sikreto ko.*

Madaling araw ako gumigising. Nagbibihis ako at naghihilamos.

Nagbabasa ako ng mga banal na kasulatan. Pagkatapos inililista ko ang gagawin ko sa araw na iyon.

Iniisip ko kung sino ang paglilingkuran ko. Nagdarasal ako para malaman ang kalooban ng Diyos. At nakikinig ako.

Kung minsan pumapasok sa isip ko ang mga pangalan o mukha ng mga tao. Idinadagdag ko sila sa listahan ko.

KOFI: *Kaya ba lagi ninyong nalalaman kung sino ang paglilingkuran ninyo?*

SISTER B.: *Oo, Kofi. At nagdarasal ako na bigyan ako ng lakas at karunungan. Dalangin ko na ang Diyos ay "[ilalaan] ang [aking] pagganap." Sinabi iyan sa 2 Nephi 32.*

Nagpapasalamat ako sa Kanya. Nangangako na gagawin ko ang lahat ng aking makakaya. Nagpapatulong sa Kanya sa mga bagay na hindi ko kayang gawin.

Pagkatapos tinitingnan ko ang listahan ko. Nilalagyan ko ng "1" ang pinakamahalaga, at ng "2" ang kasunod.

KOFI: *Paano ninyo nalalaman kung ano ang uunahin?*

SISTER B.: *Nakikinig ako kapag nagdarasal ako! Pagkatapos ay kumikilos ako. Titingnan ko ang number 1 at sisikapin na gawin muna ito, pagkatapos nito ay ang number 2.*

Kung minsan may nababago. Sinasabi sa akin ng Espiritu Santo na iba ang gawin ko. Maganda iyon.

Nagpapakasipag ako, at panatag ako. Alam kong tutulungan ako ng Diyos.

Kaya, sa tulong ng listahan at ng Espiritu, nagagawa ko ang mahalaga, Kofi.

KOFI: *Parang simple lang gawin pero mahirap din.*

SISTER B.: *Tama ka! Bago ako matulog, nagdarasal ako. Nagrereport ako sa Ama sa Langit. Sinasabi ko sa Kanya ang nangyari sa maghapon. Nagtatanong ako. Itinatanong ko kung ano pa ang mas mapagbubuti ko. Nakikinig ako. Madalas kong madama ang Kanyang pagmamahal. Alam ko na pinag-iibayo Niya ang mga nagawa ko. At napapanatag ako, Kofi, at natutulog na ako.*

KOFI: *Ayos 'yan, Mamma Benkosi. Gusto ko ang kapanatagang iyan. Gusto kong gamitin ang aking oras. Gusto kong gumawa at maglingkod nang mas mabuti.*

SISTER B.: *Hindi mo gagawin ang mga bagay na hindi mahalaga, Kofi. Gagamitin mo ang iyong oras sa paggawa ng mahahalagang bagay. At pasasaiyo ang Diyos kung mabuti ang iyong hangarin.*

KOFI: *Salamat po.*

SISTER B.: *Sige na, iho. Marami ka pang gagawin!*

"Ang panahon ang siya lamang puhunan dito sa lupa. . . . Kung gagamitin sa tamang paraan, magdudulot ito sa inyo ng dagdag na kaginhawahan, kaluwagan, at kasiyahan. Isaalang-alang natin ito, at huwag nang maupo na nakahalukipkip ang mga kamay, na nagsasayang ng oras."

BRIGHAM YOUNG, sa *Discourses of Brigham Young,* sel. John A. Widtsoe (1954), 214

3 MAGING MASUNURIN

MAGING MASUNURIN

Pag-isipang Mabuti: Anong mga batas ang dapat kong sundin para lalo pang maging self-reliant?

Panoorin: "Ang Pagsunod ay Nagdudulot ng mga Pagpapala" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ang pagsunod sa mga batas at alituntunin ng Diyos ay nagdudulot ng mga pagpapalang espirituwal at temporal. Ano ang mga karanasan ninyo na nagpapatunay na totoo ito?

Basahin: Doktrina at mga Tipan 130:20–21; pahayag ni Joseph Smith (sa kanan)

Praktis: Tingnan ang table sa ibaba. Pansinin kung paanong ang pagsunod sa partikular na mga batas ay nagdudulot ng mga partikular na pagpapala. Ibinigay ang ilang halimbawa.

Ngayon, sa loob ng ilang minuto:

1. Isulat ang mga partikular na pagpapala na nais mong makamtan sa paghahanap mo ng trabaho, self-employment, o edukasyon. Gamitin ang column sa kanan.
2. Gamitin ang column sa kaliwa sa pagsulat ng mga batas na masusunod mo para matanggap ang mga pagpapalang iyon.

"May isang batas . . . kung saan ang lahat ng pagpapala ay nakasalalay—At kapag tayo ay nagtatamo ng anumang mga pagpapala mula sa Diyos, ito ay dahil sa pagsunod sa batas kung saan ito ay nakasalalay."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 130:20-21

"Ginawa ko itong panuntunan: Kapag inutos ng Panginoon, gawin ito."

JOSEPH SMITH, sa *History of the Church,* 2:170

SUMUNOD Mga batas o alituntunin	PARA MATANGGAP Mga pagpapala
Ang Word of Wisdom (D at T 89)	*Mas mabuting kalusugan, malaking kaalaman*
Mga ikapu at mga handog (Malakias 3:10–12)	*Mga temporal at espirituwal na pagpapala, tagumpay sa trabaho, proteksyon*
Pagpasok sa trabaho sa takdang oras araw-araw	*Hindi matatanggal sa trabaho at makakapag-impok ng pera.*
Pagkain ng masustansya at regular na pag-eehersisyo	*Hindi ka aabsent sa trabaho dahil sa sakit*

Praktis: Sumulat ng dalawa o tatlong paraan na mapag-iibayo mo ang iyong pagsunod sa mga batas na pinili mo:

____

____

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Naging masunurin araw-araw.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

ANG PAGSUNOD AY NAGDUDULOT NG MGA PAGPAPALA

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

Napakagandang pangako nito! "Siya na sumusunod sa mga kautusan ay tumatanggap ng katotohanan at liwanag, hanggang sa siya ay maluwalhati sa katotohanan at malaman ang lahat ng bagay." [D at T 93:28]. . . .

Mga kapatid, ang pinakamalaking pagsubok sa buhay na ito ay ang pagsunod. "Susubukin natin sila," sabi ng Panginoon, "upang makita kung kanilang gagawin ang lahat ng bagay anuman ang iutos sa kanila ng Panginoon nilang Diyos" [Abraham 3:25].

Sinabi ng Tagapagligtas, "Sapagkat lahat ng magkakaroon ng pagpapala sa aking mga kamay ay susunod sa batas na itinakda para sa pagpapalang yaon, at ang mga batayan nito, gaya ng pinasimulan bago pa ang pagkakatatag ng daigdig." [D at T 132:5].

Wala nang mas dakila pang halimbawa ng pagsunod kaysa yaong ipinakita ng ating Tagapagligtas. Sinabi ni Pablo tungkol sa Kanya:

"Bagama't siya'y Anak, gayon ma'y natuto ng pagtalima sa pamamagitan ng mga bagay na kaniyang tiniis;

"At nang siya'y mapaging sakdal, ay siya ang gumawa ng walang hanggang kaligtasan ng lahat na mga nagsisitalima sa kaniya" [Sa Mga Hebreo 5:8–9].

Ang Tagapagligtas ay nagpakita ng dalisay na pagmamahal sa Diyos sa pamamagitan ng sakdal na pamumuhay, ng pagsasakatuparan ng Kanyang sagradong misyon. Hindi Siya kailanman nagmataas. Hindi Siya kailanman naging palalo. Nanatili Siyang matapat. Siya ay laging mapagpakumbaba. Siya ay laging tapat. Siya ay masunurin sa tuwina. . . .

Nang maharap sa matinding paghihirap sa Getsemani, kung saan dumanas Siya ng matinding sakit kung kaya't "ang kaniyang pawis ay naging gaya ng malalaking patak ng dugo na nagsisitulo sa lupa" [Lucas 22:44], ipinakita Niya ang pagiging masunuring Anak sa pagsasabing, "Ama, kung ibig mo, ilayo mo sa akin ang sarong ito: gayon ma'y huwag mangyari ang aking kalooban, kundi ang iyo" [Lucas 22:42].

Katulad ng tagubilin ng Tagapagligtas sa Kanyang mga Apostol noon, Kanya rin tayong tinatagubilinan, "Sumunod ka sa akin" [Juan 21:22]. Handa ba tayong sumunod?

Ang kaalamang hinahanap natin, ang sagot na hinahangad natin, at ang lakas na ninanais natin ngayon para maharap ang mga hamon ng magulo at pabagu-bagong mundong ito ay maaaring mapasaatin kapag handa tayong sundin ang mga utos ng Panginoon. Babanggitin ko muli ang mga salita ng Panginoon: "Siya na sumusunod sa mga kautusan [ng Diyos] ay tumatanggap ng katotohanan at liwanag, hanggang sa siya ay maluwalhati sa katotohanan at malaman ang lahat ng bagay" [D at T 93:28].

Mapagkumbaba kong idinadalangin na nawa ay pagpalain tayo nang sagana na ipinangako sa mga masunurin. Sa pangalan ni Jesucristo, na ating Panginoon at Tagapagligtas, amen.

(Thomas S. Monson, "Ang Pagsunod ay Nagdudulot ng mga Pagpapala," Ensign *o* Liahona, *Mayo 2013, 89, 92)*

"Kung mas gusto natin ng karangyaan o ng mga bagay na kailangan natin kaysa pagsunod, hindi natin matatanggap ang mga pagpapala na nais Niyang ibigay sa atin."

SPENCER W. KIMBALL, sa *Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball (1982), 212

Tip para sa Facilitator

Hikayatin ang lahat na gumawa at tumupad ng mga pangako at turuan ang kanilang pamilya.

4 PANGASIWAAN ANG PERA

PANGASIWAAN ANG PERA

Pag-isipang Mabuti: Bakit napakahirap mangasiwa ng pera—at bakit napakahalaga nito?

Panoorin: "Unahin ang Mahalaga!" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang natutuhan ninyo mula sa mga batang ito? Bakit kailangan nating maingat na irekord ang ating pera? Bakit kailangan nating mag-impok ng pera?

Basahin: Pahayag mula sa *All Is Safely Gathered In;* Doktrina at mga Tipan 104:78 (sa kanan)

Praktis: Narito ang apat na hakbang na magagawa mo para mapangasiwaan mo ang iyong pera upang lalo mo pang mapaglingkuran ang iba. Basahin ang mga hakbang na ito. Bilang grupo, pag-usapan kung paano ninyo makakagawian itong gawin.

1 **MAGTRABAHO NANG MABUTI AT MATALINO**

Ipakita sa iyong employer na nagtatrabaho ka nang mabuti araw-araw. Ipakita na kapaki-pakinabang ka. Maging matapat.

2 **MAGBAYAD NG MGA IKAPU AT MGA HANDOG**

Kapag kumita ka na, unahing magbayad ng ikapu. At pagpapalain ka ng Diyos.

3 **GUMASTA NANG MAS KAUNTI SA KINIKITA MO**

Magtakda ng badyet. Irekord ang kita at gastos mo. Umiwas sa pangungutang. Dagdagan ang kita. Gumasta nang mas kaunti sa kinikita mo.

4 **DAGDAGAN ANG IMPOK ARAW-ARAW**

Mag-impok ng pera araw-araw para magkaroon ng kapanatagan at katiyakan.

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Pinangasiwaan ang iyong pera araw-araw.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

"Magbayad ng mga ikapu at mga handog, . . . umiwas sa pangungutang, . . . magbadyet, . . . alamin kung paano mababawasan ang paggastos sa mga bagay na hindi mahalaga . . . [at] disiplinahin ang sarili na mamuhay ayon sa inyong ipinlanong badyet."

***ALL IS SAFELY GATHERED IN: FAMILY FINANCES* (buklet, 2007), 3**

"At muli, katotohanang sinasabi ko sa inyo, hinggil sa inyong mga utang—masdan aking kalooban na dapat ninyong bayaran ang lahat ng inyong utang."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 104:78

Tip para sa Facilitator

Ipabahagi sa isang tao kung paano napagpala ng mga alituntuning ito ang kanyang pamilya.

UNAHIN ANG MAHALAGA!

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, i-assign sa mga group member ang mga role mula sa script at ipabasa ito.

TAGPO: *Batang lalaki at batang babae, na nakasuot ng damit na pang-matanda, ginagaya ang kanilang mga magulang.*

BATANG LALAKI: *Narito na ako, mahal.*

BATANG BABAE: *Welcome home. Naku, mukhang pagod ka.*

BATANG LALAKI: *Ikaw rin. Ang dami mong ginawang trabaho, noh?*

BATANG BABAE: *Kailangan nating magtrabaho, di ba?*

BATANG LALAKI: *Kumita ako ng 10 ngayon.*

BATANG BABAE: *Naku, blessing 'yan. Unahin muna natin ang mahalaga. Magbayad tayo ng ating ikapu.*

BATANG LALAKI: *Pero paano kung hindi sumapat ang pera natin?*

BATANG BABAE: *Diyan papasok ang pananampalataya!*

BATANG LALAKI: *Okey. Pagkatapos?*

BATANG BABAE: *Bumili tayo ng pagkain, magtabi ng pamasahe, at bayaran ang upa sa bahay. At pagkatapos, magandang bumili ng isang upuan. . . .*

BATANG LALAKI: *Pero hindi pwede. Hindi na sapat ang pera natin.*

BATANG BABAE: *Pwede ba tayong umutang?*

BATANG LALAKI: *Sabi nila delikadong mangutang. Huwag tayong pumasok sa problema.*

BATANG BABAE: *Okey. Tama ka. Eh, ano ang gagawin natin dito?*

BATANG LALAKI: *Iimpok natin! Baka may mangyaring emergency.*

BATANG BABAE: *Tama nga. Pero wala na tayong pang-pasyal.*

BATANG LALAKI: *Magkasama naman tayo! At dadagdagan ko pa ang kita ko.*

BATANG BABAE: *Hindi ako gaanong gagastos!*

BATANG LALAKI: *Sa ganyang paraan magiging masaya tayo—at self-reliant!*

BATANG BABAE: *Tama! Hindi naman pala mahirap. Bakit pinapahirap pa ng matatanda?*

BATANG LALAKI: *Alam mo na. Ganoon talaga sila!*

"Tila may damdaming namamayani sa kultura natin ngayon na kamtin ngayon din ang mga bagay na gusto natin. . . . Kapag nagkaroon tayo ng sobra-sobrang utang, . . . ginawa nating busabos ang ating sarili, na ginugugol ang buong panahon, lakas, at kabuhayan para makabayad ng utang. . . . Mahalagang . . . magkaroon tayo ng plano sa paggastos at pag-iimpok—isang badyet—at pagtukoy sa mga gusto sa mga kailangan."

ROBERT D. HALES, "Seek and Attain the Spiritual High Ground in Life" (Church Educational System fireside, Mar. 2009), 6–7; speeches.byu.edu

5 TRABAHO: MAGING RESPONSABLE

TRABAHO: MAGING RESPONSABLE

Pag-isipang Mabuti: Sa palagay mo, bakit nais ng Ama sa Langit na maging responsable tayo sa ating buhay?

Panoorin: "Ang Paglalakbay ni Sedrick " (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Paano ginamit ni Sedrick ang kanyang agency at naging responsable sa kanyang kinabukasan? Ano kaya ang nangyari kay Sedrick kung sinisi niya ang iba sa mga paghihirap niya?

Basahin: 2 Nephi 2:16, 26; Doktrina at mga Tipan 42:42 (sa kanan)

Praktis: Humarap sa isang kagrupo na malapit sa iyo. Magkasamang basahin ang pahayag ni Propetang Joseph Smith na nasa ibaba. Inilarawan niya ang kalagayan niya sa buhay habang siya ay lumalaki. Talakayin ang mga tanong na ito:

- Ano ang kalagayan niya sa buhay?
- Ano ang natutuhan mo tungkol sa self-reliance mula sa mga salita ng Propeta?
- Ano ang ibig sabihin ng Propeta sa "patuloy na paggawa"?

> "Dahil sa hikahos na katayuan ng aking ama, kailangan naming gumawa sa pamamagitan ng aming mga kamay, namamasukan sa mga gawaing arawan at iba pa, hangga't makakukuha kami ng pagkakataon. Kung minsan ay nasa tahanan kami at kung minsan ay nasa ibang lugar, at sa pamamagitan ng patuloy na paggawa ay nakatamo ng maginhawang kabuhayan."
>
> *Joseph Smith—Kasaysayan 1:55*

Praktis: Isipin kung paano ka magiging lalong responsable para sa iyong self-reliance. Sumulat ng dalawa o tatlong bagay na babaguhin mo sa iyong kilos o pag-uugali.

____

____

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

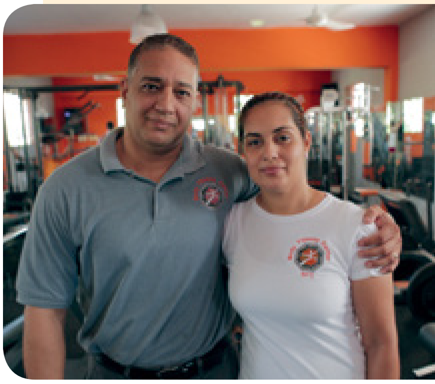
- ☐ Ginagawa ang responsibilidad araw-araw.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

"Anupa't ipinagkaloob ng Panginoong Diyos sa tao na siya ay kumilos para sa kanyang sarili . . . [at ang kalalakihan at kababaihan ay] kumikilos para sa kanilang sarili at hindi pinakikilos."

2 NEPHI 2:16, 26

"Huwag kayong maging tamad; sapagkat siya na tamad ay hindi makakakain ng tinapay ni makapagsusuot ng kasuotan ng manggagawa."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 42:42



ANG PAGLALAKBAY NI SEDRICK

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

SEDRICK: *Ako si Sedrick Kambesabwe. Nakatira ako sa Democratic Republic of the Congo. Miyembro ako ng LDS Church.*

Branch missionary ako sa nayon ng Kipusanga. Kailangan kong maghanda sa pagmimisyon sa ibang bansa. Para makapagmisyon, kailangan ko ng passport, na ang halaga ay 250 US dollars.

Para kumita, bumibili kami ng tatay ko ng mga saging. Maraming inaaning saging ang ilang nayon: Tishabobo, Lusuku, at Kamanda.

Ang Tishabobo ay mga 9 na milya ang layo mula rito. Ang Lusuku ay 18 milya. Gayon din ang Kamanda. Pumupunta kami roon at bumibili ng mga saging, at ibinibenta rito sa amin.

Para makapunta sa mga nayon, nagbibisikleta kami. Ang kaya naming dalhin ay apat o anim na buwig ng saging.

Kapag nakabisikleta ako, isa't kalahating oras bawat pagpunta at pagbalik, kung hindi sira ang bisikleta at may lakas pa ako. Kapag katanghaliang tapat, mabagal ang pagbisikleta ko dahil sa tindi ng sikat ng araw.

Dalawang biyahe ang magagawa ko kada araw kung madaling-araw ako gigising. Magandang paraan ito para mabayaran ang aking passport.

Ngayon kumikita na ako ng pera, paunti-unti, kaya nag-iimpok ako para sa pag-aaral at misyon ko. At ngayon, makalipas ang apat na taong pagtatrabaho, may pambayad na ako para sa aking passport at 70 dollars na ipon.

"Ipinlano ng Diyos ang mortal na buhay na ito na nangangailangan ng patuloy na paggawa. . . . Sa pamamagitan ng paggawa natutustusan natin at napagiginhawa ang buhay. . . . Ang paggawa ay nagpapalakas at nagdadalisay ng pagkatao, lumilikha ng kagandahan, at ang kasangkapan sa ating paglilingkod sa isa't isa at sa Diyos. Ang buhay na inilaan ay puno ng paggawa, minsan paulit-ulit, . . . minsan hindi napahahalagahan ngunit palaging gawin ang yaong nagpapaunlad, . . . nakatutulong, [at] nagpapabuti."

, D. TODD CHRISTOFFERSON, "Larawan ng Isang Buhay na Inilaan," ***Ensign*** **o** ***Liahona,*** **Nob. 2010, 17**

6 LUTASIN ANG MGA PROBLEMA

LUTASIN ANG MGA PROBLEMA

Pag-isipang Mabuti: Sa palagay mo, bakit tinutulutan ng Ama sa Langit na magkaroon tayo ng mga problema at pagsubok?

Panoorin: "Lutasin ang mga Problema at Magpasiya" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang ginawa ni Sheep para matulungan si Pig na malutas ang problema nito? (Isipin kung paano siya tinulungan ni Sheep na matukoy ang tunay na problema, pag-aralan ang kanyang mga opsyon, at pagkatapos ay magpasiya at kumilos.)

Basahin: Eter 2 at 3 (basahin lamang ang excerpt sa kanan)

Talakayin: Ano ang ginawa ng kapatid ni Jared para malutas ang kanyang problema?

Praktis: Nasa ibaba ang tatlong step o hakbang na magagamit mo sa paglutas ng lahat ng klase ng problema nang may panalangin at pananampalataya. Basahin at talakayin ang mga ito sa group member. Kailangang matukoy ng bawat isa sa inyo ang problemang nararanasan ninyo at gawin ang mga step o hakbang.

ALAMIN
Ano ang *tunay* na problema?

1

LUTASIN ANG MGA PROBLEMA

2 **Pag-aralan ang mga Opsyon**
Ano ang maaaring solusyon?
Alin ang pinakamagandang solusyon?

3 **Magpasiya at Kumilos**
Manalangin na mapatnubayan. Magpasiya. Pagkatapos ay kumilos nang may pananampalataya. Maganda ba ang mga resulta? Kung hindi, gawin muli ang step o hakbang 1–3.
Huwag sumuko!

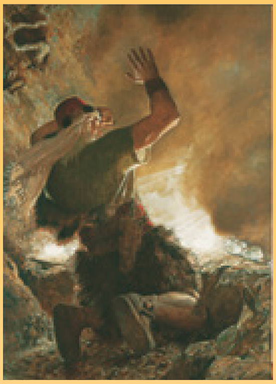
Praktis: Pumili ng isang problema na kinakaharap ninyo bilang pamilya at isulat dito:

____

Sa linggong ito, lutasin ang problemang ito kasama ang iyong pamilya. Tandaan, huwag kang susuko! Mahaba ring panahon ang kailangan para malutas ang mga problema at gumawa ng pagbabago.

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Ginagawa ang mga step o hakbang para malutas ang problemang isinulat mo sa itaas.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.



"Ang kapatid ni Jared ay nagsumamo sa Panginoon, sinasabing . . . nagawa ko na ang mga gabara . . . [at] sa loob nito ay walang liwanag. . . . At sinabi ng Panginoon . . . Ano ang nais mong gawin ko . . . ? [At ang kapatid ni Jared ay] tumunaw mula sa isang malaking bato ng labing-anim na maliliit na bato . . . at muling nagsumamo sa Panginoon, sinasabing . . . nalalaman ko, O Panginoon, na taglay ninyo ang lahat ng kapangyarihan. . . . Kaya nga hipuin ninyo ang mga batong ito . . . upang ang mga ito ay kuminang sa kadiliman."

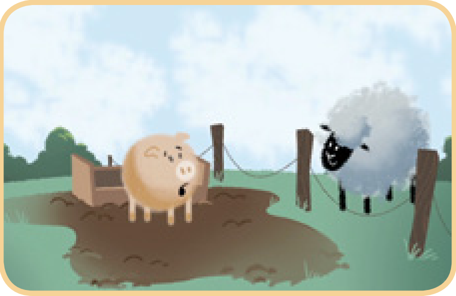
ETER 2:18–19, 23; 3:1, 4

Tip para sa Facilitator

Dagdagan ang sigla sa talakayan. Isali ang lahat.

LUTASIN ANG MGA PROBLEMA AT MAGPASIYA

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, i-assign sa mga group member ang mga role mula sa script at ipabasa ito.



PIG: *"Gutom na gutom na ako!" Umalis ang magsasaka. Tamad ang anak niya at hindi ako pinakain! Ano ang gagawin ko?*

SHEEP: *Pig? Pig! Ano ang problema?*

PIG: *Problema? Problema? Nakikita mo na, di ba? Gutom na gutom na ako!*

SHEEP: *Hmmm. Hindi mo problema 'yan.*

PIG: *Ha? Ano ang ibig mong sabihin? Gutom na ako! At ang tamad na batang iyon ay hindi ginawa ang kanyang trabaho.*

SHEEP: *Tama, pero problema niya 'yun. Ang problema mo ay, Saan* ka *maghahanap ng pagkain?*

PIG: *Ako? Maghahanap ng pagkain?*

SHEEP: *Tama. Ano ang mga opsyon mo?*

PIG: *Pwedeng dito lang ako at maghintay!*

SHEEP: *Isang opsyon 'yan. Anong mangyayari dyan?*

PIG: *Oo nga. . . . Humph. . . . Kung aalis ako, baka makakita ako ng pagkain sa basurahan.*

SHEEP: *Isa pang opsyon 'yan. Napansin ko na iniwang bukas ng bata ang iyong kulungan.*

PIG: *Oo, pero hindi ako pwedeng basta umalis na lang. At baka wala namang pagkain sa labas.*

SHEEP: *Siguro kailangan mong magpasiya at kumilos—diyan ka lang o lumabas ka.*

PIG: *Okey. Problema ko ito, di ba?*

SHEEP: *Oo.*

PIG: *At ang basurahan ang pinakamagandang opsyon ko.*

SHEEP: *Kung sa palagay mo.*

PIG: *Kaya dapat akong magpasiya at kumilos.*

SHEEP: *Parang ganyan na nga.*

PIG: *Sige na nga. . . . Okey. . . . Sige, . . . alis na ako. [Kumakain na.] Hoy, Sheep, masarap ito.*

SHEEP: *Ang galing mo, Pig!*

"Ang malilikhaing paraan ay kailangan kung minsan para makaangkop sa kalagayan sa inyong lugar. Mayroon tayong mga pamantayan at alituntunin, ngunit inaasahan ng Panginoon na tutulong tayo na malutas ang ating sariling problema. . . . Tayo ay nag-iisip at matatalinong nilalang. May kakayahan tayong matukoy ang ating mga pangangailangan, magplano, magtakda ng mga mithiin, at lutasin ang ating mga problema. . . . Kadalasan ipinipilit ng tao ang mga ideya, imbensyon, at paraan sa buhay na hindi naman epektibo. Ang malikhaing paraan ay isang paraan na may disiplina upang matugunan ang mga pangangailangan sa buhay."

ROBERT D. HALES, "Every Good Gift," *New Era,* Ago. 1983, 8–9

7 MAGKAISA, MAGTULUNGAN

MAGKAISA, MAGTULUNGAN

Pag-isipang Mabuti: Ano ang ibig sabihin ng "maging isa"? Ano ang kinalaman nito sa pagiging self-reliant?

Panoorin: "Ayon sa Pamamaraan ng Panginoon" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang itinuturo ng mensaheng ito tungkol sa paglilingkod at pagtulong sa isa't isa.

Basahin: Moises 7:18; Doktrina at mga Tipan 104:15–17 (sa kanan)

Praktis: Gawin ang mga sumusunod na aktibidad:

1. Sa iyong sarili, tahimik na isipin ang mga talento, contact o kakilala, o iba pang mga resources mo. Paano mo matutulungan ang iba pang mga group member na lalo pang maging self-reliant? Isulat ang iyong mga ideya:

   ____

2. Bilang grupo, ibahagi sa isa't isa ang mga talento, contact o kakilala, o iba pang mga resources na inilista mo. Isulat ang mga contact o kakilala o resources na mayroon ang iba na makakatulong sa iyo.

   ____

   ____

3. Ngayon ilista sa ibaba ang mga resources ng self-reliance center ng Simbahan, pati ang mga mentor, computer, at iba pa. Bakit mo kailangan ang mga ito?

   ____

4. Ano ang mga resources mo na makakatulong sa iyo at sa iba na maging self-reliant?

   ____

5. Paano mo matutulungan ang iba na maging self-reliant?

   ____

6. Paano mo magagamit ang tulong mula sa iba para maging self-reliant ka?

   ____

Basahin: Para magkaisa, maaari mong gawin ang sumusunod:

- Tulungan ang iyong pamilya na lalo pang magkaisa at magtulungan.
- Makipag-usap sa mga miyembro na self-reliant sa iyong ward. Tanungin kung sinong mga tao o anong mga

"At tinawag ng Panginoon ang kanyang mga tao na SION, sapagkat sila ay may isang puso at isang isipan . . . at walang maralita sa kanila."

MOISES 7:18

"At layunin ko ito na maglaan para sa aking mga banal, sapagkat lahat ng bagay ay akin. Subalit ito ay talagang kinakailangang magawa sa aking sariling pamamaraan; at masdan ito ang aking pamamaraan na ako, ang Panginoon, ay nag-utos na maglaan para sa aking mga banal, upang ang mga maralita ay dakilain, sa gayon yaong mayayaman ay ibababa. Sapagkat ang lupa ay sagana, at may sapat at matitira."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 104:15–17

resources ang nakatulong sa kanila. Itanong kung gugustuhin nilang turuan ka!

- Magpunta sa tatlong lugar sa iyong komunidad na may mga resources na tutulong sa iyo na lalong maging self-reliant. Isulat ang mga serbisyo o services na maibibigay nila. Simulang gamitin ang mga ito!

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Nakipagtulungan sa iba (nakipagtulungan sa iyong pamilya, mga miyembro ng ward, at komunidad gaya ng nakalista sa itaas).
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

AYON SA PAMAMARAAN NG PANGINOON

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

PANGULONG EYRING: *Ang mga alituntunin sa pagtatatag ng programang pangkapakanan ng Simbahan ay hindi pangminsanan o sa isang lugar lamang. Ang mga ito ay para sa lahat ng panahon at lugar. . . .*

Ang pamamaraan para magawa ito ay malinaw. Yaong mas nakakaangat sa buhay ay dapat magpakumbaba ng kanilang sarili para tulungan ang mga nangangailangan.

Yaong sagana ang buhay ay dapat kusang magbigay ng tulong, oras, mga kasanayan at resources upang maibsan ang paghihirap ng mga nangangailangan. At ang mga ito ay dapat ibigay sa paraang mapapalakas ang kakayahan ng tinutulungan para mapangalagaan ang kanilang mga sarili [at pagkatapos ay mapangalagaan ang iba].

Kapag ginawa ito ayon sa pamamaraan ng Panginoon, napakaganda ng kahahantungan nito. Kapwa pagpapalain ang tumulong at tinulungan.

(Henry B. Eyring, mensaheng ibinigay sa paglalaan ng Sugarhouse Utah Welfare Services Center, Hunyo 2011, lds.org; ang mga salitang naka-bracket ay idinagdag ni Pangulong Eyring sa isang interbyu noong Marso 2014)

PANGULONG UCHTDORF: *Mga kapatid, lahat tayo ay may responsibilidad sa tipan na maging sensitibo sa mga pangangailangan ng iba at maglingkod tulad ng ginawa ng Tagapagligtas—tumulong, magbasbas, at magpasigla sa mga nasa paligid natin.*

Kadalasan, ang sagot sa ating dalangin ay hindi dumarating habang nagdarasal tayo kundi habang naglilingkod tayo sa Panginoon at sa mga nasa paligid natin. Ang di-makasariling paglilingkod at lubos na paglalaan ay nagpapadalisay sa ating espiritu, nag-aalis ng tabing sa ating espirituwal na mga mata, at nagbubukas ng mga dungawan ng langit. Sa pagiging sagot sa dalangin ng iba, kadalasan ay nasasagot ang sarili nating dalangin.

(Dieter F. Uchtdorf, "Paghihintay sa Daan Patungong Damasco," Ensign o Liahona, *Mayo 2011, 76)*

"Kapag nagtutulungan tayo, . . . magagawa natin ang anumang bagay. Kapag ginawa natin ito, inaalis natin ang kahinaan ng isang taong nakatayong mag-isa at hinahalinhan ito ng lakas ng marami na samasamang naglilingkod."

THOMAS S. MONSON, "Church Leaders Speak Out on Gospel Values," ***Ensign,*** **Mayo 1999, 118**

8 MAKIPAG-USAP: PAGSAMO AT PAKIKINIG

MAKIPAG-USAP: PAGSAMO AT PAKIKINIG

Pag-isipang Mabuti: Naranasan mo na ba na sinagot ng Ama sa Langit ang iyong mga panalangin tungkol sa trabaho, negosyo, o pag-aaral mo?

Panoorin: "Paglikha ng Pag-angat" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

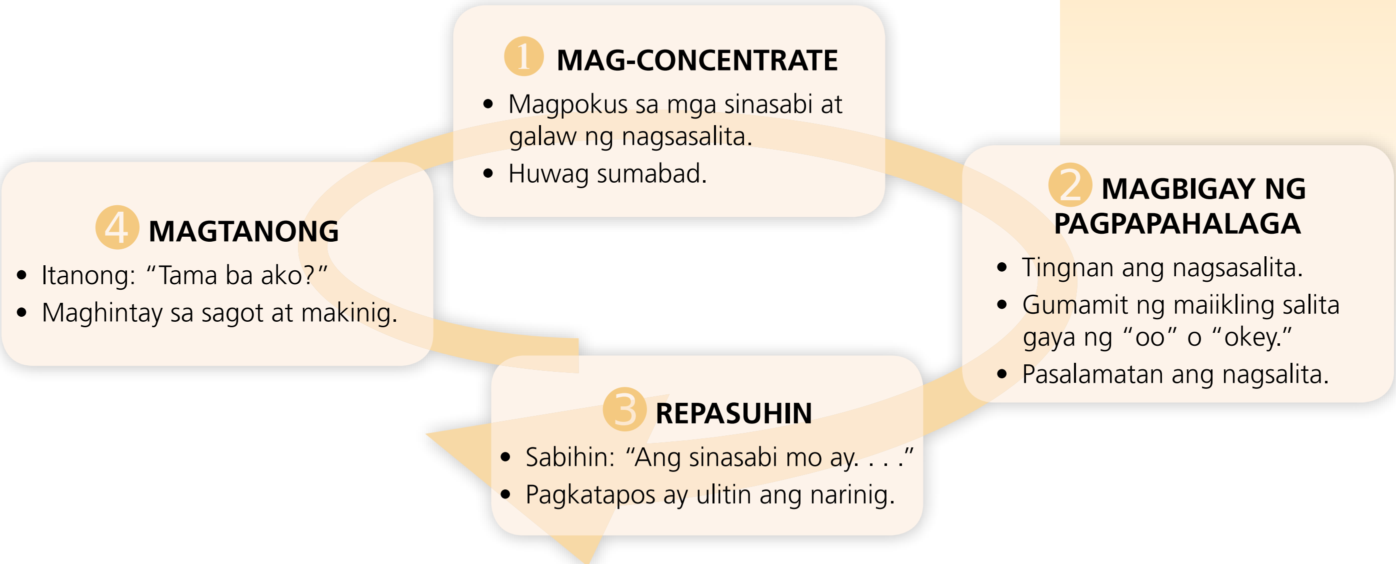
Talakayin: Ano ang sinabi ni Pangulong Uchtdorf tungkol sa kakayahan nating iangat ang ating sarili mula sa alalahanin ng mundo? May mga pagkakataon ba na hindi natin nahihiwatigan ang mga sagot sa ating mga panalangin? Ang pakikinig ba ay mahalagang bahagi ng panalangin?

Basahin: Doktrina at mga Tipan 8:2; pahayag ni Elder Nelson (sa kanan)

Talakayin: Bilang grupo, talakayin ang mga tanong na ito: Bakit mahalagang skill ang pakikinig? Paano makakatulong ang pakikinig nang mabuti sa ating trabaho?

Praktis: Gawin ang aktibidad na ito para mas mapagbuti pa ang iyong skill sa pakikinig:

- Bilang grupo, basahin ang mga step o hakbang sa ibaba at talakayin nang maikli ang mga ito.
- Hilingin sa isa o dalawang kagrupo na sabihin sa iba ang tungkol sa problema o tanong na mayroon sila. Lahat ay kailangang makinig mabuti, na sinusunod ang mga step o hakbang na ito.
- Tanungin ang mga kagrupo na nagsalita kung ano ang nadama nila nang makinig mabuti ang grupo.



"Sasabihin ko sa iyo sa iyong isipan at sa iyong puso, sa pamamagitan ng Espiritu Santo, na pasasaiyo at mananahanan sa iyong puso."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 8:2

"Ang inyong kaluluwa ay mapagpapala kapag natuto kayong makinig, pagkatapos ay makinig para matuto mula sa mga bata, magulang, asawa, kapitbahay, at lider ng Simbahan, lahat ng ito ay magpapaibayo sa inyong kakayahan sa pakikinig nang mabuti sa mga payo mula sa langit."

RUSSELL M. NELSON, "Listen to Learn," *Ensign*, Mayo 1991, 24

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Ginawa ang mga step o hakbang sa pakikinig nang mabuti sa iyong pamilya:
  - Nagpakuwento sa kapamilya tungkol sa problema o tanong na mayroon siya.
  - Ginawa ang mga step o hakbang sa pakikinig habang nakikinig ka sa problemang ito.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

PAGLIKHA NG PAG-ANGAT

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

***PANGULONG UCHTDORF:** Para maiangat ang eroplano mula sa lupa, kailangang lumikha ng pag-angat. Sa aerodynamics, nangyayari ang pag-angat kapag dumadaan ang hangin sa mga pakpak ng eroplano at ang puwersa ng hangin sa ilalim ng pakpak ay mas malakas kaysa sa puwersa ng hangin sa ibabaw ng pakpak. Kapag nahigitan ng pag-angat ang paghila pababa ng grabidad [gravity], umaangat ang eroplano sa lupa at nagsisimulang lumipad.*

Sa gayunding paraan, makalilikha tayo ng pag-angat sa ating espirituwal na buhay. Kapag ang puwersang tumutulak sa atin pataas ay mas malakas kaysa sa mga tukso at kalungkutang humihila sa atin pababa, makaaangat at makalilipad tayo tungo sa kinaroroonan ng Espiritu.

Bagaman maraming alituntunin ng ebanghelyo na tumutulong sa atin upang makaangat, gusto kong magtuon ng pansin sa isang ito.

[Panalangin!]

Ang panalangin ay isa sa mga alituntunin ng ebanghelyo na nagpapaangat. May kapangyarihan ang panalangin na ilayo tayo mula sa ating [mga alalahanin sa mundo. Maiaangat tayo ng panalangin] mula sa mga ulap ng pagdurusa [o] kadiliman tungo sa maliwanag at maaliwalas na papawirin.

Isa sa pinakadakilang mga pagpapala at pribilehiyo at oportunidad na mayroon tayo bilang mga anak ng ating Ama sa Langit ay ang pagkakataon nating makausap Siya [sa pamamagitan ng panalangin]. Masasabi natin sa Kanya ang mga karanasan natin sa buhay, pagsubok, at pagpapala. Makaririnig at makatatanggap tayo ng makalangit na patnubay mula sa Banal na Espiritu [anumang oras at saanmang lugar].

(Dieter F. Uchtdorf, "Panalangin at ang Bughaw na Papawirin," Ensign *o* Liahona, *Hunyo 2009, 5–6; ang mga salitang naka-bracket ay idinagdag ni Pangulong Uchtdorf sa isang interbyu noong Marso 2014)*

"Pinakikinggan ng Ama sa Langit ang mga panalangin ng Kanyang mga anak sa buong mundo na humihingi ng pagkaing makakain, damit para takpan ang kanilang katawan, at dangal na magmumula sa kakayahang paglaanan ang kanilang sarili."

HENRY B. EYRING, "Mga Pagkakataong Gumawa ng Mabuti," ***Ensign*** **o** ***Liahona*** **Mayo 2011, 22**

"Dapat tayong humingi ng tulong sa ating Ama sa Langit at humanap ng lakas mula sa Pagbabayad-sala ng Kanyang Anak na si Jesucristo. Sa mga bagay na kapwa temporal at espirituwal, . . . ito ay magbibigay-daan sa atin na maging masisinop na tagapaglaan para sa ating mga sarili at sa iba."

ROBERT D. HALES, "Pagiging Masinop na Tagapaglaan sa Temporal at sa Espirituwal," ***Ensign*** **o** ***Liahona,*** **Mayo 2009, 7–8**

9 MAGTIYAGA

MAGTIYAGA

Pag-isipang Mabuti: Paano natin matututuhan na pagtiyagaan ang isang gawain hanggang sa matapos ito?

Panoorin: "Natatanging Stonecutter" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Paano natin matututuhan na magtiyaga kahit mahirap ang buhay? Paano nakakaapekto sa ating kakayahang magtiyaga ang pagtitiwala sa Panginoon?

Basahin: Pahayag ni Pangulong Faust; Sa Mga Hebreo 12:1; Doktrina at mga Tipan 58:4 (sa kanan)

Praktis: Magtulungan para matutuhan ang pattern na ito upang makapagtiyaga at makayanan ang mga problema:

- Bilang grupo, basahin ang bawat step o hakbang sa pattern na nasa ibaba.
- Kausapin ang isang tao sa grupo. Itanong sa isa't isa kung may gagawin siyang tungkulin o gawain na napakahirap.
- Tulungan ang isa't isa na magawa ang apat na step o hakbang sa ibaba, pinag-uusapan ang mahihirap na tungkulin o gawain.
- Mangako sa isa't isa na magtitiyaga kayo—na hindi kayo titigil hangga't hindi nagagawang mabuti ang tungkulin o gawain.

"Ang pagtitiyaga ay makikita sa mga taong . . . hindi sumusuko kahit sabihin pa ng iba na, 'Hindi magagawa ito.'"

JAMES E. FAUST, "Pagtitiyaga," ***Ensign*** **o** ***Liahona,*** **Mayo 2005, 51**

"Ating takbuhing may pagtitiis ang takbuhing inilagay sa harapan natin."

SA MGA HEBREO 12:1

"Pagkatapos ng maraming kapighatian darating ang mga pagpapala."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 58:4

1 MAGKAROON NG MABUTING PAG-UUGALI	2 TANDAAN NA MAGTULUNGAN	3 PALITAN NG PANANAMPALATAYA ANG TAKOT	4 SUMULONG NANG MAY PAGTITIYAGA AT TAPANG
Ilista ang iyong mga pagpapala.	**Magpatulong sa mga kaibigan, kasamahan, kagrupo, at sa iba pa.**	**Iwasan ang pag-aalinlangan. Tandaan na taglay ng Panginoon ang lahat ng kapangyarihan. Manalangin sa Kanya at tanggapin ang Kanyang kalooban.**	**Huwag na huwag susuko kailanman; magtiis nang may pananampalataya.**

"Huwag maging biktima ng tukso na bumitag kina Laman at Lemuel. Nang matanggap nila ang mahirap na utos na kunin ang mga lamina kay Laban, nakasaad sa tala na sila ay bumulong-bulong o nagreklamo, sinasabing isang napakahirap na bagay ang ipinagagawa sa kanila. At nawala ang oportunidad at gantimpala nila. Sa halip, tularan ang pag-uugali ng kanilang kapatid, si Nephi: 'Hahayo ako at gagawin ang mga bagay na ipinag-uutos ng Panginoon' (tingnan sa 1 Nephi 3:5–7)."

Thomas S. Monson, *Teachings of Thomas S. Monson* (2011), 54

Praktis: Pumili ng isang problema na kinakaharap ng iyong pamilya. Gamitin ang pattern sa itaas at tukuyin ang dalawa o tatlong paraan na magagawa mo nang may pananampalataya, nagtitiwala na maglalaan ang Diyos:

____

____

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Nagtitiyaga ayon sa paraang tinukoy mo sa itaas.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

NATATANGING STONECUTTER

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

ELDER HOLLAND: *Si John R. Moyle ay isang pioneer mula sa England na naglakbay papuntang Estados Unidos na hila ang isang handcart. Tumira siya sa Alpine, Utah, mga 22 milya (35 kilometro) mula sa Salt Lake Temple.*

Tinawag ni Brigham Young si Brother Moyle para maging chief superintendent ng masonerya (masonry) noong itinatayo ang Salt Lake Temple.

Para makatiyak na lagi siyang nasa trabaho bago mag-alas 8:00 n.u. kada Lunes, sisimulang lakarin ni Brother Moyle ang 22 milya nang mga alas-2:00 n.u. Magtatapos siya sa kanyang trabaho nang alas-5:00 n.h. ng Biyernes at maglalakad pauwi at darating bago maghating-gabi. Kada linggo ganoon ang iskedyul niya sa halos 20 taon sa panahong itinatayo ang templo.

Nang minsang nasa bahay siya, isa sa kanyang mga baka ang nagwala habang ginagatasan at sinipa si Brother Moyle sa binti, nabali ang buto sa ibaba ng kanyang tuhod.

Wala silang makabagong gamit sa panggamot, kaya ang kanyang pamilya at mga kaibigan ay tinanggal ang pinto at inihiga at itinali siya sa pintong iyon na ginawang operating table. Pagkatapos ay kumuha sila ng bucksaw na ginagamit nila sa pagputol ng mga sanga sa kalapit na kakahuyan at pinutol ang kanyang binti ilang pulgada lamang sa ibaba ng tuhod.

Nang gumagaling na ang kanyang binti, kumuha si Brother Moyle ng isang pirasong kahoy at gumawa ng artipisyal na binti. Sa bahay muna siya naglakad-lakad. Pagkatapos ay sa bakuran. Sa huli ay nangahas siyang lumabas.

Nang madama niya na kaya niyang tiisin ang sakit, isinuot niya ang wooden leg, nilakad ang 22 milya patungo sa Salt Lake Temple, inakyat ang scaffolding, at hawak ang chisel o pait ay inukit at nililok ang mga salitang "Holiness to the Lord [Kabanalan sa Panginoon]."

(Tingnan din sa Jeffrey R. Holland, "As Doves to Our Windows," Ensign, *Mayo 2000, 76–77.)*

"Responsibilidad nating umangat mula sa pagiging karaniwan lamang tungo sa pagiging mahusay, bumangon mula sa kabiguan patungo sa tagumpay. Ang tungkulin natin ay maabot ang pinakamahusay natin. Isa sa pinakadakilang mga kaloob ng Diyos sa atin ay ang kagalakan sa pagsisikap na muli, dahil hindi kailangang sa kabiguan magtapos ang lahat."

THOMAS S. MONSON, "The Will Within," *Ensign,* Mayo 1987, 68

10 MAGPAKITA NG INTEGRIDAD

MAGPAKITA NG INTEGRIDAD

Pag-isipang Mabuti: Bakit kaya mahal ng Panginoon ang mga taong may "integridad"? (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 124:15.)

Panoorin: "Anong Ibibigay ng Tao na Katumbas sa Kaniyang Buhay?" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang ibig sabihin ng magkaroon ng integridad? Paano ipinagpapalit ng mga tao ang kanilang kaluluwa para makuha lamang ang gusto nila sa buhay na ito?

Basahin: Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13; Mosias 4:28; Job 27:5 (sa kanan)

Praktis: I-rate ang iyong sarili sa sumusunod na mga aspeto.

Maglagay ng numero sa unahan ng bawat aytem para ipakita kung gaano kadalas mo ginagawa ito. 1 = hindi kailanman, 2 = paminsan-minsan, 3 = madalas, 4 = halos palagi, 5 = palagi

___1. Tinutupad ko ang lahat ng aking pangako at tipan.

___2. Tapat ako sa sinasabi ko at sa mga rekord na iniingatan ko.

___3. Hindi ako nagmamalabis para magmukhang mas gumanda ang mga bagay-bagay.

___4. Ibinabalik ko ang lahat ng hiniram ko at hindi kinukuha ang mga bagay na hindi akin.

___5. Lubos ang katapatan ko sa aking asawa sa salita at sa gawa.

___6. Hindi ako nandadaya, kahit alam kong hindi ako mahuhuli.

___7. Kapag may napulot akong isang bagay na hindi sa akin, isinasauli ko ito sa may-ari.

___8. Lagi kong binabayaran ang perang hiniram ko, pati ang PEF loans mula sa Simbahan.

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

☐ Nagpapakita ng integridad sa araw-araw.
☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya.
☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

"Naniniwala kami sa pagiging matapat."

MGA SALIGAN NG PANANAMPALATAYA 1:13

"At nais kong inyong pakatandaan, na sinuman sa inyo ang manghiram sa kanyang kapitbahay ay nararapat na isauli ang bagay na kanyang hiniram, alinsunod sa kanyang pinakipagkasunduan, o kung hindi, kayo ay magkakasala; at marahil, inyong papapangyarihin ang inyong kapitbahay na magkasala rin."

MOSIAS 4:28

"Hanggang sa ako'y mamatay ay hindi ko aalisin sa akin ang aking pagtatapat."

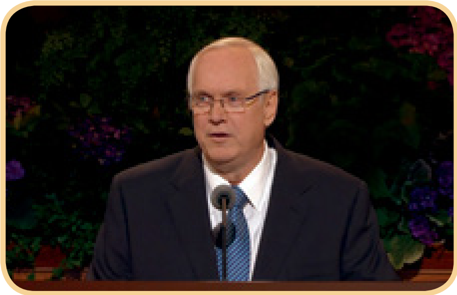
JOB 27:5

Tip para sa Facilitator

Tulungan ang lahat para magawa ito—hindi lamang sa salita.

ANONG IBIBIGAY NG TAO NA KATUMBAS SA KANIYANG BUHAY?

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.



ELDER ROBERT C. GAY: *Minsa'y itinanong ng Tagapagligtas sa Kanyang mga disipulo: "Anong ibibigay ng tao na katumbas sa kaniyang buhay?"*

Ito ay tanong na itinuro sa akin ng aking ama na pag-isipan kong mabuti maraming taon na ang nakalilipas. Habang lumalaki ako, binigyan ako ng mga magulang ko ng mga gawaing-bahay at binigyan ako ng allowance para sa gawaing iyon. Madalas kong gamitin ang perang iyon, na mahigit 50 cents kada linggo, para manood ng sine. Ang halaga ng tiket sa sinehan noon ay 25 cents para sa isang batang 11-taong-gulang. May natitira pa akong 25 cents para ipambili ng kendi, na tig-5 cents ang isa. May sine na, may kendi pa! Ang sarap ng buhay ko noon.

Maayos ang lahat hanggang sa mag-12 anyos ako. Habang nakapila isang hapon, nalaman ko na ang halaga ng tiket para sa mga 12-anyos ay 35 cents, at ibig sabihin niyan ay nabawasan ng dalawa ang kendi. Dahil hindi ako handang isakripisyo iyon, ikinatwiran ko [sa sarili ko] na, "Tulad pa rin noong isang linggo ang hitsura mo." Pagkatapos ay lumapit ako at humingi ng tiket na halagang 25 cents. Hindi nagduda ang kahera, at lima pa rin ang nabili kong kendi sa halip na tatlo.

Sa tuwa sa nagawa ko, nagmadali akong umuwi para ikuwento kay Itay ang malaking tagumpay ko. Habang ikinukuwento ko ang mga detalye, wala siyang imik. Pagkatapos ko, tumingin lang siya sa akin at sinabing, "Anak, ipagbibili mo ba ang kaluluwa mo sa halagang singko?" Tumimo ang sinabi niya sa batang puso ko. Hinding-hindi ko nalimutan ang aral na ito.

(Robert C. Gay, "Anong Ibibigay ng Tao na Katumbas sa Kaniyang Buhay?" Ensign o Liahona, *Nob. 2012, 34.)*

"Ang ibig sabihin ng integridad ay palaging paggawa ng tama at mabuti anuman ang ibunga nito. Ibig sabihin ay pagiging mabuti mula sa kaibuturan ng ating kaluluwa, hindi lamang sa ating mga kilos kundi, ang pinakamahalaga, sa ating isipan at puso. . . . Ang kaunting pagsisinungaling, pandaraya, o pananamantala ay hindi kalugud-lugod sa Panginoon. . . . Ang pinakadakilang gantimpala ng integridad ay ang palaging pagsama ng Espiritu Santo, . . . na gagabay sa lahat ng ating ginagawa."

JOSEPH B. WIRTHLIN, "Personal Integrity," *Ensign,* Mayo 1990, 30–33

11 MAGHANGAD NA MATUTO AT MAG-ARAL

MAGHANGAD NA MATUTO AT MAG-ARAL

Pag-isipang Mabuti: Sinabi ng mga propeta na ang edukasyon ay susi sa magagandang oportunidad. Ano ang katibayan mo na totoo ito?

Panoorin: "Ang Kaluwalhatian ng Diyos ay Katalinuhan" (Walang video? Basahin sa kasunod na pahina.)

Talakayin: Bakit naniniwala si Alexander na mahalagang patuloy na mag-aral? Ano ang nadama ni Emelda tungkol sa edukasyon at pag-aaral nang mabuti? Paano nakatulong sa kanya ang PEF loan? Mabuting dahilan ba ito para mangutang?

Basahin: Doktrina at mga Tipan 88:118–19; *Handbook 2,* 6.1.1 (sa kanan)

Praktis: Maaari tayong patuloy na mag-aral sa buong buhay natin. Sa kahon sa ibaba, isulat ang isang bagay na natutuhan mo kamakailan mula sa bawat sources na ito.

MGA SOURCES O PINAGMULAN NG KAALAMAN	BAGAY NA NATUTUHAN KO KAMAKAILAN MULA SA MGA SOURCES NA ITO
Mga tao sa paligid ko, mga lider ko	
Mga karanasan sa buhay	
Mga aklat at media	
Silid-aralan/mga guro	
Mga banal na kasulatan, ang templo, ang Espiritu Santo	

Talakayin: Paano ka patuloy na matututo at uunlad sa araw-araw?

"Masigasig na maghanap at turuan ang bawat isa ng mga salita ng karunungan; oo, maghanap kayo sa mga pinakamabubuting aklat ng mga salita ng karunungan; maghangad na matuto, maging sa pamamagitan ng pag-aaral at gayon din sa pamamagitan ng pananampalataya. . . . Magtayo ng isang bahay . . . ng pagkakatuto."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 88:118-19

"Dapat paghusayin [ng mga miyembro ng Simbahan] ang kanilang kakayahan sa pagbasa, pagsulat, at matematika. Dapat silang magtamo ng mas maraming edukasyon hangga't kaya nila, kabilang ang formal o technical schooling kung saan posible."

***HANDBOOK 2,* 6.1.1**

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Humanap ng mga pagkakataong matuto, at isinulat ang iyong natutuhan.
- ☐ Itinuro sa iyong pamilya ang tungkol sa iba't ibang pinagmumulan ng pagkatuto. Pinag-isipan ang mga paraan para lalo pang magtamo ng kaalaman ang iyong pamilya—para sa matatanda at mga bata.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

ANG KALUWALHATIAN NG DIYOS AY KATALINUHAN

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, i-assign sa mga group member ang mga role mula sa script at ipabasa ito.

NARRATOR: *Si Alexander ay mula sa Peru na ang buhay ay inilaan sa pag-aaral at pagtuturo. Heto ang sinabi niya:*

ALEXANDER: *Noong bata pa ako, sinabihan kami ni Itay na mag-aral at pahalagahan ang edukasyon.*

Dalawang bagay ang magagawa natin para sumulong at umunlad sa buhay na ito. Una, maging tapat at magtiis hanggang wakas. Pangalawa, mag-aral at matuto.

Nalaman ko na ang edukasyon ay mahalaga para makamtan ang ating mga mithiin sa buhay.

Nagmisyon ako na kaunti lang ang nalalaman tungkol sa ebanghelyo pero may malaking hangarin na gawin ang tama at matuto.

Wala ako sa klase, pero naniniwala ako na ang pagmimisyon ko ang pinakamagandang panahon na natuto ako sa buhay.

Sinasamantala kong matuto saanman ako naroroon: Sa aking tahanan, sa trabaho, simbahan, unibersidad, o kahit sa bus. Palaging sinisikap kong matuto.

Ang templo ang pinakamahalagang lugar sa buhay ko at pinakamahusay na paaralan sa buong mundo.

NARRATOR: *Si Emelda ay convert sa Church mula South Africa na natupad ang pangarap sa pamamagitan ng Perpetual Education Fund loan. Ibinahagi niya ang kanyang patotoo:*

EMELDA: *Ang pagiging top student ko ay hindi dahil sa aking sarili kundi dahil sa Simbahan! Alam ko na ang pagsapi sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay makakatulong sa aking espirituwalidad, pero hindi ko naisip na mabibigyan ako nito ng pagkakataon na makapag-aral. . . .*

Talagang nakatulong sa akin ang pag-aaral ng ebanghelyo. Dahil dito ay naunawaan ko na ako ang gagawa ng sarili kong tadhana. . . . Anuman ang kasalukuyang kalagayan natin at nadarama, hindi ako nagdududa na may mabubuting plano ang Ama sa Langit para sa atin.

"Isang responsibilidad at paanyaya sa atin na alamin ang tungkol sa negosyo, siyensya, gobyerno, medisina, edukasyon, at iba pang mga kapaki-pakinabang at makabuluhang gawain. May obligasyon tayo na sanayin ang ating mga kamay at isipan na magpakahusay sa gawain sa mundo para sa kabutihan ng buong sangkatauhan."

GORDON B. HINCKLEY, "A City upon a Hill," *Ensign,* Hulyo 1990, 5

12 MANATILING NAKAPOKUS, TUMANGGAP NG MGA ORDINANCE

MANATILING NAKAPOKUS, TUMANGGAP NG MGA ORDINANCE

Pag-isipang Mabuti: Ano ang nakahahadlang sa atin na gawin ang mga bagay na pinakamahalaga?

Panoorin: "Ginagawa ang Pinakamahalaga" (Walang video? Basahin ang kasunod na pahina.)

Talakayin: Ano ang ilang bagay na hindi mahalaga na pinag-aaksayahan ng panahon ng mga tao? Inutos ng Panginoon kay Joseph Smith na magtayo ng mga templo kahit naghihirap ang mga miyembro ng Simbahan. Bakit?

Basahin: Doktrina at mga Tipan 84:20; 136:4; 1 Nephi 18:2–3 (sa kanan)

Basahin: "The Law of Soil Management" (sa kasunod na pahina)

Talakayin: Ano ang ipinahayag ng Panginoon kay Elder Widtsoe sa templo? Ano ang ipinahayag ng Panginoon kay Nephi sa bundok?

Sa hangarin nating maging self-reliant, bakit mahalagang maging karapat-dapat sa templo?

Kasama ang partner, basahin ang banal na kasulatan sa ibaba. Para sa iyo, ano ang ibig sabihin ng sa pamamagitan ng pagsamba sa templo ay handa tayong matamo ang bawat kinakailangan natin sa buhay? Talakayin ang ibig sabihin nito sa iyong buhay at sa iyong mithiing maging self-reliant.

> "At inyong ipahintulot, Banal na Ama, na ang lahat ng yaong sasamba sa bahay na ito ay . . . maging handa na matamo ang bawat kinakailangang bagay."
>
> *Doktrina at mga Tipan 109:14-15*

Mangakong Gawin: Mangakong gawin ang mga sumusunod sa linggong ito. Lagyan ng tsek ang mga kahon kapag nakumpleto mo ang bawat gawain:

- ☐ Ginagawang karapat-dapat ang sarili sa templo araw-araw.
- ☐ Itinuro ang alituntuning ito sa iyong pamilya. Itinuro sa kanila kung paano makakatulong ang pagpunta sa templo sa pagtatagumpay nila sa espirituwal at temporal, at tinalakay sa kanila ang dapat mong gawin para matanggap ang kapangyarihan ng Panginoon na matatagpuan sa mga ordenansa sa templo.
- ☐ Patuloy na ginagawa ang naunang mga foundation principle o saligang alituntunin.

"Samakatwid, sa mga ordenansa nito, ang kapangyarihan ng kabanalan ay makikita."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 84:20

"At ito ang ating magiging tipan—na tayo ay lalakad sa lahat ng ordenansa ng Panginoon."

DOKTRINA AT MGA TIPAN 136:4

"Binuo ko [ang sasakyang-dagat] alinsunod sa pamamaraang ipinakita ng Panginoon sa akin; kaya nga, hindi ito alinsunod sa pamamaraan ng tao. At ako, si Nephi, ay madalas na umakyat sa bundok, at madalas akong nanalangin sa Panginoon; anupa't nagpakita sa akin ang Panginoon ng mga dakilang bagay."

1 NEPHI 18:2–3

GINAGAWA ANG PINAKAMAHALAGA

Kung hindi ninyo mapapanood ang video, basahin ang script na ito.

NARRATOR: *Isang madilim na gabi ng Disyembre, isang eroplano ang bumagsak sa Florida. Mahigit 100 katao ang namatay. Mga 20 milya lamang ang layo para makalapag nang ligtas.*

PANGULONG UCHTDORF: *Pagkatapos ng aksidente, sinikap ng mga imbestigador na alamin ang dahilan. Ang landing gear ay nakababa nang wasto. Nasa kondisyon ang makina ng eroplano. Lahat ay umaandar nang maayos—lahat maliban sa isang bagay: isang pundidong bombilya. Ang munting bombilyang iyon—na mga 20 cents ang halaga—ang pinagmulan ng magkakarugtong na pangyayari na nauwi sa malagim na kamatayan ng mahigit 100 katao.*

Siyempre, hindi ang pundidong bombilya ang sanhi ng aksidente; nangyari ito dahil ang mga crew ay nagtuon ng pansin sa isang bagay na tila mahalaga nang sandaling iyon at nalimutan ang bagay na pinakamahalaga.

Ang ugaling magtuon ng pansin sa di mahalaga at pabayaan ang pinakamahahalagang bagay ay nangyayari hindi lamang sa mga piloto kundi sa lahat. Lahat tayo ay nasa panganib. . . . Nakatuon ba ang isip at puso ninyo sa mga bagay na panandalian at mahalaga lamang sa sandaling iyon, o sa mga bagay na pinakamahalaga?

(Dieter F. Uchtdorf, "Kami'y Gumagawa ng Dakilang Gawain, na Anopa't Hindi Kami Makababa," Ensign *at* Liahona, *Mayo 2009, 59-60)*

THE LAW OF SOIL MANAGEMENT [ANG BATAS NG PANGANGALAGA SA LUPA]

ELDER WIDTSOE: *Sa loob ng ilang taon, sa perang ibinigay ng gobyerno sa amin ng mga kasamahan ko sa trabaho, nakakalap kami ng maraming datos tungkol sa soil moisture; ngunit hindi ako makabuo ng anumang general principle na tumutukoy sa lahat ng datos. Sumuko ako sa paggawa nito.*

Nagpunta kaming mag-asawa sa templo nang araw na iyon para malimutan ang kabiguang iyon. Sa pangatlong endowment room, mula sa di-nakikitang tulong, dumating ang solusyon, na matagal nang panahong nailathala. . . .

Iyan ang biyaya sa mga yaong karapatdapat na pumupunta sa templo, dahil ito ang lugar kung saan makakaasa kayo ng mga paghahayag. Pinatototohanan ko na ito ay totoo.

(Sa Alan K. Parrish, Modern Temple Worship, *156–57)*

"Pagpapalain tayo ng Panginoon sa pagsasagawa natin ng sagradong ordenansa ng mga templo. Ang mga pagpapala doon ay hindi limitado sa ating serbisyo o paglilingkod sa templo. Pagpapalain tayo sa lahat ng ating mga gawain. Magiging marapat tayo sa paggabay ng Panginoon sa ating espirituwal at temporal na mga gawain."

BOYD K. PACKER, *The Holy Temple* (1980), 182

HULING AKTIBIDAD
Magpatuloy at Maglingkod

MAGPATULOY AT MAGLINGKOD

Pag-isipang Mabuti: Ayon sa mga banal na kasulatan at quotation sa kanan, paanong ang *mawalan* ng buhay sa paglilingkod sa iba ay talagang *magliligtas* sa atin?

Basahin: Ngayong nakumpleto mo na ang *My Foundation,* hinihikayat ka namin na pag-isipang muli nang mabuti ang payo sa alituntunin 7. Sinabi ni Pangulong Uchtdorf:

> "Ang di-makasariling paglilingkod at lubos na paglalaan ay nagpapadalisay sa ating espiritu, nag-aalis ng tabing sa ating espirituwal na mga mata, at nagbubukas ng mga dungawan ng langit. Sa pagiging sagot sa dalangin ng iba, kadalasan ay nasasagot ang sarili nating dalangin."
>
> *Dieter F. Uchtdorf, "Paghihintay sa Daan Patungong Damasco,"* Ensign *o* Liahona, *Mayo 2011, 76.*

Talakayin: Paano nabubuksan ng paglilingkod sa iba ang "mga dungawan ng langit" sa iyong buhay?

Praktis: Bumuo ng plano kasama ang iyong grupo o pamilya para gawin ang isa sa mga sumusunod:

1. Magsagawa ng service project sa inyong komunidad. Maaaring maglingkod kayo sa mga maysakit sa ospital, magdala ng pagkain sa ampunan, o pumili ng ibang aktibidad.
2. Bisitahin ang pinakamalapit na family history center ng Simbahan kasama ang iyong pamilya. Pagkatapos ay magpunta sa templo at gawin ang mga sagradong ordenansa para sa mga kapamilya na yumao na.
3. Magboluntaryo sa isang self-reliance center o maglingkod bilang group facilitator. Turuan ang isang tao sa kanyang landas patungong self-reliance.

"Sapagka't ang sinomang magibig iligtas ang kaniyang buhay ay mawawalan nito; at ang sinomang mawalan ng kaniyang buhay dahil sa akin ay makakasumpong niyaon."

MATEO 16:25

"Kung kayo ay nasa paglilingkod ng inyong kapwa-tao, kayo ay nasa paglilingkod lamang ng inyong Diyos."

MOSIAS 2:17

"Ang layunin ng [pagiging self-reliant sa] temporal at espirituwal ay ilagay ang ating sarili sa mas mataas na lugar nang maiahon natin sa hirap ang ibang nangangailangan."

ROBERT D. HALES, "Pagkilala sa Ating Sarili: Ang Sakramento, ang Templo, at Sakripisyo sa Paglilingkod," *Ensign* o *Liahona,* Mayo 2012, 36

LETTER OF COMPLETION

Ako, ______________________________, ay nakibahagi sa self-reliance group na inilaan ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw at nakumpleto ang lahat ng requirement gaya ng sumusunod:

Nakadalo ako ng 10 miting sa kabuuang 12 miting.

Nagawa ko ang lahat ng 12 alituntunin at itinuro ang mga ito sa aking pamilya.

Nakumpleto ko ang huling aktibidad.

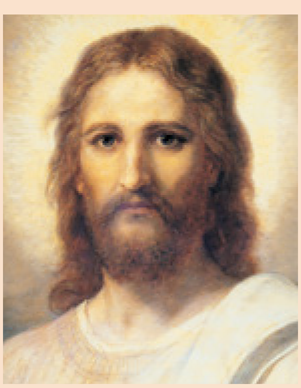
Nagkaroon ako ng mga kasanayan, alituntunin, at gawi para maging self-reliant at ginamit ang mga ito. Patuloy kong gagamitin ang mga ito sa buong buhay ko.

______________________	______________________	__________
Pangalan ng participant	*Lagda ng participant*	*Petsa*

Pinatutunayan ko na ang participant na ito ay nakumpleto ang mga requirement na nakasaad sa itaas.

______________________	______________________	__________
Pangalan ng facilitator	*Lagda ng facilitator*	*Petsa*

Paalala: Ang sertipiko ay maaaring ibigay kinalaunan ng stake o district self-reliance committee.



IPAGPAPATULOY MO BA ANG IYONG LANDAS PATUNGONG SELF-RELIANCE?

"Kung gayon, maging anong uri ng mga tao ba nararapat kayo? Katotohanang sinasabi ko sa inyo, maging katulad ko."

3 NEPHI 27:27

KUMILOS

nang responsable
sa araw-araw

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Self-Reliance Services
PERPETUAL EDUCATION FUND

TAGALOG
4 02123 74893 5
12374 893