ANG SIMBAHAN NI JESUCRISTO NG MGA BANAL SA MGA HULING ARAW • HUNYO 2019

Liahona

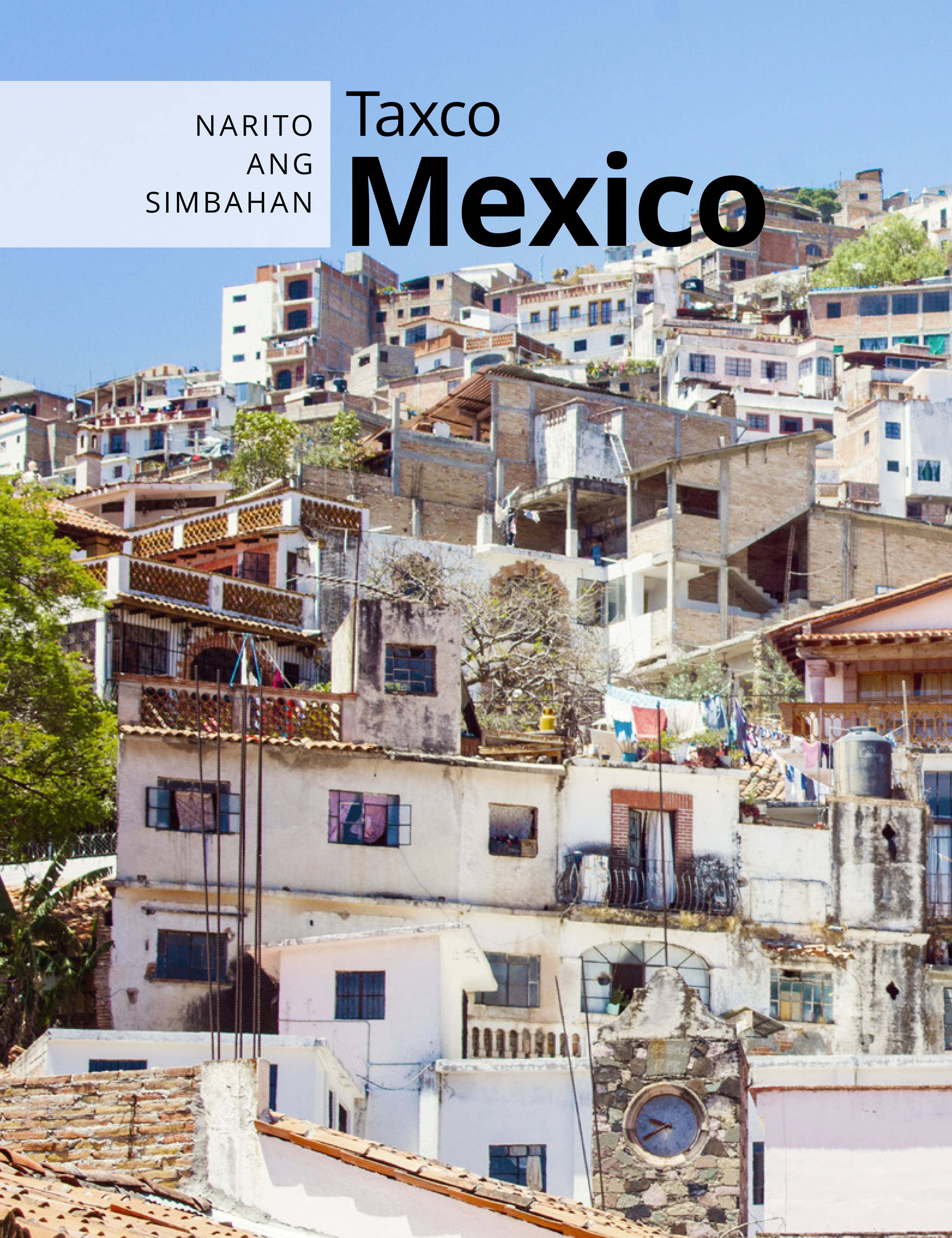
Tayo ang mga Kamay ng Panginoon, mga pahina 8, 12, 20

Paano *Ka* Gagamitin ng Diyos? pahina 28

Pagsuporta sa mga Bata na Walang Suporta ng Ebanghelyo sa Tahanan, pahina 40

NARITO ANG SIMBAHAN

Taxco Mexico

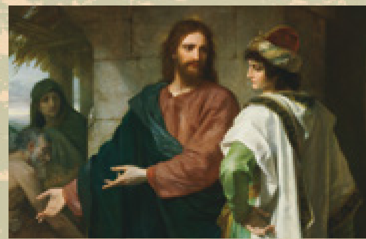


LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

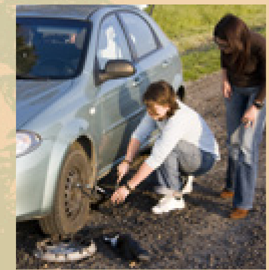
Dating isang minahan, ang Taxco de Alarcon, Guerrero, Mexico, ay kilala ngayon bilang isa sa mga *pueblos magicos* (magic towns) ng bansa, na bantog sa paggawa ng mga alahas na pilak, kolonyal na arkitektura ng mga Kastila, at sa kariktan ng kabukiran. Matatagpuan ang lungsod sa baku-bakong lupain at may matatarik at liku-likong mga lansangan. Ang pangunahing istruktura nito ay ang simbahan ng Santa Prisca na itinayo noong ika-18 siglo.

Matatagpuan din sa Taxco ang Taxco Branch ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, na nagpupulong bawat Linggo sa isang gusali sa *avenida de los Plateros.* Ang branch, na bahagi ng Iguala Mexico Stake, ay isa sa 1,987 kongregasyon ng mga Banal sa mga Huling Araw sa Mexico, kung saan may mahigit 1.4 milyong mga miyembro, 34 na mission, at 13 templo ang Simbahan. Sa Mexico rin matatagpuan ang Mexico City Missionary Training Center, ang pangalawang pinakamalaking MTC sa Simbahan. Ang center ay kayang tumanggap ng mahigit 1,000 missionary sa isang pagkakataon.

- Ang unang limang miyembro sa Mexico ay nabinyagan noong 1876.
- Ang Mexico ang unang bansa sa labas ng Estados Unidos na nagkaroon ng 100 mga stake.
- Ang Mexico City Mexico Temple, na unang templo sa Mexico, ay inilaan noong 1983. Ang pinakahuling nailaan ay ang Tijuana Mexico Temple, na inilaan noong 2015. Ang Puebla Mexico Temple ay ibinalitang itatayo noong Oktubre 2018.
- Nang bisitahin ni Pangulong Howard W. Hunter (1907–95) ang Mexico noong 1994, binuo niya ang Mexico City Contreras Stake, ang ika-2000 stake ng Simbahan.



Ang Ministering ay ang Tingnan ang Iba na Tulad ng Pagtingin ng Tagapagligtas
8



Ministering sa mas Banal na Pamamaraan
Elder Neil L. Andersen
12

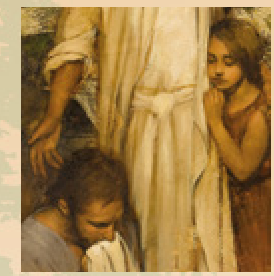
Makakatulong ba ang Ating Ginagawang Ministering **para Mapagaling ang Iba?**

Isang araw ng Linggo, habang nasa sacrament meeting ako at nagninilay-nilay, nabasa ko sa aking mga banal na kasulatan na dapat nating gawin ang mga ginawa ng Tagapagligtas (tingnan sa 3 Nephi 27:21). Inisip ko, "Ano ba ang mga ginawa ni Cristo sa mundo?" Dalawang bagay ang unang naisip ko: paglilingkod at pagpapagaling. Magagawa kong maglingkod, pero makapagpapagaling ba ako?

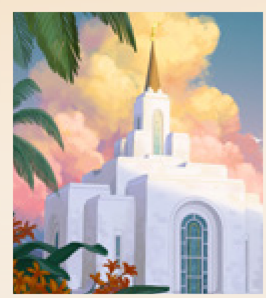
Ang konsepto ng pagpapagaling ay isang bagay na madalas kong pinag-iisipan. Ako ay naoperahan na nang 16 na beses sa buong buhay ko at kinailangan ko ng maraming pagpapagaling! Pero inisip ko kung paano ako magiging tulad ni Cristo at tutulungan ang iba na gumaling. Alam ko na hindi ko taglay ang kapangyarihan Niya na magpagaling. Kaya sa anong paraan Niya gusto na gawin ko ang Kanyang gawain ng pagpapagaling sa mundo? Ano ang maaari kong gawin?

Habang pinagninilayan ko kung paano ako tinulungan ng iba na gumaling, naisip ko ang kamangha-manghang gawain ng pagpapagaling—pagpapanatag, paglilingkod, at ministering—na ginawa ng iba sa buhay ko. Sa pagtutuon natin sa ministering o paglilingkod sa iba sa mga paraang katulad ng gagawin ng Tagapagligtas, ang konseptong ito ng pagtulong sa iba ay napakabisa. Lahat tayo ay dumaranas ng paghihirap sa ating buhay sa mundo. Napakaraming tao ang may karamdaman sa katawan at isipan o kaya nama'y nagdurusa sa espirituwal. Lahat tayo ay nangangailangan ng paggaling. Tulad ng ipinaliwanag ko sa aking artikulo (pahina 20) at tulad ng itinuro ni Elder Neil L. Andersen sa kanyang artikulo (pahina 12), lahat tayo ay maaaring makabahagi sa ministering sa mga paraang makatutulong sa iba na gumaling.

Tapat na sumasainyo,
Merrilee Boyack



Pagtulong sa Iba na Matanggap ang Pagpapagaling ng Panginoon
Merrilee Browne Boyack
20



Banal na Patnubay sa Pagkadisipulo
Bishop Dean M. Davies
28

Mga Nilalaman

5 Tungkulin ng Isang Ama
Basahin ang mga paboritong turo tungkol sa pagiging ama mula sa mga banal na kasulatan at mga propeta.

6 Mga Larawan ng Pananampalataya: Rodrigo Quintanilla—Valparaíso, Chile

8 Mga Alituntunin ng Ministering: Ang Ministering ay ang Tingnan ang Iba na Tulad ng Pagtingin ng Tagapagligtas

12 Ministering sa mas Banal na Pamamaraan
Ni Elder Neil L. Andersen
Sa paghahanap ninyo ng mga paraan na maglingkod, aakayin kayo ng Diyos sa Kanyang mga anak na lalaki at babae.

20 Pagtulong sa Iba na Matanggap ang Pagpapagaling ng Panginoon
Ni Merrilee Browne Boyack
Alamin kung paano tayo makatutulong na mapagaling ang mga nagdurusa.

24 Mga Pagpapala ng Pag-asa sa Sarili: Mga Bulaklak at Pinansyal na Seguridad
Ni Mechel Wall

26 Mga Aral mula sa Bagong Tipan: Marta at Maria
Ni Camille Fronk Olson

28 Banal na Patnubay sa Pagkadisipulo
Ni Bishop Dean M. Davies
Papatnubayan ka ng Diyos habang hinahangad mo na maging Kanyang disipulo.

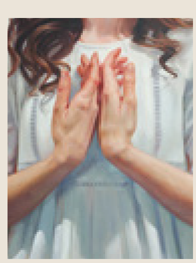
32 Mga Tinig ng mga Banal sa mga Huling Araw
Isang sandali ng kaliwanagan na nagpabago ng kanyang buhay; pagkatanto na siya ay isang missionary noon pa man; paglalakbay na nagbalik sa kanya sa Simbahan; mensahe na nagpalakas ng kanyang patotoo.

36 Ang Ating Pinaniniwalaan: Naniniwala Kami sa Pagiging Ganap—kay Cristo

38 Ating mga Tahanan, Ating mga Pamilya: Mga Tuko, Kuliglig, at Oras sa mga Anak
Ni Nancy Thomas

40 Pagtuturo sa mga Tinedyer at Maliliit na Bata: Kapag Hindi Nagsisimba ang Isa o Parehong mga Magulang
Ni Karmel Newell

Maiikling Babasahin



Sa Pabalat
The Release,
ni Jenedy Paige.

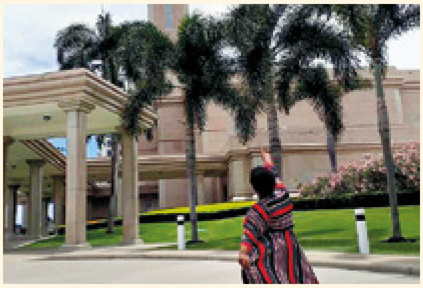
Mga Bahagi

Mga Young Adult
42
Kailan dapat magkaroon ng mga anak, gaano karami, at ano ang gagawin kapag **hindi nangyari ang mga bagay-bagay ayon sa plano** ay ilan sa mga tanong na kakaharapin ninyo habang **nagpaplano kayo para sa inyong pamilya.** Basahin ang mga personal na karanasan mula sa mga young adult para sa buwang ito.

Mga Kabataan
51
Alamin kung paano **magtakda ng mga makatotohanang mithiin, humanap ng kapayapaan** sa pamamagitan ng plano ng kaligtasan, at huwag **magpagambala sa mga electronic gadget** sa mga artikulo sa buwan na ito.

Mga Bata
Alamin kung paano **magkaroon ng mga bagong kaibigan** at tulungan ang mga dati nang kaibigan. Alamin pa ang tungkol sa **Espiritu Santo.** At alamin ang nangyari sa pagbisita ni Elder Cook sa Brazil.

TAMPOK NA MGA ARTIKULONG DIGITAL LAMANG



Nakapunta na sa Templo sa Wakas

Ni Ramona Morris

Ikinuwento ng isang young adult mula sa Barbados ang paghahanda niya para makapunta sa templo.

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

May Natututuhan Ka Bang Bago Araw-araw?

Ng Self-Reliance Services

Ang pag-aaral ng mga bagong bagay ay may mga kapakinabangan, kabilang na ang pag-iwas sa sakit na Alzheimer at pagpapatalas ng isipan.

HANAPIN ANG IBA PA

Sa Gospel Library app at sa liahona.lds.org, maaari ninyong:

- Mahanap ang kasalukuyang isyu.
- Tuklasin ang artikulong digital lamang.
- Saliksikin ang mga nakaraang isyu.
- Ipasa ang inyong mga kuwento at feedback.
- Mag-subscribe o magbigay ng regalong suskrisyon sa iba.
- Paghusayin ang pag-aaral gamit ang digital tools.
- Ibahagi ang mga paboritong artikulo at video.
- I-download o i-print ang mga artikulo.
- Pakinggan ang mga paborito ninyong artikulo.

KONTAKIN KAMI

I-email ang inyong mga tanong at feedback sa liahona@ldschurch.org.

Ipadala ang inyong mga kuwentong nagpapalakas ng pananampalataya sa liahona.lds.org o sumulat sa:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

HUNYO 2019 TOMO 22 BLG. 6
LIAHONA 18606 893

Internasyonal na Magasin ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw

Ang Unang Panguluhan: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Ang Korum ng Labindalawang Apostol: M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Patnugot: Randy D. Funk

Mga Tagapayo: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopischke, Lynn G. Robbins

Namamahalang Direktor: Richard I. Heaton

Direktor ng mga Magasin ng Simbahan: Allan R. Loyborg

Business Manager: Garff Cannon

Namamahalang Patnugot: Adam C. Olson

Assistant ng Namamahalang Patnugot: Ryan Carr

Assistant sa Paglalathala: Camila Castrillón

Pagsulat at Pag-edit: Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Namamahalang Direktor sa Sining: J. Scott Knudsen

Direktor ng Sining: Tadd R. Peterson

Disenyo: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune

Tagapamahala sa Produksyon: Jane Ann Peters

Produksyon: Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrissa M. Smith

Bago Ilimbag: Joshua Dennis, Ammon Harris

Direktor sa Paglilimbag: Steven T. Lewis

Direktor sa Pamamahagi: Troy R. Barker

Pagsasalin: Maria Paz San Juan

Para sa suskrisyon ng magasin at pagpapanibago ng suskrisyon nito, bisitahin ang http://store.lds.org. Huwag kalimutang isaad ang iyong ward/branch bilang address na pagpapadalhan ng iyong suskrisyon.

Kung mayroong mga tanong tungkol sa suskrisyon tawagan lamang ang Global Service Center (GSC) ng Simbahan sa bilang na 1800-8-680-3950 para sa mga PLDT at Smart subscriber o 1800-1-441-0687 para sa mga Globe subscriber.

Ipadala ang mga manuskrito at tanong online sa liahona.lds.org; sa pamamagitan ng koreo sa *Liahona,* Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; o mag-e-mail sa: liahona@ldschurch.org

Ang *Liahona* (isang kataga sa Aklat ni Mormon na ibig sabihin ay "kompas" o "panuro ng direksyon") ay inilalathala sa Albanian, Armenian, Bislama, Bulgarian, Cambodian, Cebuano, Chinese, Chinese (pinasimple), Croatian, Czech, Danish, Dutch, English, Estonian, Fijian, Finnish, French, German, Greek, Hungarian, Icelandic, Indonesian, Italian, Japanese, Kiribati, Korean, Latvian, Lithuanian, Malagasy, Marshallese, Mongolian, Norwegian, Polish, Portuguese, Romanian, Russian, Samoan, Slovenian, Spanish, Swahili, Swedish, Tagalog, Tahitian, Thai, Tongan, Ukrainian, Urdu, at Vietnamese. (Ang dalas ng paglalathala ay nagkakaiba ayon sa wika.)

© 2019 ng Intellectual Reserve, Inc. Ang lahat ng karapatan ay nakalaan. Inilimbag sa Pilipinas.

Impormasyon sa karapatang-sipi: Maliban kung iba ang nakasaad, maaaring kopyahin ng mga indibiduwal ang materyal mula sa *Liahona* para sa kanilang pansarili, at di-pangkalakal na gamit (pati na para sa mga katungkulan sa Simbahan). Ang karapatang ito ay maaaring bawiin anumang oras. Hindi maaaring kopyahin ang mga larawan kung may nakasaad na mga pagbabawal sa credit line sa gawang-sining. Ang mga tanong tungkol sa karapatang-sipi ay dapat ipadala sa Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-mail: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

LIAHONA Tagalog (ISSN 1096-5165) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150.

“ANG TUNGKULIN NG ISANG AMA AY WALANG HANGGAN, AT ANG KAHALAGAHAN NITO AY WALANG KATAPUSAN.”

Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Ezra Taft Benson (2014), 224.

ILAN SA MGA PABORITO NATING TURO TUNGKOL SA PAGIGING AMA

Kapag kailangan ninyo ng kaunting pampalakas ng loob, basahin ang isa sa mga mensaheng ito:

- Lucas 15:20–24
- D. Todd Christofferson, “Mga Ama,” *Liahona*, Mayo 2016, 93–97.
- L. Tom Perry, “Pagiging Ama, Isang Walang Hanggang Tungkulin,” *Liahona*, Mayo 2004, 69–72.
- “Ang mga Sagradong Tungkulin ng mga Ama at Ina,” kabanata 15 sa *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Ezra Taft Benson*.
- “Pag-ibig sa Tahanan,” kabanata 14 sa *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan Harold B. Lee* (2000).

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Rodrigo Quintanilla

Valparaíso, Chile

Mula nang maaksidente sa konstruksyon at hindi na makalakad, hindi na makapagtrabaho si Rodrigo Quintanilla bilang tagahinang—o makagawa ng iba pang bagay. Pero ipinasiya niyang magpatuloy nang may pananampalataya, nagtitiwala sa plano ng Ama sa Langit para sa kanya at sa kanyang pamilya.

LESLIE NILSSON, PHOTOGRAPHER

Kapag may napakasamang nangyari sa atin, maaaring isa sa dalawang ito ang maging reaksyon natin. Magalit sa Diyos at iwan ang Simbahan, at hindi na magkaroon ng anupamang kaugnayan dito. O maaari tayong lumuhod, magdasal, at patuloy na umunlad.

Hindi ako nawalan ng pananampalataya, ni tinanong sa aking sarili, "Bakit ito nangyari sa akin?" Ayokong maging ganyan ang reaksyon ko.

Kapag may pagsubok na dumarating sa atin, alam ko na maglalaan ang Ama sa Langit ng paraan sa pamamagitan ng pagsubok na iyan. Habang nagpapagaling ako, mahalaga ang paggabay ng Espiritu Santo. Kailangan kong mag-iba ng propesyon, kaya ipinagdasal ko na gabayan ako ng Espiritu. Sinagot ako ng Diyos.

Sa mga nahihirapan dahil sa aksidente o pangyayaring nagpabago ng kanilang buhay, ito ang sasabihin ko, "Maaaring maging mahirap ang mga bagay-bagay, pero manatili kayo sa Simbahan. Manatili kayo sa ebanghelyo. Mas mahirap ang buhay kung wala ito. Gawin ninyo ang lahat ng inyong makakaya, at ang Ama sa Langit na ang bahala sa iba."

HANAPIN ANG IBA PA

Alamin kung paano nagtiwala sa Diyos si Libuletswe Gofrey Mokgatle na taga South Africa at nagpatuloy sa buhay kahit may kapansanan, sa **lds.org/go/6196.**

Alamin ang tungkol sa disability resources ng Simbahan sa **lds.org/go/9184.**

Marami pa kayong makikita na Mga Larawan ng Pananampalataya sa **lds.org/go/18.**

Mga Alituntunin ng Ministering

ANG MINISTERING AY ANG TINGNAN ANG IBA NA **TULAD NG PAGTINGIN NG TAGAPAGLIGTAS**

Nag-ukol ng maraming oras si Jesus sa mga tao noon na itinuturing na naiiba; nakita Niya ang kanilang banal na potensyal.

Sa pag-minister o paglilingkod natin na katulad ng Tagapagligtas, maaaring italaga tayo na magminister o maglingkod sa isang taong naiiba sa atin. Nagbibigay ito sa atin ng oportunidad na matuto at umunlad.

Dahil sa edukasyon, lahi, kabuhayan, edad, pag-uugali noon o ngayon, o iba pang mga pagkakaiba, madali nating hinuhusgahan ang isang tao bago pa man natin siya makilala. Ang paghusgang ito sa tao bago pa man malaman ang kanyang sitwasyon ay nakakaimpluwensya nang malaki sa maling palagay sa iba, at nagbababala ang Tagapagligtas laban dito (tingnan sa I Samuel 16:7; Juan 7:24).

Maaari bang huwag na lang nating pansinin ang mga pagkakaiba at sa halip ay tingnan ang iba tulad ng pagtingin ng Tagapagligtas? Paano natin matututuhang mahalin ang iba batay sa kung sino sila ngayon at sa kung ano ang maaari nilang kahinatnan?

Pagtitig at Paggiliw

May kuwento sa Biblia tungkol sa mayamang binata na nagtanong kung paano magkaroon ng buhay na walang

DETALYE MULA SA *SI CRISTO AT ANG MAYAMANG BATANG PINUNO*, NI HEINRICH HOFMANN

hanggan: "At pagtitig sa kaniya ni Jesus, ay giniliw siya, at sinabi sa kaniya, Isang bagay ang kulang sa iyo: yumaon ka, ipagbili mo ang lahat mong tinatangkilik, at ibigay mo sa dukha, at magkakaroon ka ng kayamanan sa langit: at pumarito ka, sumunod ka sa akin" (Marcos 10:21).

Nang pag-aralan ni Elder S. Mark Palmer ng Pitumpu ang banal na kasulatang ito ilang taon na ang nakalipas, may bagong bahagi sa kuwento ang biglang umagaw ng kanyang pansin.

"*'At pagtitig sa kaniya ni Jesus, ay giniliw siya*.'

"Nang marinig ko ang mga salitang ito, pumasok sa isipan ko ang isang malinaw na larawan ng Panginoon na huminto sandali at *tumitig* sa binatang ito. Ang *pagtitig*—na tulad ng pagtingin na tumatagos sa kanyang kaluluwa, nalalaman ang kanyang kabutihan at gayon din ang kanyang potensyal, pati na rin ang kanyang pinakamatinding pangangailangan.

"Na sinundan ng mga simpleng salita—*giniliw siya* ni Jesus. Nakadama Siya ng matinding pagmamahal at pagkahabag sa mabuting binatang ito, at *dahil* sa pagmamahal na ito, at *taglay* ang pagmamahal na ito, ay nag-utos pa si Jesus sa kanya. Inisip ko kung ano kaya ang naramdaman ng binatang ito nang mapuspos siya ng pagmamahal na iyon kahit na napakahirap ng ipinagagawa sa kanya na ipagbili ang lahat ng kanyang pag-aari at ibigay ang mga ito sa mga dukha. . . .

"[Tinanong ko ang aking sarili] 'Paano ako mapupuspos ng pagmamahal na katulad ng kay Cristo, upang madama ng [iba] ang pagmamahal ng Diyos sa pamamagitan ko at maghangad na magbago?' Paano ko *tititigan* [ang mga tao sa aking paligid] tulad ng pagtitig ng Panginoon sa mayamang binata, na nakikita kung sino talaga sila at kung sino ang maaari nilang kahinatnan, sa halip na ang nakikita lamang ay ang ginagawa nila o ang hindi nila ginagawa? Paano ako magiging higit na katulad ng Tagapagligtas?"[1]

Matutuhan kung Paano Tingnan ang Iba

Ang tingnan ang iba na tulad ng ginagawa ng Tagapagligtas ay nagdudulot ng mga makabuluhang gantimpala. Narito ang ilang mungkahi na makatutulong sa atin habang pinagsisikapan nating makamit ang mithiing ito.

KILALANIN SILA

Sikaping kilalanin ang mga tao nang higit pa sa mababaw na pag-uusap. Kilalanin na kailangan ng panahon at tapat na pagsisikap para mabuo ang isang relasyon. (Tingnan ang Agosto 2018 na artikulo tungkol sa mga Alituntunin ng Paglilingkod na "Pagbubuo ng mga Makabuluhang Relasyon" para matulungan.)

SURIIN ANG SARILI

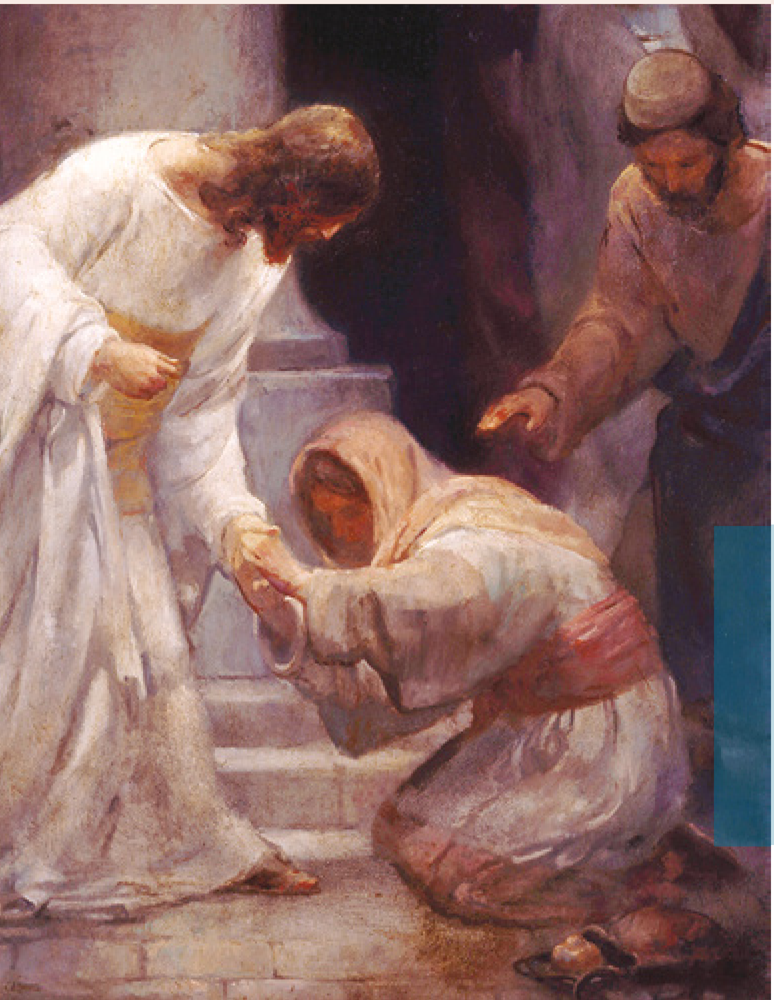
Pansinin ang mga panghuhusga na nagagawa mo nang sinasadya o hindi sinasadya. Tingnan ang mga opinyon na ibinibigay mo tungkol sa ibang tao at sikapin mong alamin kung bakit ganoon ang nararamdaman mo sa kanila.

HUWAG HUMUSGA

Unawain na hindi nasusukat ang halaga ng isang tao sa kanyang mga kalagayan. Ilagay ang sarili ninyo sa sitwasyon nila at isipin kung paano ninyo gustong tingnan kayo ng isang tao kung kayo ang nasa mga sitwasyong iyon. Makatutulong sa atin na makita ang mga tao kung paano sila nakikita ng Tagapagligtas kung ihihiwalay natin ang mga pagpapasiya at pag-uugali nila sa kanilang likas na katangian at banal na potensyal.

IPAGDASAL NA MATUTUHAN SILANG MAHALIN

Ipagdasal sila palagi nang binabanggit ang kanilang pangalan at hilingin na matiyaga kayong makapaghintay na maging tunay ninyo silang kaibigan. Ngayon mapanalanging suriin ang inyong paglilingkod. May kaibhan ba ang ginagawa ninyo sa talagang kailangan nila?



Nag-ukol ng Kanyang panahon si Jesus sa mga tao na magkakaiba ang katayuan sa buhay: mayaman, mahirap, pinuno, at mga pangkaraniwang tao. Madalas na Siya ay biktima ng maling paghusga ng iba batay sa nakikita nila sa Kanya at sa Kanyang karalitaan o katayuan na walang halaga sa kanila. "Pagka ating minamasdan siya ay walang kagandahan na mananais tayo sa kaniya. . . . Siya'y hinamak at itinakuwil ng mga tao" (Isaias 53:2–3).

PAANYAYANG KUMILOS

Sino ang mga taong gusto ninyong maiba ang pagkakakilala ninyo? Ano ang gagawin ninyo para mabago ang iniisip ninyo sa kanila?

DETALYE MULA SA *BABAING PINAGALING*, NI J. KIRK RICHARDS

IBAHAGI ANG INYONG MGA KARANASAN
Ipadala sa amin ang inyong mga karanasan sa paglilingkod o sa pagtanggap ng paglilingkod mula sa ibang tao. Pumunta sa liahona.lds.org at i-klik ang "Submit an Article or Feedback."

Pagturing sa Iba nang Tulad ni Cristo

Isang kapatid na babae sa Simbahan ang nagkuwento tungkol sa kung paano niya natutuhang unawain ang kanyang kapitbahay nang tulad ni Cristo:

"Magkapitbahay kami ni Julia (binago ang pangalan) at napansin ko na parang wala siyang mga kaibigan. Lagi siyang mukhang balisa at galit. Kahit ganoon, ipinasiya kong kaibiganin siya. Hindi lang basta kaibigan kundi tunay na kaibigan. Lagi ko siyang kinakausap sa tuwing makikita ko siya at ipinakita ko na interesado ako sa anumang ginagawa niya. Unti-unti, naging magkaibigan kami, na nagpasaya sa puso ko.

"Isang araw, binisita ko si Julia at itinanong ko sa kanya kung bakit hindi siya nagsisimba.

"Nalaman ko na wala siyang kapamilya o kamag-anak na malapit sa tinitirhan niya. Nakatira sa malayong lugar ang kapatid niyang lalaki, na nag-iisang kapatid niya, at nakakausap lamang niya sa telepono isang beses sa isang taon. Habang pinakikingan ko ang pagbubuhos niya ng hinanakit, galit, at pagkabigo tungkol sa kanyang pamilya at sa Simbahan, kaagad akong nakadama ng matinding habag at pagmamahal sa kapatid na ito. Nadama ko ang hinagpis at kabiguang dinaranas niya. Nakita ko kung gaano kalungkot ang buhay niya. Parang ibinulong sa akin ang mga katagang ito: 'Mahalin ko rin siya. Mahalin at igalang mo siya.'

"Naupo ako at nakinig hanggang sa wala na siyang sinabi pa. Nakadama ako ng pagmamahal at habag sa kanya. Heto ang isang kapatid na hindi nakaramdam ng pagmamahal. Kagyat kong naunawaan siya nang mas malalim. Pinasalamatan ko siya sa pagpayag na makabisita ako sa kanya, at niyakap siya at nag-iwan ng pagmamahal at paggalang bago ako umalis. Hindi niya alam kung gaano niya ako naantig sa pagbisitang iyon. Binuksan ng Ama sa Langit ang aking mga mata at itinuro sa akin na kaya kong magmahal nang may ibayong pagkahabag. Determinado na ako sa aking desisyon na ituring siya hindi lamang bilang isang kaibigan kundi bilang isang kapamilya."

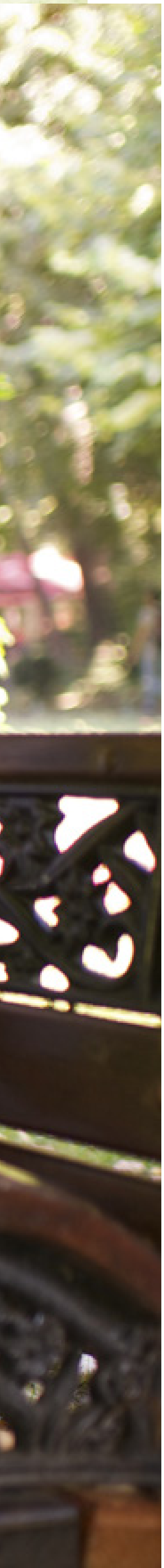
Sagradong bagay ang matulutang maging bahagi ng buhay ng isang tao. Sa pamamagitan ng panalangin, tiyaga, at tulong mula sa Espiritu, matututuhan nating magawa ito nang may pananaw na tulad ng kay Cristo. ■

TALA

1. S. Mark Palmer, "At Pagtitig sa Kaniya ni Jesus, ay Giniliw Siya," *Liahona,* Mayo 2017, 115.

TUKLASIN ANG IBA PA
Alamin kung paano mas magiging malugod sa pagtanggap sa iba:

- Basahin ang "Higit pa ang Magagawa Natin: Pagtanggap sa Iba sa Kawan" sa Setyembre 2017 *Liahona.*
- Panoorin ang pagpapaliwanag ng mga lider ng Simbahan sa mga alituntuning ito sa **lds.org/go/61911.**



Ni Elder
Neil L. Andersen
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

Ministering sa mas Banal na Pamamaraan

Ipinapangako ko na kapag minahal ninyo ang Diyos nang buong puso at idinalangin na gawin kayong kasangkapan sa Kanyang mga kamay, ilalagay ng Panginoon ang Kanyang mga natatanging anak na lalaki at babae sa inyong landas.

Ang aklat na may pamagat na *The Narcissism Epidemic* ay nagsimula sa pinagrabeng halimbawa ng makabagong kultura ng mga Amerikano:

"Sa isang reality TV show, plano ng isang dalagita na sa kanyang ika-16 na kaarawan ay paharangan ang malaking lansangan para makadaan ang mga musikero na tutugtog bago siya pumasok at lumakad sa pulang karpet o alpombra. Isang aklat na may pamagat na *My Beautiful Mommy* ang nagpapaliwanag tungkol sa plastic surgery sa mga anak na may mga ina na nagpapaopera para makisabay sa nauusong 'Mommy Makeover.' Posible na ngayon na umupa ng mga pekeng paparazzi na susunud-sunod sa iyo at kukunan ka ng mga litrato kapag lumabas ka sa gabi—pwede na ring magkaroon ng pekeng celebrity magazine cover na tampok ang mga litrato mo. Sabi sa isang sikat na kanta, na walang bahid ng pang-uuyam, ''Naniniwala ako na sa akin dapat umiikot ang mundo!' . . . Ang mga sanggol ay nakasuot ng babero na may burdang 'Supermodel' . . . at sumisipsip sa 'mamahalin at mapalamuting' pacifier habang binabasa ng kanilang mga magulang ang makabagong nursery rhyme mula sa *This Little Piggy Went to Prada [Ang Biik na Ito ay Nagpunta sa Prada.]*"[1]

Bilang mga disipulo ni Jesucristo, labis nating tinututulan ang paniniwala na ang buhay natin ay tungkol lang sa ating sarili. Sa halip, sinusunod natin ang Tagapagligtas na nagsabing:

"Sinomang magibig na dumakila sa inyo ay magiging lingkod ninyo;

"At sinomang magibig na maging una sa inyo ay magiging alipin ninyo:

". . . Ang Anak ng tao ay hindi naparito upang paglingkuran, kundi upang maglingkod, at ibigay ang kaniyang buhay na pangtubos sa marami" (Mateo 20:26–28).

Pinahahalagahan natin ang Kanyang mga salita:

"Kayo'y mangagibigan sa isa't isa; na kung paanong iniibig ko kayo" (Juan 13:34; tingnan din sa Juan 15:12).

"Pakanin mo ang aking mga kordero. . . . Alagaan mo ang aking mga tupa" (Juan 21:15, 16).

"Kung makapagbalik ka nang muli, ay papagtibayin mo ang iyong mga kapatid" (Lucas 22:32).

"Tulungan ang mahihina, itaas ang mga kamay na nakababa, at palakasin ang tuhod na mahihina" (Doktrina at mga Tipan 81:5).

Narito ang halimbawa ng uri ng ministering na tulad ng kay Cristo na nangyayari sa mga miyembro ng Simbahan ng Panginoon. Isang estudyante sa Brigham Young University ang nagsulat kamakailan:

"Talagang ang hirap ng pinagdadaanan ko. Isang araw halos maiyak na ako sa hirap. Nagsumamo ako at tahimik na nagdasal para magkaroon ng lakas na magpatuloy. Sa mismong sandaling iyon, pinadalhan ako ng text message ng roommate ko para iparamdam sa akin na mahal niya ako. Nagbahagi siya ng banal na kasulatan at patotoo. Nagbigay ito sa akin ng matinding lakas at kapanatagan at pag-asa sa sandaling iyon ng kalungkutan."

Hayaan ninyong magbahagi ako ng ilang bagay na sana ay magpapatibay pang lalo sa mahusay nang paglilingkod at pangangalaga ninyo sa isa't isa. Ang unang payo ko ay ito: Alalahanin ang unang utos bago ninyo gawin ang pangalawa. Isang binata ang lumapit sa Tagapagligtas at tinanong Siya:

"Guro, alin baga ang dakilang utos sa kautusan?

"Sinabi [ni Jesus] sa kaniya, Iibigin mo ang Panginoon mong Dios ng buong puso mo, at ng buong kaluluwa mo, at ng buong pagiisip mo.

"Ito ang dakila at pangunang utos.

"At ang pangalawang katulad ay ito, Iibigin mo ang iyong kapuwa na gaya ng iyong sarili" (Mateo 22:36–39).

Ang inyong kakayahan na gawing mas banal ang pamamaraan ninyo ng pagmamahal sa inyong kapwa, pangangalaga at paglilingkod sa iba, ay nakasalalay sa kung gaano ninyo kaigting na nasusunod ang unang utos.

Isa pang Uri ng Ministering

May kakaiba at dakilang kaloob ng ministering na maaaring dumating sa isang tao na nagmamahal sa Diyos nang kanyang buong puso; na matatag ang katayuan, mapagkumbaba, matibay, at hindi natitinag sa pananampalataya kay Jesucristo at sa ipinanumbalik na ebanghelyo (tingnan sa Mga Taga Efeso 3:17; Mga Taga Colosas 1:23; 1 Nephi 2:10; Mosias 5:15; Alma 1:25; 3 Nephi 6:14); at sumusunod sa mga utos nang may kahustuhan.

Hayaan ninyong bigyan ko kayo ng konteksto ng nalalaman na ninyo. Sa buong mundo, ang nakababatang henerasyon ay nawawalan ng pananampalataya, lalo na sa paniniwala nila sa isang partikular na relihiyon. Nang magtapos ako sa BYU noong 1975, ang bilang ng mga young adult (mga edad 18 hanggang 24) na may kinasasapiang relihiyon ay halos 90 porsyento. Ngayon ay nasa 66 porsyento ito. "Ang 1/3 ng mga young adult ay hindi kabilang sa anumang organisadong relihiyon."[2]

Noong 2001, ang isang dalubhasa sa relihiyon na si Robert C. Fuller ay sumulat ng aklat na may pamagat na *Spiritual, But Not Religious [Espirituwal, Pero Hindi Relihiyoso]*.[3] Ang tendensiya ng pagiging espirituwal kahit walang relihiyong kinasasapian ay maaaring totoo 20 taon na ang nakararaan, ngunit hindi na ito gaanong totoo ngayon. Ang mga young adult sa Estados Unidos ay hindi na gaanong nagdarasal, hindi na gaanong naniniwala sa Diyos, hindi na gaanong naniniwala sa Biblia, at hindi na gaanong naniniwala sa mga kautusan.[4] Isang kawalang-muwang ang maniwalang hindi nakaiimpluwensya ang mundo sa ating lahat—maging sa mga hinirang.

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Ang pangangalaga sa iba, pisikal at emosyonal man, ay nangangailangan ng puso na sensitibo at di-makasarili. Ang pangangalagang ito ay mahalagang bahagi ng ebanghelyo. Ito ay ginagawa sa loob at labas ng Simbahan ng mabubuting tao, nananampalataya man o hindi. Napakaraming kahang-hangang mga tao, mababait na tao sa buong mundo, at may matututuhan tayo sa kanila.

Gayunman, ang naiibang ginagawa ng isang na-convert na miyembro ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay isa pang uri ng ministering. Bilang mga disipulo ng Tagapagligtas, may mga oportunidad tayo na nakatutulong na mapalakas ang nanghihinang pananampalataya ng isang kaibigan, na nagpapaalala sa roommate sa magiliw na paraan na ang pagbabasa ng Aklat ni Mormon araw-araw ay talagang nagdudulot ng mga himala, at nagpapakita sa isang miyembro ng ward na ang mga pamatayan ng Simbahan ay hindi lamang mga patakaran kundi sa halip ay isang paraan para mapalapit tayo sa Diyos at magdulot sa atin ng kaligayahan.

Ang isang taong may mabuting puso ay tutulong sa isang tao na magayos ng gulong, sasamahan ang isang kapitbahay sa pagpunta sa doktor, kakain ng tanghalian kasama ang isang taong nalulungkot, o ngingiti at mangungumusta upang mapasaya ang araw ng iba. Ngunit ang sumusunod sa unang utos ay likas na magdaragdag sa mahahalagang paglilingkod na ito, na naghihikayat sa tao na patuloy na sumunod sa mga utos at nagbibigay ng mabuting payo sa isang pinanghihinaan ng pananampalataya o sa isang kailangan ng tulong para makabalik muli sa mabuting pamumuhay.

Hinihikayat ko kayo na pag-ibayuhin ang inyong pagsisikap na espirituwal na paglingkuran ang isa't isa. Ang espirituwal na paglilingkod o ministering ay maaaring magsimula sa paggawa ng cookies o paglalaro ng basketbol. Ngunit kalaunan, ang mas banal na pamamaraang ito ng ministering ay mangangailangan ng pagbubukas ng inyong puso at pananampalataya, tapang na hikayatin pa na pag-ibayuhin ang pag-unlad na nakikita ninyo sa isang kaibigan, at pagsasabi na ikinababahala ninyo ang mga bagay na nakikita at nadarama ninyo na hindi akma sa pagiging disipulo.

Huwag nating isiping mas mabuti tayo sa iba, kundi sa halip ay maging espirituwal na matapang sa pagsasagawa ng ministering sa mas banal na paraan, lalo na sa pagpapalakas ng pananampalataya ng iba. Upang mapukaw ang pag-iisip ninyo, isipin ang mga posibleng sitwasyong ito:

- Napansin ninyo na nag-uukol ng maraming oras ang kaibigan ninyo sa paglalaro ng games sa kanyang smartphone at bihirang sumali sa usapan kapag may kinalaman na sa ebanghelyo ang mga paksa.
- Pakiramdam ninyo ay naaapektuhan ng pornograpiya ang isang miyembro ng ward.
- Maraming oras ang ginugugol ng mga kaibigan ninyo sa pagkuha at pag-post ng mga larawan ng kanilang sarili na tila may kahalayan na.
- Napapansin ninyo ang isang tao na dating masayang nagkukuwento tungkol sa Aklat ni Mormon ang hindi na ito binabanggit ngayon.
- Napapansin ninyo na may kapamilya kayo na dating mahilig pumunta sa templo ang hindi na nagpupunta ngayon.
- Napapansin ninyo ang isang kaibigan na dating naniniwala sa payo ng propeta ang mapagpuna na ngayon sa propeta.

- May kilala kayong returned missionary na hindi na seryoso sa pagsusuot ng mga damit na sumasalamin sa mga tipan sa templo.
- Napapansin ninyo ang isang miyembro ng ward na humahanap ng dahilan na pumunta sa ibang lugar tuwing Linggo sa halip na pumunta sa simbahan.
- Napapansin ninyo na nagsisimula nang magsinungaling ang kaibigan ninyo sa maliliit na bagay.
- May kilala kayo na nagniningning sa liwanag ang mga mata pagkauwi sa misyon, ngunit ngayon ay tila malamlam na ang liwanag na iyon.
- May kaibigan kayo na ginagawang biro pati mga sagradong bagay.
- May kaibigan kayo na walang nakikipagdeyt o naidedeyt ang nagsasabing "hindi ako mahal ng Diyos."
- Nakikita ninyong naaapektuhan ang pananampalataya ng kaibigan ninyo dahil sa nakompromisong pagiging karapat-dapat at ng pangangailangang magsisi.

Nawawari ba ninyo ang mga sitwasyong ito o iba pang mga katulad nito? May partikular na mga pangalan na ba kayong naisip? Sinabi ni Apostol Pablo, "Sapagka't ang ating pakikibaka ay hindi laban sa laman at dugo, kundi laban sa mga pamunuan, laban sa mga kapangyarihan, laban sa mga namamahala ng kadilimang ito sa sanglibutan, laban sa mga ukol sa espiritu ng kasamaan sa mga dakong kaitaasan" (Mga Taga Efeso 6:12). Isa sa pinakamalalaking pangangailangan ng mundo ay magkaroon ng mas malakas na pananampalataya sa ating Ama sa Langit at sa Kanyang Anak, si Jesucristo, at magkaroon ng ibayong kahandaan na sundin ang mga kautusan.

Ministering o Paglilingkod sa Indibiduwal

Kung tutularan natin ang huwaran ng Tagapagligtas, ang ating ministering ay madalas na sa paisa-isang indibiduwal. Sa babaeng taga Samaria sa tabi ng balon, sinabi ng Tagapagligtas:

"Ang bawa't uminom ng tubig na ito ay muling mauuhaw:

"Sinomang umiinom ng tubig na sa kaniya'y aking ibibigay ay hindi mauuhaw magpakailan man. . . .

"Sinabi sa kaniya ng babae, Ginoo, ibigay mo sa akin ang tubig na ito, upang ako'y huwag mauhaw. . . .

"[Pagkatapos ay sinabi niya,] Nalalaman ko na paririto ang Mesias (ang tinatawag na Cristo): na pagparito niya, ay ipahahayag niya sa amin ang lahat ng mga bagay.

"Sinabi sa kaniya ni Jesus, Ako na nagsasalita sa iyo ay siya nga" (tingnan sa Juan 4:13–15, 25–26).

Maging sa paghahayag ng Kanyang pagka-diyos, si Jesucristo ay nagminister o naglingkod sa bawat indibiduwal.

Hindi katulad ng pagpapalit ng nabutas na gulong, ang minsanang paggawa ng ministering ay bihirang makalutas ng problema sa espirituwal. Kailangan nito ng panahon, mga pag-uusap, at nakapanghihikayat na mga karanasan na makatutulong na mapatatag muli ang pananampalataya. Mas dumarating ito na tulad ng hamog mula sa langit kaysa sa minsanang buga ng tubig. Kailangan ninyong muli't muling magminister sa pagtulong sa isang tao na bumalik sa Diyos at muling umasa sa Tagapagligtas at sa Kanyang Pagbabayad-sala.

Sa ministering na ayon sa pamamaraan ng Panginoon, kailangan natin ang tulong ng Espiritu Santo. Binigyang-diin ni Pangulong Russell M. Nelson ang paksang ito sa pangkalahatang kumperensya noong Abril 2018: "Sa darating na mga araw, hindi magiging posible na espirituwal na makaligtas kung walang patnubay, tagubilin, at nakapagpapanatag na impluwensya ng Espiritu Santo."[5]

Idinagdag pa ni Pangulong Nelson, "Nakikiusap ako sa inyo na dagdagan ang inyong espirituwal na kakayahan na tumanggap ng paghahayag."[6] Pinayuhan niya tayo na magdasal, makinig, isulat ang naiisip natin, at kumilos.

Maiaangkop ba natin ito sa ministering o paglilingkod sa mas banal na pamamaraan? Halina't magdasal, makinig, isulat ang ating iniisip, at kumilos para sa ating mga pinaglilingkuran at pinangangalagaan.

Ipagdasal na mabigyan ng mga pagkakataong mapalakas ang pananampalataya ng iba. Hindi lahat ng tutulungan ninyo ay mga taong kilala ninyo. Nang magminister o maglingkod si Jesus sa bao [balo] ng Nain, papunta Siya noon sa lungsod. Subalit, nakita Niya ang balo, nahabag dito, at binuhay mula sa patay ang anak na lalaki nito. Nabago ang buhay nito dahil sa Kanyang paglilingkod (tingnan sa Lucas 7:11–15).

Ipagdasal na dumating sa inyo ang mga pagkakataong makagawa ng ministering, makinig, isulat ang mga naiisip ninyo, at maghandang kumilos kapag inilagay sa landas ninyo ang mga tao.

Laging naaantig ang puso ko sa hinaing ng Mang-aawit: "Tumingin ka sa aking kanan, . . . sapagka't walang tao na nakakakilala sa akin: kanlungan ay kulang ako; walang taong lumilingap sa aking kaluluwa" (Mga Awit 142:4). Tulungan natin ang mga nakadarama ng ganito.

Maglaan ng Oras para sa Espiritu

Para matamo ang tulong ng Espiritu Santo, dapat nating ihanda ang ating mga puso't isipan. Sa ating henerasyon, kailangan natin ang disiplina at pagpipigil sa paggamit ng teknolohiya. Si Adam Alter, sa kanyang aklat na *Irresistible,* ay nagsalita tungkol sa pagkalulong sa teknolohiya at social media. Binanggit niya si Greg Hochmuth, isa sa mga inhinyerong nagtatag ng Instagram na nagsabing, "Laging may bagong hashtag na iki-klik. Kasunod nito parang may sariling buhay na ito, parang organismo, na maaaring ikalulong ng mga tao."[7]

Idinagdag pa ni G. Alter: "Ang Instagram, tulad ng maraming iba pang social media, ay tila walang katapusan. Ang Facebook ay walang katapusan ang feed; ang Netflix ay awtomatikong lumilipat sa mga susunod na serye; ang Tinder ay naghihikayat sa mga gumagamit na patuloy na mag-swipe para makahanap ng mas magandang opsyon. . . . Ayon kay Tristan Harris, isang 'design ethicist,' hindi problema ang kakulangan ng tao ng displina sa sarili; kundi ang 'napakaraming tao sa kabilang panig ng screen na ang trabaho ay sirain ang disiplina sa sarili na mayroon ka.'"[8]

Patuloy ni G. Alter: "Ang isang like sa Facebook at Instagram ay nagdudulot ng kakaibang saya, gayundin ang pagkumpleto ng misyon sa World of Warcraft, o makita na maraming nag-share ng mga tweet mo sa Twitter. Ang mga tao na lumilikha at nagpapaganda ng teknolohiya, laro, at interaksyon online ay napakahusay sa trabahong ito. Nagsasagawa sila ng napakaraming test sa milyun-milyong user para malaman kung aling pagbabago ang epektibo at kung alin ang hindi—aling kulay ng background, font, at audio tones ang pinakagugustuhin at makakabawas ng pagkadismaya. Habang patuloy na nagbabago ang isang karanasan online, nagiging mas nakalululong at mas mabisang bersyon ito ng orihinal. Noong 2004, masayang mag-Facebook; [ngayon,] nakalululong na ito."[9]

Para mapasaatin ang tulong ng Espiritu, kailangan nating maglaan ng panahon at lugar. Matuto kayong ibaba ang inyong mga smartphone. Mag-iskedyul ng panahon na sadyang hindi ninyo magagamit ang teknolohiya ninyo.

Sa pangkalahatang kumperensya noong Abril 2018, sinabi ni Pangulong M. Russell Ballard, Tumatayong Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Napakaraming tao ang halos nakadepende ang buhay sa Internet sa kanilang mga smart device—mga screen na nag-iilaw sa kanilang mukha gabi't araw at mga earbuds (o earplug) sa kanilang tainga na humahadlang sa marahan at banayad na tinig ng Espiritu. Kung hindi tayo magbibigay ng panahon na iwaksi ang mga electronic device, baka tayo lagpasan ng mga pagkakataong marinig ang tinig Niya na nagsabing, 'Magsitigil at kilalanin ninyo na ako ang Dios' [Mga Awit 46:10]. Hindi masamang

gamitin ang mga kaunlaran sa teknolohiya na binigyang-inspirasyon ng Panginoon, ngunit maging matalino tayo sa paggamit nito."[10]

Palakasin ang Isa't Isa

Noong ako ay undergraduate pa sa BYU, maliban pa sa aking asawang si Kathy, na hindi masusukat ang walang hanggang impluwensya, dalawang roommate ko—isa na nakasama ko bago ako magmisyon at isa pagkauwi ko—ang humubog nang lubos sa aking espirituwal na pundasyon. Isa rito si Reid Robison, na propesor na ngayon sa BYU sa kursong organizational behavior. Nakilala ko siya habang nasa misyon ako, at naging roommates kami pagkatapos nito. Ang ganap na pagsunod ni Reid sa mga utos, kanyang pagmamahal sa propeta, at matibay na patotoo sa Tagapagligtas ay nagpalakas sa akin at sa lahat ng nakapalibot sa kanya. At patuloy siyang naging halimbawa sa akin sa nakalipas na 45 taon.

Ang isa pang roommate na binanggit ko ay si Terrel Bird, na nakatira na ngayon sa St. George, Utah, USA. Nakilala ko si Terrel nang magkasama kaming nag-high school sa Pocatello, Idaho, USA. Bagama't magkasama kaming naglalaro noon ng basketbol, naging magkaibigan kami nang naobserbahan ko na napakataas ng kanyang espirituwalidad. Nagbabahagi siya ng mga espirituwal na ideya na nalalaman niya at ng mga alituntunin sa buhay na nababasa at natututuhan niya. Namangha ako na marinig ang mga bagay na ito sa isang 17-taong gulang. Ipinasiya namin na maging roommate sa BYU.

Noong mga panahong iyon, wala pa kaming mga computer; makinilya ang gamit namin noon. Kinokopya ni Terrel ang mga banal na kasulatan na makabuluhan sa kanya at mga quotation o sipi na nagkikintal ng kabutihan sa pagkatao, minamakinilya ang mga ito, at pagkatapos ay iniimbak sa maliit na kahon para matingnan niya ang mga ito nang madalas. Pangkaraniwan na sa kanya ang magkaroon ng mahigit isang libong tala ng banal na kasulatan at mga quotation, na karamihan ay isinasaulo niya. Kahit may trabaho ako—naglilinis ng library tuwing umaga mula alas 4:00 hanggang alas 7:00—at full time na estudyante, nagsimula akong gumawa ng sarili kong file box dahil sa naobserbahan ko kay Terrel.

Narito ang isa sa mga quotation na naaalala ko mahigit 50 taon na ngayon:

Ang Isip ay Dalubhasang humuhubog, bumubuo,
At Isip ay Tao, ginagawa ang anumang gusto
Ang Isipa'y may paraang lumikha ng anuman,
Isang libo mang tuwa, o isang libong kalungkutan:—
Lihim siyang nag-iisip, at ito ay nagaganap:
Laman ng kanyang isipan sa paligid nababanaag.[11]

Naaalala ko rin, mangyari pa, ang nakaaantig na talata ng banal na kasulatan na tulad nito:

"Ako ang pagkabuhay na maguli, at ang kabuhayan: ang sumasampalataya sa akin, bagama't siya'y mamatay, gayon ma'y mabubuhay siya:

"At ang sinomang nabubuhay at sumasampalataya sa akin ay hindi mamamatay magpakailan man" (Juan 11:25–26).

Tinulungan ako ni Terrel na ikintal sa isipan ko bilang freshman sa BYU ang mga banal na kasulatan at mga salita ng karunungan na nakaimpluwensya sa buong buhay ko. Pinasasalamatan ko sina Reid Robison at Terrel Bird dahil sa pagmamalasakit sa akin sa espirituwal sa panahong malaki ang nagawa nitong kaibhan.

Narito ang munting tulang isinulat ng kapitbahay ko na si Thomas L. Kay:

Salamat sa Diyos sa mga matulungin
sa nagmamalasakit nang taimtim
Na sa mahihina ay umaalalay

at ipinagdarasal silang tunay
Salamat sa Diyos sa mga nakikinig sa puso
at sa mga salitang inuusal
Batid na ang magiliw na tingin o haplos
ang halaga'y lubus-lubos
Salamat sa Diyos sa mga nagtataas ng mga kamay na nakababa
at nagpapalakas sa mga tuhod na nanghihina
Na sa mga kaluluwa ay sumasagip
sa paglilingkod nang tahimik.[12]

Mahal kong mga kaibigan at kapwa disipulo, ibinibigay ko ang aking tiyak na patotoo na alam kong buhay ang Tagapagligtas. Siya ay nabuhay na muli. Siya ang gumagabay sa banal na gawaing ito. Si Pangulong Nelson ang Kanyang itinalagang propeta sa mundo. Ang panahon natin sa mundo ay walang hanggan ang kahalagahan.

Ipinapangako ko na kapag minahal ninyo ang Diyos nang buong puso at idinalangin na gawin kayong kasangkapan sa Kanyang mga kamay, naglingkod at nangalaga sa bawat indibiduwal, pinag-ibayo ang kakayahan ninyong tumanggap ng paghahayag, at nagtiwala sa impluwensya ng Espiritu Santo, ilalagay ng Panginoon ang Kanyang mga natatanging anak na lalaki at babae sa inyong landas at kayo ang kanilang magiging mga anghel na naglilingkod at nangangalaga, pinagpapala ang kanilang buhay nang walang hanggan. Kayo ay maglilingkod at mangangalaga sa mas banal na pamamaraan.

Dalangin ko na ito ay isang bagay na magiging mahalaga sa inyo habang patuloy kayong tumatahak sa pinakamahalagang landas ng ating mortalidad. Ibinabahagi ko sa inyo ang aking matibay at tiyak na patotoo tungkol sa Tagapagligtas at sa inyong walang hanggang kahalagahan sa Kanya.

Nagpapatotoo ako na Siya ay paparitong muli at tatanggapin tayo bilang Kanyang mga anak na lalaki at babae, bilang Kanyang mga disipulo. ■

Mula sa isang mensahe sa debosyonal na, "Mas Banal na Pamamaraan sa Ministering," na ibinigay sa Brigham Young University noong Abril 10, 2018.

MGA TALA

1. Jean M. Twenge at W. Keith Campbell, *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* (2009), 1.
2. Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood* (2017), 121; tingnan din sa Figure 5.1, 121.
3. Tingnan sa Robert C. Fuller, *Spiritual, But Not Religious: Understanding Unchurched America* (2001).
4. Tingnan sa Jean M. Twenge, *iGen,* 119–42.
5. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," *Liahona,* Mayo 2018, 96.
6. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," 95.
7. Greg Hochmuth, sa Adam Alter, *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* (2017), 3; tingnan din sa Greg Hochmuth, sa Natasha Singer, "Can't Put Down Your Device? That's by Design," *The New York Times,* Dis. 5, 2015, nytimes.com.
8. Adam Alter, *Irresistible,* 3; tingnan din sa Tristan Harris, sa Natasha Singer, "Can't Put Down Your Device? That's by Design."
9. Adam Alter, *Irresistible,* 5.
10. M. Russell Ballard, "Mga Natatanging Kaloob mula sa Diyos," *Liahona,* Mayo 2018, 10.
11. James Allen, *As a Man Thinketh* (1902), frontispiece.
12. Thomas L. Kay, "Saints," sa *The Road I've Taken* (2016), 16; tingnan din sa "Saints," musika ni Rachel Bastian, *New Era,* Set. 1999, 51.

Pagtulong sa Iba na Matanggap ang Pagpapapagaling ng Panginoon

Ni Merrilee Browne Boyack

Isang araw ng Linggo nabasa ko ang talata sa banal na kasulatan na "Katotohanan, katotohanan, sinasabi ko sa inyo, ito ang aking ebanghelyo; at alam ninyo ang mga bagay na kinakailangan ninyong gawin sa aking simbahan; *sapagkat ang mga gawang nakita ninyong ginawa ko ay siya rin ninyong gagawin*" (3 Nephi 27:21; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Inisip ko, "Ano ba ang mga ginawa ni Cristo sa mundo?" Dalawang bagay ang unang naisip ko: paglilingkod at pagpapapagaling. Magagawa kong maglingkod, pero makapagpapagaling ba ako? Natitiyak ko na hindi ko kayang magpagaling ng iba—o kaya ko ba?

Nagiging mahuhusay tayong tagapagpagaling kapag tumutulong tayo na maipadama ang pagpapagaling ng Panginoon sa mga may karamdaman na pisikal, mental, at espirituwal.

Katatapos ko lang magpagaling sa operasyon na sinundan ng matinding allergy. Naisip ko kaagad ang mga tumulong sa akin habang nagpapagaling ako, na talaga namang napakarami. Kung natulungan nila ako na gumaling, hindi ko ba kayang gawin iyon sa iba?

Bawat isa sa atin ay maaaring matutong maging mahusay na tagapagpagaling.[1] Tayo ay napaliligiran ng mga taong may karamdaman na pisikal, mental, at espirituwal na maaari nating matulungan.

Pagdalaw sa Maysakit

Nakalahad sa Mosias 4:26 "Nais kong ibahagi ninyo ang inyong kabuhayan sa mga maralita, bawat tao alinsunod sa kung ano ang mayroon siya, gaya ng pagpapakain sa nagugutom, pagpapanamit sa hubad, pagdalaw sa may karamdaman, at pangangasiwa sa kanilang ikagiginhawa, kapwa espirituwal at temporal, alinsunod sa kanilang mga pangangailangan."

Kapag may karamdaman tayo—pisikal, mental, o espirituwal man—nahihiwalay tayo sa mga tao. Maraming malungkot na oras ang ginugugol ng mga tao sa mga silid-tulugan o ospital habang nagpapagaling, at napakadali nilang panghinaan ng loob dahil dito. Sa pagtindi ng dilim, ang pagdalaw ng nagmamalasakit na kaibigan o kapamilya ay nagdudulot ng liwanag sa kanilang buhay.

Ang *paraan* ng pagdalaw natin sa maysakit ay mahalaga rin. Ilang kababaihan ang sumagot nang itanong ko kung paano sila tinulungan ng iba na gumaling. Sabi ni Judi ng Arizona, USA, "Ang pakikinig . . . [ay] napakalaking tulong sa mga panahong naliligalig tayo. Pakikinig at *hindi* panghuhusga." Ang pakikinig nang matiyaga, tapat, at may pagmamahal ay malaking tulong sa mga nagsisikap na gumaling.

Ikinuwento ni Linda ng California, USA, kung paano nakatulong sa kanya ang pagdalaw ng kanyang kaibigan: "Naaalala ko ang mga espesyal na tao sa buhay ko—lalo na ang mga talagang nakinig at nagpadama ng magiliw na payo ng Espiritu. Mula nang mabiyuda ako sa edad na 30 na may limang maliliit na anak, lalo kong naramdaman ang pagmamahal ng aking Ama sa Langit dahil sa mabait na kaibigan kong si Karen. Alam niya kapag may kailangan ako at handa siyang makinig sa mga sinasabi ko. Kahit kailan hindi ko nadama na nag-iisa ako dahil palagi niyang ipinapaalala sa akin na ako ay anak ng Diyos."

Ang mga ministering brother at sister ay higit na makapagpapadama ng bisa ng pagpapagaling na ito. Mahalagang maging sensitibo sa mga pangangailangan ng mga nagdurusa. Kung minsan maikling pagbisita lang ang nararapat kapag pagod na pagod sila. Kung minsan naman ay nalulungkot at naiinip sila at makabubuti ang mas mahabang pagbisita. Mahalaga ring makibagay sa kanilang personalidad. May ilang mas gusto na mapag-isa at tahimik lamang samantalang may iba namang gusto na maraming kumakausap at sumusuporta. Dapat muna nating alamin ang kanilang mga pangangailangan at pagkatapos ay tumulong nang nararapat.

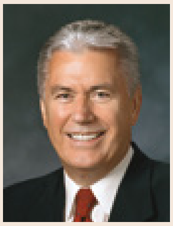
Pagpasan ng mga Pasanin ng Isa't Isa

Mahusay na nailarawan ni Alma ang matibay na pangako natin na tularan ang halimbawa ng Tagapagligtas nang tanungin Niya ang mga nananampalataya sa Aklat ni Mormon kung nakahanda sila "na lumapit sa kawan ng Diyos, at matawag na kanyang mga tao, at [maging handa na] magpasan ng pasanin ng isa't isa, nang ang mga yaon ay gumaan" (Mosias 18:8).

Bawat isa sa atin ay may iba't ibang uri ng pasanin. Mas lalong mahirap kayanin ang mga ito kapag tayo ay maysakit o may karamdaman sa pag-iisip o problema sa espirituwalidad. Isa sa mabibisang nagpapagaling ay ang pagtulong sa pagpasan ng mga pasanin ng ibang nagdurusa.

Ikinuwento ni Shannon na taga Utah, USA, kung paano siya tinulungan ng kanyang mga kapitbahay: "Sa araw na inilibing namin ang aming batang anak na lalaki,

THE RELEASE, NI JENEDY PAIGE, HINDI MAARING KOPYAHIN



TAYO ANG MGA KAMAY NG PANGINOON

"Alam ni Cristo kung paano ganap na mag-minister o maglingkod sa iba. Kapag nag-unat ng mga kamay ang Tagapagligtas, yaong mga naaabot Niya ay sumisigla at nagiging mas dakila, mas malakas, at mas mabubuting tao.

"Kung tayo ang Kanyang mga kamay, hindi ba dapat ay gayon din ang ating gawin?"

Elder Dieter F. Uchtdorf ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Kayo ang Aking mga Kamay", ***Liahona*****, Mayo 2010, 70.**

nadatnan namin pag-uwi galing sa sementeryo na nagtipun-tipon ang aming mga kapitbahay habang nasa libing kami at ginawan ng panibagong landscape ang aming bakuran. Nagtanim sila ng magagandang palumpong, puno, at mga bulaklak, pati na mga bagong damuhan. Sa gitna ng aming hindi mailarawang kalungkutan, ang kanilang magiliw na pagpapakita ng pagmamahal at pagsuporta ay naging simula ng aming paggaling. Sa bawat taon, naipaalala sa amin na ang pagmamahal at buhay ay walang hanggan nang muling magkaroon ng sigla at buhay ang aming magandang bakuran. [Ito ay isang] sagrado at masimbolikong karanasan na hindi namin malilimutan kailanman."

Nang masuri ako na may kanser sa suso, kasalukuyan akong naglilingkod noon bilang pangulo ng Relief Society at tumatakbong muli para sa aming city council. Nawalan ng trabaho ang aking asawa, at dumanas kami ng marami pang ibang mabibigat na pagsubok sa panahong ito. Tapat na sinunod ng aking mga tagapayo ang utos na "magpasan ng pasanin ng isa't isa" at naghanap ng iba pang makakatulong na magpasan sa aking pasanin. Inako ng aking bishop ang ilan sa aking mga responsibilidad. Ang asawa ko ang nag-asikaso ng pagluluto at pag-aayos sa bahay. Tunay na nakapagpapakumbaba na hindi inalis ang aking mga pasanin at sa halip ay pinagtulung-tulungang pasanin ito ng maraming tao, mga taong nagpakita ng kabaitan na nagpapagaling.

Nakapagbibigay ng kaaliwan

Itinuro rin ni Alma na ang mga tagasunod ni Cristo ay "nahahandang makidalamhati sa mga yaong nagdadalamhati, oo, at aliwin yaong mga nangangailangan ng aliw" (Mosias 18:9).

Ang pag-aliw ay kinapapalooban ng tapat na pakikiramay, kabaitan, pag-aalala, malasakit, pagmamahal, at kawanggawa. Ito ay pagyakap sa mga may karamdaman o nagdurusa nang may pagmamahal upang tulungan silang kayanin ang kanilang mga paghihirap.

Si Luann (binago ang pangalan) ay nakaranas ng problema sa espirituwal at moralidad at inalala ang mga ginawa ng mga tumulong sa kanya: "Hindi nila pinansin ang nakaraan ko at sa halip ay tiningnan ang posibleng mangyari sa akin sa hinaharap, ang potensyal na maging mas mahusay, mas matalino, at mas mabait. Kapag iniisip ko ang dati kong pagkatao, nanliliit ako kung minsan dahil sa aking kamangmangan—nahihiya dahil sa mga nagawa kong paglabag at masasamang gawi. Ngunit ang kirot na dulot ng kahihiyan ay laging nasusundan ng nagpapagaling na balsamo na biyaya, awa, kapatawaran, at pagmamahal. Kapag nakikita ko na may mga taong nakapalibot sa akin na saganang nagbibigay ng mga bagay na iyon, napapawi ang kirot. At nakikita kong tinutulungan nila ako na mapagaling. Marahil mas tumpak sabihin na lumilikha sila ng ligtas na kapaligiran para sa akin—marahil parang cocoon na mapagmahal na nakabalot sa akin—kung saan, sa loob niyon, ang Tagapagligtas, ang Dalubhasang Manggagamot, ay mapapagaling ako. Binabago ako. Binabago ang puso ko."

> "Lumilikha sila ng ligtas na kapaligiran para sa akin kung saan ang Tagapagligtas, ang Dalubhasang Manggagamot, ay mapapagaling ako."

Isang mahalagang bahagi ng pag-aliw sa may karamdaman ang ibaling sila sa Dalubhasang Manggagamot. Sabi ni Sabrina na taga Utah, "Walang pagpapagaling na hihigit pa kaysa sa tulong na nagmula sa sinuman na tutulong sa iyo na hanapin ang o bumalik sa Diyos. Maaaring isa lang itong paalala sa mga bagay na alam mo na—na pinipilit mong maging mas matibay kaysa kinakailangan, kinakaya ang lahat nang mag-isa, at hindi talagang umaasa sa Diyos."

Kinakailangang maging sensitibo tayo sa Espiritu upang maaliw natin ang mga may karamdaman at matulungan sila na magkaroon ng

DETALYE MULA SA *BALSAMO SA GALAAD*, NI ANNIE HENRIE NADER

magandang pananaw. May panahon sa buhay ko na hindi ako nakatulog nang mabuti nang maraming buwan, at kada gabi karaniwang dalawa o tatlong oras lang na paputul-putol na pagtulog ang nagagawa ko. Dumanas ako ng matinding pagkabalisa at pagkapagal; nagpasuri na ako sa maraming doktor pero wala pa ring nangyari. Sa huli, iminungkahi ng kaibigan ko na magpatingin ako sa isang doktor na Banal sa mga Huling Araw na kaagad na nagbigay sa akin ng tamang diagnosis. Ikinabigla ko ang sumunod na sinabi niya sa akin: "Merrilee, ang pinakamahalagang bagay na kailangan mong gawin ay ibaling sa Diyos ang lahat ng lumiligalig sa iyo." Pagkatapos ay hinikayat niya ako na pagnilayan sandali araw-araw ang "Ang Buhay na Cristo: Ang Patotoo ng mga Apostol."

Sinubukan ko nang ilang beses ang pagninilay-nilay na ito pero walang nangyari, magkagayon man gustung-gusto ko pa ring mapagaling. Kinabukasan, tahimik kong pinagnilayan ang nakaaantig na mga salita, "Iniaalay namin ang aming patotoo tungkol sa katotohanan ng Kanyang hindi mapapantayang buhay at ang walang hanggang kapangyarihan ng Kanyang dakilang mapagbayad-salang sakripisyo."[2] Sumigla ang pakiramdam ko habang sinisimulan kong pagnilayan ang patotoo ng ating dakilang Manggagamot at alam ko na nakahanap ako ng aliw at kapayapaan sa aking kaluluwa.

Pag-uukol ng Atensyon

Sa pag-aaral natin ng mga banal na kasulatan para matularan si Jesus sa Kanyang pagpapagaling, mababasa natin na paulit-ulit na ginagawa ni Jesus ang isang bagay: Pinag-ukulan niya ng pansin ang mga nakapaligid sa Kanya.

Pinansin ni Cristo ang mga tao. Nakipag-usap Siya sa babaeng taga Samaria kahit bawal ito sa kultura. Nag-ukol Siya ng panahon na basbasan ang mga bata. Kumain Siya kasama ang mga maniningil ng buwis at makasalanan at ginamot ang mga ketongin at mga taong itinaboy. Pinag-ukulan Niya ng pansin ang bawat isa.

Bilang mga tagasunod ni Cristo na naghahangad na makapagpagaling, simulan natin ito sa pagtingin sa mga tao kung paano sila tingnan ni Cristo. Maglaan tayo ng oras na batiin, ngitian, at kumustahin sila. Maaaring hindi natin malaman kung gaano makapagpapagaling ang ginagawa natin sa mga tao sa ating paligid na nalulungkot, balisa, maysakit, mahina, o nahihirapan. Kahit na ang simpleng pagpapakita ng pagmamahal ay may malaking epekto.

Sa paggawa natin ng gawain ni Cristo at pagtulong na pagalingin ang iba, malalaking pagpapala ang saganang darating. Tulad ng itinuro ng Tagapagligtas, "Yamang inyong ginawa sa isa dito sa aking mga kapatid, kahit sa pinakamaliit na ito, ay sa akin ninyo ginawa" (Mateo 25:40). Sa Kanya na nagpagaling sa bawat isa sa atin, sa Kanya na iniyakap sa atin ang Kanyang mapagmahal na mga bisig nang mas maraming beses kaysa nalalaman natin, sa Kanya na nag-alok sa atin ng nagpapagaling na balsamo ng Kanyang Pagbabayad-sala, maiaalay natin ang ating mumunting pagsisikap na tumulong na mapagaling ang ating mga kapatid. Ito ang tunay na gawain ng mahusay na tagapagpagaling. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

MGA TALA

1. Tingnan sa "Panginoon, Kayo'y Laging Susundin," *Mga Himno,* blg. 164.
2. "Ang Buhay na Cristo: Ang Patotoo ng mga Apostol," *Liahona,* Mayo 2017, sa loob ng pabalat sa harap.

Mga Bulaklak at Pinansyal na Seguridad

Ni Mechel Wall

Dinagdagan ng Panginoon ang aking kapasidad, pinalawak ang aking mga kakayahan, at pinagibayo ang aking mga katangian nang higit sa kaya kong gawin nang mag-isa lamang.

Ikinabalisa ko noon pa man na hindi ako nakatapos ng kolehiyo. Alam ko na kung may mangyari man sa aking asawa, hindi ako handa na itaguyod ang aming pamilya.

At nangyari nga ang hindi inaasahan. Nakatanggap ako ng nakabibiglang tawag sa telepono na nagpabago ng buhay ko.

"Tumawag ka sa 911!" ang sigaw ng asawa ko na balisang-balisa. "Nadaganan ako ng traktora!"

Tumawag ako ng tulong at mabilis na pumunta sa lote na hinahawan niya, at nadaanan ang mahabang pila ng mga nakaparadang emergency vehicle sa mabatong daan papunta sa aming lote sa Pea Ridge, Arkansas, USA. Buhay si Barry, pero nakadagan sa kanya ang makina ng tumaob na traktora.

Gamit ang mga hydraulic rescue tool, iniangat ng mga rumisponde ang traktora at hinila palabas si Barry. Ang mga binti niya, na nababad sa diesel, ay parang bali-bali. Itinakbo siya sa trauma center, kung saan siya binigyan ng priesthood blessing bago isinalang sa X-ray ang kanyang mga binti.

Nagulat kami na wala ni isang buto ang nabali, pero ang likod ng mga binti ni Barry ay matinding nasunog ng diesel. Dahil sa pinsala sa pagkakadagan, nalason ang kanyang mga bato. Nanganib ang buhay niya.

Pagkalipas ng limang araw sa ospital, nagsimulang mabawasan ang toxin o lason sa loob ng katawan niya. Sumunod dito ang ilang buwan na paglilinis ng sugat, pagsasagawa ng skin grafting, operasyon, at hyperbaric oxygen therapy. Nang umayos na ang kanyang pakiramdam, ipinagpatuloy ni Barry sa bahay ang trabaho niya bilang salesman.

"Walang Tatanggap sa Akin sa Trabaho"

Dahil sa karanasang ito natanto namin na marami kaming kailangang baguhin. Nang sumunod na ilang taon, habang pinag-iisipan ko ang puwede kong gawin sakaling mawala sa akin si Barry, nagboluntaryo ako sa ilang proyekto, dumalo ng mga workshop, at ilang beses na nag-aplay na magtrabaho nang part-time. Pero wala ako ng mga kasanayan na kailangan sa trabaho at walang gustong tumanggap sa akin.

Nakatira kami sa bukid, may pastulan para sa iilang hayop, kaya sinimulan kong magsaliksik kung paano gagawing hanapbuhay ang pagsasaka. Isang araw may naisip akong ideya: mga bulaklak. Matapos magsaliksik tungkol sa pagtatanim ng bulaklak, nagpasiya akong subukan ito. Pumunta ako sa kumperensya para sa mga nagtatanim ng bulaklak at naghanda na gawing taniman ang pastulan. Pagkatapos, noong Nobyembre 2016, nag-sign-up ako sa Self-Reliance Services class na nagtuturo kung paano magsimula at magpaunlad ng sarili kong negosyo.

Ang Aming Sariling Tindahan ng mga Bulaklak

Ang 12-linggong kurso ang eksaktong kailangan ko. May plano na ako sa negosyo at maraming nakatutuwang ideya, pero hindi ko alam mag-organisa. Maraming ideya ang iminungkahi sa klase na hindi ko naisip noon. Ginawa ko ang bawat isa sa mga ito. Sa unang taon ko ng pagtatanim at pagtitinda ng bulaklak, nagamit ko nang husto ang mga mungkahi at alituntunin na natutuhan ko sa klase:

- Nakahanap ako ng nagpapautang sa negosyo na mababa ang interes.
- Idinagdag ko sa pinagbebentahan ng bulaklak ang mga palengke at tindahan ng bulaklak.
- Pinaupahan ko ang aming bukid sa ilang okasyon bilang karagdagan sa inaalok kong serbisyo.

Noong mga huling buwan ng 2017, pagkatapos ng unang taon ko sa pagtatanim, nakita ko na maraming oras ang nauubos sa pagbebenta sa mga tindahan ng bulaklak. "Ano kaya kung magbukas ako ng sarili kong tindahan ng mga bulaklak?" naisip ko. Nagsara na ang tindahan ng mga bulaklak sa lugar namin, at hindi na maganda ang itsura ng gusali. Kaya binili namin ito ng aking asawa, at nagbukas ng tindahan ng mga bulaklak na nagtitinda rin ng mga gawang sining at handicraft na gawa sa aming bayan. Bukod pa riyan, nagbukas din ako ng negosyo na plant rental at interior plant design.

Ibinenta ko ang aking mga bulaklak sa aming tindahan at sa mga coffee shop, boutique, at kiosk sa paliparan ng bayan. Bawat araw, inaani ko ang kailangan ko.

Nagmamalasakit ang Panginoon

May patotoo ako na may malasakit ang Panginoon sa aking negosyo. Tinulungan Niya akong magkaroon ng pinansyal na seguridad para sa aking sarili *at* part-time na trabaho para sa ilang kababaihan na gustong magtrabaho sa oras na komportable sila at sa mga estudyante na nagpapaaral sa kanilang sarili. Isa sa aming mga anak na babae ang namamahala sa taniman ng mga bulaklak, at dalawa sa aming anak na lalaki ang gumagawa sa bukid, at tumulong sa pagtatayo ng greenhouse. Tumutulong si Barry sa gabi at tuwing katapusan ng linggo, para sa mabibigat na bubuhatin.

Sinusuportahan namin ang isa't isa at nagtutulungan sa trabaho. Malaking biyaya ito sa lahat ng nakikibahagi rito. Abala ako ngunit may oras pa rin sa pamilya, mga tungkulin sa Simbahan, gawain sa ministering, at pagboboluntaryo.

Ang pagtatanim ng binhi o bulb hanggang sa maging bulaklak ito na maipagbibili ko na sa kostumer ay nagbibigay sa akin ng napakalaking kasiyahan. Wala akong pagdududa na pinalawak ng Panginoon ang aking kakayahan at pinag-ibayo ang aking mga katangian nang higit sa kaya kong gawin nang mag-isa lamang. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Arkansas, USA.

PAGLALARAWAN NI DAVID GREEN

Marta at Maria

Ni Camille Fronk Olson
Emeritus Professor ng Ancient Scripture, Brigham Young University

Anuman ang paraan natin ng paglilingkod, mahalagang tanggapin at sundin si Cristo nang buong puso't isipan natin.

Sa panahon na maraming tao sa Jerusalem ang nalilito sa identidad ng Tagapagligtas, itinuro ni Jesus, "Kung ang sinomang tao ay nagiibig gumawa ng kaniyang kalooban, ay makikilala niya ang turo" (Juan 7:17). Kung nais nating higitan pa ang pagaaral ng doktrina at mas kilalanin si Jesucristo at maging Kanyang disipulo, dapat nating ipakita sa gawa ang ating pananampalataya. Ang kuwento tungkol kina Marta at Maria ay nagpapakita na hindi lamang sa isang paraan natin mapaglilingkuran ang Tagapagligtas sa ating buhay.

Ilang sandali pa matapos ang sermong ito, si Jesus at ilan sa Kanyang mga disipulo ay nagpunta sa tahanan ni Marta sa Betania para ituro ang ebanghelyo. Kaagad na magiliw na inasikaso ni Marta ang kanyang mga panauhin, marahil ipinaghanda sila ng pagkain at matutuluyan, samantalang ang kanyang kapatid, si Maria, ay naupo sa paanan ni Jesus at nakinig sa sasabihin Niya. (Tingnan sa Lucas 10:38–42.) Ang magkaibang pamamaraan ng magkapatid sa paglilingkod sa Tagapagligtas ay nagtuturo sa atin na igalang at parangalan ang mga taong nagpapakita ng pagkadisipulo sa iba't ibang paraan. Ang mga turo ni Jesus sa kuwentong ito ay nagpapakita rin ng Kanyang pananaw na ang kababaihan ay malayang magpasiya kung paano sila maglilingkod at magpapakita ng pagkadisipulo, tulad din ng kalalakihan.

Paglilingkod sa Pamamagitan ng Pagbibigay

Bago ipakilala ni Lucas sina Marta at Maria, itinala niya ang talinghaga ng mabuting Samaritano. Sa kuwentong ito, itinuro sa atin ng Tagapagligtas kung paano magpakita ng awa sa iba, tulad ng pagpapakain, pagkanlong, at pagkalinga sa mga nangangailangan (tingnan sa Lucas 10:30–37). Ang paggawa ni Marta ng "maraming paglilingkod" (Lucas 10:40) ay nagpapahiwatig ng kanyang pagtanggap at pagkaunawa sa alituntuning ito nang ipakita niya sa gawa ang kanyang pananampalataya.

Para mailarawan ang itinuro Niya na ang pinakadakila ang naglilingkod sa iba (tingnan sa Mateo 20:26–28; Lucas 22:26–27), ginugol ni Jesus ang Kanyang buhay sa paglilingkod. Tumugon si Marta nang may pagnanais na paglingkuran Siya. Ang kuwento tungkol kina Marta at Maria ay nagpapakita ng dalawang babae na nagpakita ng halimbawa ng tunay na paniniwala at pagkadisipulo sa pamamagitan ng paglilingkod at pagnanais na matuto. Tulad ni Marta na nagpakita ng kanyang pagmamahal kay Cristo sa pamamagitan ng paglilingkod, mapaglilingkuran din natin ang mga nakapaligid sa atin nang nakatuon sa ating pagmamahal sa Tagapagligtas at sa ating kahandaang matutuhan at sundin ang Kanyang ebanghelyo.

Sa ating paglilingkod, dapat nating alalahanin na may iba pang mga paraan para makapaglingkod at hindi natin dapat hatulan ang mga nagsisigawa niyon. Nang si Marta ay "[naligalig] sa maraming paglilingkod" (Lucas 10:40), ang reaksyon niyang ito ay nagdulot ng pagtatalo at nakaapekto sa masayang pagbisita ng Tagapagligtas.

Bagama't maasikaso at responsable, naligalig at napagod din si Marta sa dami ng kanyang ginagawa. Nagreklamo siya kay Jesus, "Panginoon, wala bagang anoman sa iyo, na pabayaan ako ng aking kapatid na babae na maglingkod na magisa? iutos mo nga sa kaniya na ako'y tulungan niya" (Lucas 10:40). Ipinahiwatig din sa pagreklamo niya na sa kanyang pakiramdam, siya lamang ang naglilingkod. Hindi niya nakita ang iba-ibang halimbawa ng paglilingkod na ginagawa ng iba sa pagkakataong iyon, kabilang na si Maria at ang Tagapagligtas Mismo. Inilarawan

PINAKINGGAN NI MARIA ANG KANYANG SALITA, NI WALTER RANE

DETALYE MULA SA *SI CRISTO SA TAHANAN NINA MARIA AT MARTA,* NI WALTER RANE

Maaari nating tularan ang mga halimbawa nina Marta at Maria at hingin ang gabay ng Espiritu na makapaglingkod sa pinakamainam na paraan.

ni Marta ang alituntunin ng pagbibigay nang may saloobin na hindi kaaya-aya sa Espiritu. Sa ating buhay ngayon, maipapakita rin natin ang ating pagmamahal sa iba sa pamamagitan ng ating mga kilos *at* saloobin.

Paglilingkod sa Pamamagitan ng Pagtanggap

Sa mahinahong tinig, kinilala ni Jesus ang mga pagsisikap ni Marta na maglingkod at ang sumunod na paghihinanakit nito: "Marta, Marta naliligalig ka at nababagabag tungkol sa maraming bagay" (Lucas 10:41). Ang sinabi ng Tagapagligtas ay hindi nangangahulugan na winalang-halaga Niya ang piniling paraan ni Marta ng paglilingkod kundi kinilala Niya ang karapatan ni Maria na maglingkod sa pamamagitan ng pakikinig at pagnanais na matuto. Ipinakita ni Maria sa kanyang ginawa kung ano ang mahalaga para sa lahat ng nagnanais na sumunod sa Kanya anuman ang kanilang piniling paraan ng paglilingkod.

Tinulutan ng Tagapagligtas si Maria na paglingkuran Siya sa pamamagitan ng pagtanggap ng Kanyang salita. Ipinakita ng Kanyang halimbawa na makapagpapahayag tayo ng pagmamahal sa Tagapagligtas sa pamamagitan ng pag-upo sa Kanyang paanan at matuto at umunlad sa Espiritu.

Isang Bagay ang Kinakailangan

Ang sagot sa problema ni Marta ay kilalanin na "isang bagay ang kinakailangan" (Lucas 10:42). Ang malalim na bisa ng kasimplihan ay ipinahiwatig, ngunit ang *simple* ay maaaring iba ang ibig sabihin sa bawat isa sa atin. Ang pamantayan ng "kinakailangan" ay matatagpuan sa ating mga layunin hindi sa ating ginagawa. Anuman ang piliin nating paraan ng paglilingkod, ang mahalaga ay tinatanggap at sinusunod natin si Cristo nang buong puso't isipan.

Ang paglilingkod "sa paraan ni Marta" ay maaaring siyang pinakaakma sa ilang pagkakataon, samantalang sa ibang pagkakataon naman ay pinakamainam ang "tugon ni Maria"—o maaaring isang paraan ng paglilingkod na hindi akma sa dalawang kategoryang iyan. Maaari nating tularan ang mga halimbawa nina Marta at Maria at hingin ang gabay ng Espiritu na makapaglingkod sa pinakamainam na paraan.

Alamin nating mabuti ang ating saloobin sa pinili nating paraan, na inaalala na ang pananalig nating sumunod sa Kanya ang siyang pinakamahalaga. Nawa'y matagpuan natin palagi ang ating mga sarili sa paanan ng Tagapagligtas. ■

Ni Bishop
Dean M. Davies
Unang Tagapayo sa Presiding Bishopric

Banal na Patnubay sa Pagkadisipulo

Kung sisikapin ninyong maging tunay na mga disipulo ng ating minamahal na Tagapagligtas, papatnubayan ng Panginoong Diyos ng langit ang inyong mga landas.

Nais kong itanong sa inyo ang dalawang bagay na ako mismo ay ginusto kong masagot noong bata pa ako.

Una, kung ilalaan ninyo ang inyong buhay sa paglilingkod sa Diyos, papatnubayan ba Niya ang inyong mga ginagawa at gagamitin kayo para sa Kanyang matwid na mga layunin? Pangalawa, kung pipiliin ninyong sundin ang Tagapagligtas at lalakad sa landas ng pagkadisipulo, kayo ba ay babantayan, gagabayan, pagpapalain, at pupuspusin ng Panginoon ng isang diwa ng kagalakan at tagumpay habang ginagamit Niya kayo para sa Kanyang mga layunin?

Mahal kong mga kapatid, kung ibibigay ninyo ang inyong puso sa Tagapagligtas at magsisikap na lumakad nang may pananampalataya at habag sa landas na ipinatatahak Niya sa inyo, alam ko na gagamitin kayo ng Panginoon sa mga paraang hindi ninyo aakalain ngayon.

"Pero hindi naman ako espesyal," ang sasabihin ninyo. "Karaniwang tao lang ako sa lahat ng bagay. Hindi ako gaanong ismarte, mahusay magsalita, maayos manamit, o kahit mabait. Paano ako gagamitin ng Diyos?"

Noon pa man, tinulungan na ng Ama sa Langit ang mga ordinaryong tao at ginamit sila para sa Kanyang mga layunin. Si Apostol Pablo ay sumulat sa inyo ngayon, tulad ng ginawa niya sa mga taga Corinto noon:

"Pinili ng Dios ang mga bagay na kamangmangan ng sanglibutan, upang hiyain niya ang mga marurunong; at pinili ng Dios ang mga bagay na mahihina ng sanglibutan, upang hiyain niya ang mga bagay na malalakas;

"At ang mga bagay na mababa ng sanglibutan, at ang mga bagay na hinamak, ang pinili ng Dios, oo at ang mga bagay na walang halaga upang mawalang halaga ang mga bagay na mahahalaga:

"Upang walang laman na magmapuri sa harapan ng Dios" (I Mga Taga Corinto 1:27–29).

Nang panahon na para ipanumbalik ng Tagapagligtas ang Kanyang Simbahan sa lupa, bakit kaya pinili Niya ang isang mapagpakumbabang batang lalaki na hindi gaanong nakapag-aral?

Bakit kaya sinabi ng Diyos kay Gedeon, na isang magsasaka, na pauwiin ang mga tao hanggang sa 300 kalalakihan na lamang ang matira para kalabanin ang napakaraming kaaway? (tingnan sa Mga Hukom 7:1–25).

Bakit kaya pinili ng ating Tagapagligtas ang isang mangingisda na maging Kanyang punong Apostol at pamunuan ang Simbahan pagkatapos Niyang pumanaw? (tingnan sa Mateo 16:18).

Una, dahil "hindi tumitingin ang Panginoon na gaya ng pagtingin ng tao: sapagka't ang tao ay tumitingin sa mukha, nguni't ang Panginoon ay tumitingin sa puso" (I Samuel 16:7).

Pangalawa, dahil nagagamit ng Diyos ang pinakakaraniwang bagay tulad ng luwad at nakalilikha mula rito ng isang obra maestra. Tunay ngang "kung ang Dios ay kakampi natin, sino ang laban sa atin?" (Mga Taga Roma 8:31).

Pangatlo, pinipili ng Diyos ang mahihina upang walang

MGA PAGLALARAWAN NI KELLEY MORRIS

sinuman ang magyabang at magsabing, "Nagawa ko ito dahil sa sarili kong kakayahan."

Nang isama ni Pedro, na isang mapagpakumbabang mangingisda, ang isang maliit na grupo ng mga mananampalataya at pagkatapos ay pinamunuan sila at naging isang dakilang Simbahan, ang mga tao ay nagpuri at nagpasalamat sa Diyos.

Nang madaig ng 300 katao ang isang hukbo na may libulibong kawal, nagpuri ang mga tao sa Diyos.

Nang iwanan ng isang batang lalaki ang araro at isinalin ang teksto na pinakainspirado at nagpapabago ng buhay tulad ng Biblia, hindi niluwalhati ng mga tao ang katalinuhan ng tao kundi ang kapangyarihan ng Diyos.

Hindi kailangan ng Ama sa Langit na kayo ay maging makapangyarihan, matalino, o mahusay magsalita. Ang kailangan Niya ay ibaling natin ang ating puso sa Kanya at sikaping sundin Siya sa pamamagitan ng paglilingkod sa Kanya at pagtulong nang may habag sa mga taong nasa paligid ninyo.

Mga Ministering o Paglilingkod ng Banal na Espiritu

Ang pangalawang bagay na nais kong itimo sa inyo ay kung susundin ninyo ang Diyos sa katotohanan at nang may buong katatagan, pagpapalain Niya kayo sa mga paraang hindi ninyo kayang maunawaan.

Noong 2006, ipinasiya ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008) at ng Unang Panguluhan na dapat magkaroon ng templo sa San Salvador, El Salvador. Pinuntahan namin ang ilang lote o lugar, kabilang ang isang lugar na nasa gitnang bahagi ng lungsod. Nang puntahan namin ang bawat lote o lugar, tila walang angkop.

Sa huli, dumaan kami sa isang umuunlad na lugar sa kanlurang bahagi ng lungsod. Nadama ko ang isang bagay sa lugar na iyon at naglakad-lakad nang ilang kanto. Isang lote na naliligiran ng pader ang napansin ko. Kinontak ko ang mga may-ari at nalaman ko na hindi ipinagbibili ang lote na iyon, kaya umuwi na ako.

Ngunit sinabi ng propeta na isang templo ang itatayo sa San Salvador, kaya bumalik ako para maghanap pa sa ibang lugar. Natagpuan kong muli ang aking sarili sa lote na napaliligiran ng pader, at kinontak kong muli ang may-ari. Sinabi nilang muli na hindi ipinagbibili ang lote.

Umuwi ako pero nadama ko pa rin na doon dapat itayo ang templo. Kinontak ko ang pamilya at hiniling kung maaari silang makipagkita man lang sa akin. Pumayag sila. Muli akong nagpunta sa San Salvador, kasama si Robert Fox, isang kaibigan at empleyado sa real estate division ng Simbahan. Nang umagang iyon lumuhod kami sa aking silid at nanalangin bago simulan ang araw at hiniling ang tulong ng Panginoon.

Nang pumasok kami sa tarangkahan patungo sa kanilang tahanan, para bang pumapasok ka sa isang sagradong halamanan. Mayroong mga puno at mga bulaklak, at ang ingay mula sa labas ng tarangkahan ay hindi marinig sa loob. Naghihintay sa amin si Mr. Miguel Dueñas, ang kanyang kapatid, at dalawa sa mga anak na lalaki ni Miguel. Binati nila kami at sinamahan papasok sa kanilang ancestral home—na malaki at maluwang.

Sinabi namin sa kanila na naroon kami sa atas ng pangulo ng aming Simbahan at nais niyang pagpalain ang bansa at mga miyembro ng Simbahan sa pamamagitan ng pagtatayo ng isang templo roon. Ipinakita ko ang mga larawan ng iba pang mga templo. Sinabi ko na nadama namin na ang kanilang lote, na kanilang ancestral home, ang angkop na lugar.

Hindi na nakapagtataka nang muli silang tumanggi, pero kailangan naming subukang kumbinsihin sila. Kaya sa loob ng halos isang oras sinubukan namin ang lahat ng paraan para makumbinsi sila, tulad ng agarang pagbili, palitan ng lote, at iba pang mga opsiyon na maisip namin. Ngunit matibay ang pasiya nila at hindi ang sagot sa lahat ng alok namin.

Ginawa na namin ang lahat ng makakaya namin. Naghanda kami. Ginawa na namin ang pinakamainam na paraan na alam namin. Ngunit hindi ito sumapat.

Kaagad nanalangin ang puso ko: "Ama, tulungan po ninyo kami na malaman kung ano ang sasabihin o gagawin namin."

Sa huli ay naging malinaw sa amin na nabigo kami sa aming pakay. Tila wala nang magpapabago sa kanilang pasiya. Ngunit nang papaalis na kami, mayroong nangyari. Ang Espiritu ng Panginoon ay pumasok sa silid. Damang-dama ito. Naramdaman ito ng lahat ng naroon sa silid. Isa ito sa pinakamatinding espirituwal na karanasan na nadama ko.

Si Miguel Dueñas, na hindi miyembro ng Simbahan, ay napaiyak. Bumaling si Mr. Dueñas sa kanyang kapatid at sinabing, "Kung hindi natin maaaring ipagbili ang ating ancestral home, hindi ba natin maaaring ipagbili ang pinakamagandang lote natin sa kabilang kalye?"

Pumayag ang kanyang kapatid. Pagkatapos ay pinagusapan na namin ang isa pa nilang lote. Pag-aari nila ang ilang daang ektarya ng lupa sa kabilang kalsada mula sa kanilang ancestral home, na ang gitna ng ari-arian ay bahagyang nakausli kaya bawat sasakyang dumaraan sa kalsada ay makikita ang templo.

Iyon ang lote na inialok nila para sa templo ng Panginoon. Talagang isang himala iyon. Mula sa sandaling iyon, ang mga pagpapala ng Panginoon ay tumulong sa proseso ng pagtatayo ng templo. Noong Agosto 21, 2011, inilaan ni Pangulong Henry B. Eyring, na noon ay Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan, ang templo sa paglilingkod sa Panginoon.

Pinatototohanan ko na ang isang magandang templo na makikita sa mga burol ng San Salvador ay hindi resulta ng anumang sinabi o ginawa namin ni Brother Fox. Nakatayo ito roon ngayon dahil sa makapangyarihang paglilingkod ng Banal na Espiritu ng ating Makapangyarihang Diyos.

Ang Ating Maawaing Ama sa Langit

Kung isinugo ng Panginoon ang Kanyang Espiritu at nagbigay-daan sa isang lugar para pagtayuan ng templo, hindi ba ninyo naiisip na isusugo Niya ang Kanyang Espiritu at ihahanda ang inyong puso at papatnubayan ang inyong mga ginagawa?

Kayo ay higit na mahalaga kaysa sa isang lote. Kayo ay minamahal na anak ng inyong Walang Hanggang Ama. Kayo ay mga anak ng Diyos ng sansinukob!

Hindi ba ninyo inaakala na nagmamalasakit Siya sa inyo? Hindi ba ninyo inaakala na gagamitin at pagpapalain Niya kayo sa mga paraang higit na maluwalhati kaysa posibleng iniisip ninyo?

Sinasabi ng mga banal na kasulatan sa atin na kung "[magtitiwala tayo] sa Panginoon ng buong puso [natin], at [hindi tayo mananalig] sa [ating] sariling kaunawaan," kung sa lahat ng ating lakad ay ating "[ki]kilalanin siya, . . . kaniyang ituturo ang [ating] mga landas" (Mga Kawikaan 3:5–6).

Mahusay na naibuod ni Haring Benjamin ang mensahe na nais kong iwan sa inyo. Sinabi niya: "Ninanais kong inyong isaalang-alang ang pinagpala at maligayang kalagayan ng mga yaong sumusunod sa mga kautusan ng Diyos. Sapagkat masdan, sila ay pinagpala sa lahat ng bagay, kapwa temporal at espirituwal; at kung sila ay mananatiling matapat hanggang wakas, sila ay tatanggapin sa langit upang doon sila ay manahanang kasama ng Diyos sa kalagayan ng walang katapusang kaligayahan" (Mosias 2:41).

Itinataas ko ang aking tinig sa pagbibigay-papuri at pagpapatotoo sa katotohanang ito. Nagpapatotoo ako na nakita ko ang mga ipinangakong pagpapala ng Diyos na paulit-ulit na natupad sa sarili kong buhay at sa buhay ng maraming tao.

Ipinapangako ko na kung ibabaling ninyo ang inyong puso sa inyong Ama sa Langit, kung pagsisikapan ninyo bawat araw na mahalin at sundin nang mas lubos si Jesucristo, kung may pagkahabag at kabaitan na tutulong kayo na mapagaan ang mga pasanin at maitaas ang mga kamay ng mga yaong nahihirapan na nasa palagid ninyo, kung sisikapin ninyong maging tunay na mga disipulo ng ating pinakamamahal na Tagapagligtas, ang Panginoong Diyos ng langit, ay papatnubayan ang inyong mga landas. Gagamitin Niya kayo para sa Kanyang dakilang mga layunin. Pagpapalain Niya kayo sa mga paraang hindi ninyo aakalain. ■

Mula sa mensahe na "God Will Use You, God Will Bless You," na ibinigay sa debosyonal sa Brigham Young University noong Nobyembre 3, 2015.

Pagbabago ng Puso, Pagbabago ng mga Kaibigan

Noong tinedyer ako, napakarebelde ko, at gumawa ng mga bagay na salungat sa mga itinuro sa aking paglaki. Nagsimula akong uminom ng alak noong 13 taong gulang ako, at noong nasa senior year na ako sa high school, umiinom ako tuwing Sabado't Linggo.

Paminsan-minsan nagsisimba ako para mabawasan ang pakikipagtalo sa aking mga magulang, pero natutulog ako sa buong sacrament meeting at pagkatapos ay pumupunta sa beach bago mag-Sunday School. Di na kailangang sabihin pa na nalungkot ang mga magulang ko dahil sa mga ginagawa ko. Ang mabuting ginawa nila, iginalang nila ang kalayaan kong pumili habang patuloy akong hinihikayat na ipamuhay ang ebanghelyo. Gayunpaman, wala akong intensyon na manatiling aktibo sa Simbahan, at hindi ko kailanman inisip na magmisyon.

Nang makatapos ng high school, nag-aral ako sa kolehiyo at nagpatuloy sa maling gawain ko. Ngunit isang hating-gabi, naalala ko na nakahiga ako sa sopa at iniisip ang kinabukasan ko. Anong klase ng babae ang pakakasalan ko? Kung tatalikuran ko ang Panginoon, mahahanap ko pa ba ang daan pabalik? Bagama't mahalaga ang mga desisyong ito, hindi ako nahikayat na magbago.

Makaraan ang maikling panahon, dumalo ako sa backyard party ng isang kaibigan na may inuman at nagliliyab na bonfire. Pagkatapos makipagbiruan sa aking mga kaibigan, lumayo ako sandali at ipinikit ang aking mga mata.

Nang muli kong buksan ang aking mga mata, malinaw kong naunawaan ang aking sitwasyon. Minasdan ko ang kalokohan ng mga kaibigan ko at hindi ko na nais pang mapabilang sa grupong iyon. Umalis ako at nagpasiyang tumigil sa pag-inom at pagpunta sa mga party. Ibig sabihin, kinakailangan kong magbago ng mga kaibigan, na hindi madaling gawin. Ngunit nagawa ko ito.

Ang mga pasiyang iyon ay nagpala sa aking buhay. Kalaunan ay nagmisyon ako at ginampanan ang maraming tungkulin. Higit sa lahat, pinakasalan ko ang isang kahanga-hangang babae sa templo. Humantong ito sa pinakamagagandang pagpapala sa aking buhay.

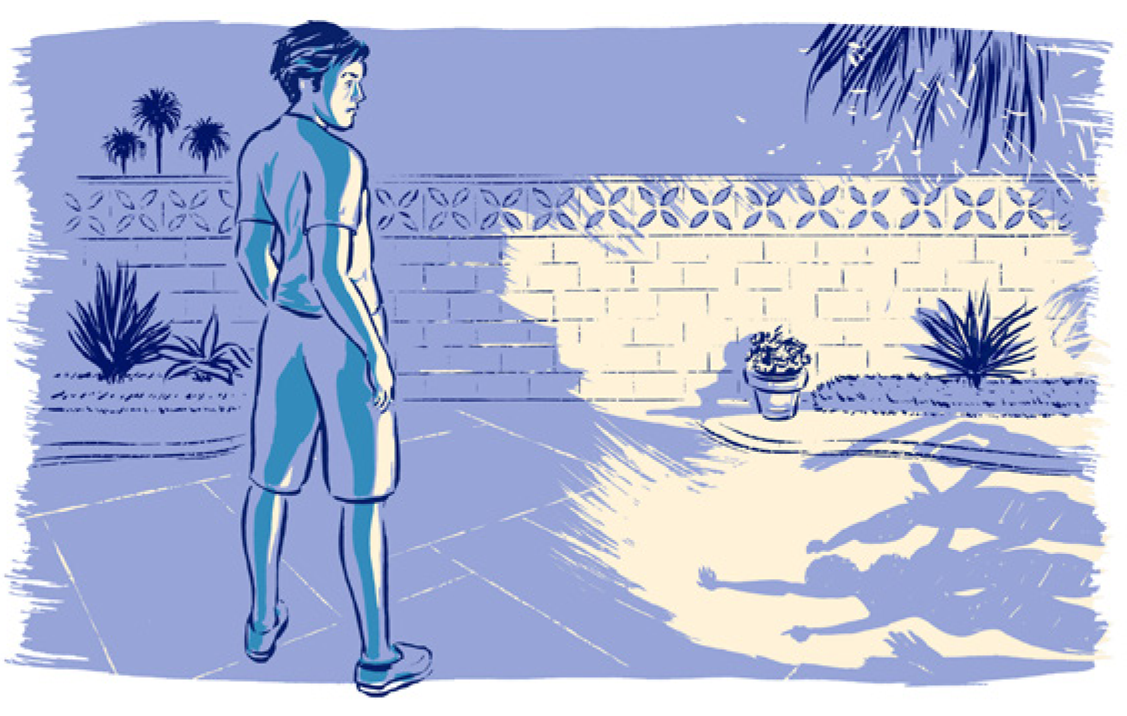
Kamakailan ay nabasa ko ang tungkol sa pagbabalik-loob ni Alma at ng mga anak ni Mosias (tingnan sa Mosias 27) at kung paano sila dumanas ng malaking pagbabago ng puso (tingnan sa Alma 5:12–14), na isa sa mga dahilan nito ay ang taimtim na mga panalangin ng ama ni Alma. At naisip ko ang aking mga magulang at natanto, sa nakalipas na 30 taon, na ang malinaw na pag-iisip ko noon sa party na iyon ay dahil sa kanilang mga panalangin.

Ngayon, bilang magulang ng isang batang nagsusumikap, natagpuan ko ang aking sarili sa sitwasyong katulad ng sa ama ni Alma at ng aking mga magulang. Ngunit sa paghahalintulad ng mga banal na kasulatan sa aking sarili, nananampalataya at umaasa ako na balang-araw ay mararanasan din ng aking anak ang pagbabago ng puso. ■

Hindi ibinigay ang pangalan, California, USA

PAGLALARAWAN NI GREG STEVENSON

Sa party, minasdan ko ang kalokohan ng mga kaibigan ko at hindi ko na nais pang mapabilang sa grupong iyon.



Ang Pangarap Kong Maging Missionary ay Natupad sa Wakas

Maraming taon ko nang pangarap na magmisyon. Ngunit nang umuwi ako sa bahay pagkatapos ng graduation sa unibersidad, nakita ko na kailangang-kailangan ako ng pamilya ko. Hindi mabuti ang kalusugan ng aking ama, at kailangan ng pamilya ang pinansiyal na tulong. Bilang panganay sa apat na anak, nadama ko na dapat akong manatili at tumulong. Biniyayaan ako ng Ama sa Langit ng magandang trabaho. Bagama't hindi malaki ang suweldo, sapat na ito para makaraos.

Kapag tinatanong ako tungkol sa pagmimisyon, sumasagot ako na magmimisyon ako. Gayunman, sa tuwing sinasabi ko ito, sumusulyap sa akin ang nanay ko na may halong saya at lungkot sa kanyang mga mata. Alam ko na kung hihilingin kong umalis, sasabihin niyang oo at sasarilinin ang pag-aalala na mawawalan ng kita ang pamilya.

Lumipas ang ilang taon, at isang karapat-karapat na priesthood holder ang nag-alok sa akin ng kasal sa templo. Sumagot ako ng oo, at kalaunan ay nabiyayaan kami ng tatlong anak—dalawang babae at isang lalaki. Ang isa sa pinakamalaking kagalakan namin ay nang magmisyon ang aming anak na lalaki. Napuno ng kapanatagan at kapayapaan ang aming tahanan. Para sa akin tila natupad ang isang bahagi ng hangarin kong magmisyon.

PAGLALARAWAN NI KATY DOCKRILL

Dahil sa mga kuwento ng aking anak sa kanyang misyon, napuspos ako ng diwa ng gawaing misyonero. Nanalangin ako para sa mga pagkakataon na magawa ang gawaing misyonero at nadama ang inspirasyon na padalhan ng mensahe ang isang kaibigan.

Masaya ako nang sabihin ng panganay kong anak na gusto niyang magmisyon. Tuwing linggo sa misyon, nagpapadala siya ng mga kuwento tungkol sa kanyang gawain. Ang kanyang patotoo ay nagbigay ng inspirasyon sa akin at napuspos ako ng diwa ng gawaing misyonero. Nanalangin ako para sa mga pagkakataon na magawa ang gawaing misyonero sa araw-araw.

Isang araw, nadama ko ang inspirasyon na itanong sa isang kaibigan sa pamamagitan ng private message sa social media kung magiging interesado siya na makausap ang mga missionary. Sinabi niyang, "Oo!" Pinunan ko ang isang online referral form sa LDS.org, at kaagad siyang sinimulang turuan ng mga missionary. Makaraan ang tatlong buwan sumapi siya sa Simbahan.

Ang kanyang mga anak ay sumapi rin makalipas ang ilang buwan kalaunan. Sa patnubay ng Espiritu, inanyayahan ko ang iba pang mga kaibigan na makinig sa mga missionary. Nang umuwi ang anak ko galing sa misyon, tila nadama ko rin na natapos ko ang 18 buwang pagmimisyon.

Alam ng Ama sa Langit ang mga hangarin ng puso ko at kung ano ang pinakamabuti sa aking pamilya at sa akin. Nagpapasalamat ako na ipinagkaloob Niya ang hangarin ko na maglingkod bilang missionary, na nasa puso ko na noon pa man. ■

Jean Daniel Daroy, Ontario, Canada

Ang Aming 30-Taong Paglalakbay Papunta sa Templo

Bago umalis ang aking kapatid patungo sa Switzerland, ibinulong ng Espiritu sa aking puso na ang paglalakbay na ito ay mas maglalapit kay Oswaldo sa Tagapagligtas at sa Kanyang Simbahan.

Ilang buwan pagkatapos ng aking binyag, ang aking nakababatang kapatid na si Oswaldo ay sumapi sa ibang simbahan at aktibong nakibahagi sa kongregasyon nito. Ngunit nais kong malaman ni Oswaldo ang alam kong totoo. Ninais ko lalo na, na malaman niya ang mga salita ng mga propeta.

Kada buwan, kapag natanggap ko ang magasin na *Liahona,* ibinabahagi ko ito kay Oswaldo. Iminungkahi ko na makatutulong sa kanya ang ilan sa mga paksa sa magasin sa paghahanda niya para sa mga pulong sa kanyang simbahan. Natuwa ako nang tanggapin niya ang mungkahi ko. Gayunpaman, maraming taon ang lumipas at nalungkot ako na hindi tinatanggap ng kapatid ko ang ipinanumbalik na ebanghelyo ni Jesucristo.

Isang umaga, sinabi ni Oswaldo sa aming pamilya na plano niyang umalis sa aming tahanan sa Ecuador at pumunta sa Switzerland. Tinanggap niya ang basbas ko sa araw ding iyon na umalis siya. Ito ay nakaaantig na sandali para sa akin dahil ibinulong ng Espiritu sa aking puso na ang paglalakbay na ito ay mas maglalapit kay Oswaldo sa Tagapagligtas at sa Kanyang Simbahan.

Sa Switzerland, nakilala ni Oswaldo ang mga missionary at kalaunan ay inanyayahan sila sa kanyang tahanan. Pagkaraan ng ilang panahon naging malapit niyang kaibigan ang mga ito. Ngunit sinabi niya sa akin na kung babanggitin ng mga missionary ang tungkol sa binyag, hindi na niya tatanggapin sila. Isipin na lang ninyo ang pagkabigla at kagalakan ko nang makatanggap ako ng email mula sa kanya na nagsasabing bibinyagan na siya. Sumapi ako sa Simbahan noong 1981. Si Oswaldo ay nabinyagan makaraan ang 20 taon, noong Mayo 2001. Natanggap niya ang kanyang endowment noong Hulyo 2002, at nabuklod sa kanyang asawa noong Pebrero 2003.

Nang bumalik si Oswaldo sa Ecuador, nagpatotoo siya sa isang sacrament meeting. Nang may luha sa mga mata, sinabi niya, "Ibinahagi sa akin ng kapatid ko ang mga salita ng mga propeta. Ang mga salitang iyon ay nagbigay-inspirasyon sa akin habang naghahanda ako sa mga pulong sa simbahan na dinaluhan ko noon, at maraming napasigla sa paraang ito. Ang mga salita ng mga propeta ay nagpabago ng aking buhay. Sa pamamagitan nila, nalaman ko na ang ebanghelyo ni Jesucristo ay naipanumbalik muli sa lupa sa kabuuan nito, nang may kapangyarihan at awtoridad."

Noong Pebrero 2011, kami ni Oswaldo ay nabuklod sa aming mga magulang sa Guayaquil Ecuador Temple. Napagpala ng mga salita ng mga propeta ang aming pamilya nang walang hanggan. ■

Francisco W. Fierro, Lima, Peru

PAGLALARAWAN NI CARL WIENS

Mga Martir at ang Aking Patotoo

Nag-alinlangan ako nang ituro sa akin ng mga missionary ang tungkol kay Joseph Smith at sa Aklat ni Mormon. Ang unang naisip ko ay maaaring si Joseph Smith, tulad ng iba pang tinaguriang "mga propeta," ay naglabas ng isang huwad o hindi totoong aklat sa mundo sa hangaring maging mayaman, bantog, o bayani.

Wala akong intensyon na basahin ang Aklat ni Mormon. Ngunit sa paglipas ng panahon ang kabaitan ng mga missionary at ang kasiglahan nila sa ebanghelyo ang nagpatindi ng pag-uusisa ko sa kanilang mensahe.

Nang basahin ko ang mga talata sa Aklat ni Mormon na ibinigay ng mga missionary, nakita ko ang paanyaya ni Moroni na magtanong sa Diyos nang may matapat na puso, na may tunay na layunin, at pananampalataya kay Cristo kung ang Aklat ni Mormon ay totoo (tingnan sa Moroni 10:4–5). Inisip ko, "Sinong tao, na nalalamang hindi totoo ang aklat, ang magkakalakas ng loob na hamunin tayo na magtanong sa Diyos nang may tunay na hangarin at matapat na puso kung ang Aklat ni Mormon ay totoo?"

Pagkatapos isang araw ay ipinaliwanag ng mga missionary na si Joseph Smith at ang kanyang kapatid na si Hyrum ay pinaslang dahil sa kanilang patotoo. Bigla ay naisip ko na hindi nila ibubuwis ang kanilang buhay para sa isang bagay na alam nila na hindi totoo. Sa sandaling iyon, isang mainit na pakiramdam, na parang nagliliyab na apoy, ang pumuspos sa akin. Iyon ay patotoo ng Banal na Espiritu na nagpapatunay sa aking puso na si Joseph Smith ay totoong propeta. Dahil sa patotoong ito, ako ay nabinyagan at nakumpirma.

Naalala ko ang karanasang ito makalipas ang 25 taon nang mabasa ko ang isang mensahe ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol. Sa mensaheng ito, itinanong ni Elder Holland kung, sa kritikal na sandali ng kamatayan nila bilang mga martir, ay patuloy na gagawa ng kalapastanganan sina Joseph at Hyrum sa harapan ng Diyos sa pamamagitan ng pag-aayon ng kanilang buhay, karangalan, at walang hanggang kaligtasan sa isang aklat na alam nilang hindi totoo.

"*Hindi nila gagawin iyan!*" sabi ni Elder Holland. "Pinili nilang mamatay sa halip na itatwa ang banal na pinagmulan at walang hanggang katotohanan ng Aklat ni Mormon."[1]

Ang mga sinabi ni Elder Holland ay naging lubos na makahulugan sa akin at lalo pang nagpalakas sa aking patotoo tungkol kay Propetang Joseph Smith at sa kapangyarihan ng Aklat ni Mormon.

Nagpapasalamat ako para kay Propetang Joseph Smith. Inilabas niya ang Aklat ni Mormon at handang ibigay ang kanyang buhay upang maging saksi ni Jesucristo. Sa pamamagitan ng Aklat ni Mormon, nalaman ko na buhay ang Diyos at mahal Niya ako. ■

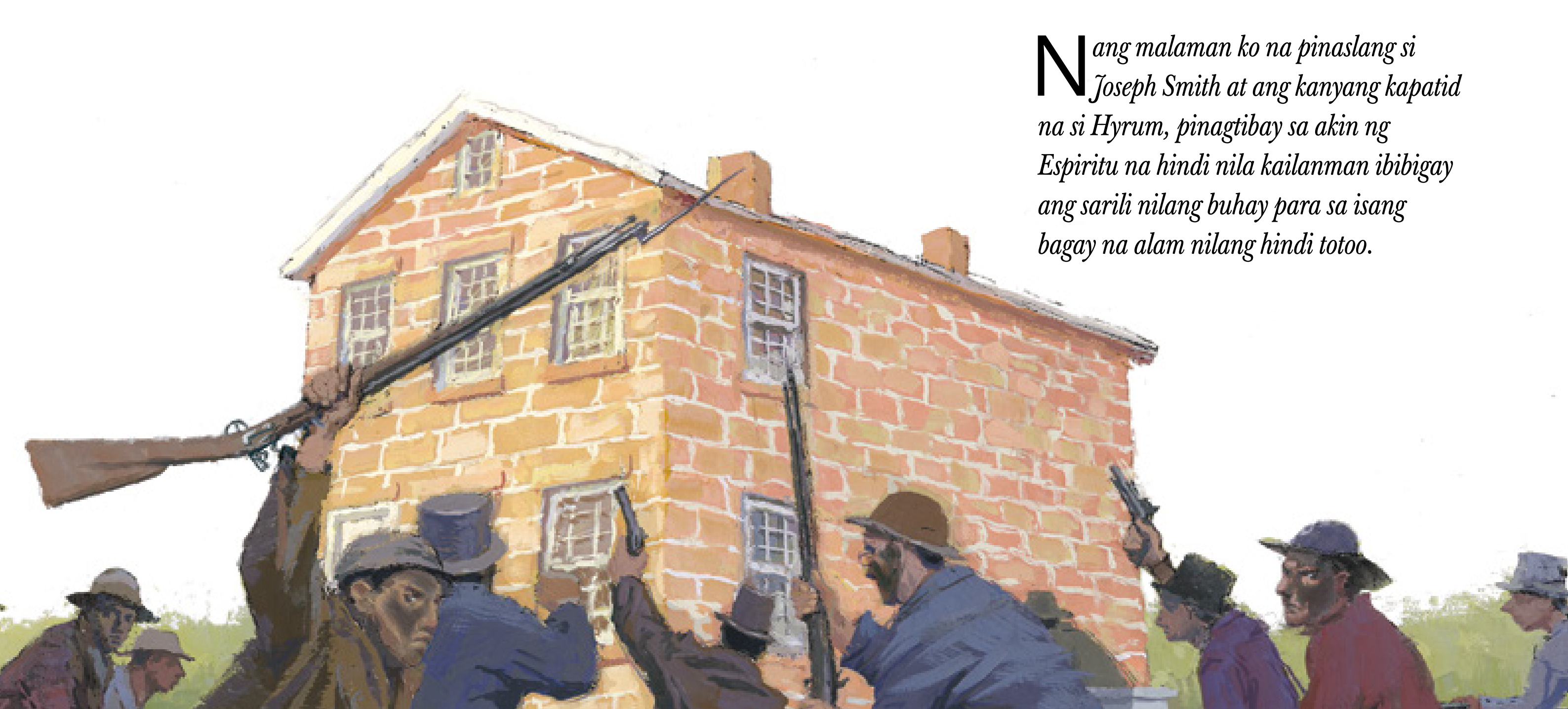
Sunju Kim Muir, Maryland, USA

TALA

1. Jeffrey R. Holland, "Kaligtasan para sa Kaluluwa," *Liahona,* Nob. 2009, 89.

PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

Nang malaman ko na pinaslang si Joseph Smith at ang kanyang kapatid na si Hyrum, pinagtibay sa akin ng Espiritu na hindi nila kailanman ibibigay ang sarili nilang buhay para sa isang bagay na alam nilang hindi totoo.



Naniniwala Kami sa Pagiging Ganap—**kay Cristo**

Sa Kanyang Sermon sa Bundok, binigyan tayo ni Cristo ng mahirap na utos na maging sakdal o ganap (tingnan sa Mateo 5:48). Ngunit dahil lahat tayo ay nagkakamali, paano inaasahan ng Diyos na masusunod natin ang utos na ito? Sa pagkakaroon ng tamang pagkaunawa sa inaasahan sa atin ng Diyos, mauunawaan natin ang ibig sabihin ng propetang si Moroni nang sabihin niya na maaari tayong maging "ganap kay Cristo" (tingnan sa Moroni 10:32–33).

Ano ang Ibig Sabihin ng Maging Ganap?

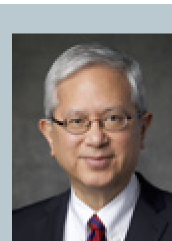
"Ang salitang Griyego para sa salitang *sakdal* ay maaaring isalin bilang 'ganap, lubos, husto' (sa Mateo 5:48, footnote *b*). Inuutusan tayo ng ating Tagapagligtas na maging ganap, lubos, husto—maging sakdal sa kabanalan at mga katangiang ipinakita Niya at ng ating Ama sa Langit."[1]

"Ang pagiging sakdal o ganap na nakikinita ng Tagapagligtas para sa atin ay higit pa sa hindi paggawa nang mali. Ito ay walang-hanggang pag-asam tulad ng ipinahayag ng Panginoon sa kanyang dakilang panalangin ng pamamagitan sa kanyang Ama—na tayo ay maaaring maging ganap at makasama sila sa kawalang-hanggan."[2]

"Kaya't naniniwala ako na ibinigay ni Jesus ang Kanyang sermon tungkol sa paksang ito hindi upang kundenahin tayo sa ating mga pagkukulang. Naniniwala ako na ang layunin Niya rito ay kilalanin kung sino at kung ano ang Diyos ang Amang Walang Hanggan at ano ang matatamo natin sa kawalang-hanggan sa piling Niya."[3] ■

MGA TALA

1. Gerrit W. Gong, "Pagiging Ganap kay Cristo," *Liahona,* Hulyo 2014, 45.
2. Russell M. Nelson, "Perfection Pending," *Ensign,* Nob. 1995, 86.
3. Jeffrey R. Holland, "Kayo Nga'y Mangagpakasakdal—Sa Wakas," *Liahona,* Nob. 2017, 41.



"Ang pag-unawa sa nagbabayad-salang pagmamahal na buong [pusong] ibinigay ng Tagapagligtas ay magpapalaya sa atin mula sa pinagpipilitan, mali, at di-makatotohanang mga inaasahan tungkol sa kahulugan ng pagiging ganap o perpekto."

Elder Gerrit W. Gong ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Pagiging Ganap kay Cristo," *Liahona,* Hulyo 2014, 42.

Ang Inaasahan ng Diyos

“Pagkaitan ang inyong sarili ng lahat ng kasamaan . . . at iibigin ang Diyos nang buo ninyong kakayahan, pag-iisip at lakas” (Moroni 10:32).

Nang may pananampalataya kay Jesucristo, magsisi kapag nagkamali tayo.

Tupdin ang mga tipan, o mga pangako, na ginawa natin sa Diyos.

Gawin ang lahat ng ating makakaya na masunod ang mga kautusan sa buong buhay natin.

“Magpatuloy sa pagtitiyaga hanggang sa kayo ay maging ganap” (Doktrina at mga Tipan 67:13).

ABIDE WITH ME, NI DEL PARSON

Ang *Hindi* Inaasahan ng Diyos

Maging ganap o perpekto *ngayon!*

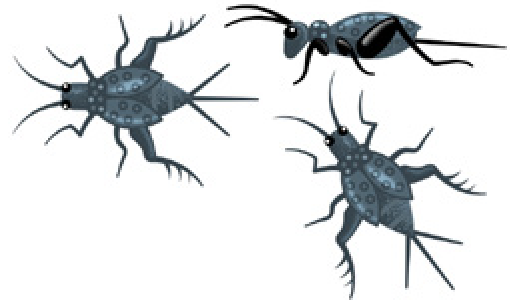
Mabigatan sa ugaling pagiging perpeksyonista.

Huwag magkamali kailanman.

Palaging maging abala—magtrabaho lang at huwag maglibang.

Pintasan ang sarili sa kawalan ng progreso.

Sikaping “magawa ang lahat” para makarating sa langit nang walang tulong.



Mga Tuko, Kuliglig, at Oras sa mga Anak

Ni Nancy Thomas

Hindi ko kailanman naisip na ang mga reptilya ay magkakaroon ng matagalang epekto sa ugnayan namin ng anak ko.

Gustung-gusto ng anak kong si Dallin ang mga reptilya. Ngunit, hindi ko naman kailanman nagustuhan ang mga ito. Pinayagan siyang mag-alaga ng reptilya sa kundisyong anuman ang piliin niya ay kailangang magkasya sa hose ng vacuum, sakali mang makatakas ito sa kulungan habang siya ay nasa eskwelahan. May ilan kaming pinagpilian, mula sa mga palaka hanggang sa mga iguana, bago napili ang dalawang dark-colored na leopard gecko o tuko na pinangalanang Fuzz at Diane.

Ang bagong mga alaga ni Dallin ay nakasama ng aming pamilya noong siya ay pitong taong gulang. Ang isang bagay na hindi ko inasahan sa pag-aalaga ng mga tuko ay kinakailangang pakainin ang mga ito ng mga kuliglig—buhay na mga kuliglig—isang beses sa isang linggo. Sa loob ng maraming taon magkasama kami ni Dallin sa "pagbili ng mga kuliglig." Hindi ito madali, kadalasang nangyayari ito sa gabi habang hinahabol ang oras na bukas pa ang pet store.

Nabuhay lamang si Diane nang tatlong taon, ngunit si Fuzz ay nabuhay nang maraming taon, na malusog at masaya. Sa pagtatapos ng senior year ni Dallin sa high school, naatasan siyang magbigay ng demonstrasyon para sa kanyang public speaking class. Humingi siya sa aming mag-asawa ng mga ideya. Iminungkahi namin na talakayin niya ang mga leopard gecko dahil marami na siyang alam tungkol sa mga ito at dalhin si Fuzz para maipakita sa klase. Sinabi ni Dallin sa amin na namatay na si Fuzz.

"Seryoso ka ba? Kailan siya namatay?" tanong ko na hindi makapaniwala.

Sinabi ni Dallin sa amin na namatay si Fuzz noong isang linggo pa.

"Nasa silid ko po siya, pero huwag po kayong mag-alala. Hindi siya mangangamoy. Dinoble ko po ang pagbalot sa kanya."

Pagkatapos makita ang pagkabigla namin, ipinaliwanag ni Dallin, "Nag-eeksperimento po ako—gusto ko pong obserbahan ang pagkabulok nito."

Ang eksperimento ni Dallin ay naging higit pa sa pag-oobserba ng pagkabulok nito. Pahihintuin niya ang pagkabulok ni Fuzz sa paglalagay nito sa freezer nang dalawang linggo at pagkatapos ay ilalabas ito para lumambot at pabulukin pa.

Makalipas ang isang taon, nang nasa misyon na si Dallin, nililinis ko ang freezer at nakita si Fuzz sa likod, na doble pa rin ang pagkabalot. Dahil naghahanda ako ng package na ipapadala kay Dallin, naisip ko na masaya siguro kung ipapadala ko ang munti niyang eksperimento. Maingat kong inilagay si Fuzz sa isang kahon, ibinalot ito nang papel na may itim at puting polka-dot, at inilagay ito nang maayos sa package ni Dallin na may nakasulat na "Mayroong sorpresa sa iyong package." Pagkatapos ay sabik kong hinintay ang kanyang sagot.

"Naisip ko po ang tungkol sa tuko na iyon mula nang ipadala ninyo ito sa akin," pagsulat niya. "Hindi po gaano tungkol sa mismong tuko, kundi tungkol sa oras na ginugol natin na magkasama sa sasakyan kada linggo para bumili ng mga kuliglig at gawin ang iba pang mga gawain, pakikinig sa inyong mga ideya, kuwento, at patotoo habang nasa sasakyan. Maganda pong dahilan ang pag-alis para bumili at makausap kayo (hindi dahil sa makuwento ako, pero nakinig po ako)."

PAGLALARAWAN NI DAVID GREEN

Pagbili ng mga kuliglig. Sinong makakaalam niyon? Bilang mga magulang hindi natin palaging mapaplano kung kailan tayo makakaimpluwensya sa kanila. Madalas na nangyayari na lamang ito. Maaaring kapag pinatutulog natin ang ating mga anak sa gabi, pagsakay sa ski lift nang magkasama, o pagbili gamit ang sasakyan. Kailangang mag-ukol tayo ng oras na makasama ang ating mga anak.

Naipakita ng Tagapagligtas ang pinakadakilang halimbawa ng paguukol ng oras sa mga bata. Pagkatapos ng maghapong pagtuturo sa mga Nephita, iniutos ni Cristo sa mga tao na dalhin ang kanilang maliliit na anak sa Kanya. Lumuhod Siya kasama ang maliliit na bata at nanalangin. Pagkatapos Niyang manalangin, Siya ay tumangis. At pagkatapos "kinuha [niya] ang kanilang maliliit na anak, isa-isa, at binasbasan sila, at nanalangin sa Ama para sa kanila" (3 Nephi 17:21).

Alam ng mga batang ito na mahal sila ni Jesus. Handa Siyang mag-ukol ng oras para sa kanila. Siya ay nakinig sa kanila, nanalangin para sa kanila, at binasbasan sila. Ang mga nakasaksi nito ay napuspos ng matinding kapangyarihan kung kaya't nakasaad sa tala, "Kailanman ay hindi pa nakita ng mata, ni narinig ng tainga, ang gayong kadakila at mga kagila-gilalas na bagay na aming nakita at narinig na winika ni Jesus sa Ama" (3 Nephi 17:16).

Ang impluwensya ni Jesucristo sa mga batang iyon ay umabot sa maraming henerasyon. Kapag pinag-ukulan natin ng pansin at oras ang ating mga anak, kahit bibili lang tayo ng kuliglig na kasama sila, sana ay umabot din ang impluwensya natin sa maraming henerasyon. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Maine, USA.

Kapag Hindi Nagsisimba ang Isa o Parehong mga Magulang

Ni Karmel Newell

Si Pangulong Russell M. Nelson ay lumaki sa isang mapagmahal na pamilya na may mga magulang na mahal na mahal niya. Pero noong bata pa siya nagsimba siya nang hindi kasama ang kanyang ina o ama, at inasam niyang mabuklod ang kanyang pamilya sa templo.[1] Ngunit walang bata na kailangang maglakad nang mag-isa sa landas ng tipan. Ang pagmamahal at pagmamalasakit ng pamilya at mga miyembro ng ward ay makatutulong sa mga batang maaaring walang suporta ng ebanghelyo sa tahanan. Ang mabuting pagtuturo ng ebanghelyo at magagandang karanasan sa tahanan at simbahan ay makatutulong sa lahat ng bata na madama ang pagmamahal ng Ama sa Langit.

Ang pakikipag-usap sa mga bata tungkol sa mabuting karanasan nila sa tahanan at sa simbahan ay makatutulong sa kanila na madama ang pagmamahal ng Ama sa Langit.

Para sa mga Magulang na Nagsisimba nang Hindi Kasama ang Asawa

1. **Ibahagi ang mga pagpapala ng pamumuhay ng ebanghelyo.** Tulungan ang inyong mga anak na maunawaan na ang pamumuhay ng ebanghelyo ay nagdudulot ng kapayapaan—at nagpapagaan ng mga pasanin. Ipaliwanag kung bakit pinili ninyong makilahok sa Simbahan, nang hindi nagsasalita nang masama tungkol sa magulang na piniling hindi magsimba. Ibahagi ang inyong nadarama tungkol sa kung paano nagbibigay sa inyo ng kapanatagan at patnubay ang pagtupad sa inyong tipan sa binyag.
2. **Magkaroon ng positibong pananaw.** Tulungan ang mga anak na makita ang kabutihan sa kanilang pamilya. Matutulungan din ninyo sila na makita ang kabutihan ng kanilang mga titser, lider sa Simbahan, at miyembro ng ward. Pag-usapan ang natutuhan ng inyong mga anak sa simbahan. Huwag pag-usapan ang mga kahinaan o hindi magandang puna ng iba. Sa halip, magsalita nang positibo at magpakita ng kahandaang matuto mula sa iba.
3. **Daigin ang mga negatibong emosyon.** Tulungan ang mga anak na maunawaan ang mga negatibong emosyon tulad ng takot, kalungkutan, pagkabigo, at galit. Pagkatapos ay matutulungan ninyo sila na mapaglabanan ang kanilang mga emosyon sa pamamagitan ng pagdodrowing, paglalaro, o pakikipag-usap. Kung kinakailangan, maaari din kayong humingi ng tulong na propesyonal. Ang pagpapahilom ng sugatang puso ay tutulong sa lahat

na maging mas madaling makahiwatig sa mga damdaming espirituwal at magkaroon ng mas magagandang karanasan sa simbahan.

4. **Humingi ng tulong kapag kailangan.** Kung kailangan ninyo ng tulong, huwag maghintay na may mag-alok ng tulong. Kung minsan maaaring hindi napapansin ng mga lider ng Simbahan at mga miyembro ng ward ang isang pangangailangan, o maaaring nag-aalangan silang tumulong nang walang paanyaya. Kung nangangailangan ng basbas ang anak, pag-isipan nang may panalangin kung sino ang maaaring tumulong at pagkatapos ay hilingin ito. Pag-isipan din kung sino ang maaari ninyong matulungan.

Para sa Lahat ng Young Adult

1. **Pansinin at mahalin ang mga batang nagsisimba na walang kasamang isa o parehong mga magulang.** Alamin ang kanilang mga pangalan at batiin sila nang may pagmamahal at kabaitan. Huwag silang husgahan dahil sa kanilang mga sitwasyon, at huwag magtanong kung bakit wala ang kanilang mga magulang. Kapag nadama ng mga bata ang taos-pusong pagmamahal mula sa mga miyembro ng Simbahan, mas malamang na sila ay mapanatag, matuto, at madama ang Espiritu.
2. **Maging sensitibo sa mga espesyal na pangangailangan.** Kapag ang mga bata ay nagsisimba nang hindi kasama ang isa o parehong mga magulang, isipin kung paano makakaapekto sa kanila ang mga partikular na turo o aktibidad. Sa lesson tungkol sa mga pagpapala ng priesthood, ituro na maaaring makamtan ng lahat ang mga pagpapalang ito. Kung kasama sa isang aktibidad ang mga magulang, isama ang lahat ng magulang. Laging isaisip ang mga bata na maaaring sensitibo sa mga espesyal na araw tulad ng Father's Day o Mother's Day.
3. **Tulungan sila na mahalin at palakasin ang kanilang pamilya.** Ituro sa mga bata na ang pamilya ay inorden ng Diyos.[2] Hikayatin sila na pahalagahan ang kabutihan ng kanilang pamilya. Ang family history ay makatutulong sa mga bata na maunawaan na nagsimula ang kanilang pamilya bago pa sila isinilang. At ang paggawa ng family history ay lalo pang magdudulot "ng higit na pagkakalapit at kagalakan sa [kanilang] pamilya."[3]
4. **Turuan sila ng totoong doktrina.** Ang kalayaang pumili ay mahalagang doktrina sa plano ng kaligtasan, at ang mga anak ay hindi responsable sa mga pinili at kasalanan ng kanilang mga magulang (tingnan sa Moises 6:54). Ang mga problema ng mga magulang ay hindi kasalanan ng kanilang mga anak o responsibilidad na ayusin ito ng kanilang mga anak. Ang mabatid ang bagay na ito ay makatutulong sa mga anak na hindi gaanong mag-alala sa mga bagay na hindi nila mababago at magpasalamat sa maraming pagpapala ng pamilya sa araw-araw.

Itinuro ni Pangulong Henry B. Eyring, Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan: "Nasasabik ang ating Ama sa Langit na tipunin at pagpalain ang Kanyang buong pamilya. Binibigyan ng Kanyang plano ang bawat anak Niya ng pagkakataong tanggapin o tanggihan ang Kanyang paanyaya. At ang mga pamilya ang pinakamahalaga sa planong ito."[4] ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

MGA TALA

1. Tingnan sa Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," *Liahona,* Mayo 2018, 93–96.
2. Tingnan sa "Ang Mag-anak: Isang Pagpapahayag sa Mundo," *Liahona,* Mayo 2017, 145.
3. Quentin L. Cook, "Ang Galak sa Paggawa ng Family History," *Liahona,* Peb. 2016, 27.
4. Henry B. Eyring, "Pagtitipon sa Pamilya ng Diyos," *Liahona,* Mayo 2017, 20–21.

LARAWANG KUHA NI CATHERINE FROST

PARA SA MGA BATA

Sa *Kaibigan*:

- Karanasan ni Pangulong Nelson noong siya ay bata pa: "Nagpapasalamat para sa mga Magulang" (Hunyo 2019, pahina K2)
- "Isang Bagong Kabanata" (Hunyo 2019, pahina K4)
- "Ang Unang Future Father's Day ni Steven" (*Liahona,* Hunyo 2015, pahina 72)

PARA SA MGA KABATAAN

Sa *Liahona*:

- "Ang Buhay ay Isang Marathon" (Abr. 2019, pahina 54)

Ang Perpektong Plano

Kailan huling nabigo ang iyong mga plano? Noong nakaraang linggo? Nangyari iyan sa akin. Gaano man kaperpekto ang ating mga plano, **ang mga hindi inaasahang pagbabago sa buhay** ay tila isang bagay na nangyayari sa lahat ng tao. Hindi ko kailanman pinlano na apat na beses malaglagan ng anak sa pagitan ng aming dalawang anak, ngunit nangyari iyon sa akin. Kapag ang mga plano na ginawa natin nang may panalangin ay bumigla sa atin sa hindi inaasahang paraan—o hindi natupad—**ano ang gagawin natin?** Sa isyung ito, ang mga young adult na nagmula sa magkakaibang sitwasyon ay nagbahagi ng mga sagot na natagpuan nila para sa tanong na ito nang hindi nangyari ang ipinlano nila sa pamilya.

Para sa aming mag-asawa, ang pagkalaglag ng aming mga anak ay nagpabago sa aming mga plano at bumagbag sa aming puso (tingnan sa pahina 44). Para kay Katherine at sa kanyang asawa, ang pag-uuri sa mga opinyon ng lipunan upang mahanap ang tinig ng Panginoon ay naging balakid sa kanilang landas (tingnan sa pahina 48).

Sa karagdagang mga artikulo na digital lamang, ibinahagi ni Christina ang kanyang mga pangamba at alinlangan tungkol sa pagiging ina, at idinetalye ni Brian kung paanong ang pagkadestino niya sa gawaing militar ay halos nakahadlang sa plano nilang mag-asawa. Si Katie, isang young single adult, ay nagbigay ng ideya tungkol sa walang hanggang katangian ng ating identidad bilang mga magulang.

Naghihintay man kayo na mabiyayaan ng mga anak ang inyong tahanan, magkaroon ng mas maraming anak kaysa sa orihinal ninyong ipinlano, o naghihintay na maikasal, isang bagay ang sigurado: **Ang Ama sa Langit ay mayroong perpektong plano,** at palagi Niyang ginagabayan at tinutulungan ang bawat isa sa atin habang iniaayon natin ang ating kalooban sa Kanyang kalooban.

Anuman ang kalabasan, ang simpleng **pagnanais na magsilang ng mga anak sa mundong ito** ay magbibigay sa atin ng mas magandang pananaw sa dakilang plano ng kaligayahan ng Ama sa Langit. Saanmang yugto kayo naroon sa pangangalaga ng inyong pamilya, habang binabasa ninyo ang aming mga kuwento, taos-puso kong inaasam na gagabayan kayo ng Espiritu Santo sa mga ideya o sagot na makatutulong sa inyo.

Maligayang pagbabasa!

MGA YOUNG ADULT

SA BAHAGING ITO

44 **Paghihintay sa mga Stoplight ng Buhay**
Ni Marianne von Bracht

48 **Pinagpala sa Pagkakaroon ng mga Anak**
Ni Katherine Ramirez de Pineda

PINAKAMABUTING PAYO . . .

Ibinahagi ng mga young adult ang pinakamabuting payo na natanggap nila tungkol sa pagkakaroon ng mga anak:

"Nang ikasal kami, isang mabuting titser ang nagsabi na ito ay desisyon sa pagitan naming mag-asawa, at ng Panginoon. Nagbabala siya na sinasabi kadalasan ng mga tao na ang paggawa ng desisyon ay sa pagitan lamang ng mag-asawa at walang kinalaman dito ang Panginoon. Ang pagsali ng Panginoon sa mga desisyon namin ay nagpala sa amin nang higit pa sa masasabi ko."
—Bonnie Cornick, Idaho, USA

"Huwag maghintay ng 'perpektong panahon' upang magkaroon ng mga anak—walang katapusan kayong maghihintay."
—Annie Hall, Queensland, Australia

"Huwag mag-alala sa sasabihin ng iba! Ito ay sa pagitan ninyong mag-asawa at ng Ama sa Langit."
—Kulani Walters, Auckland, New Zealand

Ano ang pinakamagandang payo na natanggap mo tungkol sa pagdaig sa kahirapan? Ipadala sa amin ang iyong sagot sa **liahona.lds.org** *bago sumapit ang Hunyo 30, 2019.*

IBAHAGI ANG IYONG KUWENTO

May magandang kuwento ka bang maibabahagi? O may mga artikulo ka bang nais makita tungkol sa isang paksa? Kung gayon, nais naming makarinig mula sa iyo! Maaari mong ipadala ang iyong mga artikulo o feedback sa **liahona.lds.org.**

TUNGKOL SA MGA AWTOR NA YOUNG ADULT

Gustung-gusto ni **Marianne von Bracht** ang oras para sa pamilya, ang musika, at ang sikat ng araw. Bilang isang katutubo sa Michigan, USA, kung saan ang araw ay hindi palaging sumisikat, alam niya na mapapasaya ng Liwanag ni Cristo ang anumang araw, gaano man kakapal ang mga ulap.

Si **Katherine Ramirez de Pineda** ay mula sa Managua, Nicaragua, at sumapi sa Simbahan noong siya ay 18 taong gulang. Nag-aral siya kung paano magturo ng Ingles bilang isang wikang banyaga at nagtatrabaho bilang titser sa elementary school. Silang mag-asawa ay ibinuklod sa Guatemala City Guatemala Temple at may tatlong magagandang anak.

Iniisip ni **Katie Sue Embley** na ang mundo ay puno ng mabubuting tao na may mga kuwento na nararapat na ibahagi. Nag-aaral siya ng journalism at Espanyol, na may mithiing magbahagi ng kabutihan.

Nakatira si **Brian Morrill,** kanyang asawa, at kanilang dalawang anak sa Naval Station Norfolk sa Virginia, USA. Bilang isang lieutenant, nagtatrabaho siya bilang naval flight officer ng E-2 Hawkeye.

Nakapagtapos kailan lang si **Christina Crosland** sa Brigham Young University. Ginugugol niya ang kanyang libreng oras sa pagbabasa at pangongolekta ng mga aklat para sa kanyang pangarap na silid-aklatan sa hinaharap. Silang mag-asawa ay maligayang naninirahan ngayon sa kanilang bagong tahanan sa Texas, USA, kasama ang kanilang sanggol na anak na babae.

DIGITAL LAMANG

Ang Ating Walang Hanggang Identidad Bilang mga Magulang
Ni Katie Sue Embley

Ang mga Pangangailangan ng Navy—at ng Aming Pamilya
Ni Brian Morrill

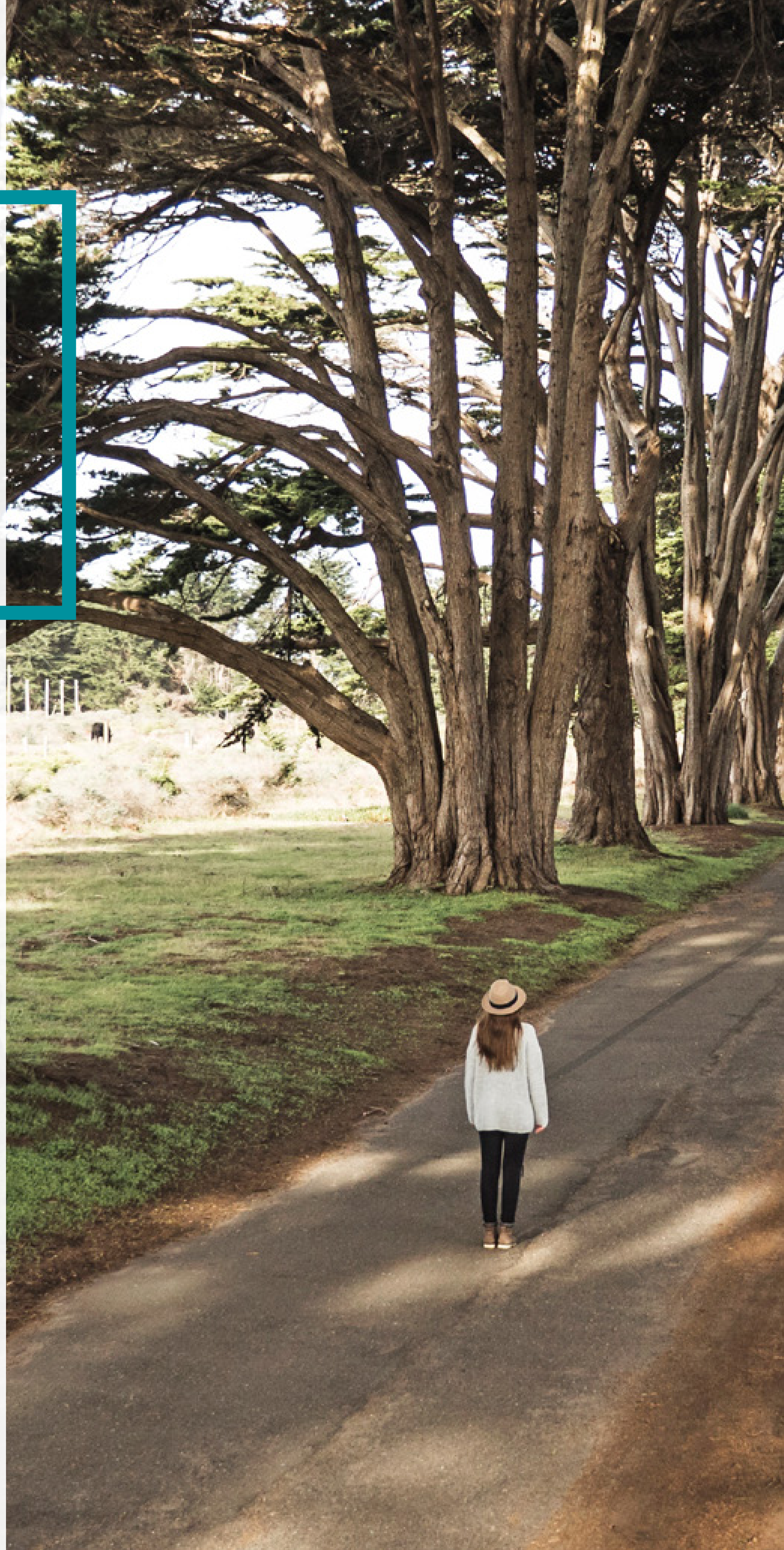
Pagdaig sa Takot Ko na Magkaroon ng mga Anak
Ni Christina Crosland

Hanapin ang mga artikulong ito at iba pa:

- Sa **liahona.lds.org**
- Sa **YA Weekly** (sa ilalim ng bahaging Young Adults sa Gospel Library)
- Sa **facebook.com/liahona**

Paghihintay sa mga Stoplight ng Buhay

Ang paulit-ulit na malaglagan ng anak ay parang magkakasunod na stoplight sa aking buhay, ngunit nang bumaling ako sa Panginoon, natanto ko na ang bawat kawalan ay may kalakip na kapayapaan, mabuting pananaw, at pag-unlad.



Ni Marianne von Bracht

Mahigpit kong hinawakan ang manibela habang nakatingin sa red light. Nang sa wakas ay maging green light na ito, pinaandar ko na ang sasakyan at muli na namang naghintay sa isa pang tila walang katapusang stoplight. Mga 10 minuto pa bago ang lesson ng mga sister missionary na nagsimula na sana 5 minuto na ang nakararaan. Kung naging mas marunong akong ina, nahulaan ko sana ang 15-minutong pagwawala ng aking anak na magtatatlong taong gulang na nang paalis na kami, pero hindi gayon ang nangyari. Oo, patuloy pa rin naman ang mundo kung mahuhuli ako, ngunit dahil gusto kong gumawa ng isang bagay na mabuti, hindi ba't marapat lamang na kahit paano ang *ilan* sa mga traffic light ay makisama sa akin? Habang naiinip na naghihintay sa isa pang stoplight, ang pagkadismaya ko ay unti-unting nauuwi sa galit. "Nagsisikap akong gumawa ng mabuti; sinisikap gawin ang pinakamahusay na kaya ko! Nasaan ang tulong na kailangan ko?"

Noong nakaraang dalawampung buwan, natagpuan ko ang aking sarili na tinatanong ang gayon ding bagay sa gayon ding sitwasyon, ngunit sa lugar na lubos na payapa at tahimik na wala roon sa stoplight.

Sa Sagradong Kakahuyan, sa Palmyra, New York, ang mga dahon ay bahagyang sumisibol sa kulay brown na mga sanga na nakapaligid sa akin. Ang bagong sibol na luntiang shrubbery na nagkalat sa lupa ay tila nagbibigay-buhay sa kapaligiran. Tanging ang pagaspas ng banayad na hangin, tunog ng aming stroller, at ang mga yabag ko ang narinig ko—walang mga sasakyan, walang kalsada, walang malakas na mga pag-uusap. Gayunpaman, sa kabila ng katahimikan, marami akong katanungan at pag-aalinlangan sa aking isipan. Kami ng asawa kong si Lance ay naghihintay noon sa loob ng nakababagot na 72 oras sa tawag ng aking doktor para sa mga resulta ng pahabol na ultra-sound at blood test. Desperado akong malaman ang resulta at mapanatag.

Pagtanggap ng Kaaliwan

"Sila ay dinalaw ng Panginoon ng kanyang Espiritu, at sinabi sa kanila: Maaliw. At naaliw sila" (Alma 17:10).

Natagpuan ko ang aking sarili na nakatitig sa mga latag ng bulaklak na nababad ng taglamig sa labas ng Palmyra New York Temple. Pinag-isipan ko nang husto ang mga tanong: "Kung mawawala sa akin ang sanggol na ito, bakit? Ano ang mangyayari pagkatapos?" Tulad ng banayad na hangin ng tagsibol sa aking paligid, ang Panginoon ay nangusap sa aking isipan ng kaaliwan at kapanatagan na hinahangad ko. Hindi ko na kailangan ang doktor para malaman ko; alam ko na mawawala sa akin ang sanggol na ipinagbubuntis ko, ngunit agad kong naunawaan na ang munting kaluluwang ito ay nasa perpekto at mapagmahal na mga kamay ng Ama sa Langit. Biglang-bigla, lahat ng dalamhati na nadama ko ay napalitan ng nakapapanatag na kapayapaan na nakatulong sa akin sa sumunod na mga linggo at buwan.

Paghihintay sa Green Light

"Noon ko pa pinasasalamatan ang maraming paraan ng pagdalaw sa akin ng Panginoon sa pamamagitan ng Mang-aaliw kapag kailangan ko ng kapayapaan. Subalit ang inaalala ng ating Ama sa Langit ay hindi lamang ang ating kapanatagan kundi higit pa rito ay ang ating pag-unlad."[1] *—Pangulong Henry B. Eyring*

Ilang araw pagkatapos pumunta sa Palmyra, nakunan ako na nagdulot ng matinding pighati sa akin. Bagama't patuloy akong nakadama ng kapanatagan na nakatulong sa akin, ako ay pisikal at emosyonal na nanghina dahil sa pagkawala ng sanggol at hindi nakapaghanda sa paghihintay na kasunod nito. Una kong hinintay ang mga resulta mula sa laboratoryo, na nagpakita ng isang bibihira na partial molar pregnancy (o kumplikadong pagbubuntis kung saan bahagya o hindi nabuo ang embryo). Pagkatapos ay nagpa-blood test ako nang lingguhan, nang kada dalawang linggo, at sa huli ay nang buwanan para matiyak na walang palatandaan ng kanser. Kahit sa loob ng matagalang paghihintay, agad naming nakita ang impluwensya ng Panginoon na pinapanatag kami sa panahong iyon. Walang matagalang epekto ang partial molar pregnancy, at pagkaraan lamang ng anim na buwan sinabi ng doktor na maaari naming muling subukang magkaanak. Nakabalik ako sa landas patungo sa pag-unlad sa aking buhay; ang red light ay napalitan sa wakas ng green light.

Ngunit tatlong buwan pa lamang ang nakalipas at ilang blood test ang naisagawa, nakunan akong muli—sa pagkakataong ito ay isang linggo bago mag-Pasko. Tatlong buwan pa ang lumipas at nadagdagan ang pag-asa ko pagkatapos ng isang positive pregnancy test, para lamang makunan pagkaraan ng isang linggo—isa na namang stoplight.

Pagsubok sa Pananampalataya

"Kahit malakas ang ating pananampalataya, maraming balakid ang hindi maaalis. . . . Kung lahat ng oposisyon ay lilimitahan, kung lahat ng hirap ay aalisin, ang pangunahing mga layunin ng plano ng Ama ay mabibigo."[2] *—Elder David A. Bednar*

Muli akong nagdalang-tao, at manganganak ako sa mga araw na malapit sa Pasko sa susunod na taon. Maganda ang pakiramdam ko sa pagbubuntis kong ito. Nakita namin ang tibok ng puso sa unang ultrasound at alam namin na ipinagdarasal kami ng aming pamilya. Habang nakaupo kami isang araw sa endowment session sa templo, marami akong iniisip: "Kung mawawala sa akin ang ipinagbubuntis kong ito, mananatili pa rin bang malakas ang aking pananampalataya? Siyempre oo. Pero hindi na ako makukunan pa dahil sa pagkakataong ito handa na akong tanggapin ang kalooban ng Panginoon anuman ang mangyari."

Sa kabila ng positibong pananaw ko, makaraan ang ilang linggo nakita ko na ang mga palatandaan, nagpa-ultrasound, at nadama kong muli ang hirap na naranasan ko noon. Ang aking pananampalataya ay hindi lubos na nanatiling malakas gaya ng inasahan ko. Ang mga sagot na nakatulong sa akin sa mga naunang hindi natuloy na pagbubuntis ay tila hindi sapat. Nakadama ako ng depresyon. Nakadama ako ng pighati, kahungkagan, at para akong nalinlang. Hindi lamang kami ng asawa ko ang naghihintay sa Panginoon; madalas sabihin ng aming anak na babae na gustung-gusto na niyang magkaroon ng kapatid na lalaki o babae. Nalungkot din kami para sa kanya. Nang idulog ko ang aking nasaktang damdamin sa Panginoon sa taimtim na panalangin, muli akong nakatanggap ng malinaw na patunay na nalalaman ng Ama sa Langit ang aking pighati at kalagayan at mahal Niya ako. Bagama't gayon pa rin ang kalagayan ko, ang maganda at simpleng karanasang ito ay mahimalang nagpagaan ng aking pasanin at nagbigay sa akin ng kakayahan na makayanan ito at nakadama rin ng kaligayahan habang ipinagpapatuloy ang buhay sa araw-araw. Anuman ang mangyari sa hinaharap, magiging AYOS ako.

Nang bumalik ang genetic testing makalipas ang ilang buwan nang walang kasagutan, muli kaming nakadama ng kalituhan tungkol sa layunin ng mga pagsubok o problemang ito sa aming buhay. Sinikap kong isantabi ang sarili kong mga hangarin at iayon ang kalooban ko sa kalooban ng Panginoon, ngunit sa mahihirap na sandali sinasabi ng puso ko, "Ano ang dapat kong matutuhan dito? Sinisikap kong gumawa ng mabuti! Nasaan ang tulong na kailangan ko?"

Pagbabago ng Pagtugon Ko

"Ang paghihirap ay hindi nagbabago*! Lahat tayo ay may mga hamon. Ang* pagbabago *ay ang ating pagharap sa mahirap."*[3] *—Elder Stanley G. Ellis*

Walong buwan matapos ang pang-apat kong pagbubuntis na nakunan at ilang linggo lamang

matapos ang nakakapagod na pagmamaneho papunta sa mga sister missionary, panatag akong naghihintay sa stoplight habang papauwi ng bahay nang dumating ang kasagutan sa akin. Habang minamasdan ko ang paghinto ng mga sasakyan sa tabi ko at ang mga sasakyan na tumatakbo sa unahan ko, nakita ko ang walang hanggang layunin ng aking buhay. Bigla kong napagtanto na ang pinakamahalaga sa aking paglalakbay ay ang manatili ako sa landas na magbabalik sa akin sa tahanan sa langit. Naghintay man ako sa maraming "stoplight" ay wala itong magiging epekto sa aking destinasyon. Ang paraan ng pagtugon ko sa mga ito ang makakaapekto.

Nagsimula kong pahalagahan ang lahat ng stoplight sa buhay ko, may sinisimbolo man ito o literal. Sa halip na isiping nasayang ang oras, ang bawat isa ay naging isang pagkakataon na magkaroon ng tiyaga at pananaw na darating lamang sa pamamagitan ng paghihintay. Tulad ng lahat ng pulang traffic light na may kaparehang berdeng light sa magkaibang direksyon, natuklasan ko na lahat ng stoplight sa buhay ko ay nagbubukas ng pagkakataon para umunlad, hindi nga lang kinakailangang ayon sa ipinlano ko noon. Sa halip na isipin ang mga kabiguan, nagsimula akong masiyahan sa pagkakataon na umunlad na dulot ng lahat ng hindi inaasahang pagbabago sa mga pangyayari.

Pagtutuon sa Tagapagligtas

"Ang mahalagang tanong na dapat pag-isipan ay 'Saan natin itinutuon ang ating pananampalataya?' Ang ating pananampalataya ba ay nakatuon lang sa hangaring mawalan na ng sakit at pagdurusa, o ito ba ay matibay na nakatuon sa Diyos Ama at sa Kanyang banal na plano at kay Jesus ang Cristo at sa Kanyang Pagbabayad-sala?"[4] *—Elder Donald L. Hallstrom*

Dalawang taon ang nakalipas pagkatapos ako unang makunan, nagsilang ako ng maganda at malusog na sanggol na lalaki. Sa panahong iyon ng kagalakan sa aming pamilya, natanto ko na hindi nagdusa si Jesucristo para sa akin upang alisin ang lahat ng paghihirap sa aking buhay. Sa halip, nagdusa Siya upang ako ay mapalakas at umunlad mula sa mga pagsubok na nararanasan ko. Bagama't ang malulungkot na sandali ng kawalan at maraming buwang paghihintay ay masakit pa ring alalahanin, ang mga iyon ay naging mahalagang alaala sa aking buhay. Sa mga sagradong sandaling iyon, naunawaan ko kung paano nalalaman ng Tagapagligtas ang bawat isa sa mga pagdurusa ko. Tinulungan Niya ako sa paraang tanging ang nakaaalam lamang ng aking kalungkutan ang makatutulong. Bagama't madalas na hinahadlangan ng oposisyon sa buhay ang ating plano na umunlad, ginagamit ng Panginoon ang oposisyon para isulong tayo patungo sa mas dakilang layunin—pag-alam at pananatili sa Kanyang pagmamahal. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Texas, USA.

MGA TALA

1. Henry B. Eyring, "Ang Aking Kapayapaan ay Iniiwan Ko sa Inyo," *Liahona,* Mayo 2017, 17.
2. David A. Bednar, "Pagtanggap sa Kalooban at Takdang Panahon ng Panginoon," *Liahona,* Ago. 2016, 22.
3. Stanley G. Ellis, "Nagtitiwala ba Tayo sa Kanya? Ang Mahirap ay Mabuti," *Liahona,* Nob. 2017, 113.
4. Donald L. Hallstrom, "Tumigil na ba ang Araw ng mga Himala?" *Liahona,* Nob. 2017, 90.

Kinuwestiyon kami ng mga tao sa pagkakaroon ng maraming anak, ngunit dahil sa aming mga anak, mas naunawaan namin ang pagmamahal ng Ama sa Langit at mas napaunlad ang aming banal na potensyal.

Pinagpala sa Pagkakaroon ng mga Anak

Ni Katherine Ramirez de Pineda

Ito na ba ang huling anak ninyo?" Nang magdalang-tao ako sa aking pangatlong anak, at ang dalawang ko pang anak ay wala pang limang taong gulang, tila madalas na mayroong opinyon ang mga tao tungkol sa aming mga anak. "Ito na ba ang huli?" "Hindi kaya masyado kayong nagmamadali?" "Ano ang gagawin mo sa tatlo mong anak?" ang mga tanong na karaniwan kong naririnig. Bagama't naunawaan ko, dahil karaniwang may isa o dalawang anak ang mga tao sa aming bansa dahil sa mga problemang pang-ekonomiya, ang hindi alam ng mga tao ay noong nagdedeyt pa lang kami ng asawa ko, napag-usapan na namin kung ilan ang gusto naming anak at kung kailan kami mag-aanak. Ang pagpaplano ng pamilya ay mahalaga at seryosong desisyon sa amin, kaya't kailangang gawin namin ito nang magkasama, na palaging hinihingi ang patnubay ng Diyos. Nakinig kami sa Espiritu sa halip na sa mga tao sa paligid namin, at napagpala kami sa pagkakaroon ng mga anak.

Nang makipagtipan ang Panginoon kay Abraham, nangako Siya sa kanya ng maraming inapo (tingnan sa Genesis 17:5–6; 22:17). Mula sa talatang iyan ng banal na kasulatan, naunawaan natin na sa ating Ama sa Langit, ang pagkakaroon ng mga anak ay isa sa mga pinakamagandang pagpapala na matatanggap natin. Sa pamamagitan ng ating mga anak o inapo, mas naunawaan natin ang pagmamahal ng ating Ama sa Langit, at mas napapaunlad ang ating banal at walang hanggang potensyal. Kapag nagkaroon kayo ng mga anak, hindi lamang ninyo tinutulungan ang mga espiritu na nasa premortal na buhay na makapunta rito sa mundo at magkaroon ng katawan, kundi mayroon din kayong pribilehiyo na turuan sila ng ebanghelyo. Naniniwala ako na kakaunti ang mga bagay sa buhay na mas naghahanda sa atin para

PAGLALARAWAN NI TAUSHA COATES

sa buhay na walang hanggan kasunod ng pagkakaroon ng mga anak. Sa pamilya natin pinakamahusay na natututuhan na tularan ang mga katangian ng Panginoon. Ngayong isa na akong ina, araw-araw akong napapaalalahanan kung gaano kahalaga ang manatiling malapit sa aking Ama sa Langit. Nagdarasal ako sa lahat ng oras, humihingi ng patnubay, lakas, at tiyaga at nagpapasalamat sa Kanya para sa maraming pagpapala na dulot ng pagkakaroon ng mga anak.

Ang pagiging magulang ay isang karanasang nagpapabago ng buhay na mayroong ilang pagsubok o problema ngunit maraming kagalakan. Tuwing pinakikinggan ko ang aking panganay na anak na kumakanta ng awit sa Primary, o minamasdan ang aking dalawang taong gulang na anak na sinisikap na mapanatiling nakapikit ang kanyang mga mata habang nagdarasal ang pamilya, o sa tuwing karga ko ang aking sanggol na anak, dama ko sa aking puso ang hindi maipaliwanag na kagalakan. Ang mga anak namin ang motibasyon namin na patuloy na magtiis hanggang wakas, marami mang pagsubok ang maranasan namin sa buhay. Lubos akong nagpapasalamat sa aking Ama sa Langit sa pagbibigay sa akin ng pagkakataon na maging ina ng aking mga anak.

Alam ko na mahal tayo ng ating Ama sa Langit. Nadama ko ang Kanyang pagmamahal sa masasayang sandaling iyon na puno ng tunay na walang hanggang kaligayahan at gayon din sa panahon ng mga pagsubok. Isinugo Niya ang Kanyang Anak na si Jesucristo upang ipakita sa atin ang daan pabalik sa ating tahanan sa langit. Mahal ko ang aking pamilya, at alam ko na ang mga pamilya ay magsasama-sama magpakailanman. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Managua, Nicaragua.

Sa paaralan na pinapasukan ko ngayon,

kakaunti ang mga miyembro. Kaya mahalaga na ipamuhay ang aking mga pamantayan dahil ito lamang ang paraan para makita ng mga hindi miyembro ang ebanghelyo sa pamamagitan ko at sa huli ay maunawaan ito at sumapi sila sa Simbahan. Siguro hindi ngayon, pero balang-araw maaalala nila ang isang kakaibang batang lalaking ito na hindi umiinom ng iced tea at kape, hindi nagmumura, at kabilang sa isang simbahan. Siguro balang-araw ang halimbawa ko ang maghihikayat sa kanila sa kung saan sila kinakailangang naroon.

Mahirap maging kakaiba, ang manindigan. Madali lang ibaba ang mga pamantayan. Ang halimbawa at panalangin ng aking pamilya ang talagang nagpapatatag sa akin sa buong maghapon. Ang panalangin ay nagpapaalala sa akin na panatilihin ang aking mga pamantayan.

Huwag kailanman mag-alinlangan na tama ang ginagawa ninyo. Palaging susubukan ng mga tao na kutyain kayo dahil sa mga bagay na hindi ninyo ginagawa. Siguro hindi kayo magiging astig o magaling. Pero ayos lang 'yan. Sa paningin ng Ama sa Langit at ni Jesucristo kayo ay magaling dahil sinusunod ninyo ang mga pamantayan. Matatanto ninyo kalaunan na ang ginagawa ninyo ngayon ay nagpapasaya sa inyo. Walang hanggang kagalakan ang dulot ng pagsunod sa inyong mga pamantayan. Kaya't magpakatatag, patuloy na ipamuhay ang inyong mga pamantayan!

Nathan O., Manila, Philippines

MGA KABATAAN

SA BAHAGING ITO

52

52 **Paghahanda sa Buhay: Pagtatakda ng mga Makabuluhan at Makatotohanang Mithiin na Matutupad Ninyo**
Ni Chakell Wardleigh

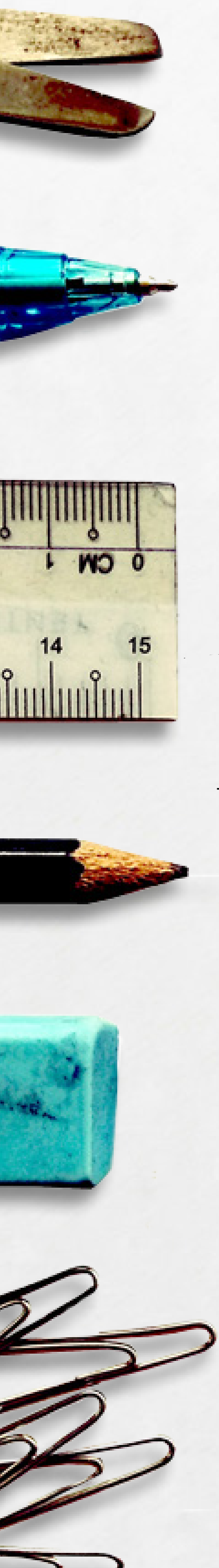
54 **Nagbigay sa Akin ng Kapayapaan ang Pag-unawa sa Plano ng Kaligtasan**
Ni Nance Regold J. Micabani

56 **Mga Mamamayan ng Galilea**
Ni Breanna Call Herbert

60 **Mga Tanong at mga Sagot: Paano ko maiiwasang maging sagabal ang paggamit ng mga electronic device ko sa simbahan at sa seminary?**

62 **Ang Bahaging para sa Atin**

64 **Ang Huling Habilin: "Huwag Matakot, Ako'y Sumasaiyo"**
Ni Elder David A. Bednar



PAGTATAKDA NG MGA MAKABULUHAN AT MAKATOTOHANANG MITHIIN *na Matutupad Ninyo*

Gusto ba ninyong umunlad? mas humusay sa isang kakayahan? matutuhan ang isang bagong bagay? Malamang na kailangan ninyong magtakda ng ilang mithiin para makamtan ito.

Ni Chakell Wardleigh
Mga Magasin ng Simbahan

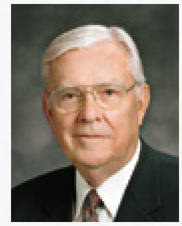
Kung minsan nagsusulat tayo ng mahabang listahan ng mga mithiin at talagang nagsisikap na makamtan ang mga ito, ngunit pagkatapos ay kinakalimutan o sinusukuan natin ang mga ito. Pamilyar ba ito sa inyo? Bakit kung kailan nais nating magbago at magpakabuti, ay hindi natin naisasakatuparan kung minsan ang mga mithiing itinakda natin? Matutupad ito kung makabuluhan at makatotohanan ang ating mga mithiin at kung pagsisikapan natin itong makamtan!

Narito ang ilang tip kung paano magtatakda ng mga makabuluhan at makatotohanang mithiin:

- **Magtakda ng mga mithiin na magpapahusay sa pagkatao ninyo.** Magtuon sa pagpapalakas sa maraming aspeto ng inyong buhay, hindi lang sa isa. Ang Tagapagligtas ay nagpakita ng perpektong halimbawa: "[Lumaki] si Jesus sa karunungan at sa pangangatawan, at sa pagbibigay lugod sa Dios at sa mga tao" (Lucas 2:52). Ibig sabihin, Siya ay umunlad sa aspetong mental, pisikal, sosyal, at espirituwal. Makapagtatakda kayo ng mga mithiin na gawin ang gayon ding mga bagay. Dahil alam ninyo na makatutulong ang mga mithiin sa inyo na maging mas mabuting tao kayo, mahihimok kayo nito na patuloy na pagsikapan na matupad ang mga ito.

- **Isulat ang inyong mga mithiin.** Ilagay ang isinulat na mga mithiin sa isang lugar kung saan ninyo ito makikita araw-araw! Nakapaskil man ito sa bulletin board sa inyong silid, sa inyong locker sa eskwelahan, o maging sa inyong phone, tingnan ito nang madalas. Kapag mas napapaalalahanan kayo sa mga mithiing itinakda ninyo, mas malamang na pagsisikapan ninyong matupad ang mga ito.

MGA LARAWAN NG MGA GAMIT SA PAG-AARAL, BINDER MULA SA GETTY IMAGES



ANG PINAKAMAHAHALAGANG MITHIIN

"Ang *makabalik* sa kinaroroonan [ng Diyos] at *makatanggap* ng walang-hanggang mga pagpapala na nagmumula sa paggawa at pagtupad ng mga tipan ang pinakamahahalagang mithiing maitatakda natin."

Pangulong M. Russell Ballard, Gumaganap na Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Makabalik at Makatanggap," pangkalahatang kumperensya noong Abr. 2017.

- **Maging partikular.** Kung natuto kayo ng "isang bagay na bago" sa listahan ng inyong mga mithiin, talagang makabuluhan at makatotohanang mithiin ito, ngunit hindi ito partikular. Anong uri ng mga bagay ang gusto ninyong matutuhan? Isang bagong instrumento? Isang bagong resipe? Marahil isang bagong libangan? Maging partikular tungkol sa mga bagay na gusto ninyong maisakatuparan!

- **Mag-ukol ng panahon para sa inyong mga mithiin.** Dahil napakaabala ng buhay, madaling makaligtaan ang inyong mga mithiin sa mga gawain sa paaralan, trabaho, mga kaibigan, pamilya. Ngunit kung maglalaan kayo ng partikular na oras na magawa ang inyong mithiin sa bawat araw, bawat linggo, o gaano man kadalas na gustuhin ninyo, malamang na patuloy ninyo itong pagsisikapan na makamit.

- **Magtakda ng mga mithiin na madaling maisakatuparan.** Maaari kayong magtakda ng malaking mithiin para sa inyong sarili, ngunit para makamtan ang mithiing iyan, kinakailangan mo munang matupad ang maliliit na mithiin. Una sa lahat, kailangan ninyo ng plano. Halimbawa, kunwari ay gusto ninyong tumakbo sa marathon sa taong ito. Upang makapag-ensayo para makatakbo sa 26 na milya (42 km), kinakailangan ninyong magsimula sa maliit na mithiin. Magtakda ng mithiin na tumakbo nang ilang milya kada linggo, at dahan-dahang dagdagan ang distansiyang tinatakbo ninyo kada linggo. Kapag gumagawa tayo ng plano na makamit ang ating mga mithiin, tutulungan tayo ng Diyos na makamtan ang mga ito (tingnan sa Mga Kawikaan 16:9).

- **Huwag magtakda ng napakaraming mithiin.** Huwag magtakda ng napakaraming mithiin na halos hindi na ninyo maalala ang lahat ng bagay na pinlano ninyong gawin. Kung magsisimula kayo sa ilang mahahalagang mithiin sa halip na magsimula agad sa 40, hindi kayo gaanong mahihirapan at magiging mas kumpiyansa sa inyong pagsisikap na makamit ang mga ito. Kinakailangan nating gawin ang mga bagay "sa karunungan at kaayusan; sapagkat hindi kinakailangan na ang tao ay tumakbo nang higit na mabilis kaysa sa kanyang lakas" (Mosias 4:27). At kapag nakamtan ninyo ang isang mithiin, malamang na makamit ninyo ang iba pa! Ang maliliit na bagay ay humahantong sa malalaking bagay. ■

Nagbigay sa Akin ng Kapayapaan ang Pag-unawa SA PLANO NG KALIGTASAN

Nang masuri ang inay ko na may terminal cancer, kalungkutan lamang ang naiisip ko sa aking kinabukasan. At pagkatapos ay ibinahagi niya ang kanyang patotoo tungkol sa plano ng kaligtasan.

Ni Nance Regold J. Micabani

Ilang taon na ang nakakaraan, noong araw ng anibersaryo ng kasal ng mga magulang ko, nasuri ang inay ko na mayroon siyang stage 4 pancreatic cancer. Ang resulta ng kanyang CT scan ay nagpapakita na ang kanyang kanser ay malubha at bumabagsak na ang kanyang katawan. Noon ko nalaman na hindi na magtatagal ang buhay ng inay ko.

Hindi ako handa para roon. Nakinita ko ang buhay ko na wala ang aking inay. Lahat ay madilim, mapanglaw, at malungkot. Wala nang kaligayahan o pagtawa—at wala nang maiinit na yakap mula sa aking inay na siyang aalo sa akin. Parang walang masyadong buhay ang buhay kung gayon.

Ilang buwan ang lumipas at patuloy na bumagsak ang kalusugan ng inay ko. Ngunit ang lubhang nagpamangha sa akin ay ang kanyang kagustuhang pumunta sa simbahan, makilahok sa pang-araw-araw na pag-aaral ng pamilya namin ng mga banal na kasulatan, magbigay ng mga lesson sa aming family home evening, at maging tumawa kasama namin.

PAGLALARAWAN NI ROGÉRIO COELHO

Isang araw, tinanong ko siya, "Hindi ninyo po ba tinanong ang Ama sa Langit kung bakit Niya hinayaang mangyari ito? Hindi ninyo po ba naisip kung bakit *kayo* dapat magkaroon ng kanser?" Ngumiti ang aking inay at ibinahagi ang kanyang patotoo tungkol sa plano ng kaligtasan. Sinabi niya sa akin na kailangan kong maunawaan ang plano ng kaligtasan upang madama ang tunay na kaligayahan na ibinibigay nito. Sinabi niya na kung nauunawaan ko kung saan tayo nagmula, kung ano ang ating layon sa buhay na ito, at kung saan tayo patungo, mauunawaan ko na kami ay laging magkakasama, na hindi siya talaga mawawala sa akin. Hinikayat niya akong patuloy na maghanda para sa misyon at magbahagi sa iba ng ebanghelyo ni Jesucristo at ng plano ng kaligtasan upang makatanggap sila ng mga pagpapala ng kapanatagan at kaligayahan rin.

Napagtanto ko na tama ang inay ko. Bakit ako matatakot na mawawala siya rito sa mundo kung alam ko na kung tutuparin ko ang aking mga tipan at tatapusin ang nais ng Ama ay makikita ko siya sa kabilang-buhay? Nakadama ako ng kapayapaan.

Makalipas ang ilang panahon, pumanaw ang aking inay. Noong burol ng inay ko—isang pagdiriwang ng kanyang buhay bago ang kanyang libing—bagamat mahirap ito at malungkot ako, lahat ay tila payapa, at nadarama ko pa rin ang presensya ng aking inay. Kahit na ang mga tao sa paligid ko ay tila napasigla. Alam ko na nadarama ko ang tunay na pagpapala ng pag-unawa sa banal na plano ng Diyos.

Pagkatapos, nang oras na upang dalhin sa sementeryo ang aking inay, isang batang lalaki ang lumapit sa akin at tinanong kung bakit hindi ako umiiyak. Naalala ko kung ano noon ang pananaw ko sa kamatayan ng aking inay at kung paano ko lamang nakita ang kalungkutan at pighati. Ngumiti ako at yumuko upang maging pantay kami. Sinabi ko sa kanya, "Alam ko na muli kong makikita ang aking inay kung patuloy kong susundin ang mga kautusan ng Diyos." Ngumiti rin ang batang lalaki, at nalaman ko na nadarama rin niya ang parehong kapayapaan na nadarama ko.

Wala na ang inay ko, ngunit ang kadiliman, kapanglawan, at kalungkutan na akala kong pupuno sa buhay ko ay hindi nagpakita. Nagpaalam ako sa kanya at sinabi sa kanya na muli kaming magkikita sa kabilang-buhay. Nakadama ako ng kapanatagan sa kabila ng aming kawalan. Ito ay pagpapala na nagmumula sa pag-unawa sa plano ng kaligtasan. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Pilipinas.

Upang malaman ang buhay matapos ang kamatayan, basahin ang Doktrina at mga Tipan bahagi 76, kung saan inilarawan ng Panginoon ang mga yaon na magmamana ng selestiyal, terestriyal, at telestiyal na mga kaharian at inihambing ang kaluwalhatian ng mga kahariang ito sa araw, buwan, at mga bituin.

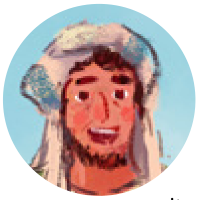
Mga Mamamayan ng GALILEA

Breanna Call Herbert
Mga Magasin ng Simbahan

Noong nasa lupa ang Tagapagligtas, nagturo at naglingkod Siya sa marami. Narito ang ilan sa mga tao na pinaglingkuran ni Jesucristo sa Galilea. Ano kaya ang maaaring sabihin ng mga taong ito kung maibabahagi nila ang kanilang sariling kuwento na matatagpuan sa mga banal na kasulatan? Narito ang ilang ideya.

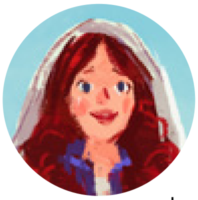
BATA: Nakatayo ako nang malapit kay Jesucristo at sa Kanyang mga Apostol. May pinagtatalunan ang mga Apostol, at tinanong sila ni Jesucristo tungkol dito. Biglang tumahimik ang mga Apostol, at walang nagsalita dahil nagtatalo sila tungkol sa kung sino sa kanila ang magiging pinakadakila sa kaharian sa langit. At pagkatapos nito ang Tagapagligtas ay bumaling sa akin. Nakatayo ako sa gitna nila, at niyakap Niya ako. Sinabi Niya na sinuman ang mapagpakumbabang gaya ng isang munting bata ay ang pinakadakila sa kaharian ng langit. (Tingnan sa Marcos 9:33–37; Mateo 18:1–5.)

BINATILYO: Narinig ko ang tungkol kay Jesucristo at sa mga milagrong ginawa niya para sa maysakit. Kung kaya noong nagtungo Siya sa Tiberias, sumama ako sa maraming taong sumusunod sa Kanya. Marami kami, mga humigit-kumulang 5,000 katao. Mayroon akong limang tinapay ng sebada at dalawang isda. Kinuha ni Jesucristo ang mga ito at binasbasan. Mahimala, lahat ay nakakain mula sa pagkaing tangan ko. Subalit hindi ito natapos doon. Nang nabusog na ang lahat, tinipon ng mga apostol ang mga natira. Nakapuno sila ng 12 basket. (Tingnan sa Juan 6:5–14.)



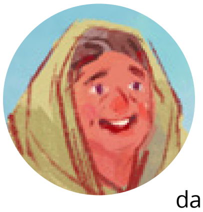
LALAKI: Lumpo ako, kung kaya't hindi ako makagalaw. At bukod pa rito, bigla na lang akong nangingisay. Nakapangingilabot ito. Narinig ng mga kaibigan ko na nagtuturo si Jesucristo sa isang bahay. Alam nilang matutulungan Niya ako, kung kaya't sinubukan nila akong dalhin sa Kanya. Puno ng tao ang bahay, kaya nagdesisyon silang ibaba ako mula sa bubungan. Tinuklap nila ang bubong at ibinaba ako sa harap ni Jesucristo. Nang makita Niya ako, sinabi Niyang pinatawad na ang mga kasalanan ko. Sinabi Niya sa akin na tumindig at buhatin ang aking higaan at lumakad. Kaya ginawa ko ito—at namangha ang lahat! (Tingnan sa Marcos 2:1–12.)

TAONG MAHARLIKA: Nasa Cana ako noong panahong iyon. At ang anak kong lalaki, na nasa Capernaum, ay naghihingalo na. Narinig kong nasa malapit na lugar si Jesus, kung kaya't nagpunta ako sa Kanya. Nang nagawa ko ito, hiniling ko sa Kanyang magpunta sa Capernaum upang pagalingin ang anak ko. Sinabi Niya sa aking umuwi dahil buhay ang anak ko. Pinaniwalaan ko Siya. Pagdating ko sa bahay, lumabas ang mga kasambahay ko upang batiin ako. Sinabi nila sa akin na buhay ang anak ko. Tinanong ko sila kung kailan nagsimulang bumuti ang kalagayan niya. Sinabi nilang kahapon noong ikapitong oras. Iyon ang oras kung kailan sinabi sa akin ni Cristo na buhay ang anak ko! (Tingnan sa Juan 4:46–53.)



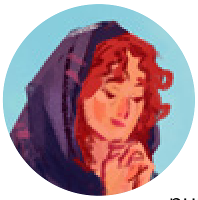
MARIA MAGDALENA: Pinalayas ni Jesucristo ang pitong demonyo mula sa akin. Sumunod ako sa Kanya habang naglalakbay Siya sa maraming nayon upang ipangaral ang ebanghelyo. (Tingnan sa Lucas 8:1–3.) Nang ipinako sa krus si Cristo, naroroon ako (tingnan sa Juan 19:25). Binisita ko ang libingan kung saan nakahimlay ang Kanyang labi. Ako ang unang taong nakakita sa Kanya matapos ang Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli. Noong una ay inakala kong Siya ang hardinero, ngunit nang tinawag Niya ang pangalan ko, alam kong iyon ang aking Tagapagligtas. (Tingnan sa Juan 20:11–16.)

MGA PAGLALARAWAN NI SIMINI BLOCKER

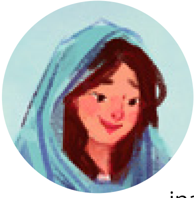


SALOME: Ako ang asawa ni Zebedeo at ang ina nina Santiago at Juan, na dalawa sa mga Apostol ni Jesucristo. Sumunod ako at naglingkod sa Kanya habang nasa Galilea Siya. Nasa Golgota ako noong ipinako Siya sa krus. (Tingnan sa Marcos 15:37–41.) Nagdala ako ng mga pabango sa Kanyang libingan upang ipahid sa Kanyang katawan, ngunit pagdating ko, wala Siya roon. Sa halip, nakita ko ang isang lalaking nakasuot ng mahabang puting damit. Noong una, natakot ako ngunit sinabi niyang huwag akong matakot. Sinabi niya na nabuhay na mag-uli si Jesucristo at dapat kong sabihin ito sa mga Apostol. (Tingnan sa Marcos 16:1–8.)

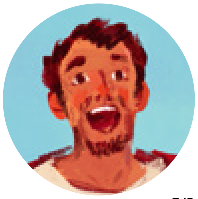
BIYENANG BABAE NI SIMON PEDRO: Lubhang mataas ang lagnat ko noon. Noong narinig ni Jesucristo ang tungkol dito, nagpunta Siya sa akin. Hinawakan Niya ang kamay ko at pinatayo ako. Agad na nawala ang lagnat ko. Lubos na gumanda ang pakiramdam ko na nagawa kong maglingkod sa mga nasa paligid ko. (Tingnan sa Marcos 1:29–31.)



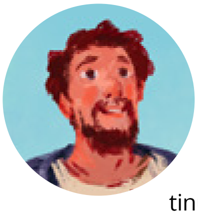
BALO NG NAIN: Kamamatay lamang ng anak kong lalaki. Nauna nang pumanaw ang asawa ko. Lubha akong nagdadalamhati. Bagama't maraming tao sa paligid ko, hindi ko mapigilang tumangis. Habang binubuhat namin ang bangkay ng anak ko palabas sa pintuan ng bayan, may lumapit na lalaki sa akin. Iyon ay si Jesucristo. Nahabag siya sa akin at sinabi sa aking huwag umiyak. Pagkatapos ay nagtungo Siya sa anak ko. Napatigil ang mga taong bumubuhat sa kanya. Sinabi ni Jesucristo sa anak ko na bumangon. At ginawa nga niya iyon! Bumangon siya at nagsimulang magsalita at lumapit sa akin. Buhay siya! Lahat kami ay nagbigay-puri sa Diyos at batid na may dakilang propeta kaming kasama. (Tingnan sa Lucas 7:11–17.)



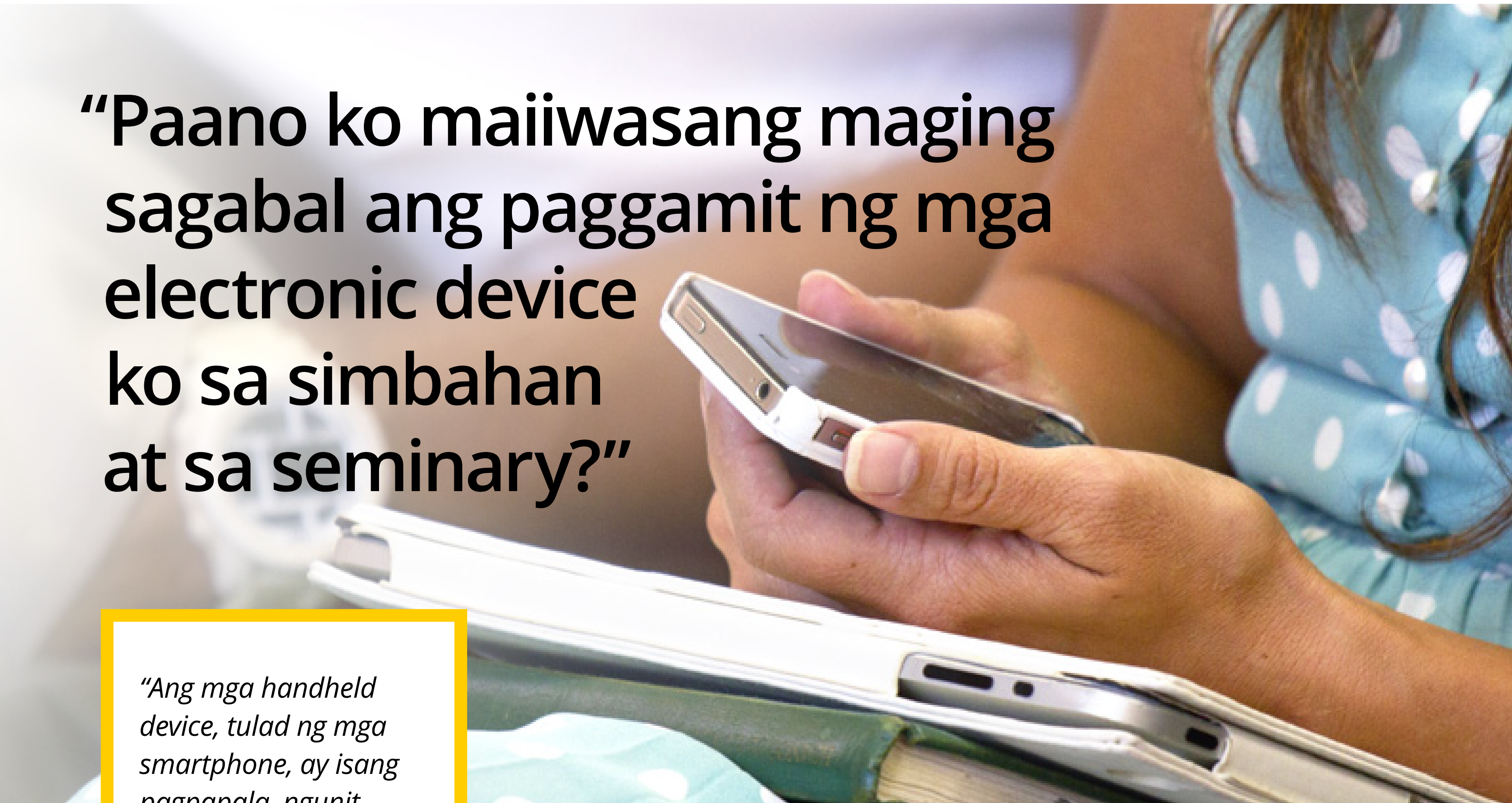
MARIA: Narinig ko ang tungkol sa Mesiyas na darating. Hindi ko lamang inasahang maging bahagi nito. Nakatakda akong ikasal kay Jose nang may isang anghel na nagsabi sa akin na ipagdadalantao ko ang magiging Anak ng Diyos at pangangalanan Siyang Jesus. (Tingnan sa Lucas 1:26–38.) At dumating nga ang Mesiyas. Ipinanganak ko Siya sa isang sabsaban. Binisita Siya ng mga pastol at Tatlong Pantas at nagbigay sa Kanya ng mga regalo. (Tingnan sa Mateo 2:1–12; Lucas 2:1–20.) Pinalaki namin Siya ni Jose, ngunit lagi Niya kaming pinamamangha. Minsan ay nawala Siya nang tatlong araw. Sa huli ay natagpuan namin Siya sa templo. Nakikinig ang mga guro sa Kanya at nagtatanong sa Kanya. (Tingnan sa Lucas 2:40–52.)



FELIPE: Isa ako sa mga Apostol ni Cristo. Isinugo Niya kami upang ipangaral ang Kanyang ebanghelyo. Sinabi Niya sa aming tumutok sa nawawalang tupa ng Israel. Ibinigay rin Niya sa amin ang kapangyarihang magpagaling ng maysakit, linisin ang mga may ketong, buhayin ang mga patay, at magpalayas ng mga demonyo. Sinabi Niya sa amin na huwag magdala ng salapi o damit, ngunit binalaan Niya kami na uusigin kami. Subalit nagtiwala kami sa Kanya dahil alam namin na kapag nagtiis kami hanggang sa katapusan ay maliligtas kami. (Tingnan sa Mateo 10:1–10, 17–18, 22–23.)



TADEO JUDAS: Ako ay Apostol ni Jesucristo. Isang araw, habang tinuturuan Niya kami—madalas Niyang gawin ito—sinabi Niya sa amin na hindi na Siya magtatagal sa mundo. Sinabi Niya na kung susundin namin ang Kanyang mga kautusan at mamahalin Siya, babalik Siya at ipapakita ang Kanyang sarili sa amin. Sinabi Niya na ipadadala Niya ang Espiritu Santo para matulungan kaming alalahanin ang itinuro Niya sa amin. (Tingnan sa Juan 14:19–27.) ■

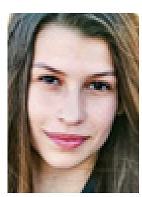


“Paano ko maiiwasang maging sagabal ang paggamit ng mga electronic device ko sa simbahan at sa seminary?”

“Ang mga handheld device, tulad ng mga smartphone, ay isang pagpapala, ngunit maaari din itong maging dahilan para hindi natin marinig ang ‘marahan at banayad na tinig.’ Sila dapat ang ating mga lingkod, hindi ang ating mga amo. . . .

“. . . Gayunman, kapag sagabal na ang smartphone sa ating mga relasyon sa kaibigan at pamilya—at lalo na sa Diyos—kailangan nating gumawa ng pagbabago.”

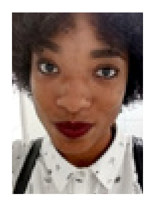
Pangulong M. Russell Ballard, Tumatayong Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol, “Mapanatag at Malaman na Ako ang Diyos” (Church Educational System devotional para sa mga Young Adult, Mayo 4, 2014), broadcasts.lds.org.



Kapag Hindi Nakikita, Hindi Naiisip

Kailan lamang ay napansin ko ang pagkahilig ko sa paggamit ng mga electronic gadget sa simbahan at mga aktibidad para sa mga kabataan. Naging gawi ko na ito. Tuwing nakikita ko ang cell phone ko, agad kong kinukuha ito at tinitingnan kung mayroon akong bagong notification o text. Ang solusyon? Itatago ko ang cell phone ko. Kapag ito ay nasa bag, o sa ilalim ng upuan, o kahit sa kaibigan ko—kung hindi ko makikita ang cell phone ko, hindi ako matutuksong gamitin ito.

Taryn M., edad 15, Florida, USA



Ihanda Mo ang Iyong mga Device para Mabawasan ang Pagkakagambala

Ihanda ang iyong mga device sa parehong paraan kung paano mo inihahanda ang iyong isip at katawan para sa Sabbath. Patahimikin ang mga notification ng cell phone habang nasa klase. Maaari mong ihiwalay ang Gospel Library app mula sa ibang mga app upang kung iyong kailangan ang mga banal na kasulatan o ang kuwaderno, hindi ka magagambala ng mga app na iyon.

Delguimar S., edad 21, São Paulo, Brazil

LARAWAN NG MGA KAMAY NA MAY HAWAK NA CELLPHONE NI JANAE BINGHAM

Manalangin para sa Tulong

Hinahanap ko ang Espiritu sa pamamagitan ng pananalangin. Nakakatulong ito sa akin na huwag gamitin ang mga electronic device ko sa araw ng Sabbath at sa seminary. Kapag nananalangin ako sa aking Ama sa Langit at nagbabasa ng Aklat ni Mormon, tumatanggap ako ng paraan upang huwag gamitin ang mga device ko.

Desire M., edad 18, Comoé District, Ivory Coast

Huwag Kalimutan ang mga Pisikal na Kopya!

Ang paggamit ng mga electronic gadget para sa pag-aaral ng ebanghelyo ay OK, ngunit minsan ay sumosobra ito. Upang maiwasan ang iyong sarili na magambala, subukang gumamit ng pisikal na kopya ng mga banal na kasulatan. Gagabayan ka ng Panginoon. Napakarami mong matututuhan at madarama ang Espiritu.

Aiyana A., edad 13, Laguna, Philippines

Itabi Ito

Sa simbahan, pinapatay ko ang tunog ng aking cell phone at inilalagay ito sa bulsa ko maliban na lamang kung ginagamit ko ito para sa mga banal na kasulatan. Sa oras ng sakramento, hindi ko ito ginagamit. Inilalayo ko ito sa mga kamay ko upang maiwasan ang tuksong gamitin ito.

William W., edad 17, Virginia, USA

Ang mga sagot ay nilayong makatulong at magbigay ng pananaw, hindi bilang mga opisyal na pahayag ng doktrina ng Simbahan.

Ano ang sasabihin ko kapag nagtanong ang aking mga kaibigan tungkol sa paniniwala natin sa kasal o pag-aasawa at pamilya?

Sa "Ang Mag-anak: Isang Pagpapahayag sa Mundo," ipinahayag ng Unang Panguluhan at Korum ng Labindalawang Apostol na "ang kasal sa pagitan ng isang lalaki at ng isang babae ay inorden ng Diyos at ang mag-anak ang sentro ng plano ng Tagapaglikha para sa walang hanggang tadhana ng Kanyang mga anak" (familyproclamation.lds.org).

Ang paghahayag na ito "ay isang pagpapahayag ng katotohanan na walang-hanggan" na sumailalim sa isang "proseso ng paghahayag" at hindi isang "pahayag lamang ng patakaran" (Dallin H. Oaks, "Ang Plano at ang Pagpapahayag," *Liahona*, Nob. 2017, 30, 29). Maaari mong ibahagi ang iyong personal na paniniwala na ito nga ito, at maaari mong ibahagi ang mga pagpapala na natanggap mo dahil sa mga katotohanang ito.

Sa pagtugon sa iba, kailangan nating iwasan na maging mapagmataas sa sarili o mapamintas. Dapat nating hangarin na mahalin sila. Silang mga bukas at tapat ay nararapat sa isang tapat na sagot. Ngunit kung halata na ang isang tao ay hindi seryoso at nais lamang hamakin o maliitin ang iyong mga pananaw, o kung nais lang nilang makipag-away, pinakamainam na umiwas sa usapan (tingnan sa Mateo 7:6).

Ano Ba ang Nasa Isip Mo?

"Paano ako magiging positibo sa mga kaibigan ko na tila napakalungkot?"

Isumite ang iyong sagot at, kung nais mo, magsama ng isang high-resolution na litrato bago sumapit ang Martes, Hulyo 15, 2019, sa liahona.lds.org (i-klik ang "Submit an Article or Feedback").

Ang mga sagot ay maaaring i-edit para paikliin o linawin pa ito.

TAKBO!

ISANG GABI, naglalakad ako pauwi. Ilang kanto lamang ang layo mula sa kung saan kami nagkita ng mga kaibigan ko kanina, ngunit ngayon ay napakadilim na talaga. Halos hindi ko makita kung saan ako naglalakad.

Napansin ko na may tatlong binatang sumusunod sa akin. Sinimulan kong bilisan ang paglalakad para mapalayo sa kanila, pero patuloy nila akong sinusundan. Nakadama ako ng pagkabahala. Pagkatapos ay may malinaw akong naisip: takbo! Nagsimula akong tumakbo paakyat ng burol. Matarik talaga ang burol, pero nakadama ako ng lakas na hindi sa akin. Higit na lakas iyon kaysa sa kaya ng sarili ko.

Ngayon ang mga lalaki ay tumatakbo na rin at nahahabol na ako. Hindi ko na alam pa kung ano ang susunod na gagawin. Muli, isang malinaw na kaisipan ang nagsabi sa akin na magpunta sa isang makipot na daanan. Nang ginawa ko iyon, laking gulat ko nang nakakita ako ng pulis. Pagod mula sa pagtakbo sa mga kanto at habol ang hininga, humingi ako sa kanya ng tulong. Nang nakita ako ng mga binata na nakikipag-usap sa pulis, tumigil sila sa paghabol sa akin at naglakad na lang palayo. Upang masigurong ligtas ako, inihatid ako ng pulis pauwi.

Noong gabing iyon ay walang tigil kong iniisip ang mga pahiwatig na natanggap ko. Napanatag akong mabatid na tinulungan ako ng Ama sa Langit. Sinambit ko ang isang panalangin ng pasasalamat sa Kanyang patnubay. Alam ko na kung susundin natin ang tinig ng Espiritu, magiging ligtas tayo.

Martín S., Puerto Madryn, Argentina

"Maaari mong matutuhan kung paano sundin ang pinakamainam na gabay sa lahat—ang mga bulong ng Banal na Espiritu. Ito ay isang indibiduwal na paghahayag. Mayroong isang proseso kung paano tayo maaaring balaan sa mga panganib na espirituwal."

Pangulong Boyd K. Packer (1924–2015), Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Spiritual Crocodiles," *Ensign,* Mayo 1976, 31.

—

Paano ako maging handang pakinggan at sundin ang mga pahiwatig?

1. **Maging panatag.** Ang pagkakaroon ng tahimik na oras upang mag-isip at magnilay ay makakatulong sa iyong marinig ang Espiritu (tingnan sa Mga Awit 46:10).
2. **Magsisi.** Ang pagsisisi ay nagpapalinis sa iyo upang maging kasama mo ang Espiritu (tingnan sa Alma 34:36).
3. **Mag-aral.** Kapag alam mo ang mga salita ng Panginoon, maging mas madaling makilala ang tinig Niya (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:38).

PAGLALARAWAN NI ORIOL VIDAL

TUNGKULIN KO ANG PAGBANGON KO

KAPAG LINGGO ay karaniwan akong ginigising ng inay ko para maghanda sa pagpunta sa simbahan at dumating doon bago magsimula ang mga miting. Ngunit isang araw ng Linggo ay hindi ako ginising ng inay ko. Mag-isa akong gumising at napansin ko na hindi ko naririnig ang karaniwang ingay ng pamilya ko kapag naghahandang pumunta sa simbahan. Kinakabahan akong tumingin sa relo at natanto kong kalahating oras na akong huli sa simbahan. Hindi na ako umabot sa sacrament. Tiyak na hindi rin ako aabot sa Sunday School.

Nalito ako at pakiramdam ko ay pinabayaan ako. Bakit hindi ako ginising ng inay ko ngayong umaga? Lagi niya akong ginigising. Pero napagtanto ko: Hindi tungkulin ng inay ko na gisingin ako upang umabot sa simbahan sa wastong oras—tungkulin ko ito. Gumawa ako ng sarili kong mga tipan sa Ama sa Langit, at responsibilidad kong tuparin ang mga ito.

Kalaunan ng araw na iyon ay kinausap ako ng inay ko tungkol sa hindi niya paggising sa akin para magsimba. Sinabi niya na hindi na niya ako gigisinging muli. Sinabi niya sa akin na dapat akong magsikap sa sarili ko at magkaroon ng sarili kong patotoo.

Noong linggong iyon, nakita ko ang sarili kong nag-iisip kung paano ako hindi habambuhay na aasa sa mga patotoo ng mga magulang ko at kung paano ko mas sisikaping palakasin ang sarili kong patotoo. Mula noon, masigasig akong nagsikap na gumising nang maaga tuwing Linggo upang wasto sa oras akong darating sa simbahan at tanggapin ang sacrament. Natututo akong magkaroon ng sarili kong patotoo.

Lia Alves, Ceará, Brazil

MULA SA SINISIPA AY NAGING MABAIT

NAKAPILA AKO kasama ng aking inay para magbayad ng aming pinamiling grocery. Siksikan ang linya, may isang maliit na bata sa harap ni inay kaya kinailangan niyang dumukwang sa harap namin para mabili ang kailangan namin. Nagsimula siyang sipain ng batang lalaki. Nang pangalawang beses siyang sinipa nito, umatras siya at sinabing, "Puwede bang huwag kang manipa?"

Pumihit ang ina ng bata at sinabi sa inay ko na kasalanan niya kaya siya sinipa. Sinabi niya ang napakaraming nakakainsultong bagay sa amin. Pinandilatan ko siya noong tumalikod na siya at naging bastos rin siya sa kahera! Kalmado akong kumilos, ngunit sa loob ay galit ako. Nainis ako. Alam kong ang nangyari ay hindi ko kasalanan o ng inay ko, ngunit nasaktan pa rin ako.

Nang nakauwi kami, nagtungo ako sa silid ko at inilabas ang aking mga banal na kasulatan. Matapos magbasa nang isang minuto, nadama kong kailangan kong magdasal. Wala akong gana, ngunit lumuhod ako at nagsimulang manalangin. Kalaunan, natagpuan ko ang sarili kong nagdarasal para sa babaeng ito na masamang nakitungo sa amin. Nadama ko ang isang napakakalmadong pakiramdam na noon ko pa lamang nadama. Wala nang puwang sa puso ko na magalit pa sa kanya. Nakadama ako ng pagmamahal.

Teresa G., Idaho, USA

"Huwag Matakot, Ako'y Sumasaiyo"

Ni Elder David A. Bednar
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

Isang kilalang pinunong militar ang mariing nagsabi: "Huwag tumanggap ng payo [mula] sa iyong mga pangamba o takot."[1]

Habang pinagninilayan natin ang mga bagay na nagaganap sa paligid natin ngayon, maaari nating makita ang maraming dahilan upang matakot, mag-alinlangan, at mag-isip kung ang mga bagay sa buhay natin ay tunay ngang magiging tulad ng matagal nating inaasam.

Ang ilan sa inyo ay maaaring may tanong o kulang sa kumpiyansa sa sarili ninyong kakayahan na magtagumpay sa temporal at espirituwal. Marahil ay iniisip ninyo kung ang mga pangako ng Panginoon ng suporta at paggabay—na napapansin at nakikilala sa mga buhay ng napakaraming ibang tao—ay magiging malinaw din sa inyong buhay. Maaaring hindi kayo sigurado kung dapat kayong makipagsapalaran sa isang oportunidad dahil hindi ninyo nakikita ang lahat ng mga detalye tungkol sa kung ano ang kalalabasan ng mga bagay, at sa gayon ay atubili kayong magsimula at gawin ang mga unang hakbang sa daang iyon. O kaya naman ay maaaring masyado kayong nag-aalala na makagawa ng mali na mabibigo kayong kumilos nang may pananampalataya at magpatuloy at sa gayon ay palakasin ang posibilidad ng mismong pagkabigo na kinatatakutan ninyo.

Ang hindi pagsunod sa payo mula sa ating mga pangamba o takot ay nangangahulugan lamang na hindi natin papayagang diktahan ng takot at kawalan ng kasiguruhan ang ating patutunguhan sa buhay, na negatibong maapektuhan ang ating mga pag-uugali at pagkilos, na hindi wastong maimpluwensiyahan ang ating mahahalagang desisyon, o ilihis o lituhin tayo mula sa lahat sa mundong ito na marangal, kaaya-aya, o magandang balita. Ang ibig sabihin ng huwag tumanggap ng payo mula sa ating mga pangamba o takot ay mangingibabaw ang ating pananampalataya sa Panginoong Jesucristo laban sa ating mga takot at magpatuloy sa paglakad nang may katatagan sa Kanya. Ang hindi pagsunod sa ating takot ay nangangahulugang nagtitiwala tayo sa gabay ng Diyos, sa Kanyang kasiguruhan at pagtatakda ng tamang oras sa ating buhay. Nangangako ako na bawat isa sa atin ay makakaya at mabibiyayaan ng direksyon, proteksyon, at nagtatagal na kaligayahan habang pinag-aaralan nating huwag tumanggap ng payo mula sa ating mga pangamba o takot.

Habang ipinamumuhay natin ang pananampalataya kay Cristo at tiwala sa Kanyang mga pangako, magagawa nating maglakad sa dilim nang may tiyak na kasiguraduhan na ang daraanan natin ay maiilawan—na aabot upang gawin ang susunod na hakbang—at pagkatapos ay ang susunod na hakbang—at ang susunod pa.

Sinabi ni Joseph Smith, "Wala tayong dapat ikatakot kung tayo ay mananampalataya."[2]

Itinuro ni Pangulong Thomas S. Monson (1927–2018), "Huwag matakot. Magalak. Ang hinaharap ay kasingliwanag ng inyong pananampalataya."[3]

Habang hinaharap ninyo ang inyong kinabukasan nang may pananampalataya, ang Tagapagligtas ay papasainyong kanang kamay at sa inyong kaliwa, at ang Kanyang Espiritu ay papasainyong mga puso (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 84:88) sa lahat ng inyong mga makatwirang gawain at sa kabuuan ng lahat ng mga araw sa inyong buhay. ■

Mula sa isang mensahe sa debosyonal na ibinigay sa Brigham Young University–Hawaii noong Disyembre 15, 2012.

MGA TALA

1. Sa Mary Anna Jackson, *Memoirs of Stonewall Jackson* (1895), 264.
2. *The Personal Writings of Joseph Smith,* pat. Dean C. Jessee, rev. ed. (2002), 338.
3. Thomas S. Monson, "Ikaw ay Magpakalakas at Magpakatapang na Mabuti," pangkalahatang kumperensya ng Abril 2009.

MGA PAGLALARAWAN NG PULPITO AT MUKHA NI ANDREW ROBERTS

Ipinanganak sa
San Leando, California,
noong Hunyo 15, 1952.

Naglingkod sa
misyon
sa Southern Germany

Naglingkod bilang pangulo ng
BYU–Idaho
mula 1997 hanggang 2004

Elder DAVID A. BEDNAR

Noong bata pa, siya ay
tumulong sa pamilya niya na mag-preserba ng prutas.
Nagbiro siya na mas marami siyang kinaing prutas kaysa sa mga napunta sa mga garapon.

Dating quarterback sa kan-yang koponan ng
football ng kanyang high school

Pinakasalan si Susan Robinson noong 1975 sa
Salt Lake Temple

Nakilala ang kanyang asawa sa isang laro ng flag football.
Pinahanga siya
nang nasalo nito ang kanyang long pass.

Naging
propesor
sa Texas Tech University at sa University of Arkansas

Nagtapos sa
Brigham Young University

Tumanggap ng PhD
sa kursong organizational behavior sa Purdue University

Sinang-ayunan bilang miyembro ng
Korum ng Labindalawang Apostol
noong Oktubre 7, 2004

May **tatlong anak na lalaki**

Isa sa mga paboritong himno niya ang
“Redeemer of Israel”
(Hymns, *blg. 6*)

MGA YOUNG ADULT

NAGPAPLANO NG INYONG PAMILYA?

Ngayong buwan, ang mga young adult ay nagbabahagi ng kanilang mga karanasan sa pagharap at paglaban sa oposisyon sa pagkakaroon ng mga anak.

42

MGA KABATAAN

ISANG GABAY SA PAGBUO NG MITHIIN

52

KAMATAYAN AT PAGHIHINAGPIS

PAG-UNAWA SA PLANO NG DIYOS

54

BAGONG TIPAN

KILALANIN ANG MGA MAMAMAYAN NG GALILEA

26, 56

TAGALOG

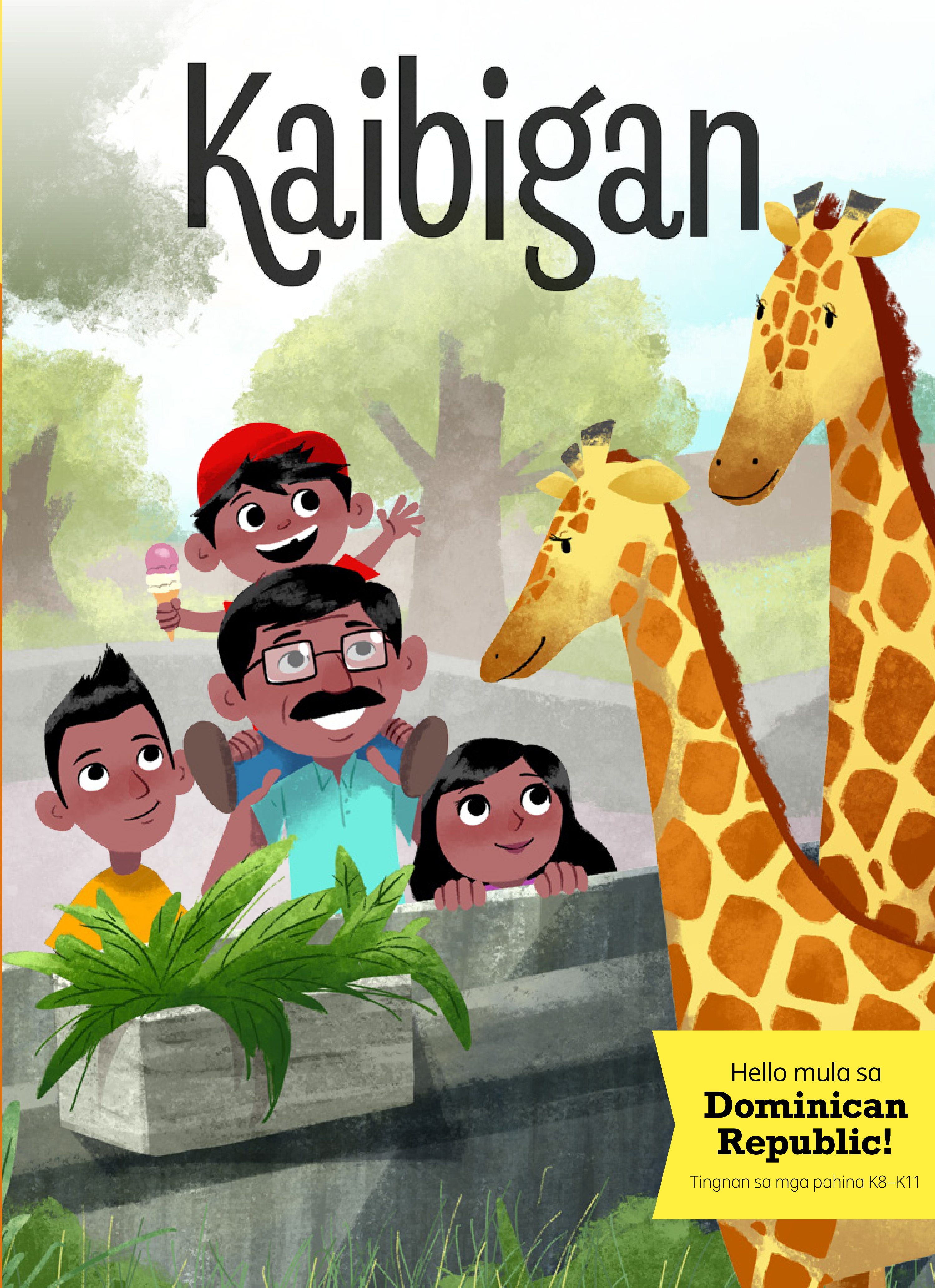
4 02186 06893 3

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Kaibigan

Hunyo 2019

Ang bahagi para sa mga bata ng *Liahona,* na inilathala ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw



Hello mula sa
Dominican Republic!

Tingnan sa mga pahina K8–K11

Nagpapasalamat para sa mga Magulang

Ni Pangulong Russell M. Nelson

Nakapaghintay na ba kayo na mangyari ang isang espesyal na bagay? Ano ang makakatulong sa inyo habang naghihintay?

Lahat ng walo kong lolo at lola-sa-tuhod ay nabinyagan sa Simbahan sa Europa. Napakatapat nila sa Simbahan. Matapos noon, ilan sa mga ninuno ko ay hindi nagpatuloy na ipamuhay ang ebanghelyo. Dahil dito, hindi gaanong nagsisimba ang mga magulang ko noong bata pa ako.

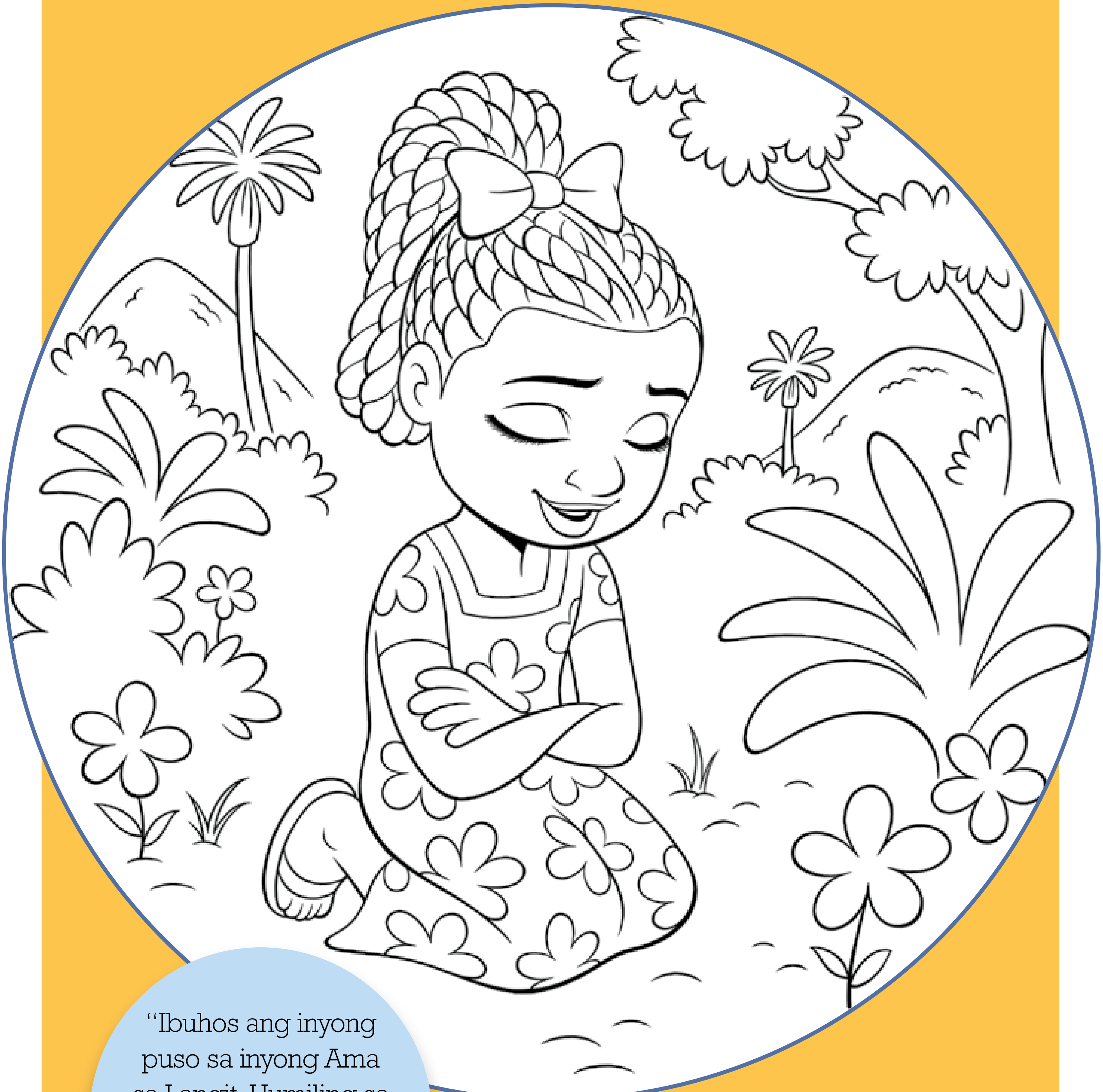
Mahal ko ang mga magulang ko. Itinuro nila sa akin ang mga napakahalagang aral. Lubus-lubusan ang pasasalamat ko sa kanila para sa aming masayang tahanan. Ngunit kahit bilang bata, batid kong may kulang dahil hindi gaanong nagsisimba ang pamilya ko. Isang araw sumakay ako ng pampublikong sasakyan at pumunta sa tindahan ng mga libro para maghanap ng aklat tungkol sa Simbahan. Gustung-gusto kong malaman ang tungkol sa ebanghelyo.

Nang nalaman ko ang tungkol sa Word of Wisdom, nalaman ko na hindi ipinamumuhay ng mga magulang ko ang itinuturo nito sa atin na paraan ng pamumuhay. Ngunit nais kong ipamuhay nila ito! Kung kaya isang araw, binasag ko sa sementong sahig ang lahat ng bote ng alak na nasa aming bahay! Inasahan ko na parurusahan ako ng aking ama, ngunit wala siyang sinabi tungkol dito.

Sa paglaki ko, patuloy kong natutuhan ang tungkol sa ebanghelyo. Nagsimula kong maintindihan ang magandang plano ng Ama sa Langit. Labing-anim na taong gulang ako noong nabinyagan ako. Tuwing Kapaskuhan, madalas kong sabihin sa sarili ko, "Ayoko ng isa pang regalo sa Pasko! Ang gusto ko lang ay maibuklod sa aking mga magulang sa templo." Maraming taon kong hinintay na matupad ang pangarap na iyon. Nang higit 80 taong gulang na ang mga magulang ko, sa wakas ay naibuklod na kami bilang isang pamilya! Labis na galak ang nadama ko noong araw na iyon. Bawat araw, napakasaya ko pa rin na ibinuklod sila sa isa't isa at ibinuklod ako sa kanila. ●

Hango mula sa "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," pangkalahatang kumperensya ng Abril 2018

Pahinang Kukulayan



“Ibuhos ang inyong puso sa inyong Ama sa Langit. Humiling sa Kanya ng kasagutan at kapanatagan.”

—Pangulong Russell M. Nelson

MGA PAGLALARAWAN NI JARED BECKSTRAND

Isang Bagong Kabanata

Ni Jane McBride
Batay sa tunay na buhay

*“Dama ko sa maraming pagpapalang ito na magpasalamat na ganito ako” (*Children’s Songbook, *11).*

Nagliligpit ng inempakeng gamit sa kahon si Sarah nang pumasok ang kanyang Inay.

“Maaari ba nating pinturahan ng dilaw ang dingding?” tanong niya kay Inay.

Kalilipat lamang nila ng bahay. Nagawang pumili ni Sarah ng kumot at mga kurtina para sa kanyang kuwarto!

“Siguro,” sabi ni Inay. “Masayang kulay ang dilaw.”

Naglagay ng ilang libro si Sarah sa maliit na patungan ng gamit sa tabi ng kanyang kama. Hindi palaging *masaya* si Inay noong mga nakaraang araw, mula nang pumanaw sa isang aksidente si Itay. Maingat na inilagay ni Sarah ang paborito niyang larawan ni Itay sa tabi ng mga aklat, kung saan niya ito makikita tuwing umaga paggising niya.

Nakarinig siya ng singhot at nakita niya ang mga luha sa gilid ng mga mata ni Inay.

“Mahal kita, Inay,” sabi ni Sarah, na yumakap sa baywang ni Inay at mahigpit itong niyakap.

“Mas mahal kita.”

Noong Sabado bago nagsimula ang klase, nagsuot ng lumang damit sina Inay at Sarah, inusog ang mga muwebles sa gitna ng silid ni Sarah, at maingat na nagpagulong ng mga paint roller sa mga tray ng dilaw na pintura. Matapos ang ilang oras, ang mga dingding ay natatakpan na ng dilaw—at maging ang kanilang mga mukha at damit!

“Mukha kang nabuhusan ng sikat ng araw,” natatawang sabi ni Inay.

Napatawa si Sarah. “At mukha pong may saging na sumabog sa tabi ninyo!”

Nagtatawanan pa rin sila habang naglilinis sila. Ngunit napawi ang ngiti ni Sarah nang naisip na dadalo siya sa Primary kinabukasan at sa paaralan sa susunod na araw.

“Nag-aalala ako sa simbahan at sa bago kong paaralan,” sinabi niya kay Inay habang hinuhugasan nila ang mga paintbrush sa lababo. “Wala po akong kilala sa mga guro o sa mga bata o kahit sino.”

Pinatay ni Inay ang tubig ay hinila si Sarah para yakapin.

“Magkakaroon ka ng mga kaibigan. Mayroon kang mabuting puso na aakit sa iba na lumapit sa iyo. Ipakita mo ang kabutihan mo, at lalapit ang mga kaibigan sa iyo.”

Mas gumanda ang pakiramdam ni Sarah, ngunit kinakabahan pa rin siya.

“Sana ay naririto si Itay para bigyan niya ako ng basbas,” sabi niya. “Tulad ng ginagawa niya lagi noon bago ako pumasok sa paaralan.”

Saglit na natahimik si Inay. “Kung si Tito Wyatt mo kaya?” sabi niya. “Sigurado akong matutuwa siyang bigyan ka ng basbas.”

Tumango si Sarah. Marahil ay makakatulong ang isang basbas.

Nang gabing iyon ipinatong ng tiyuhin ni Sarah ang mga kamay nito sa kanyang ulo at binigyan siya ng basbas.

“Binabasbasan kita upang malaman na iniisip ka ng Tagapagligtas sa pagsisimula mo ng bagong kabanatang ito sa buhay,” sabi niya. “Hindi ka Niya iiwang mag-isa.”

Binigyan ni Sarah ng karagdagang pansin ang mga salitang *bagong kabanata.* Mahilig siyang magbasa at laging sabik na magsimula ng bagong kabanata sa isang libro.

Kinabukasan ay nagsimba sina Sarah at Inay. Matapos ang sacrament meeting tinulungan ni Inay si Sarah na hanapin ang silid ng Primary. Isang batang babae sa loob ang ngumiti sa kanya at nagsabi ng hello.

“Maaari kang maupo rito kung gusto mo,” sabi nito, tinatapik ang bakanteng upuan sa kanyang tabi.

“Salamat,” sabi ni Sarah. “Sarah ang pangalan ko. Bago ako rito.”

“Ako si Melody. Bago rin ako rito! Ikalawang linggo ko pa lang.”

Hindi nagtagal ay nakikipag-usap na sa iba pang mga bata sa Primary sina Melody at Sarah. Napakabait ng kanilang guro.

“Sana ay magiging ganito kaayos sa paaralan!” naisip ni Sarah habang naghahanda na siyang matulog nang gabing iyon.

Kinabukasan, sumakay ng bus si Sarah papasok sa kanyang bagong paaralan. Nasasabik siyang makakita ng ilang mga bata mula sa Primary sa kanyang klase sa ikatlong baitang.

“Maraming salamat po, Ama sa Langit,” tahimik na panalangin ni Sarah habang kumakain siya ng tanghalian kasama ang kanyang mga bagong kaibigan. “Siguro nga magiging magandang kabanata ito.” ●

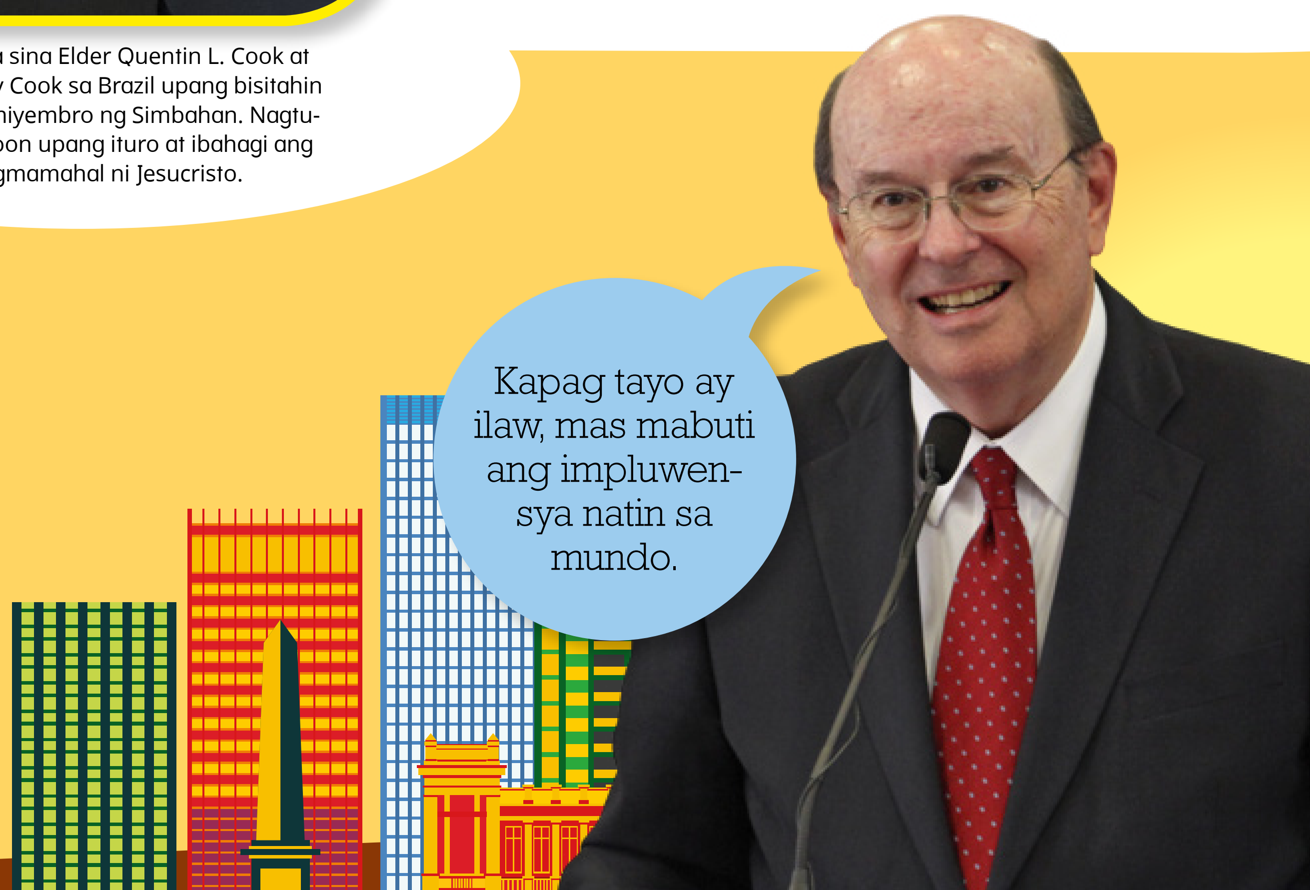
Ang awtor ay naninirahan sa Colorado, USA.

MGA PAGLALARAWAN NI ANDY ELKERTON

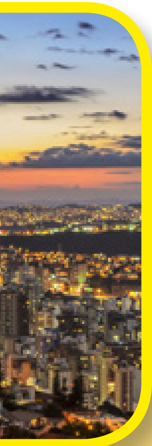
Bumisita si Elder Cook sa Brazil

Nagpunta sina Elder Quentin L. Cook at Sister Mary Cook sa Brazil upang bisitahin ang mga miyembro ng Simbahan. Nagtungo sila roon upang ituro at ibahagi ang pagmamahal ni Jesucristo.

Binisita nila ang malaking lungsod ng Belo Horizonte. Ang ibig sabihin ng pangalan ng lungsod na iyon ay "magandang dako pa roon." Sinabi ni Elder Cook na mayroon itong pinakamagandang paglubog ng araw na doon pa lamang niyang nakita!



Dumalaw sina Elder at Sister Cook sa isang missionary training center. Ibinabahagi ng mga missionary ang liwanag ni Jesucristo sa araw-araw!



Masaya ang mga bata na makakita ng isang Apostol ng Diyos!

Gumawa ng Lampara

paper cup o basong papel
hole punch o matalas na lapis
flashlight o glow stick

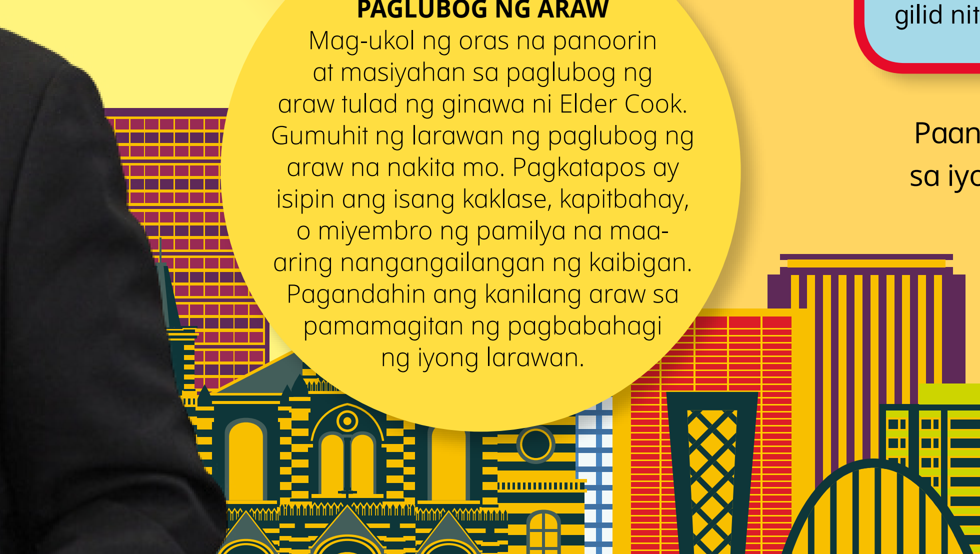
1. Gamitin ang hole puncher o matalas na lapis upang gumawa ng mga butas sa paligid ng basong papel. Gumawa ng mga butas sa ilalim o tuluyan itong gupitin (humingi ng tulong sa nakatatanda).
2. Lagyan ng dekorasyon ang basong papel ayon sa gusto mo. Pagkatapos ay ilagay ang ilaw o glow stick sa ilalim ng basong papel.
3. Patayin ang mga ilaw at tingnang lumiwanag ang iyong lampara!

Tip: Kung wala kang mga paper cup o basong papel, maaari kang magbalumbon ng isang piraso ng construction paper at iteyp ang mga gilid nito upang magdugtong.

Paano ka magiging ilaw sa tahanan, sa iyong komunidad, at sa paaralan?

PANOORIN ANG PAGLUBOG NG ARAW

Mag-ukol ng oras na panoorin at masiyahan sa paglubog ng araw tulad ng ginawa ni Elder Cook. Gumuhit ng larawan ng paglubog ng araw na nakita mo. Pagkatapos ay isipin ang isang kaklase, kapitbahay, o miyembro ng pamilya na maaaring nangangailangan ng kaibigan. Pagandahin ang kanilang araw sa pamamagitan ng pagbabahagi ng iyong larawan.



Naghihintay kay Ian

Ni Joshua J. Perkey
Mga Magasin ng Simbahan
Batay sa tunay na buhay

*"Kumusta ka; aming pagbati sa 'yo. Kumusta ka! Mabuti't nandito nang makapiling sa Primary" (*Aklat ng mga Awiting Pambata, *130).*

Nang gumising si Ian, narinig niya ang kanyang inang umaawit. Ito ay "Aking Nadarama ang Pag-ibig ni Cristo." Iyon ang paboritong awitin ni Ian sa Primary! Nagsimula siyang sumabay sa kanyang umawit.

"Gising ka na pala!" sabi niya. Nakangiti siya at may luha sa kanyang mga mata. Nakita ni Ian na magkatabing nakaupo ang kanyang ama at ina. Mukha rin siyang masaya.

"Araw-araw kong kinakanta sa iyo ang paborito mong awitin," sabi ni Inay.

Gumanti ng ngiti si Ian—ngunit masakit ang kanyang ulo. Sa katunayan, masakit ang buong katawan niya, lalo na ang binti niya. Pagkatapos ay napansin niyang may benda ang kanyang ulo at nakasemento ang kanyang binti.

Tumingin siya sa paligid. Wala siya sa kanilang tahanan. Nakahiga siya sa isang metal na kama sa isang kakaibang kuwarto. Pagkatapos ay nakakita siya ng narses at maraming kama sa paligid. "Ospital yata ito," naisip niya.

"Anong nangyari sa akin?" tanong niya.

Naging malungkot ang mukha ni Inay. "Nagkaroon ka ng matinding aksidente. Nabagsakan ka ng metal na tarangkahan. Dalawang linggo ka nang nasa ospital, ngunit magiging OK ka na."

Dalawang linggo! "Wow, matagal na panahon iyon para matulog," naisip ni Ian. Ang huling bagay na naalala niya ay naroon siya sa gusali ng simbahan, nagsasanay para sa programa sa Primary . . .

Ay naku! Ang programa!

"Hindi ko na ba inabutan ang programa ng Primary?" tanong ni Ian. Napakatagal niyang hinintay iyon! Gustong-gusto niyang umawit kasama ang mga kaibigan niya.

Ngumiti si Inay at umiling. "Hindi, aabutan mo ito. Nagpasiya ang ward na huwag muna itong ituloy hanggang sa magising ka para makasama ka."

"Talaga po?"

“Oo,” sabi ni Itay. “Lahat ng mga bata sa Primary ay nakiusap sa bishop na maghintay. Gusto nilang naroon ka kapag ginawa ito. Alam nila kung gaano ka kasabik na maganap ito ngayong taon.”

Nagalak si Ian na maaari pa rin siyang maging bahagi ng programa ng Primary. Subalit kailangan niya munang gumaling. At nangailangan iyon ng matagal na panahon.

“Nakakalakad ka na ba?” tanong ni Chaís.

“Hindi ko alam,” sabi ni Ian.

“Tara, subukan natin,” sabi ni Chaís. Tinulungan siya nitong tumayo. Dahan-dahan, ibinaba ni Ian ang paa niya. Iniusad niya ang kanyang katawan. Nakatayo pa rin siya! Ito ang unang hakbang niya nang mahigit sa isang buwan! Pumalakpak ang lahat.

Kailangan niyang manatili pa nang matagal sa ospital. Nang sa wakas ay nakauwi na siya, hindi pa rin siya makalakad o makapaglaro.

Ngunit dumadalaw ang mga kaibigan niya. Tinatanong sila ni Ian tungkol sa simbahan at paaralan. At tatanungin naman nila siya kung kailan siya babalik.

“Kapag gumaling na ang binti ko,” ang sinasabi niya sa kanila. “Hindi pa rin ako makalakad.”

Ang Oktubre ay naging Nobyembre, at unti-unting gumaling si Ian. Isang araw ay niyaya siya ng kanyang mga kaibigan na pumunta at manood ng pelikula kasama nila. Tinulungan si Ian ng kanyang ina at ama na makarating doon.

“Masakit pa rin ba ang binti mo?” tanong sa kanya ng kaibigan niyang si Chaís.

“Oo,” sabi ni Ian. “Pero bumubuti siya sa araw-araw.”

“Ibig sabihin nito ay makakabalik ka na sa simbahan!” sabi ni Chaís.

At tama siya. Sa loob ng ilang linggo pa, tuluyan nang hindi sumakit ang binti ni Ian. Inalis ng mga doktor ang semento sa binti niya at sa halip ay inilagay ang brace. Nang sumapit ang Linggo, oras na para sa programa ng Primary.

Sa oras ng sacrament meeting, naglakad si Ian papunta sa harapan ng chapel kasama ang mga kaibigan niya. Tuwid siyang tumayo at ngumiti sa kanyang ina at ama. Habang kumakanta, umawit siya nang malakas sa abot ng kanyang makakaya. Nang siya na ang magsasalita, tumayo siya sa may mikropono at nagbahagi ng kanyang patotoo. Nagpasalamat siya sa kanyang mga kaibigan sa Primary. At masaya siyang maging bahagi ng programa ng Primary. ●

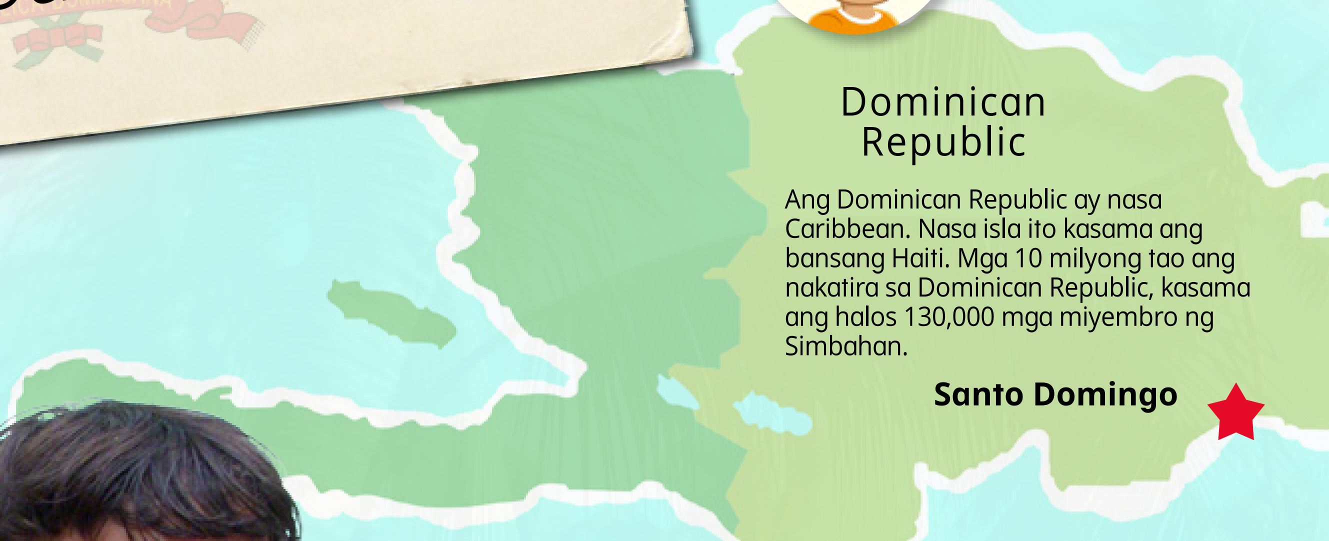
Ang batang lalaki sa kuwentong ito ay nakatira sa Dominican Republic. Basahin ang susunod na artikulo upang malaman ang tungkol sa bansang ito!

MGA PAGLALARAWAN NI MINA PRICE

Hello mula sa Dominican Republic!

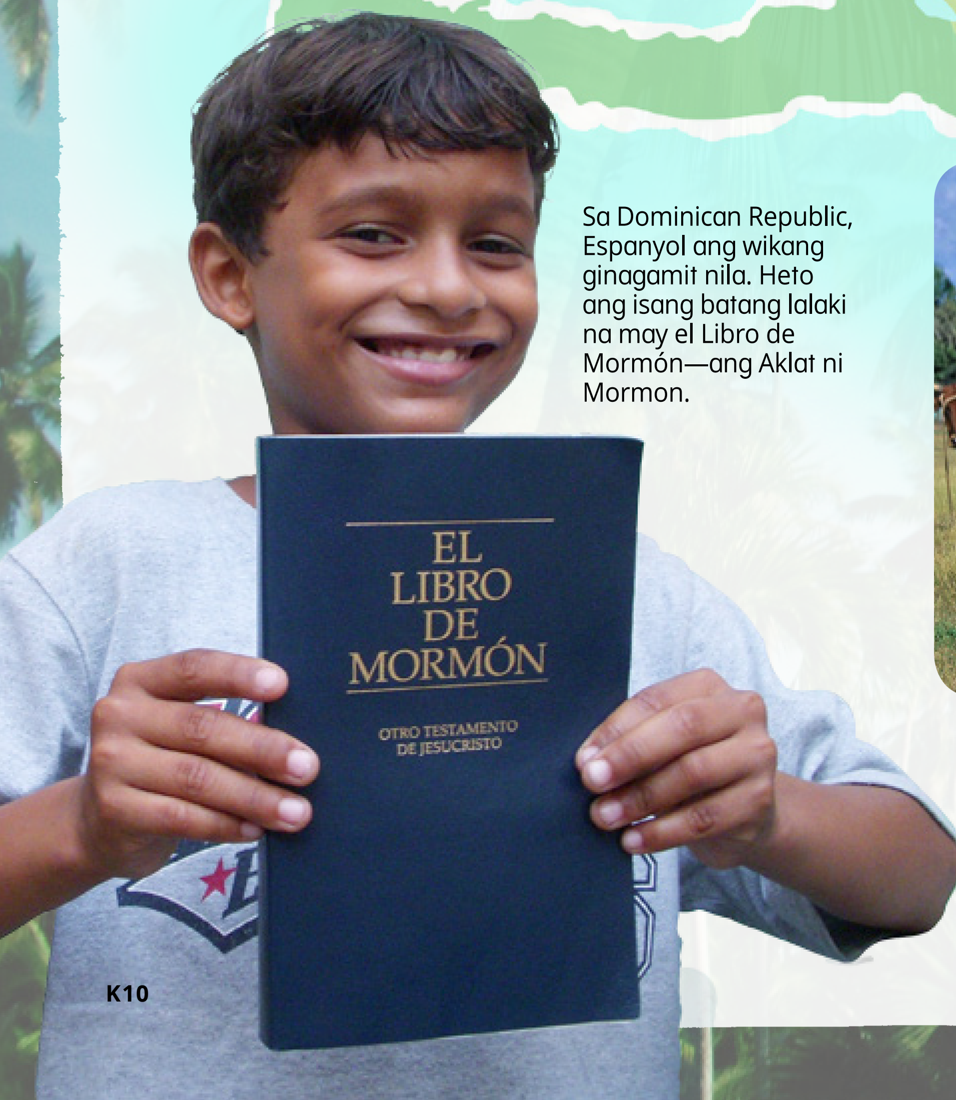
Hi!
Ako si Margo.
Ito ang kapatid kong si Paolo.

Bumibisita kami sa Dominican Republic. Halina at samahan kami!



Dominican Republic

Ang Dominican Republic ay nasa Caribbean. Nasa isla ito kasama ang bansang Haiti. Mga 10 milyong tao ang nakatira sa Dominican Republic, kasama ang halos 130,000 mga miyembro ng Simbahan.



Sa Dominican Republic, Espanyol ang wikang ginagamit nila. Heto ang isang batang lalaki na may el Libro de Mormón—ang Aklat ni Mormon.

Maraming bata sa Dominican Republic ang gustong maglaro ng baseball. Ito ang pinakasikat na laro sa Dominican Republic!

Noong isang taon ay bumisita ang propeta sa Dominican Republic at nagsalita sa mga tao sa wikang Espanyol.

Ang Dominican Republic ay may isang templo, sa Santo Domingo. Nakasaad sa isinulat, "Santidad al Señor: La Casa del Señor." Na ibig sabihin ay, "Kabanalan sa Panginoon: Ang Bahay ng Panginoon."

Ang mga tao sa Dominican Republic ay kumakain ng maraming tropikal na gulay at prutas. Ang mga batang lalaking ito ay umiinom mula mismo sa mga buko!

Taga-Dominican Republic ka ba? Sulatan kami! Masaya kaming makarinig mula sa iyo.

Kilalanin ang ilang kaibigan mula sa Dominican Republic!

"Gusto kong tulungan ang mga mas nakababata sa Primary kapag nagiging maingay sila. Sumusulat ako ng mga awitin sa mga piraso ng papel at tinutulungan ng papel at tinutulungan silang umawit. Tinutulungan ko silang makaintindi kapag nagbabasa kami ng mga banal na kasulatan."

Ambar O., edad 11, Dominican Republic

"Mahal ko si Jesus, at pakiramdam ko ay napakalapit ko sa Kanya. Gusto ko rin ang mga himno at mga awit sa Primary."

Ian R., edad 8, Dominican Republic

MGA IMAHE NG WATAWAT, PUNO NG PALMERA, AT MGA BATANG LALAKING NAGLALARO NG BASEBALL MULA SA GETTY IMAGES; MGA PAGLALARAWAN NI KATIE MCDEE

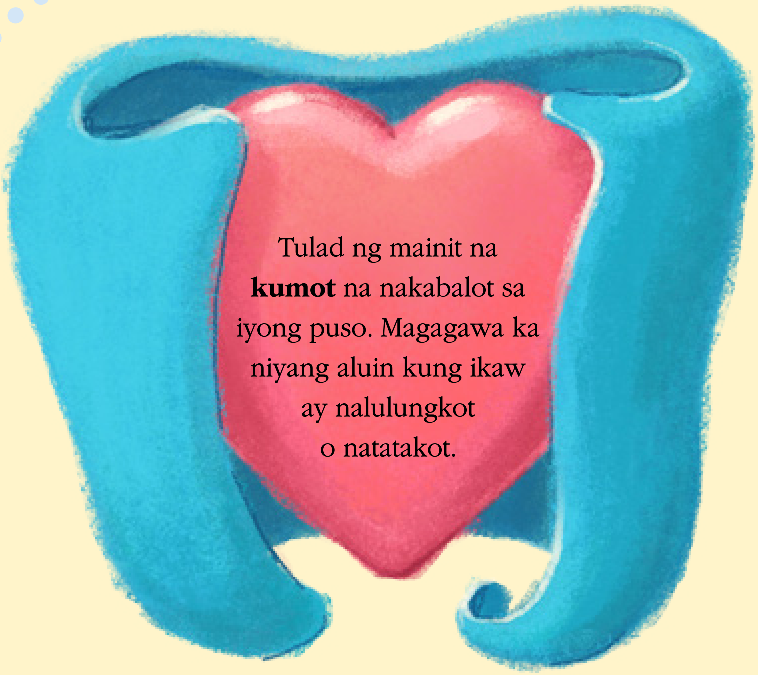
Ang Espiritu

Ni Mariss
Mga Magasin

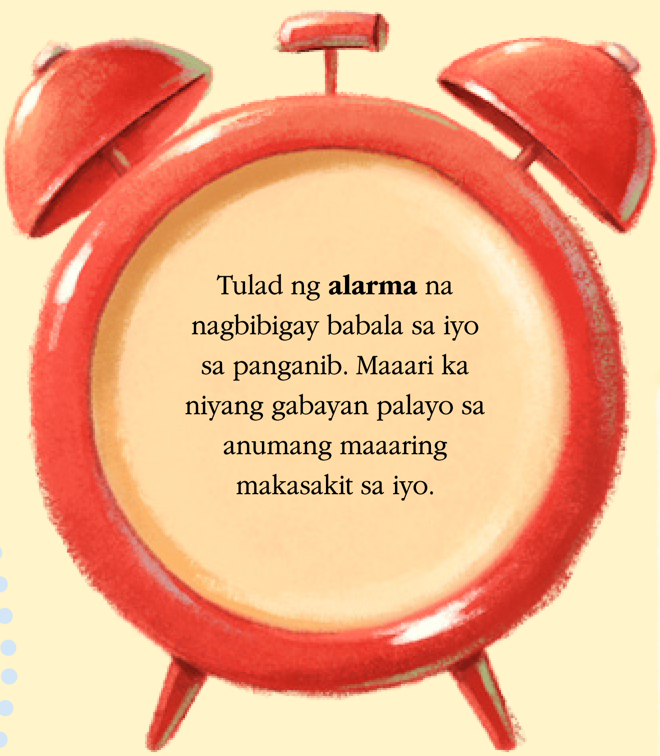
1. **Isang miyembro ng Pang**
lugan ito na kumikilos Siya
Jesucristo upang tulungan ta
Siyang Espiritu dahil wala Si

2. **Isang kaloob na kasama**
sa tubig, makatatanggap ka
tawag na "kumpirmasyon" k
hang tanggapin ang Espiritu

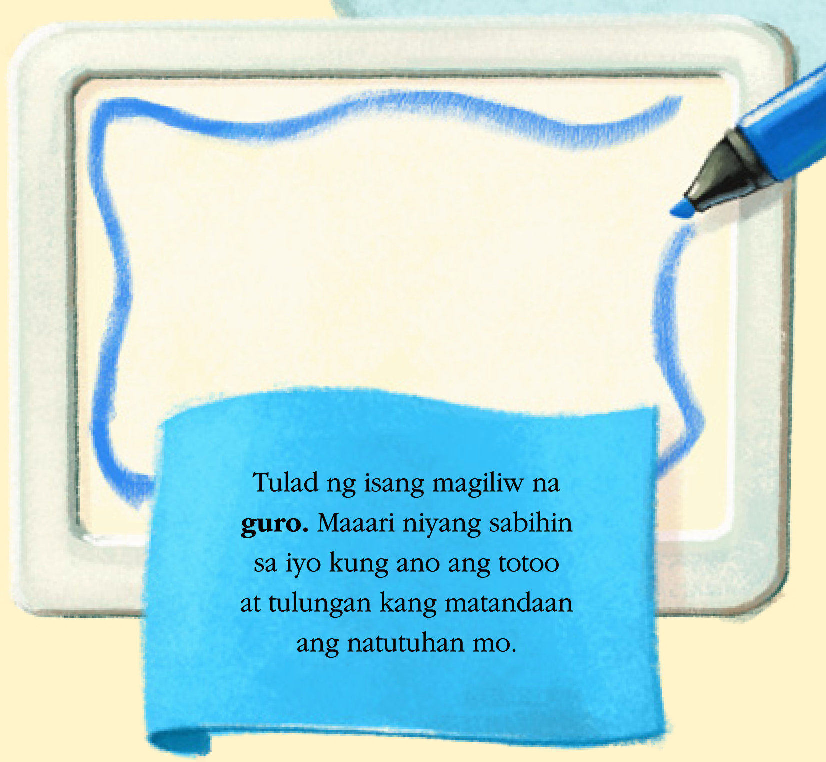
3. **Isang pangako mula sa A**
gap mo ang sacrament, nan
susundin si Jesus. Bilang ka
Langit na magiging kasama



Tulad ng mainit na **kumot** na nakabalot sa iyong puso. Magagawa ka niyang aluin kung ikaw ay nalulungkot o natatakot.



Tulad ng **alarma** na nagbibigay babala sa iyo sa panganib. Maaari ka niyang gabayan palayo sa anumang maaaring makasakit sa iyo.



Tulad ng isang magiliw na **guro.** Maaari niyang sabihin sa iyo kung ano ang totoo at tulungan kang matandaan ang natutuhan mo.

Santo ay . . .

a Widdison
ng Simbahan

Tulad ng isang **mensahero** mula sa Ama sa Langit. Matutulungan ka ng Espiritu Santo na madama ang pagmamahal ng Panginoon at maunawaan ang nais Niyang malaman mo.

uluhang Diyos. Nangangahu-
kasama ang Ama sa Langit at si
ayo. Kung minsan ay tinatawag
yang katawan.

ng pagbibinyag. Pagkaahon
ng espesyal na kaloob na tina-
kung saan ikaw ay inaanyaya-
Santo.

ma sa Langit. Kapag tinang-
gangako kang patuloy mong
palit, ipinapangako ng Ama sa
mo ang Espiritu Santo.

Tulad ng isang **pahiwatig** na tumutulong sa iyong malaman kung saan dapat pumunta. Sa paggawa mo ng mabubuting desisyon, matutulungan ka Niyang manatili sa landas patungo sa buhay na walang hanggan.

Tulad ng isang **pinakamatalik na kaibigan** na laging gusto kang kasama! Sa pagpili ng mabubuting pasiya, inaanyayahan mo Siyang manatiling kasama mo.

SA MGA BANAL NA KASULATAN:
Juan 14:26
Mga Taga Galacia 5:22
2 Nephi 31:17–18
Doktrina at mga Tipan 130:22

MGA PAGLALARAWAN NI PETER FRANCIS

Ni Becky Craven
Pangalawang Tagapayo sa Young Women General Presidency

Pamumuhay ng mga Pamantayan Ko

"Tumayo bilang mga saksi ng Diyos sa lahat ng panahon" (Mosias 18:9).

Ang ama ko ay nasa army, kaya madalas kaming lumipat noong bata pa ako. Isa sa pinakamahirap na bagay tungkol sa paglipat ay ang iwan ang mga kaibigan ko. Nahihirapan akong magkaroon ng mga bagong kaibigan dahil mahiyain ako. Mabuti na lamang, ang mga tao ay laging palakaibigan sa paaralan at Primary. Sa simbahan ay walang halaga kung naiiba man kami. Lahat kami ay magkakaibigan lang.

Isang paraan kung paano ko napagtagumpayan ang pagiging mahiyain ay sa pamamagitan ng pagtulong ko sa simbahan. Nagsimula ito sa Primary. Nagbahagi ako ng isang talata ng banal na kasulatan sa oras ng pagbabahagi. Malakas akong nagbasa sa klase. Unti-unti, nadama kong lumalakas ang loob ko. Tinulungan ako nitong panindigan ang mga paniniwalaan ko.

Noong nasa ikaapat o ikalimang baitang ako, tumira ang pamilya ko sa Maryland, USA. Hindi ganoon karami ang mga miyembro ng Simbahan sa paaralan ko. May mga kaibigan ako na miyembro ng Simbahan at mga kaibigan na hindi miyembro.

Noong tinedyer ako, ilan sa mga kaibigan ko ang gumawa ng mga bagay na salungat sa mga pamantayan ko. Ngunit hindi naman nila sinubukang ipagawa sa akin ang mga ito. Nagpapasalamat ako na iginalang ng mga kaibigan ko ang aking mga paniniwala. Minsan pakiramdam ko ay napag-iiwanan ako dahil hindi ko magawa ang lahat ng ginagawa ng mga kaibigan ko sa paaralan. Subalit palaging maganda ang pakiramdam ko sa pagsunod ko sa mga pamantayan ko. Nagdesisyon ako na ipamumuhay ko ang ebanghelyo, anuman ang mangyari. Ang patotoo ko ay lumakas sa Primary at sa family home evening. Nalaman ko na ako ay anak ng Diyos.

Makalipas ang ilang taon, nalaman ko na dalawa sa mga kaibigan ko sa paaralan ang nabinyagan sa Simbahan. Napakasaya ko! Sinabi nila sa akin na ang pagmamasid sa akin na ipinamumuhay ang ebanghelyo noong bata ako ay nakatulong sa kanilang magpasiyang makinig sa mga missionary.

Mahal kong mga batang kaibigan, kayo ay mga anak ng ating Ama sa Langit. Kapag inaalaala ninyo ang mahalagang katotohanang ito *araw-araw,* ang pamumuhay ng ebanghelyo ay nagiging mas madali. ●

MGA PAGLALARAWAN NI SHEYDA ABVABI

Maaari akong **makinig** sa **Espiritu Santo.**

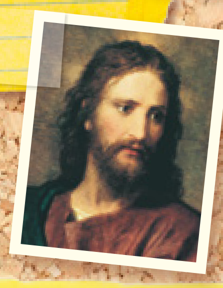
Maaari akong maging MABAIT.

Maaari akong manamit at kumilos nang **disente.**

Maaari kong gawin sa Sabbath ang mga bagay na makatutulong sa aking alalahanin si Jesucristo.

Maaari akong magpakita ng **paggalang** sa Diyos, sa iba, at sa sarili ko.

Maaari akong **MAGSISI** at magsimulang muli kapag may nagagawa akong mali.



Kaya kong maging **matapat.**

Maaari Kong Piliin ang Tama

Kaya kong pag-usapan ang tungkol sa Diyos nang *may buong paggalang.*

Maaari akong gumamit ng **mabubuting salita.**

Maaari akong maghanda ngayon para makapunta sa templo.

Maaari akong maghanap ng MABUBUTING KAIBIGAN.

Maaari kong mapanatili ang aking isipan at katawan na malusog.

Maaari akong SUMUNOD sa mga magulang ko at TUMULONG sa aking pamilya.

Maaari akong magbasa, manood, at makinig ng mabubuting bagay.

DETALYE MULA SA *CHRIST AND THE RICH YOUNG RULER,* NI HEINRICH HOFMANN

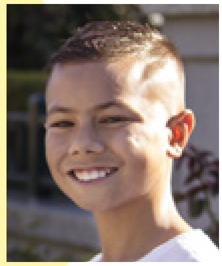
Mahal ako ni Jesus. Paunti-unti, maaari akong matutong sumunod sa Kanya.

PAGLALARAWAN NI SCOTT WAKEFIELD

Ipakita at Ikuwento

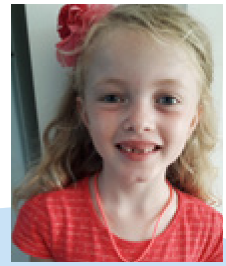
Nakipaglaro ako sa kaibigan kong malungkot.

Alexis H., edad 7, Nova Scotia, Canada



Nasasabik akong tanggapin ang priesthood at pumunta sa templo upang magsagawa ng mga pagbibinyag para sa mga apelyidong natagpuan namin ng aking ina!

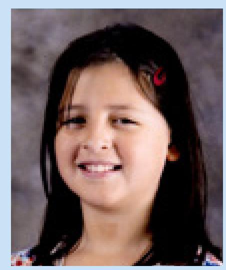
Brigham W., edad 11, Victoria, Australia



Gustung-gusto kong malaman ang tungkol kay Jesus. Nagpapasalamat ako sa sakripisyong ginawa Niya para sa atin.

Sara D., edad 6, Rio Grande do Sul, Brazil

Philip W., edad 8, Lancashire, England



Sa paaralan ko, napansin kong may mga basura sa palaruan. Kaya tinanong ko ang aming punong-guro kung maaari kong pulutin ang mga basura kasama ang kaibigan ko. Natutuwa akong maging isang mabuting mamamayan.

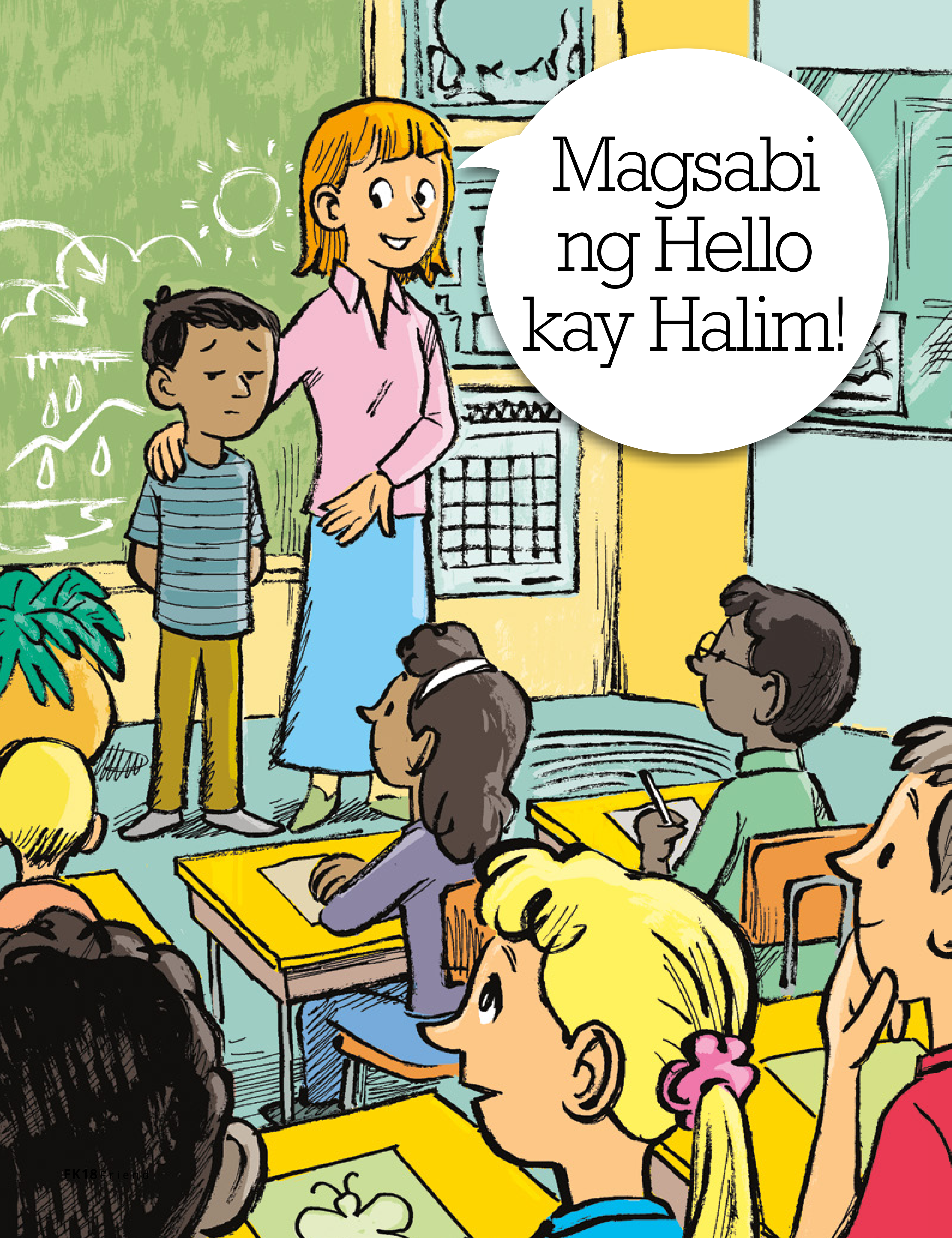
Ellea D., edad 10, Baden-Württemberg, Germany

Tinutulungan ko ang aking ina na alagaan ang mga nakababata kong kapatid na lalaki.

Samantha S., edad 8, Berlin, Germany

Feranmi F., edad 8, Lagos, Nigeria

TITLE BACKGROUND PATTERN MULA SA GETTY IMAGES


Magsabi ng Hello kay Halim!

MAARI TAYONG MAGING MABAIT

"Bawat isa sa atin ay maaaring matutong maging mabait sa kapwa sa tahanan, sa paaralan, sa trabaho, o sa paglalaro."

Pangulong Russell M. Nelson, "These . . . Were Our Examples," *Ensign,* Nob. 1991, 62.

Ni Katie Richey

Batay sa tunay na buhay

"Tinanggap ninyong walang bayad, ay ibigay ninyong walang bayad" (Mateo 10:8).

Isang umaga sa paaralan, napansin ni Marcus ang isang bagong batang lalaking pumasok sa silid-aralan.

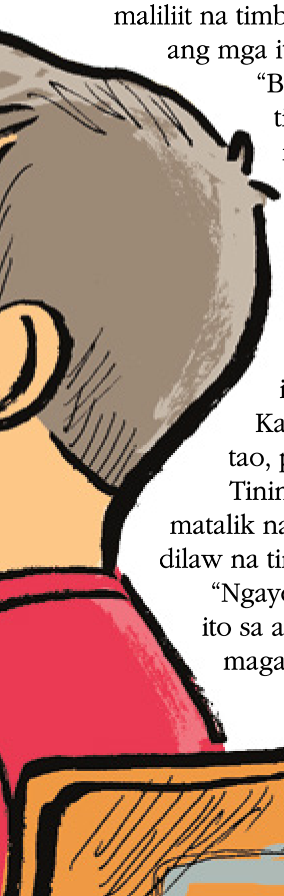
"Magandang umaga sa lahat," sabi ni Gng. Becker habang tumatahimik ang lahat. "Ito si Halim. Bago siya sa ating paaralan. Sa katunayan, bago siya sa ating bansa."

Nakatingin lamang si Halim sa sahig habang binabati niya ang lahat. Naisip ni Marcus na parang iba ang boses niya. Patuloy na nagsalita si Gng. Becker.

"Masayang-masaya tayo na narito siya at magiging bahagi ng ating klase. Sana ay maipadama natin ang mainit nating pagtanggap sa kanya."

Habang itinuturo ni Gng. Becker kay Halim kung saan ito mauupo, naisip ni Marcus kung gaano kalaki ang kanyang magiging kaba kung lilipat siya sa bagong bansa at bagong paaralan.

Matapos silang magmiryenda sa umaga, sinabi ni Gng. Becker sa lahat na mayroon siyang sorpresa para sa kanilang lahat. Tuwid na naupo si Marcus para makita niya kung ano ang kinukuha nito sa kanyang bag. Mga maliliit na timba ang mga ito. Sinimulan niyang ipamigay ang mga ito sa lahat sa klase.



"Bawat isa sa atin ay may parang isang timba sa loob natin," sabi niya habang iniaabot niya kay Marcus ang isang dilaw na timba. "Pinupuno ng mga tao ang ating mga timba kapag gumagawa sila ng mabubuting bagay para sa atin. At maaari nating punuin ang timba ng iba sa pamamagitan ng pagiging mabait sa kanila. Halimbawa, kapag niyakap ka ng iyong ina, pinupuno niya ang iyong timba. Kapag may sinasabi kang maganda sa isang tao, pinupuno mo ang kanyang timba."

Tiningnan ni Marcus ang kanyang pinakamatalik na kaibigan, si Caleb. Mayroon din siyang dilaw na timba!

"Ngayong linggo, itatabi natin ang mga timbang ito sa ating mga mesa para makapagsulat tayo ng magandang mensahe para sa bawat isa," sabi ni Gng. Becker. Itinupi niya ang isang maliit na piraso ng papel at inilagay ito sa isang timba. "At makakatulong ito para maalala natin na bawat isa sa atin ay may kunwaring timba loob ng bawat isa sa atin. Nais nating maging mabait kung kaya tayo ay mga tagapuno ng mga timba."

Kumuha ng isang pirasong papel si Marcus at inisip ang mga bagay na isusulat niya kay Caleb, tulad ng magaling ito sa palakasan. Ngunit pagkatapos ay tumingin siya kay Halim. Nakahukot ang mga balikat nito, na tila malungkot.

Inisip ni Marcus kung may matalik itong kaibigan at kung saan ito dating nakatira. Maaaring mahirap na magpaalam at nakakatakot na lumipat sa napakalayong lugar.

Tumingin si Marcus sa blankong papel na nasa kanyang mesa. May naisip siya, at pagkatapos ay kanyang isinulat,

"Mahal kong Halim,

Maligayang pagdating sa aming paaralan. Kung nais mo, maaari tayong maglaro mamayang recess. Magiging kaibigan mo ako. At sa palagay ko ay magiging kaibigan mo rin si Caleb.

Nagmamahal, Marcus."

Pagkatapos ay maingat niyang itinupi ang papel at inilagay sa timba ni Halim. Ngumiti si Halim. Nakadama ng sigla at saya si Marcus. Gusto niyang maging tagapuno ng timba! ●

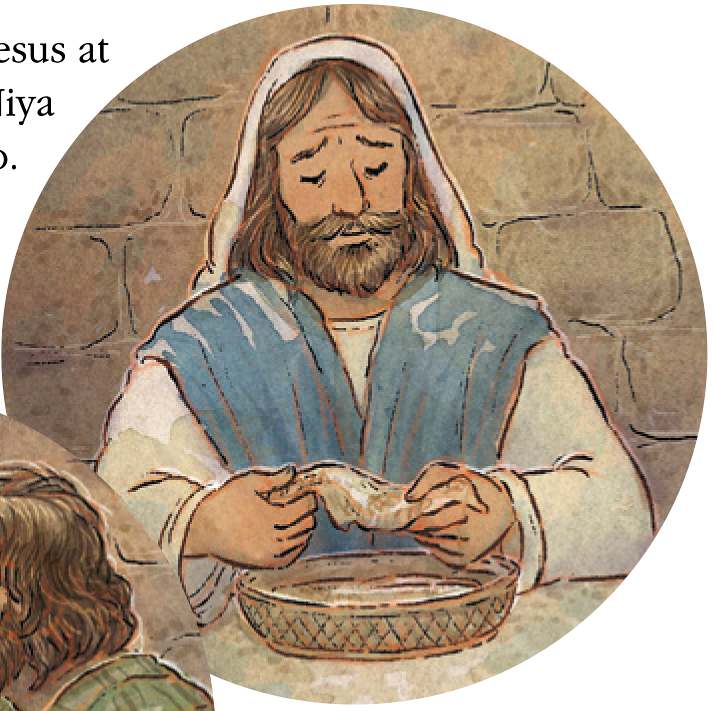
Ang awtor ay naninirahan sa Idaho, USA.

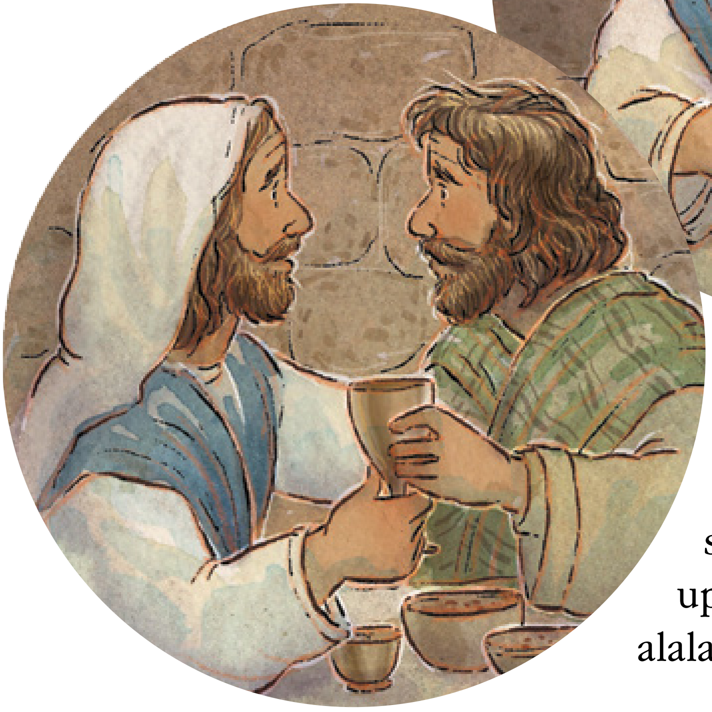
MGA PAGLALARAWAN NI ADAM KOFORD

Nagturo si Jesus Tungkol sa Sacrament

Bago namatay si Jesus, kumain Siya ng espesyal na hapunan kasama ang Kanyang mga disipulo. Tinatawag itong Huling Hapunan.

Kumuha ng tinapay si Jesus at binasbasan iyon. Ibinigay Niya ito sa Kanyang mga disipulo. Hiniling Niya sa kanilang kainin ito upang matulungan silang alalahanin Siya.

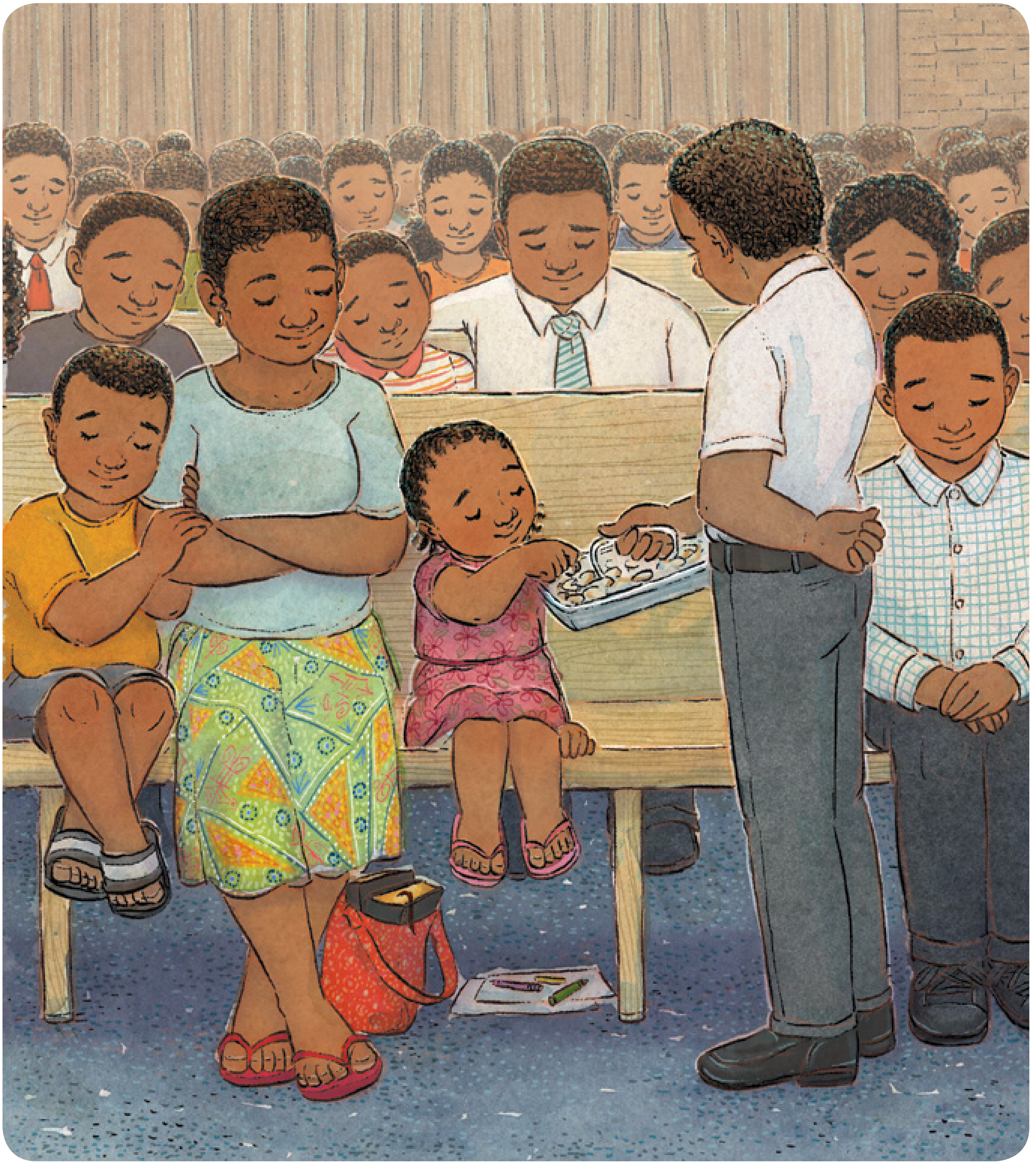




Kumuha si Jesus ng saro at ibinigay iyon sa Kanyang mga disipulo. Sinabi Niya sa kanila na inumin iyon upang matulungan silang alalahanin Siya.

Magkakasamang umawit ng himno si Jesus at ang Kanyang mga disipulo.

MGA PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT



Naalala ko si Jesus sa pagtanggap ng sacrament linggu-linggo, tulad ng iniatas Niya sa atin. ●

Basahin ang itinuro ni Jesus sa Mateo 26:26–28; 1 Mga Taga Corinto 11:24–25.

Ibinigay sa Atin ni Jesus ang Sacrament

PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Mahal naming mga Magulang,

Maraming mga pamilya ang walang ama at ina na nabuklod sa templo. Lumaki si Pangulong Russell M. Nelson sa gayong uri ng pamilya. Anuman ang sitwasyon ng ating pamilya, maaari nating turuan ang ating mga anak na kasabikan ang mga dakilang pagpapala ng templo. At matutulungan natin silang gawin ang kasaysayan ng pamilya upang matanggap din ng ating mga ninuno ang mga pagpapalang iyon. Maaari mong basahin sa pahina K2 kung paano hinintay ni Pangulong Nelson ang kanyang pamilya na mabuklod sa templo.

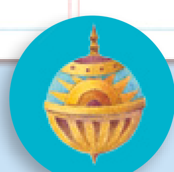
Mangyaring sumulat sa amin upang malaman kung paano ginamit ng inyong pamilya ang mga kuwento at aktibidad sa edisyon ngayong buwan ng *Kaibigan*.

Nagmamahal,

Ang *Kaibigan*

P.S. Kung wala kayong bata sa inyong tahanan, mangyaring ibahagi ang *Kaibigan* sa taong mayroon.

New *Friend*
50 E. North Temple Street,
Room 2393
Salt Lake City, UT 84150 USA
liahona@ldschurch.org



Hanapin ang nakatagong Liahona sa loob!

SA PABALAT NG *KAIBIGAN*
Mga paglalarawan ni Shane Clester

MGA NILALAMAN

K2 Mula sa Unang Panguluhan: Nagpapasalamat para sa mga Magulang
K4 Isang Bagong Kabanata
K6 Mga Apostol sa Iba't Ibang Panig ng Mundo: Bumisita si Elder Cook sa Brazil
K8 Naghihintay kay Ian
K10 Hello mula sa Dominican Republic!
K12 Ang Espiritu Santo ay . . .
K14 Pamumuhay ng mga Pamantayan Ko
K15 Maaari Kong Piliin ang Tama
K16 Poster ng Magandang Ideya: Mahal Ako ni Jesus
K17 Ipakita at Ikuwento
K18 Magsabi ng Hello kay Halim!
K20 Mga Kuwento sa mga Banal na Kasulatan: Nagturo si Jesus Tungkol sa Sacrament
K23 Pahinang Kukulayan: Ibinigay sa Atin ni Jesus ang Sacrament

© 2019 NG INTELLECTUAL RESERVE, INC. LAHAT NG KARAPATAN AY NAKALAAN

TAGALOG
4 02186 06893 3