Paghahanda para sa Kadakilaan

Paghahanda para sa Kadakilaan

Manwal ng Guro

Inilathala ng
Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw
Lungsod ng Salt Lake

Pabalat: *Ang Pagkabuhay na Mag-uli*, ni Harry Anderson

© 1999 ng Intellectual Reserve, Inc.
Ang lahat ng karapatan ay nakalaan.
Inilimbag sa Estados Unidos ng Amerika
Pagsang-ayon sa Ingles: 9/95
Pagsang-ayon sa pagsasalin: 9/95
Pagsasalin ng *Preparing for Exaltation*
Tagalog

Mga Nilalaman

Bilang at Pamagat ng Aralin		Pahina
Pambungad		v
1	Isang Mapagmahal na Ama—Isang Walang Hanggang Plano	1
2	Kalayaang Pumili: Ang Kapangyarihang Magpasiya	9
3	Ang Pagkahulog nina Adan at Eva	16
4	Ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo	21
5	Mortalidad: Isang Panahon upang Matuto sa Pamamagitan ng Karanasan	28
6	Matutulungan Tayong Umunlad ng Pagsubok	34
7	Ano ang Nangyayari Pagkatapos ng Kamatayan?	41
8	Ang Tatlong Kaharian ng Kaluwalhatian	46
9	Ang Kapangyarihan ng Pansariling Panalangin	54
10	Pag-aayuno—Gutom o Busog?	61
11	Pananampalataya kay Jesucristo	67
12	Ang Pagsisisi ay Isang Biyaya	73
13	Pagbibinyag: Pagtataglay sa Ating Sarili ng Pangalan ni Cristo	80
14	Ang Kaloob na Espiritu Santo	87
15	Pagkilala sa Pansariling Paghahayag	95
16	Kumapit sa Gabay	103
17	Salamat, O Diyos, sa Propeta	111
18	Pagiging Miyembro sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw	117
19	Mga Basbas Patriyarkal	125
20	Maaari Kong Malaman para sa Aking Sarili	132
21	Sa Pag-alaala	139
22	Pagsusumikap para sa Kaganapan	145

23	Pagsunod: Ang Unang Batas ng Langit	152
24	Kapangyarihan sa Sarili	162
25	Pagpipigil ng Ating Galit	169
26	Ang Karunungan ng Salita ng Karunungan	175
27	Hindi Makamundo	183
28	Alalahanin ang Araw ng Sabbath, na Panatilihing Banal Ito	193
29	Pagbabayad ng Ikapu nang may Tamang Saloobin	201
30	Ang mga Pagpapala ng Paggawa	208
31	May Malaking Magagawa ang Inyong Saloobin	214
32	Ang Kahalagahan ng Isang Kaluluwa	221
33	Iibigin Mo ang Iyong Kapwa	228
34	Pagpapatawad sa Iba	235
35	Ibigay ang Inyong Sarili	242
36	Alalahanin ang Iba	249
37	Matapat sa Lahat ng Bagay	256
38	Maging Malinis Kayo	263
39	Lakasan Ninyo ang Loob	272
40	Tahanan: Isang Paaralan para sa Kawalang-hanggan	279
41	Walang Hanggang Kasal	286
42	Igalang ang Iyong Ama at ang Iyong Ina	294
43	Pagiging Kaibigan ng Ating mga Kapatid	302
44	Ibaling ang Inyong Puso	310
45	Kaligtasan para sa mga Patay	318
Pagrerepaso sa Kurso		325
Bahagi ng mga Larawan		

Pambungad

Layunin ng Kurso

Binalangkas ang kursong ito sa Panlinggong Paaralan upang tulungan ang mga 12 at 13 taong-gulang na maunawaan ang plano ng Ama sa Langit tungkol sa kaligtasan at maipamuhay ang mga katotohanan ng ebanghelyo na maghahatid sa kanila sa buhay na walang hanggan. Tinatalakay nito ang mga hakbang sa ating walang hanggang paglalakbay at ang mga kinakailangan at gabay na ipinahayag ng Panginoon para sa ating pag-unlad sa buhay na ito. Ipinaliliwanag ng bawat aralin ang pangunahing mga doktrina, alituntunin, at ordenansa ng ebanghelyo.

Isang tsart ng plano ng kaligtasan ang nasa likod ng manwal na ito (larawan 1 sa bahagi ng mga larawan). Maaari ninyong naising gumawa ng mas malaking kopya ng tsart upang mas madaling makita ito ng buong klase. Itago ang tsart na ito, at gamitin ito nang madalas sa buong kurso habang tinatalakay ninyo ang iba't ibang aspeto ng plano ng kaligtasan.

Tingnan ang talaan ng mga nilalaman at basahin ang buong manwal upang maging pamilyar sa lahat ng paksa ng mga aralin. Mabibigyan kayo nang higit na mabuting pananaw sa paghahanda at pagtatanghal ng bawat aralin kapag alam na ninyo ang kabuuang layunin ng aklat.

Paghahanda sa Pagtuturo

Palagi ninyong kakailanganin ang ilang bagay sa silid-aralan: pisara (o whiteboard), tisa (o nabuburang marker), pambura, at sarili ninyong kopya ng mga banal na kasulatan. Dahil dito, ang mga bagay na ito ay hindi itinala sa bahagi ng "Paghahanda" ng mga aralin.

Dapat dalhin ng mga miyembro ng klase ang kanilang sariling kopya ng mga banal na kasulatan, pero maaari ninyong naisin na magdala ng ilan pang karagdagang kopya (na makukuha mula sa aklatan ng bahay-pulungan) upang ang mga hindi nagdala ng sarili nilang kopya ay makalahok nang ganap sa aralin. Maaari rin ninyong naising magdala ng lapis na pangmarka sa mga banal na kasulatan para magamit ng mga miyembro ng klase (paalalahanan ang mga miyembro ng klase na markahan lamang ang sarili nilang kopya ng banal na kasulatan, at hindi ang mga kopya ng aklatan, o ang hiniram na mga kopya).

Bawat aralin ay nagsisimula sa pagpapahayag ng layunin ng aralin—kung ano ang sinisikap ninyong matulungang malaman at gawin ng mga miyembro ng klase. Sa katapusan ng bawat bahaging "Paghahanda", ay may paalala sa guro sa mga salitang nakahilig. Ang maiikling pangungusap na ito ay inilaan upang tulungang maunawaan ninyo ang kahalagahan ng paksa ng aralin kung paano ito nauukol sa mga kabataan. May ilang paalala, na nakasulat din nang pahilig, na makikita sa buong manwal. Ang mga paalalang ito ay inilaan para maging gabay sa paggamit ng iba't ibang paraan ng pagtuturo na iminumungkahi sa mga aralin.

Bawat aralin ay may bahaging "Mga Gawaing Nakapagpapaunlad" na naglalaman ng karagdagang mga gawain, materyal sa talakayan, at mga kuwento.

Kung kailangan ng mga miyembro ng klase ng karagdagang gawain upang mapanatili ang kanilang atensiyon, pumili ng isa o dalawa ng mga gawaing ito upang gamitin bilang bahagi ng aralin.

Ang bahagi ng mga larawan sa likod ng manwal ay naglalaman ng ilang larawan na iminumungkahing gamitin sa mga aralin. Ang iba pang iminumungkahing mga larawan ay makukuha sa aklatan ng bahay-pulungan o sa Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo.

Paglalahad ng mga Aralin

Simulan at tapusin ang bawat aralin sa pamamagitan ng panalangin.

Huwag lamang magsalita nang mag-isa. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na makibahagi sa mga talakayan at gawain. Himukin ang mga miyembro ng klase na magbasa, magmarka, mag-aral ng mga banal na kasulatan. Hayaang matuklasan sa kanilang sarili ng mga miyembro ng klase ang mga maluwalhating alituntuning ibinibigay sa atin ng Ama sa Langit bilang bahagi ng kanyang plano ng kaligtasan.

Alalahanin na maihahanda lamang tayo para sa kadakilaan ng mga doktrina, alituntunin, at ordenansa ng ebanghelyo kung ipamumuhay natin ang mga ito. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na mamuhay alinsunod sa mga alituntunin na tinatalakay sa klase.

Pag-anyaya sa Espiritu

Sinabi ng Panginoon, "Ang Espiritu ay ibibigay sa inyo sa pamamagitan ng panalangin na may pananampalataya; at kung hindi ninyo natanggap ang Espiritu kayo ay hindi magtuturo" (Doktrina at mga Tipan 42:14). Tulungan ang mga miyembro ng klase na madama at makilala ang impluwensiya ng Espiritu Santo nang maging handa silang maipamuhay ang mga alituntuning natututuhan nila. Ang mga mungkahing ito ay makatutulong sa inyo na maanyayahan ang Espiritu sa inyong klase:

1. Manalangin. Habang naghahandang magturo, manalangin para matulungan kayo ng Espiritu Santo na maunawaan ninyo ang mga doktrina at alituntuning itinuturo at ang mga pangangailangan ng mga miyembro ng klase. Habang nagkaklase manalangin sa inyong puso na nawa'y patnubayan kayo ng Espiritu Santo at antigin ang mga puso ng mga miyembro ng klase. Alalahanin na ang Banal na Espiritu ang guro sa inyong klase.

2. Gamitin ang mga banal na kasulatan. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na dalhin ang kanilang mga banal na kasulatan linggu-linggo, at ipakita sa kanila na ang tinatalakay na mga doktrina at alituntunin sa aralin ay hango sa mga banal na kasulatan. Tulungang matutuhan ng mga miyembro ng klase kung paano gamitin ang mga talababa at iba pang pantulong sa pag-aaral sa mga banal na kasulatan.

3. Magbigay ng patotoo. Magpatotoo kapag inuudyukan kayo ng Espiritu, hindi lamang sa katapusan ng aralin. Magpatotoo tungkol sa Tagapagligtas. Kung naaangkop, anyayahan ang mga miyembro ng klase na magbigay ng kanilang patotoo.

4. Gumamit ng sagradong musika. Matutulungang maihanda ng himno ng Sion ang mga miyembro ng klase na madama ang Espiritu. Maaaring mag-atubili ang mga kabataan na umawit sa klase, ngunit maaari kayong gumamit ng ibang mga paraan upang madala ang mga himno sa silid-aralan. Maaaring basahin at isipin ng mga miyembro ng klase ang mga salita sa himno saman-

talang tinutugtog ito ng iba, o maaari ninyong anyayahan ang isang indibiduwal o isang pangkat na umawit ng isang himno. Maaari rin kayong magpatugtog ng mga recording ng himno.

5. Magpahiwatig ng pagmamahal. Ipaalam sa mga miyembro ng klase na mahal ninyo sila. Ipahiwatig ang pagmamahal ninyo sa Ama sa Langit at sa Tagapagligtas.

6. Magbahagi ng personal na mga karanasan. Ipakita sa mga miyembro ng klase na ang inyong patotoo ay batay sa karanasan na dulot ng pamumuhay ninyo ng ebanghelyo. Magbahagi ng simple, pang-araw-araw na mga karanasan na nakatulong sa inyo sa pag-unawa ng mga alituntunin ng ebanghelyo tulad ng kahalagahan ng panalangin o ng mga pagpapala na nagmumula sa pagsunod sa mga kautusan. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magbahagi, kung naaangkop, ng kanilang mga pananaw, damdamin, at karanasan na nauugnay sa mga doktrina at alituntuning itinuturo.

   May pagkakataong madarama ninyong inuudyukan kayo o ang isang miyembro ng klase na magbahagi ng isang espirituwal na karanasan. Alalahanin na ang mga karanasang ito ay sagrado at hindi dapat ibahagi nang basta-basta, kundi "nang may pag-iingat, at sa panghihimok ng Espiritu" (Doktrina at mga Tipan 63:64). Sundin ang panghihimok ng Espiritu Santo ukol sa karanasang dapat ninyong ibahagi, at paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ganito rin ang gawin.

Paggamit ng mga Banal na Kasulatan

Kabilang sa bawat aralin ay ang mungkahing mga banal na kasulatan para basahin at markahan. Basahin nang malakas ang mga banal na kasulatan, o ipabasa ito sa mga miyembro ng klase. Dapat sundan din nang tahimik na pagbabasa ng mga miyembro ng klase ang bawat talatang binabasa, minamarkahan ang mga salita o parirala na iminumungkahi ninyo o ang mga nadarama nilang makahulugan.

Kapag hinihilingan ninyo ang mga miyembro ng klase na magbasa ng mga banal na kasulatan, maaari ninyong naising isulat sa pisara kung saan ito matatagpuan upang madaling makita ito ng lahat at malaman ng taong nagbabasa kung saan siya hihinto.

Pagtatanong at Pagsagot sa mga Tanong

Ang tagumpay ng inyong mga aralin ay nakasalalay higit sa lahat sa inyong paggamit ng mga tanong. Habang naghahanda kayo ng aralin, mag-isip ng paraan kung paano matutulungan ang mga miyembro ng klase na hindi magbigay ng mga karaniwan at mababababaw na sagot. Maraming tanong sa manwal ang hihikayat sa mga miyembro ng klase na isaalang-alang kung paano nauugnay ang doktrina o alituntunin sa kanilang buhay. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na pag-isipan nang mabuti ang mga katanungang ito. Huwag mag-alala kung maging tahimik ang mga miyembro ng klase nang ilang sandali matapos kayong magbigay ng tanong. Bigyan sila ng panahon upang makapag-isip ng sagot. Kung waring hindi nila nauunawaan ang tanong, maaaring kailanganin ninyong sabihin ito sa ibang salita o magbigay pa ng karagdagang impormasyon.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magtanong tungkol sa aralin, at lumikha ng isang kapaligiran kung saan makapagtatanong sila nang hindi nahihiya o natatakot na mapagtawanan. Hindi kayo dapat mapahiya kung magtatanong ang isang miyembro ng klase na hindi ninyo kayang sagutin. Sa halip na gumawa-gawa lamang ng sagot o magbigay ng inyong sariling opinyon, aminin na hindi ninyo alam ang sagot at mag-alok na aalamin ninyo ang sagot para sa miyembro ng klase.

Paggamit ng mga Siping-banggit

Maraming aralin ang may mga siping-banggit mula sa mga pinuno ng Simbahan sa mga huling araw. Gamitin ang mga siping-banggit na ito upang mapamahalaan ang talakayan, palinawin ang mga doktrina, at bigyang-diin na patuloy na inihahayag ng Panginoon ang kanyang kalooban sa ating panahon. Bilang karagdagan sa mga siping-banggit sa mga aralin, maaari kayong gumamit ng iba pang naaangkop na mga pahayag mula sa mga propeta, apostol, at iba pang pinuno ng Simbahan. Ang pinakamainam na mapagkukunan ng mga ito ay ang mga bagong isyu ng pangkalahatang komperensiya ng *Ensign* (Mayo at Nobyembre) o ang Liahona (Hulyo at Enero).

Pagtulong sa mga Miyembro ng Klase na may mga Kapansanan

Maging maunawain sa mga miyembro ng klase na may kapansanan. Alamin ang kanilang mga pangangailangan at kakayahan at isali sila sa mga gawain ng klase hangga't maaari. Bago magklase tulungan ang mga miyembrong ito na maghandang magbasa o magbigay ng puna. Maglaan ng lugar para sa mga taong nasa silyang de gulong, at hilingin sa mga miyembro ng klase na magsalita nang malakas upang marinig ng lahat.

Isang Mapagmahal na Ama—Isang Walang Hanggang Plano

Aralin 1

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan kung paano nakatutulong sa atin ang kaalaman sa walang hanggang plano ng Diyos sa paggawa ng mga pang-araw-araw na desisyon na may walang hanggang pananaw.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang mga banal na kasulatan na nakatala sa tsart ng plano ng kaligtasan, na makikita sa pahina 4 o sa bahagi ng mga larawan ng manwal.
2. Iguhit sa isang malaking piraso ng papel o sa pisara ang balangkas ng tsart ng plano ng kaligtasan (pahina 4 o larawan 1 sa bahagi ng mga larawan ng manwal). Huwag munang isama ang alinman sa mga salita. Kung iguguhit ninyo ang tsart sa isang piraso ng papel, itabi ito upang magamit sa iba pang aralin.
3. Gumawa ng kopya ng "Palaisipan sa Mortalidad," na matatagpuan sa pahina 8, para sa bawat isa o magkapares na miyembro ng klase. Kung hindi makagagawa ng mga kopya, iguhit ang palaisipan sa malaking piraso ng papel o sa pisara para makapagtulungan ang mga miyembro ng klase sa pagsagot nito.
4. Mga kailangang kagamitan:
   a. Mga bolpen o lapis para magamit ng mga miyembro ng klase sa pagsagot ng palaisipan.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa mga banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Kadalasan ay mahirap para sa mga kabataan ang magkaroon ng mas malawak na pananaw sa mga pang-araw-araw nilang karanasan at maunawaan kung paano nagiging bahagi ng plano ng Ama sa Langit para sa kanila ang mga pangyayaring ito. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaang mahal sila ng Ama sa Langit at na ang plano ng kaligtasan ay katibayan ng kanyang pagmamahal.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Ating Karanasan sa Mundo ay Bahagi ng Plano ng Kaligtasan

Kuwento at talakayan

Basahin ang sumusunod na kuwento ni Obispo H. Burke Peterson, na dating miyembro ng Namumunong Pamunuang Obispo:

"Ang aking mga magulang at lolo at lola ay ipinanganak at lumaki sa Utah. Gayunman, ang aking ina at ama ay nagsimula ng kanilang buhay may-asawa sa Phoenix, Arizona. Doon ako lumaki kasama ng aking tatlong kapatid na lalaki. Halos tuwing tag-araw ay dinadala kami sa Utah ng aking ama at ina . . . upang matamasa ang pakikisalamuha sa aming mga pinsan at iba pang kamag-anak.

“ . . . Isang tagsibol bago magsara ang paaralan tinanong ko ang aking ama kung maaari akong pumunta sa Lungsod ng Salt Lake upang maghanapbuhay at pagkatapos ay bumalik sa Phoenix sa pagtatapos ng tag-init upang makasama ang aking mag-anak at magsimula muli ng pag-aaral. Matapos itong pag-isipan nang mabuti, ipinasiya ng aking mga magulang na ito ay napakainam. Nang magsara ang paaralan sa Mayo, isinama ako ni Itay sa . . . [estasyon ng bus] at ibinili ako ng tiket patungong Lungsod ng Salt Lake dahil wala pa akong sariling pera. Ako ay medyo natigilan nang malaman kong ibinili niya ako ng isang-tunguhang tiket sa halip na balikang-tiket. Sinabi niyang titiyakin niya na makararating ako sa Lungsod ng Salt Lake ngunit nasa akin na gawin ang dapat gawin habang ako ay naroon upang makabili ng tiket pabalik sa Phoenix sa pagtatapos ng tag-init. Katulad ng maiisip ninyo, ako ay sabik na sabik umuwi pagkatapos ng karanasan sa paghahanapbuhay dahil mayroon akong malinaw na alaala ng masasayang karanasan na lagi naming tinatamasa sa aming tahanan. Ikinasisiya ko ang pakikisalamuha sa kanila at mahal ko ang tatlo kong kapatid na lalaki at lubos akong maligaya at maginhawa sa piling ng aking mga magulang.

“Nang dumating ako sa Lungsod ng Salt Lake ay agad akong humanap ng trabaho. Ito ay naisagawa ko, at pagkabigay ng una kong sahod, hulaan ninyo kung ano ang aking ginawa. Unang-una ay nagbayad ako ng aking ikapu, at ang natira sa pera ay dinala ko sa estasyon ng bus sa kabayanan ng Lungsod ng Salt Lake upang bumili ng tiket pabalik sa Phoenix. Nais kong makatiyak na kapag natapos ang tag-araw ay walang makahahadlang sa aking pag-uwi. Pinakamamahal ko ang aking tahanan. Sa nalalabing panahon ng tag-araw, ako ay lubos na naging maingat sa aking sarili at ginawa ko ang lahat na kailangan upang matiyak ang aking pag-uwi sa Phoenix. Higit sa anumang bagay nais kong matamasang muli ang karanasan sa piling ng aking mag-anak.

Nagkaroon na ba kayo ng karanasan kung saan malayo kayo sa inyong mag-anak at tahanan at nasabik kayong makauwi?

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng ilang sandali upang makatugon, at pagkatapos ay basahin ang mga sinabi ni Obispo Peterson tungkol sa kuwento:

“Lahat tayo ay nagkaroon ng karanasang katulad nito bago tayo pumarito sa mundo. Tayo ay nasa isang pagtitipon kung saan binibigyan tayo ng tagubilin ng ating Ama sa Langit tungkol sa mundong inihanda niya para sa atin. . . . Pinaalam niya sa atin na ang desisyong pumunta rito ay nasa sa atin, at kung ito ang gusto natin, titiyakin niyang makararating tayo nang ligtas sa lupa. Katulad ng karanasan ko sa Phoenix noong ako ay bata pa, maglalaan ang ating Ama sa Langit ng isang-tunguhang tiket para sa atin. Bumalik man tayo o hindi sa kanya sa katapusan ng ating karanasan sa mundo ay nasasalalay sa mga bagay na gagawin natin habang tayo ay naririto” (“Return Trip Ticket Home,” *New Era*, Abr. 1974, 5).

Ipaliwanag na ngayong taon sa Panlinggong Paaralan, matututuhan ng mga miyembro ng klase ang tungkol sa plano ng Ama sa Langit para sa atin, ang papel ni Jesucristo sa planong iyon, at kung ano ang kailangan nating gawin upang makabalik sa kanila kapag natapos ang buhay natin sa lupa.

Ang Plano ng Kaligtasan ay Plano ng Ama sa Langit para sa Atin

Talakayan sa tsart

Ipakita ang tsart ng plano ng kaligtasan na inyong iginuhit.

- Ano ang kinakatawan ng mga kahon at bilog na ito?

Kung hindi agad matanto ng mga miyembro ng klase na ang nakaguhit ay ang plano ng kaligtasan, lagyan ng pangalan ang isa o dalawang kahon o bilog. Pagkatapos ay hilingin sa mga miyembro ng klase na lagyan ng pangalan ang natitira pang kahon o bilog sa tsart, tinutulungan sila kung kinakailangan. Ipaliwanag na ang balangkas na ito ay sumasagot sa tatlong tanong ng lahat ng tao: Saan tayo galing? Bakit tayo naririto? Saan tayo pupunta pagkatapos ng buhay na ito?

- Sa aling kahon o bilog tayo naroroon ngayon? (Ang bilog na may pangalang "mortalidad.")

Bigyang-diin na ang buhay natin sa mundo ay isang bahagi lamang ng ating walang hanggang buhay. Nabuhay na tayo bago pa tayo pumunta sa mundo, at mabubuhay pa rin tayo pagkatapos nating mamatay. Maikling pagbalik-aralan ang plano ng kaligtasan tulad ng nakaguhit sa tsart, at sabihin sa mga miyembro ng klase na pag-aaralan nila ang tungkol dito sa loob ng buong taon.

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabukas sa mga miyembro ng klase ang kanilang banal na kasulatan sa Moises 1:39. Hilingin sa isa sa kanila na basahin nang malakas ang talata.

- Ano ang sinabi sa atin ng Diyos tungkol sa kanyang gawain?

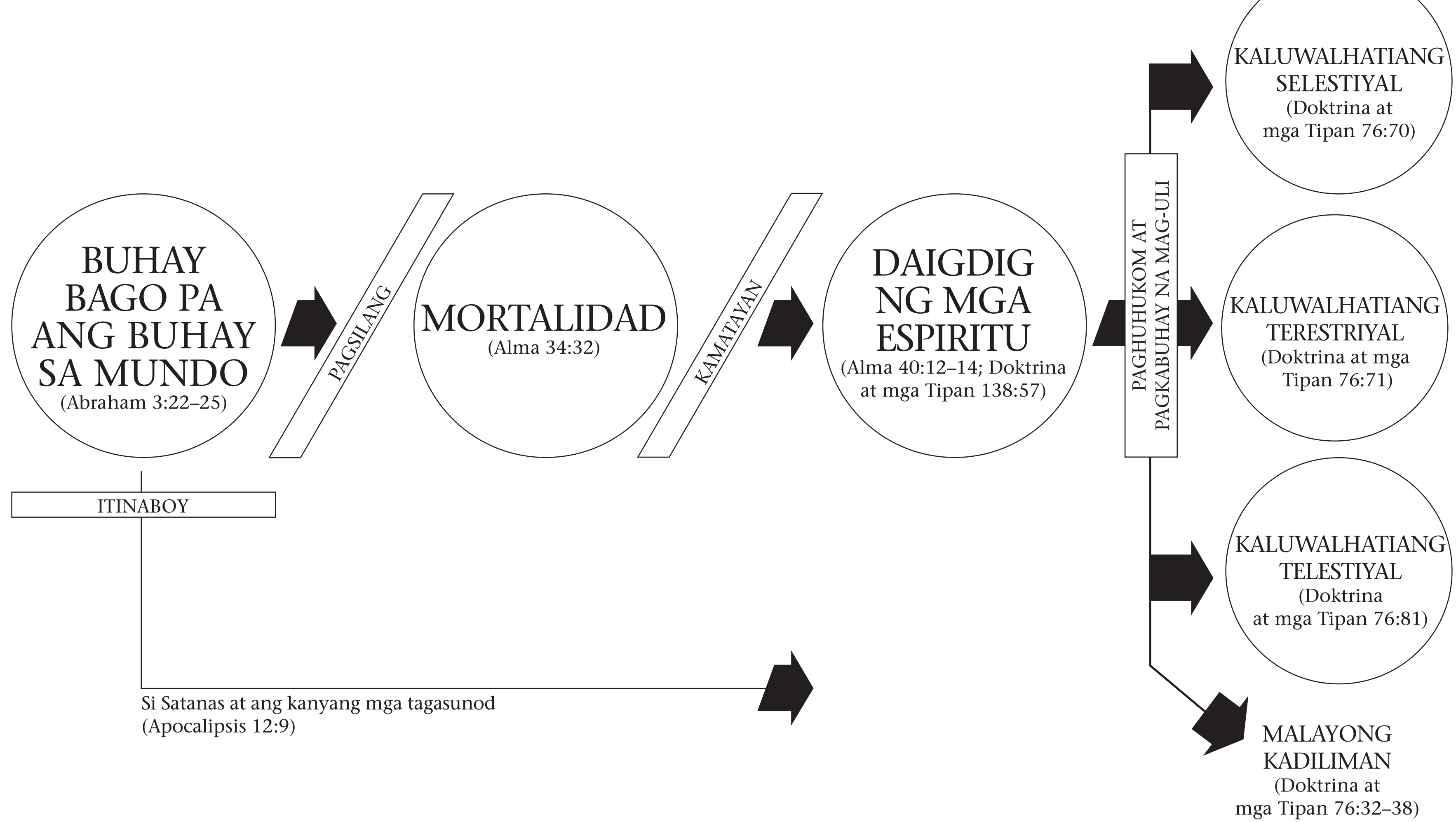
Bigyang-diin na nagbanggit ng dalawang bagay ang banal na kasulatan tungkol sa gawain ng Diyos—ang isakatuparan ang kawalang-kamatayan at buhay na walang hanggan. Ipaliwanag na ang dalawang salitang ito ay hindi tumutukoy sa iisang bagay lamang. Ang kawalang-kamatayan ay ang kalagayan ng pagkakaroon ng buhay na mag-uli, ang pagiging malaya na sa kamatayang pisikal. Ang pagpapalang ito ay darating sa lahat ng tao. Ang buhay na walang hanggan ay ang pamumuhay na kapiling ang Ama sa Langit at si Jesucristo sa kahariang selestiyal. Ang pagpapalang ito—na tinatawag ding kadakilaan—ay dumarating lamang doon sa mga sumusunod sa mga utos at gumagawa ng kinakailangang mga tipan. (Maaari mong naising bigyan-diin na ang pamagat ng kurso ng pag-aaral na ito ay "Paghahanda para sa Kadakilaan." Ang mga aralin na ituturo sa Panlinggong Paaralan sa taong ito ay nakatuon sa kung paano tayo makapaghahandang muling mamuhay na kapiling ang ating Ama sa Langit at si Jesucristo.)

- Ano ang nadarama ninyo na malaman na ang pinakamahalagang gawain ng Ama sa Langit ay ang tulungan kayong makabalik upang muling mamuhay kapiling niya? (Anyayahan ang mga miyembro ng klase na sagutin ang tanong na ito sa kanilang sarili kung hindi nila nais na ibahagi ang kanilang damdamin sa klase.)

Ipaliwanag na ang plano ng kaligtasan ng Ama sa Langit ay naglalaan ng daan sa atin upang magkaroon ng katawan, matuto sa karanasan, maipakita na

ANG PLANO NG KALIGTASAN

(Moises 1:39)



susunod tayo sa mga utos niya, at makabalik nang higit na malakas at marunong. Bigyang-diin na ang planong ito ay ibinibigay ng Ama sa Langit dahil sa kanyang dakilang pagmamahal sa atin.

Ang Pagkaalam sa Plano ay Tumutulong sa Atin na Gumawa ng mga Matatalinong Desisyon

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase o magkapares na miyembro ng klase ng lapis o bolpen at kopya ng "Palaisipan sa Mortalidad" (o sama-samang ipagawa sa buong klase ang isang malaking kopya ng palaisipan). Ipaliwanag na ang layunin ay gumuhit ng isang hindi napuputol na linya mula sa "Pagsilang" hanggang "Kamatayan," na bumabagtas sa gitna ("Isakatuparan ang layunin ng buhay").

Kapag natapos na ng mga miyembro ng klase ang palaisipan, ipaliwanag na sa buhay, tulad sa palaisipang ito, kinakailangan nating gumawa ng maraming pagpapasiya kung saang landas tayo dapat tumahak. Gayunman, kapag nauunawaan natin na ang buhay sa mundo ay may layunin at ito ay bahagi ng plano ng Ama sa Langit, makapagsisimula tayong gumawa ng mga tamang desisyon. (Maaari ninyong naising sabihin na may pangalawang daan mula "Pagsilang" hanggang "Kamatayan" ngunit ito ay hindi dumaraan sa gitna. Tulad nito, ang ilang tao ay namamatay nang hindi nauunawaan o nagagampanan ang layunin ng buhay.)

Mga kuwento at talakayan

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na mga kuwento. Talakayin sa mga miyembro ng klase kung paano nakakaimpluwensiya ang kaalaman natin sa plano ng Diyos sa mga desisyon ng isang tao sa bawat kuwento. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan kung paano makatutulong ang kaalaman tungkol sa plano ng Diyos sa kanila na higit na maunawaan ang kanilang sarili at ang mga desisyong kakailanganin nilang gawin sa kanilang buhay.

Paul

Sa buong buhay niya, plano na ni Paul na magmisyon. Mula pa noong bata siya, tinuruan na siya ng kanyang mga magulang ng kahalagahan ng paglilingkod sa Panginoon sa ganitong paraan. Malaki na ang kanyang naipon sa bangko, na tinawag niyang "perang pangmisyon." Hindi kailanman sumagi sa isipan niya na may iba pa siyang maaaring gawin.

Ngunit habang tumatanda si Paul, naging pahirap nang pahirap para sa kanya ang makapag-ipon ng pera para sa misyon. Anumang perang kitain niya ay nagagasta niya bago pa siya makapagtago ng kahit magkano sa bangko. Karagdagan pa rito, marami siyang nakikitang mamahaling bagay na gusto niyang magkaroon. Nagsimulang mag-alinlangan si Paul kung talaga bang nais niyang gumastos ng napakalaking halaga at panahon sa pagmimisyon.

- Ano ang inaasahan ng Diyos kay Paul?
- Paano makatutulong kay Paul ang pag-unawa sa plano ng kaligtasan upang makagawa ng tamang desisyon tungkol sa paglilingkod sa misyon?
- Ano ang kaibahang maidudulot ng desisyong ito sa pag-unlad ni Paul tungo sa buhay na walang hanggan?

Paalala sa guro

Pag-isipin ng magagandang tanong ang mga miyembro ng klase. Iwasan ang mgatanong na masasagot lamang ng "oo" o "hindi." (Tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, 128–30.)*

Melissa

Maraming kaibigan si Melissa sa kanyang purok hanggang magsimula siyang pumasok sa bagong paaralan. Nagkaroon siya ng mga bagong kaibigan sa paaralan, at hindi naglaon naging napakahalaga sa kanya ng mga bago niyang kaibigan. Bihira na lamang siyang makipagkita sa mga kaibigan niya sa purok, at nagsimula niyang madama na nakalakhan na niya sila. Parang mas masigla at may-isip ang mga kaibigan niyang bago at parang mas gumagawa sila ng mga bagay na mapanganib na hindi pa niya nagagawa noon.

Isang araw dumalo si Melissa sa handaan sa tahanan ng isa sa mga bago niyang kaibigan. Lahat ng taong sa palagay niya ay importante ay naroroon. Habang tumatagal, ang mga ginagawa nila sa party ay naging lubhang kaiba sa kinagawian na ni Melissa. Maging ang mga taong hindi niya inaasahang mag-aasal ng ganoon ay umiimon na, at ang ilan ay gumagamit na ng bawal na gamot. Nais ni Melissa na magsaya at matanggap siya ng mga taong importante sa kanya, pero hindi siya mapalagay. Nang ang isa sa kanyang mga kaibigan ay mag-alok ng alak, inisip niyang hindi naman siguro makakasama ang pag-inom ng isa lamang.

- Ano sa palagay ninyo ang dapat gawin ni Melissa? Bakit?
- Paano makatutulong kay Melissa ang pag-unawa sa plano ng kaligtasan upang makagawa ng tamang pagpili?
- Kung kakausapin ninyo nang sarilinan si Melissa, ano ang maaari ninyong sabihin para matulungan siyang makagawa ng tamang desisyon?

Carl

Naglalaro si Carl ng basketbol at magaling siyang maglaro. Pero hindi siya ganoon kagaling sa iskuwela. Dahil sa kanyang interes sa basketbol, kaunting panahon lamang ang inuukol niya sa pag-aaral para sa kanyang klase. Sinabi ng mga magulang ni Carl sa kanya na kung mabababa ang mga grado niya, hindi na siya makapaglalaro sa koponan ng basketbol. Hindi alam ni Carl kung ano ang gagawin. Pagkatapos ay nagkaroon ng posibleng solusyon. Si Mike, isang miyembro ng koponan ng basketbol ni Carl, ay nagsabing nangyari na rin sa kanya ang ganoon. Nalutas niya ang problema niya sa pamamagitan ng pandaraya sa mga pagsusulit. Nakakuha siya ng magagandang grado nang hindi nag-aaral. Iminungkahi ni Mike na gawin din ni Carl ang ganoon. Alam ni Carl na pagsisinungaling iyon, ngunit isa itong napakasimpleng solusyon sa problema niya.

- Ano ang magagawa ni Carl upang malutas ang problema niya nang hindi mandaraya?
- Paaano makatutulong kay Carl ang patotoo sa plano ng kaligtasan upang makapagpasiya kung ano ang dapat gawin?

Nakagagawa ng Kaibahan ang Pag-unawa sa Plano ng Kaligtasan

Talakayan

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang ilan sa mga desisyong kinakaharap nila araw-araw.

- Paano makatutulong sa inyo ang pag-unawa at pagkakaroon ng patotoo sa plano ng kaligtasan sa paggawa ninyo ng mga desisyon sa araw-araw?

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na ipaliwanag kung paano makatutulong sa kanila ang pag-unawa na may plano sa kanila ang Ama sa Langit sa isang desisyong kanilang hinarap o hinaharap. Kung naaangkop, magbahagi ng karanasan kung saan nakatulong sa inyo ang kaalaman sa plano ng kaligtasan na makagawa ng mabuting desisyon sa isang mahirap na kalagayan.

Patotoo

Magpatotoo na dahil mahal tayo ng Ama sa Langit, binigyan niya tayo ng plano upang matulungan tayo na makabalik upang mamuhay kapiling siya. Ang pagkaalam ng planong ito ay makatutulong sa ating makagawa ng matatalinong desisyon. Ipaliwanag na ang pinakamabuting paraan ng paggawa ng desisyon ay ang pag-iisip ng walang hanggang kahihinatnan ng bawat pinipili natin at piliin ang siyang aakay sa atin pabalik sa Ama sa Langit.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na isipin ang plano ng kaligtasan kapag gumagawa ng mga pagpili.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kung makakakuha nito, ipalabas ang “Ang Paghahanap ng Tao sa Kaligayahan,” isang labintatlong-minutong bahagi ng Phase I videocassette (53779 893), upang ipaliwanag ang plano ng kaligtasan.

2. Magpakita ng isang mapa ng daan.

   - Ano ito? Bakit ito gagamitin ng isang tao?

   Ipaliwanag na ang buhay ay parang isang paglalakbay. Alam ng Ama sa Langit na mangangailangan tayo ng direksiyon upang matulungan tayo na matagpuan ang daang pabalik sa kanya, kaya’t inilaan niya ang plano ng kaligtasan para maging mapa na susundan natin.

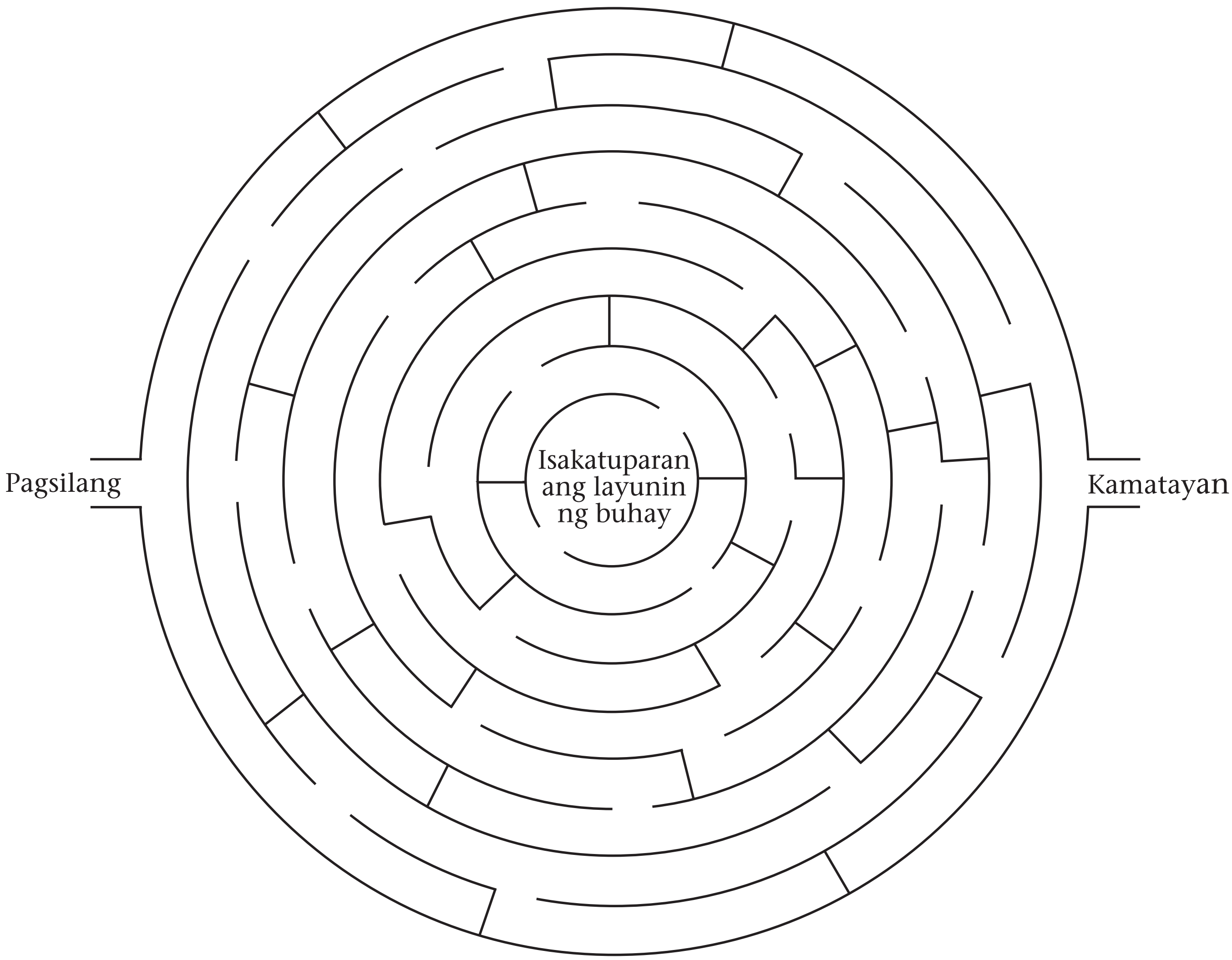
   - Paano natin mababasa ang mapang ito at malalaman ang kailangan nating gawin upang makarating sa ating patutunguhan sa piling ng Ama sa Langit? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pag-aaral ng mga banal na kasulatan, pagsunod sa mga propeta, at pakikinig sa ating mga guro at magulang habang tinuturuan nila tayo ng ebanghelyo.)

   - Paano maiiba ang buhay natin kung wala tayong mapang ganito, o plano?

3. Mag-anyaya sa klase ng isang kababalik pa lamang na misyonero upang magbahagi ng isang karanasan niya sa pagtuturo ng plano ng kaligtasan sa misyon.

4. Awitin kasama ng mga miyembro ng klase ang “Ako’y Anak ng Diyos” (*Mga Alituntunin ng Ebanghelyo*, 385)

Palaisipan sa Mortalidad



Kalayaang Pumili: Ang Kapangyarihang Magpasiya

Aralin
2

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na patuloy na gamitin ang kanilang kalayaang pumili nang may katalinuhan, kagaya ng kanilang ginawa sa buhay bago pa ang buhay na ito nang piliin nilang sumunod sa plano ng Ama sa Langit.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 2 Nephi 2:27; Moises 4:1–4; 7:32; Abraham 3:24–28.

Mga kailangang kagamitan:

a. Ang tsart ng plano ng kaligtasan na ginawa ninyo para sa aralin 1 (kung ang tsart ay iginuhit ninyo sa pisara para sa aralin 1, iguhit ito ngayon sa isang malaking piraso ng papel, o ipakita ang kopya ng tsart sa bahagi ng mga larawan ng manwal). Tiyakin na ang lahat ng marka at mga sangguniang banal na kasulatan ay kabilang ngayon sa tsart. Itabi ang tsart na ito upang magamit sa mga aralin sa hinaharap.
b. Isang bolpen o lapis at isang pirasong papel para sa bawat miyembro ng klase.
c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

*Inilarawan ni Pangulong Spencer W. Kimball, ang panlabindalawang Pangulo ng Simbahan, ang kalayaang pumili bilang "saligang batas ng ebanghelyo" (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, inedit ni Edward L. Kimball [1982], 38). Napakahalaga ng batas na ito kaya laging pinangangalagaan ito ng Ama sa Langit. Bago tayo pumarito sa mundo ay itinakwil niya si Satanas dahil tinangka ni Satanas na sirain ang ating kalayaang pumili. Pinahihintulutan tayo ng Ama sa Langit na gamitin ang ating kalayaang pumili sa buhay na ito kahit nalalaman niya na marami sa atin ang gagamit nito nang walang karunungan. Sinabi ni Pangulong David O. McKay, pangsiyam na Pangulo ng Simbahan, na, "Sumunod sa pagkakaloob ng buhay mismo, ang karapatang pangasiwaan ang buhay na ito ang pinakadakilang handog ng Diyos sa tao" (*Gospel Ideals *[1953], 299). Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan ang kahalagahan ng dakilang kaloob na ito.*

Pansinin na bagamat ang salitang "malayang pagpili" ay madalas na gamitin, ang salitang ginagamit ng banal na kasulatan ay "kalayaang pumili" (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 29:36; tingnan din sa pahina 11 ng araling ito).

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Kalayaang Pumili ay ang Kapangyarihang Magpasiya sa Mabuti o Masama

Gawain

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng mga bolpen o lapis at papel. Hilingin sa kanila na isipin ang mga pagpiling nagawa na nila sa araw na ito at itala ang lahat ng makakaya nila sa loob ng isang minuto. Sa pagtatapos ng minuto, anyayahan silang magbahagi ng ilan sa mga pagpili sa kanilang mga talaan. Pagkatapos ay itanong:

- Sa palagay ninyo, alin sa mga pagpiling ginawa ninyo ngayon ang pinakamahalaga?

Pabilugan sa mga miyembro ng klase ang bagay na ito sa kanilang mga talaan. Mag-anyaya ng ilang magpiprisinta na sabihin kung anong pagpili ang binilugan nila at kung bakit nadarama nilang ito ang pinakamahalaga.

- Saan ninyo nakuha ang inyong kakayahang pumili?

Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang Moises 7:32. Imungkahi na ang mga gumagamit ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan ay markahan ang talatang ito (hindi dapat markahan ng mga miyembro ng klase ang mga kopya ng banal na kasulatan mula sa aklatan o hiniram sa iba).

Ipaliwanag na ang Ama sa Langit ay nagbigay sa atin ng kalayaang pumili—ang kapangyarihang magpasiya sa pagitan ng mabuti at masama. Ngunit ang kalayaang pumili ay higit sa kakayahan lamang na gawin ang nais natin; ang kalayaang pumili ay isa sa mga pinakapangunahin at pinakamahalaga sa lahat ng batas ng ebanghelyo.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang inyong kalayaang pumili, ang karapatang gumawa ng mga pagpapasiya, ay hindi ibinigay upang matamo ninyo ang inyong nais. Ang banal na kaloob na ito ay ibinigay upang kayo ay pumili ng nais ng Ama sa Langit para sa inyo. Sa ganitong paraan, maaari Niya kayong gabayan upang kayo'y maging lahat ng nais Niyang kahinatnan ninyo. Ang landas na iyon ay patungo sa maluwalhating kagalakan at kaligayahan" (sa Conference Report, Abr. 1996, 33; o *Ensign*, Mayo 1996, 25).

Paalala sa guro

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na maging pamilyar sa mga turo ng mga Pangkalahatang Awtoridad sa pamamagitan ng pakikinig sa kanila sa mga pangkalahatang komperensiya o sa pagbabasa ng kanilang mga mensahe sa mga magasin ng Simbahan. Ang mga kalalakihang ito ay itinalaga ng Panginoon upang turuan at tulungan tayo sa landas patungo sa kadakilaan.

Kuwento

Ipaliwanag na upang tayo ay magkaroon at makagamit ng kalayaang pumili, may ilang kondisyon na kailangang pairalin. Isulat ang *Mga Alituntunin ng Kalayaang Pumili* sa pisara. Pagkatapos ay isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Umalis si Teresa noong tag-araw. Sa unang araw ng pagbubukas ng klase napansin niya ang pagbabago sa pakikitungo sa kanya ng kanyang mga

kaibigan. Tila ba malayo sila, o parang hindi magiliw. Hinahanap-hanap ni Teresa ang masayang samahan nila noon.

Pagkaraan ng ilang araw, natuklasan ni Teresa na ang kanyang mga kaibigan ay naninigarilyo sa likod ng paaralan. Nang lumapit siya sa kanila, inanyayahan nila siyang makisali sa kanila.

Nabahala si Teresa. Hindi niya alam kung ano ang gagawin. Nais niya na muling makisalamuha sa kanyang mga kaibigan, ngunit batid niyang mali ang kanilang ginagawa. Ano ang sasabihin ng kanyang mga kaibigan kung tumanggi siyang makisali sa kanila?

Talakayan sa pisara

Isulat ang *1. Batas* sa pisara sa ilalim ng "Mga Alituntunin ng Kalayaang Pumili."

- Anong kautusan, o batas, ang nakapaloob sa kuwentong ito? (Ang Salita ng Karunungan.)

Isulat ang *2. Kaalaman sa batas* sa pisara.

- May kaalaman ba si Teresa sa batas?
- Bakit napakahalaga sa ating kalayaang pumili na mayroong mga batas (o mga kautusan) at batid natin kung ano ang mga batas na ito?

Isulat ang *3. Salungatan—mabuti at masama* sa pisara.

- Anong mga pagpipilian mayroon si Teresa? Ano ang gagawin ni Teresa kapag pinili niya ang mabuti? Ano ang gagawin niya kapag pinili niya ang masama?

Isulat ang *4. Kalayaan sa pagpili* sa pisara.

- Malaya ba si Teresa na pumili kung ano ang kanyang gagawin?

Sa bahaging ito, ang pisara ay lalabas na kagaya nito:

MGA ALITUNTUNIN NG KALAYAANG PUMILI

1. Batas
2. Kaalaman sa batas
3. Salungatan—mabuti at masama
4. Kalayaan sa pagpili

Ipaliwanag na ang apat na alituntuning ito ang mga saligan kung saan nakabatay ang kalayaang pumili. (Huwag buburahin ang talaang ito sa pisara hanggang sa matapos ang aralin.)

Ang Ating mga Pinili sa Buhay Bago pa ang Buhay na Ito ay Nakaapekto sa Mortalidad

Talakayan sa banal na kasulatan at sa tsart

Ipakita ang tsart ng plano ng kaligtasan. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Abraham 3:24–26 habang magkakasabay na pinag-aaralan ninyo ito at pinagbabalik-aralan ang tsart.

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na sa talata 24, ang isa na "tulad ng Diyos" ay si Jesucristo at siya ang lumikha ng daigdig para sa atin.

- Ayon sa talata 25, bakit tayo ipinadala sa lupa? Bakit kinakailangan ang kalayaang pumili upang matupad natin ang layuning ito?
- Ano ang "unang kalagayan" na binabanggit sa talata 26? (Ituro ang "Buhay bago pa ang buhay sa lupa" sa tsart ng plano ng kaligtasan.)
- Ano ang "ikalawang kalagayan"? (Ituro ang "Mortalidad" sa tsart.)

Ipaliwanag na naririto tayo sa lupa dahil sa mga pagpili na ating ginawa sa panahon ng ating unang kalagayan, o buhay bago pa ang buhay sa lupa.

Talakayan sa banal na kasulatan

Tulungan ang mga miyembro ng klase na basahin, markahan, at maunawaan ang Abraham 3:27–28 at Moises 4:1–4.

Ipaliwanag na nang magtanong ang Ama sa Langit kung sino ang kanyang ipadadala, nagprisinta si Jesus na maging Tagapagligtas ng mundo at tumulong sa pagtupad sa plano ng Ama sa Langit. Si Lucifer (Satanas) ay nagprisinta rin, ngunit humingi siya ng mga kondisyon na makalalabag sa plano ng Ama sa Langit. Pinili ng Ama sa Langit si Jesus.

- Ano ang mali sa panukala ni Satanas na iligtas tayo? (Tingnan sa Moises 4:3; nais niyang alisin ang ating kalayaang pumili at pilitin tayo na gumawa ng tama; gayundin, ninais niya ang kaluwalhatian ng Ama sa Langit para sa kanya.) Ano ang nangyari kay Satanas dahil sa kanyang paghihimagsik laban sa plano ng Ama sa Langit? (Tingnan sa Abraham 3:28; Moises 4:3–4.)
- Bigyang-diin na ang isa sa mga dahilan kung bakit itinaboy si Satanas ay dahil siya ay "naghangad na wasakin ang kalayaan ng tao" (Moises 4:3). Bakit napakahalaga ng kalayaang pumili? Bakit magiging masama para sa atin na piliting sumunod sa mga kautusan, kagaya ng nais ni Satanas?
- Anong mahalagang pagpili ang ating ginawa sa buhay bago pa ang buhay sa lupa? (Pinili nating sumunod sa Ama sa Langit at kay Jesus sa halip na kay Satanas.) Paano natin nalalaman na ginawa natin ang pagpiling ito? (Mayroon tayong mga katawang pisikal; ang mga nagsisunod kay Satanas ay hindi kailanman magkakaroon ng pagkakataon na magkaroon ng mga katawan. Hindi nila napanatili ang kanilang unang kalagayan.)

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Boyd K. Packer ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Sa dakilang kapulungan sa langit, inilahad ang plano ng Diyos: ang plano ng kaligtasan, ang plano ng pagtubos, ang dakilang plano ng kaligayahan. . . . Ang kalaban ay naghimagsik at nagpatibay ng sarili niyang plano. Ang mga sumunod sa kanya ay pinagkaitan ng karapatan na magkaroon ng katawang

mortal. Ang pagiging nandirito natin ay nagpapatunay na pinagtibay natin ang plano ng Ama" (sa Conference Report, Okt. 1993, 27; o *Ensign*, Nob. 1993, 21).

Tukuyin ang mga alituntunin ng kalayaang pumili na nakatala sa pisara, at bigyang-diin na ang mga alituntuning ito ay naukol din sa ating unang kalagayan. Ginawa natin ang isa sa pinakamatalinong pagpili sa ating walang-hanggang buhay nang piliin nating sumunod sa Ama sa Langit sa halip na kay Satanas. Ang pasiyang iyon ay nagbigay ng isang halimbawa na matutularan natin ngayon.

Tayo ay may Pananagutan sa Ating mga Pagpili

Talakayan sa pisara

Idagdag sa talaan sa pisara ang *5. Pananagutan para sa mga pagpili*. Ipaliwanag na ang pinakahuling alituntunin na kailangan para sa kalayaang pumili ay ang ating pananagutan para sa mga ibubunga ng sarili nating mga pagpili.

- Kung minsan ay may naririnig tayong tao na nagsasabing, "Isang tao (o isang bagay) ang *nagpagawa* sa akin nito." Tatanggapin ba kailanman ng Diyos ito bilang katuwiran para sa ating mga pagpili? Bakit o bakit hindi?

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Packer:

"Malaya tayong sumunod o hindi pumansin sa diwa at titik ng batas. Ngunit ang kalayaang pumili na ipinagkaloob sa tao ay isang *moral* na kalayaang pumili (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 101:78). Hindi tayo malaya na lumabag sa ating mga tipan at makatakas sa mga kalalabasan nito" (sa Conference Report, Okt. 1990, 108; o *Ensign*, Nob. 1990, 84).

Talakayan

Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na kapag tayo ay gumagawa ng mga pagpili, kailangang tanggapin natin ang mga kalalabasan nito. Malaya tayong pumili ng ating mga kilos, ngunit hindi tayo malayang pumili ng mga kalalabasan ng ating mga pagkilos. Ang mga kalalabasan ng walang katalinuhang mga pagpili ay maaaring maglagay sa atin sa kalagayan kung saan ang ating mga pagpili, at samakatuwid ang ating kalayaan, ay lubhang nalilimitahan.

- Ang ilang mga tao ay nag-iisip na kapag sumusunod tayo sa mga kautusan ay isinusuko natin ang ating kalayaan. Sumasang-ayon ba kayo o hindi? Bakit?
- Paano nawawala ang ating kalayaan sa pamamagitan ng paggawa ng masasamang pagpili? Paano tayo nakatatamo ng kalayaan sa pamamagitan ng paggawa ng mabubuting mga pagpili?
- Paano na ninyo nakitang naganap ito sa sarili ninyong buhay?

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magkuwento tungkol sa mga situwasyon na nakita o naranasan nila kung saan ang masamang pagpili ay naghatid sa kawalan ng kalayaan o ang mabuting pagpili ay nagdulot ng higit na kalayaan. (Isang halimbawa ay ang pagpili kung susundin o hindi ang inyong mga magulang. Ang pagpili na huwag sumunod ay maaaring magbunsod ng higit na maraming pagbabawal, samantalang ang pagpili na sumunod ay maaaring humantong sa higit na pagtitiwala at mga natatanging karapatan.)

Bigyang-diin na ang matalinong paggamit ng kalayaang pumili ay nagpapanatiling bukas sa ating mga pagpili at nagpapabuti sa ating kakayahang pumili. Maaari mong naising magbahagi ng isang pansariling karanasan kung saan ang iyong matuwid na paggamit ng kalayaang pumili ay nagdulot ng higit na kalayaan at mas mahusay na kakayahang pumili.

Ang Ating mga Pagpili ay may Katuturang Pangwalang-hanggan

Talakayan

Muling balikan ang kuwento tungkol kay Teresa at itanong:

- Paano makaaapekto ang pagpili ni Teresa sa kanyang pang-araw-araw na buhay? Paano ito makaaapekto sa kanyang buhay na walang hanggan? Ano ang higit na mahalagang isaalang-alang ni Teresa habang nagpapasiya kung ano ang gagawin?
- Paano maaaring tumugon ang mga kaibigan ni Teresa kung magpapasiya siyang huwag makisali sa paninigarilyo? Paano tayo makatatamo ng lakas upang piliin kung ano ang tama kahit na gagawin tayo nitong hindi katanggap-tanggap?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 2:27.

- Ayon sa talatang ito, ano ang pinakamahalagang pagpili natin sa buhay na ito? (Ang piliin ang kalayaan at buhay na walang hanggan o pagkabihag at kamatayan.)
- Paano natin pinipili ang kalayaan at buhay na walang hanggan? Anu-anong mga pagpipili ang inyong nagawa sa linggong ito na naghahatid sa inyo patungo sa kalayaan at buhay na walang hanggan?
- Paano naghahatid sa pagkabihag at kamatayan ang paglabag sa mga kautusan ng Diyos?
- Anu-ano ang ilang tila maliliit na mga pagpiling hinaharap natin sa bawat linggo na, kapag nagawa nang hindi tama, ay dahan-dahang maghahatid sa pagkabihag at kamatayang espirituwal? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pananalangin o hindi sa araw-araw, pagdalo o hindi sa mga pagpupulong sa Simbahan bawat linggo, pagsunod o hindi sa inyong mga magulang, pagiging ganap na matapat o hindi sa inyong mga gawain sa paaralan.)

Patotoo

Sa pisara katapan ng limang puntong inyong naitala, isulat ang *Ginagamit ko ba nang matuwid ang aking kapangyarihang pumili?*

Magpatotoo na ang bawat isa sa atin ay nagtataglay ng kaloob na kalayaang pumili, ang kalayaang magpasiya sa pagitan ng masama at mabuti. Ginamit natin nang may katalinuhan ang ating kalayaang pumili upang matamo ang karapatang makarating sa lupa. Ngayon, sa buhay na ito, pananagutan natin ang bawat pagpili na ating ginagawa. Ang paggawa ng matuwid na mga pagpili ang naglalagay sa atin sa landas patungo sa walang hanggang kadakilaan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na masusing isaalang-alang ang kanilang mga pagpili at itanong nang madalas ang, “Ginagamit ko ba nang matuwid ang aking kapangyarihang pumili?

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase:

1. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53276 893), ipalabas ang "Tapat sa Pananampalataya" isang siyam na minutong bahagi.

2. Isulat ang sumusunod na pahayag (mula sa Conference Report, Okt. 1990, 108; o *Ensign*, Nob. 1990, 84) sa pisara:

   "Ang mga batas ng Diyos ay ipinatutupad upang lumigaya tayo." —Elder Boyd K. Packer

   - Paano makapagpapaligaya sa atin ang pagsunod sa mga batas?

   Talakayin sa mga miyembro ng klase kung paano na nila nakitang totoo ito sa kanilang mga buhay o sa buhay ng kanilang kamag-anak o kaibigan.

   Maaari ninyong naising bigyan ng mga bolpen o lapis at mga kard ang mga miyembro ng klase kung saan nila makokopya ang pahayag ni Elder Packer upang maiuwi sa bahay.

Aralin
3

Ang Pagkahulog Nina Adan at Eva

Layunin

Turuan ang mga miyembro ng klase na ang Pagkahulog nina Adan at Eva ay nagbigay ng pagkakataon sa bawat isa sa atin na makapasok sa mortalidad.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 1:28; 2:16–17 (Moises 2:28; 3:16–17); 2 Nephi 2:19–20, 22–25; Moises 4:6–12.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang larawang Nililisan Nina Adan at Eva ang Halamanan ng Eden (larawan 3 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62461 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 101).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang pasiya nina Adan at Eva na kainin ang ipinagbabawal na bunga ay hindi isang kasalanan, kagaya ng pagturing dito kung minsan ng ilang simbahang Kristiyano. Ito ay isang paglabag—isang gawain na pormal na ipinagbawal ngunit hindi likas na masama (tingnan sa Dallin H. Oaks, sa Conference Report, Okt. 1993, 98; o Ensign, *Nob. 1993, 73). Ang Pagkahulog ay kinailangan natin upang umunlad tungo sa kadakilaan. Kailangan nating maranasan ang mortalidad upang maging katulad ng ating Ama sa Langit, at tinupad nina Adan at Eva ang kanilang misyon na gawing posible ito. Tulungan ang mga miyembro ng klase na pahalagahan na ang Pagkahulog nina Adan at Eva ang nagbigay ng pagkakataon sa bawat isa sa atin na makatanggap ng katawan at makapunta sa lupa upang magtamo ng karanasan sa pagpili sa pagitan ng mabuti at masama.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Pagkakatawag Nina Adan at Eva

Talakayan

• Ilarawan sa isip na binigyan kayo ng pagkakataong manirahan sa isang daigdig na walang karamdaman, kalungkutan, kasalanan, sakit, at kamatayan. Nais ba ninyong manirahan sa ganitong daigdig?

Bigyang-diin na nang sina Adan at Eva ay unang ilagay sa lupa, nanirahan sila sa ganitong daigdig. Sa Halamanan ng Eden ay walang kalungkutan, sakit, o kamatayan. Gayunman, gumawa ng pagpili sina Adan at Eva na batid nilang mangangailangan na lisanin nila ang Halamanan ng Eden. (Ipakita ang larawang nililisan nina Adan at Eva ang halamanan.) Ang araling ito ay tatalakay kung bakit gumawa sila ng ganoong pagpili at kung paano nakaapekto sa ating lahat ang kanilang pagpili.

Ipaliwanag na pinili sa buhay bago pa ang buhay na ito sina Adan at Eva para sa isang natatanging misyon.

- Ano ang kanilang misyon? Bakit sila pinili na gawin ito?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na matantong pinili sina Adan at Eva na maging unang mga tao sa lupa dahil sa kanilang katapatan. Kabilang sila sa mga "marangal at dakila" sa mga anak ng ating Ama sa Langit (tingnan sa Abraham 3:22). Si Adan (na noon ay kilala sa pangalang Miguel) ay tumulong sa paglikha ng daigdig at isa sa mga namuno sa mga espiritung matwid tungo sa pagkapanalo sa digmaan laban sa mapanghimagsik na si Lucifer.

Ang Pagkahulog

Talakayan sa banal na kasulatan

- Anu-anong mga kautusan ang ibinigay ng Diyos kina Adan at Eva sa Halamanan ng Eden?

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Genesis 1:28 (o Moises 2:28) at Genesis 2:16–17 (o Moises 3:16–17) upang matuklasan ang dalawang kautusan na ibinigay kina Adan at Eva ng Ama sa Langit: magparami at kalatan (punuin) ang lupa at umiwas sa pagkain ng bunga ng kahoy ng pagkakilala ng mabuti at masama.

Ipaliwanag na hindi maaaring matupad nina Adan at Eva ang mga kautusang ito. Kapag pinili nilang kumain ng bunga, itataboy sila mula sa Halamanan ng Eden. Ngunit kung hindi nila kakainin ang bunga at mananatili sa halamanan, hindi sila maaaring magkaroon ng mga anak (upang "magpakarami at kalatan ang lupa"). Dahil ang Halamanan ng Eden ay lugar ng kawalang-malay, habang sina Adan at Eva ay naninirahan doon ay hindi sila maaaring magbago o umunlad sa anumang paraan, kabilang na ang pagkakaroon ng mga anak (tingnan sa 2 Nephi 2:22–23).

Siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Russell M. Nelson ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Upang madala ang plano ng kaligayahan sa pamumunga [katuparan], nagpalabas ang Diyos kina Adan at Eva ng unang kautusang ibinigay kailanman sa sangkatauhan. Ito ay kautusang magkaroon ng mga anak. Isang batas ang ipinaliwanag sa kanila. Kung kakain sila mula 'sa kahoy ng pagkakilala ng mabuti at masama' (Genesis 2:17), magbabago ang kanilang mga katawan; ang mortalidad at kamatayan sa bandang huli ay darating sa kanila. Ngunit ang pagkain sa bungang ito ay isang pangunang kailangan tungo sa pagiging mga magulang" (sa Conference Report, Okt. 1993, 46; o *Ensign*, Nob. 1993, 34).

Talakayan sa banal na kasulatan

- Ano ang nangyari kina Adan at Eva sa Halamanan ng Eden?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na sabihin kung ano ang nalalaman nila tungkol sa Pagkahulog. Pagkatapos ay ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang Moises 4:6–12 (maaaring naisin ninyong magpalit-palit ang mga miyembro ng klase sa pagbasa ng tig-iisang talata).

Ano ang sinabi ni Satanas na mangyayari kapag kinain ni Eva ang bunga ng kahoy ng pagkakilala ng mabuti at masama? (Tingnan sa Moises 4:10–11.) Bakit sinabi niya ito kay Eva? (Tingnan sa Moises 4:6; bigyang-diin na hindi batid ni Satanas na ang pagkain sa bunga ay isang kinakailangang bahagi sa plano ng Diyos para kina Adan at Eva.)

- Anong bahagi ng katwiran ni Satanas ang totoo? (Tingnan sa Moises 4:11.) Anong bahagi ang hindi totoo? (tingnan sa Moises 4:10.) Anu-ano ang ilang paraan ni Satanas ng paghahalo sa totoo at mga kasinungalingan sa ngayon upang mahimok tayong gawin ang kanyang nais?
- Bakit kinain nina Adan at Eva ang bunga?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na sina Adan at Eva ay kumilos nang may pagkakaunawa at gumamit ng kalayaan ng pagpili. Natanto nila na kapag hindi sila kumain ng bunga, hindi sila maaaring magkaroon ng mga anak at hindi sila matututong gumawa ng matwid na mga desisyon. Matalino nilang pinili na kainin ang bunga.

Talakayan sa pisara

- Anu-ano ang epekto ng Pagkahulog nina Adan at Eva sa kanilang mga inapo, kabilang tayo?

Markahan ang dalawang hanay sa pisara: *Bago ang Pagkahulog* at *Pagkatapos ng Pagkahulog*. Magpabuo sa mga miyembro ng klase ng talaan ng mga kalagayan bago ang Pagkahulog at talaan ng mga kalagayan pagkatapos ng Pagkahulog. Ang sumusunod ay halimbawa na may ilang mungkahi:

BAGO ANG PAGKAHULOG	PAGKATAPOS NG PAGKAHULOG
Walang karanasang mortal	Karanasang mortal
Walang pagsubok o pagsusulit	Pagsubok at pagsusulit
Walang katawang mortal	Katawang mortal
Iilang pagpipilian	Walang limitasyong mga pagpipilian
Walang gawain	Gawain
Walang paghahatol	Paghahatol
Walang kasalanan o pagsalungat	Kasalanan at pagsalungat
Walang pagsisising kinakailangan	Pagsisisi
Walang kagalakan o sakit	Kagalakan at sakit
Walang pangangailangan para sa isang Tagapagligtas	Ang Tagapagligtas at ang kanyang Pagbabayad-sala
Walang pagkakataon para sa kadakilaan	Pagkakataon para sa kadakilaan

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 2:22–25. Imungkahi na markahan ng mga miyembro ng klase ang talata 25 (paalalahanan ang mga miyembro ng klase na huwag mamarkahan ang mga kopya ng banal na kasulatan na mula sa aklatan o hiniram sa iba).

- Ano ang maaaring nangyari kina Adan at Eva kung hindi nila kinain ang ipinagbabawal na bunga? (Mananatili sila sa Halamanan ng Eden nang hindi umuunlad; hindi nila makikilala ang kagalakan dahil hindi nila nakilala ang kalungkutan; hindi sila magkakaroon ng mga anak. Gayundin, ang plano ng kaligtasan ng Diyos ay masisiphayo.)
- Ano ang maaaring nangyari sa atin kung hindi kinain nina Adan at Eva ang bunga? (Dahil hindi sila magkakaroon ng mga anak, hindi tayo magkakaroon ng pagkakataon na maisilang sa lupang ito.)

Muling patingnan sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 2:25.

- Sa paanong paraan napakahalaga para sa inyong walang hanggang kagalakan ang Pagkahulog nina Adan at Eva? (Ang Pagkahulog ang nagbigay sa atin ng pagkakataon na maisilang sa lupa, kung saan maaari tayong matuto at umunlad tungo sa kadakilaan at walang hanggang kagalakan.)

Patotoo

Magpatotoo na sina Adan at Eva ay gumawa ng sadyang pagpili na kainin ang ipinagbabawal na bunga. Ang kanilang pagpili ay hindi bunsod ng pagnanasa na sumuway sa Panginoon, kundi bunsod ng paghahangad na magtamo ng karunungan. Dahil sa pagpiling ito, nagkaroon tayo ng pagkakataon na makapunta sa lupa at matuto, kagaya nina Adan at Eva, kung paano piliin ang mabuti sa masama. Ipahayag ang iyong pagpapasalamat kina Adan at Eva at sa pagpiling ginawa nila.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tularan ang halimbawa nina Adan at Eva at piliin ang mabuti sa masama.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Anyayahan ang ina ng isang bagong silang na sanggol na pumunta sa klase at ipakita ang kanyang anak sa klase at ibahagi ang kanyang mga damdamin tungkol sa tanging karapatan ng pagdadala ng bagong espiritu tungo sa mortalidad. Ipaliwanag sa klase na hindi ito mangyayari kung hindi pinili nina Adan at Eva na kainin ang bunga.
2. Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na kabilang sila sa mga matwid na espiritu na kasama ni Adan sa daigdig bago ang mortalidad. Tulungan silang matanto na katulad sila sina Adan at Eva.
3. Isulat ang dalawang pamagat sa pisara: *Adan at Eva* at *Ako*.

   Magsimula sa pamamagitan ng pagtatala sa pisara ng isang paraan na katulad tayo nina Adan at Eva. Talakayin ang pagkakatulad na ito, at pagkatapos ay ipatala sa mga miyembro ng klase ang lahat ng pagkakatulad na maiisip nila. Talakayin ang bawat pagkakatulad na idinadagdag sa talaan. Ang natapos na talaan sa pisara ay lalabas na parang kagaya nito:

ADAN AT EVA	AKO
Mga anak na espiritu ng Diyos	Anak na espiritu ng Diyos
Binigyan ng kalayaang pumili sa pagitan ng mabuti at masama	Binigyan ng karapatang pumili sa pagitan ng mabuti at masama
Gumamit ng kalayaang pumili upang sumunod sa Diyos	Gumagamit ng kalayaang pumili upang sumunod sa Diyos
Natatanging misyon—unang lalaki at babae	Natatanging misyon—nakabinbin hanggang sa huling dispensasyon

Habang tinatalakay ninyo ang huling bagay sa ilalim ng "Ako," maaari ninyong naising gamitin ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Ezra Taft Benson (si Elder Benson ay isa pa lamang miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol nang gawin niya ang pahayag na ito; di-naglaon siya ay naging ikalabintatlong Pangulo ng Simbahan):

"Sa loob ng halos anim na libong taon ay inilaan kayo ng Diyos upang humarap sa mga huling araw bago sumapit ang Ikalawang Pagparito ng Panginoon. . . . Iningatan ng Diyos para sa kahuli-hulihang pagkakataon ang ilan sa pinakamatatatag niyang mga anak na tutulong sa matagumpay na pagdadala sa kaharian. At doon kayo papasok, sapagkat kayo ang salinlahi na kailangang nakahanda sa pagsalubong sa inyong Diyos" ("In His Steps," sa BYU *Speeches of the Year*, 1979, 59–60).

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magpatuloy sa pagiging katulad nina Adan at Eva, tinutularan ang kanilang matwid na mga halimbawa.

Ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo

Aralin **4**

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng pagpapahalaga para sa Pagbabayad-sala ni Jesucristo at sa tungkulin nito sa pagbibigay-daan sa atin na makamit ang kadakilaan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 1:1–3, 14; 3:16; 2 Nephi 9:7–9, 21–22; Doktrina at mga Tipan 19:16–18; Moises 4:2.
2. Maghandang basahin o isalaysay sa sarili ninyong mga salita ang kuwento ni Elder Boyd K. Packer sa ikaapat na gawaing nakapagpapaunlad.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang mga larawang Nananalangin si Jesus sa Getsemani (larawan 4 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62175 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 227); Ang Pagpapako sa Krus (62505 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 230); Paglilibing kay Jesus (62180 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 231); Ang Nabuhay na Mag-uling si Jesucristo (larawan 9 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62187 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 239).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo ay nasa gitna ng ebanghelyo. Sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala, mayroon tayong pagkakataon na magsisi at magkamit ng kadakilaan. Ang pagbibigay sa mga miyembro ng klase ng pag-unawa sa Pagbabayad-sala ay isang mapanghamong takdang-gawain na matutupad lamang sa tulong ng Espiritu. Kagaya ng iba pang mga aralin, hangarin ang pamamatnubay ng Espiritu habang naghahanda at nagtuturo kayo ng araling ito (tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, 17–18).*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ibinigay ni Jesucristo ang Kanyang Buhay para sa Atin

Kuwento

Isalaysay ang sumusunod na kuwento sa totoong buhay na gamit ang sarili ninyong mga salita:

Isang malamig at maniyebeng araw noong 1982, isang eroplano ang bumagsak sa isang tulay sa Washington, D.C., at lumapag sa Ilog Potomac. Ang karamihan ng mga tao sa eroplano ay kaagad na namatay, ngunit may anim na taong nakalabas sa eroplano at kumapit sa buntot nito habang may dalawang lalaki sa isang helikopter na naghagis sa kanila ng salbabida. Napakalamig ng tubig, at mahirap na mangunyapit sa eroplano. Nag-alala ang mga sumaklolo na baka

makabitaw ang mga pasahero sa pagkakakapit at malunod bago sila mahila at madala sa ligtas na lugar. Napansin ng mga sumaklolo na may isang lalaki na higit na alisto kaysa iba, kung kaya't ibinaba nila ang salbabida sa kanya. Ngunit sa tuwing gagawin nila ito, ipinapasa niya ang salbabida sa ibang tao upang ito ay maunang mailigtas. Nang mailigtas na ang limang pasahero, bumalik ang helikopter para sa lalaking iyon, ngunit wala na siya. (Tingnan sa Roger Rosenblatt, "The Man in the Water," *Time*, ika-25 ng Ene. 1982, 86; tingnan din sa Thomas S. Monson, *Ensign*, Mayo 1983, 56).

Talakayan

- Ano ang palagay ninyo sa mga ikinilos ng lalaking ito? Ano ang maaari ninyong ginawa sa situwasyong ito. Anong mga katangiang katulad ng kay Cristo ang ipinamalas ng lalaking ito?

Pagpapakita ng larawan

Ipakita ang apat na larawan ni Jesucristo. Ipaliwanag na ang lalaki sa ilog ay gumawa ng dakilang bagay nang walang pagdadamot na ibigay niya ang sariling buhay upang mailigtas ang buhay ng limang tao. Ngunit si Jesucristo ay gumawa ng higit pang dakilang bagay: ibinigay niya ang kanyang buhay upang mailigtas ang buhay na espirituwal ng lahat ng tao sa lupa. Ang araling ito ay tatalakay sa katungkulan ni Jesucristo bilang ating Tagapagligtas.

Kailangan Natin ng Tagapagligtas

Talakayan

Hilingin sa mga miyembro ng klase na pagbalik-aralan ang kanilang naaalala tungkol sa Pagkahulog sa nakalipas na aralin.

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na dahil sina Adan at Eva ay kumain ng bunga ng kahoy ng pagkakilala ng mabuti at masama, kapwa ang kamatayang espirituwal at pisikal ay dumating sa mundo.

- Ano ang nangyayari sa kamatayang pisikal? (Ang katawan ng isang tao ay nahihiwalay sa kanyang espiritu.)
- Ano ang nangyayari sa kamatayang espirituwal? (Ang isang tao ay nahihiwalay sa Ama sa Langit)

Ipaliwanag na kapag walang isang Tagapagligtas, kapwa ang kamatayang pisikal at espirituwal ay magiging permanente. Pagkamatay, ang ating mga katawan at espiritu ay maghihiwalay magpasawalang-hanggan, at hindi tayo maaaring muling mabuhay kasama ng Ama sa Langit. Ngunit kagaya ng Pagkahulog na isang bahagi ng plano ng Ama sa Langit, ang Ama sa Langit ay nagplano ring magkaroon tayo ng isang Tagapagligtas na mapagtatagumpayan kapwa ang kamatayang pisikal at espirituwal.

Si Jesucristo ang Napili upang Maging Tagapagligtas Natin

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa nang malakas sa isa o higit pang miyembro ng klase ang Juan 1:1–3, 14 at Moises 4:2 (maaari kailanganin mong ipaliwanag na "ang verbo" sa Juan 1 ay ginagamit na pangalan para kay Jesucristo). Ipaalala sa mga miyembro ng klase na si Jesucristo ay kasama ng Ama sa Langit bago nilikha ang mundo at siya ang napili sa daigdig bago ang mundo na lumikha sa mundo at maging Tagapagligtas natin.

- Paano naiiba ang pagkabuhay ni Jesus sa lupa sa pagkabuhay ng iba pa? Bakit mahalaga ang mga pagkakaibang ito?

Ang mga sagot ay maaaring magkaiba-iba, ngunit ituro na si Jesus ang Bugtong na Anak ng Ama sa Langit (ang Ama sa Langit ang ama ng pisikal na katawan ni Jesus at gayundin ng kanyang espiritu) at siya lamang ang taong nabuhay nang walang kasalanan sa lupa. Ipaliwanag na ang dalawang katangiang ito—ang kanyang Pagkadiyos at kawalang-kasalanan—ay kinailangan upang magawa ni Cristo na pagbayaran ang ating mga kasalanan at maging Tagapagligtas natin.

- Ano ang ibig sabihin ng salitang *magbayad-sala*? (Ayon sa pagkakagamit sa mga banal na kasulatan, ang magbayad-sala ay ang "iwasto o pagtagumpayan ang mga ibubunga ng kasalanan" at gawing "maging isa" ang mga taong nagkahiwalay [tingnan ang "Atonement," Bible Dictionary, 617].)
- Paano nakakatulong sa atin ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo na "maging isa" sa Ama sa Langit?

Tukuyin ang apat na larawang ipinakita kanina sa araling ito. Ipaliwanag na ang walang hanggang batas, o katarungan, ay nagtatakdang sinuman ang lumabag sa batas ay dapat na parusahan. Sa pamamagitan ng kanyang pagdurusa sa Halamanan ng Getsemani at ng kanyang kamatayan sa krus, inako ni Jesucristo ang kaparusahan para sa mga kasalanan ng lahat na nabuhay sa lupa. Dahil sa Pagbabayad-sala na ito, maaari tayong magsisi sa ating mga kasalanan, maging malaya sa damdaming makasalanan, at maging karapat-dapat na muling manirahan kapiling ng Ama sa Langit.

Dahil kay Jesucristo Maaari Tayong Maligtas Kung Magsisisi Tayo

Kuwento

Basahin o isalaysay ang kuwento sa ikaapat na gawaing nakapagpapaunlad. Bago kayo magsimula sa pagsasalaysay sa kuwento, maaaring kailanganin ninyong ipaliwanag na ang may-utang ay isang taong naghiram ng pera, at ang nagpautang ay isang taong nagpahiram ng pera.

Talakayan

Pagkatapos ninyong ibahagi ang kuwento, ipaliwanag na ang kuwentong ito ay isang parabula na sumasagisag sa ating kaugnayan sa ating Tagapagligtas.

- Sino ang kinakatawan ng may-utang? (Bawat isa sa atin.)
- Ano ang kinakatawan ng nagpautang? (Ang mga batas ng katarungan.)
- Sino ang kinakatawan ng kaibigan ng may-utang? (Si Jesucristo.)

Ipaliwanag na nang sumang-ayon tayo na pumunta sa lupa at tumanggap ng mga katawan, batid na natin na kung minsan ay makagagawa tayo ng maling mga pasiya. Ang ating mga kasalanan ay katulad ng utang ng lalaki sa kuwento. Ang mga batas ng katarungan ay hinihingi na mapagbayaran ang ating mga kasalanan kung tayo ay babalik upang muling mabuhay kapiling ng Ama sa Langit. Dahil si Jesus ay walang kasalanan at ang Bugtong na Anak ng Ama sa Langit, siya lamang ang makapagbabayad sa ating mga kasalanan at makapagbibigay-kasiyahan sa katarungan.

- Sa kuwento, ang tagapamagitan (ang kaibigan ng may-utang) ay nagsabi na siya ang magiging bagong nagpautang sa may-utang. Ang utang ay babayaran sa kanyang mga kondisyon. Anu-anong kondisyon ang itinakda ni Cristo para sa atin? Sa maikling salita, ano ang kailangan nating gawin upang matanggap ang lahat ng pagpapala ng Pagbabayad-sala ni Cristo?

Talakayan sa banal na kasulatan

Upang matulungan ang mga miyembro ng klase na mahanap ang sagot, ipabasa nang malakas sa bawat isa sa tatlong miyembro ng klase ang isa sa sumusunod na mga banal na kasulatan: Juan 3:16, 2 Nephi 9:21–22, at Doktrina at mga Tipan 19:16.

Ipaliwanag na dahil sa Pagbabayad-sala ni Cristo para sa atin, tayo ay nailigtas sa kamatayang pisikal nang walang anumang pasubali. Ang lahat ay mabubuhay na mag-uli. Ngunit upang makaligtas mula sa kamatayang espirituwal at makapiling muli ang Ama sa Langit, kailangan tayong maniwala kay Cristo, sumunod at tumalima sa kanya, at magsisi sa ating mga kasalanan.

- Ano ang mangyayari sa atin kapag hindi tayo nagsisi sa ating mga kasalanan? (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 19:17–18; tayo ay magdurusa para sa sarili nating mga kasalanan.)
- Ano sana ang nangyari sa may-utang sa kuwento kung hindi nag-alok ang kanyang kaibigan na tulungan siya? (Nakulong sana siya at nawalan ng lahat ng kanyang mga ari-arian.) Ano ang mangyayari sa atin kung hindi nagbayad-sala si Jesucristo para sa atin? (Tingnan sa 2 Nephi 9:7–9; hindi tayo mabubuhay na mag-uli, at ang ating mga kasalanan sa buhay na ito ay maglalayo sa atin sa kinaroroonan ng Ama sa Langit magpakailanman.)
- Ano ang nadarama ninyo, sa pagkakaalam na pinagbayaran ni Jesucristo ang halaga ng inyong mga kasalanan? (Anyayahan ang mga miyembro ng klase na sagutin ang tanong na ito sa kanilang sarili kung hindi nila nais na ibahagi sa klase ang kanilang mga damdamin.)

Patotoo

Magpatotoo sa pag-ibig ng Tagapagligtas para sa bawat miyembro ng klase, na ipinakita niya sa pamamagitan ng pagbabayad-sala sa ating mga kasalanan. Ipahayag ang inyong pasasalamat para sa kanyang Pagbabayad-sala.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na sumunod kay Jesucristo at magsisi sa kanilang mga kasalanan upang matanggap nila ang buong mga pagpapala ng Pagbabayad-sala ni Cristo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase:

1. Magdala sa klase ng unang pahina ng pangunahing pahayagan sa inyong lugar. Bigyang-diin na ang unang pahina ay inilalaan para sa pinakamahahalagang balita ng araw.

   - Kung ang ang isang kompanya ng pahayagan ay magpapalabas ng isang natatanging isyu na sumasaklaw sa buong kasaysayan ng mundo, sa palagay ninyo, anu-anong balita ang malalagay sa unang pahina?

   Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Neal A. Maxwell ng Korum ng Labindalawang Apostol:

   "Ang kamangha-mangha at maluwalhating Pagbabayad-sala ang pinakapangunahing gawa sa lahat ng kasaysayan ng tao" (sa Conference Report, Abr. 1985, 93; o *Ensign*, Mayo 1985, 73.)

- Bakit ang Pagbabayad-sala ang pinakamahalagang pangyayari sa kasaysayan?
- Paano makatutulong sa inyo ang kaalaman tungkol sa Pagbabayad-sala na pakitunguhan ang masasamang balita at kakila-kilabot na mga pangyayari na madalas na nakaulat sa pahayagan?

2. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maisaulo ang ikatlong saligan ng pananampalataya.
3. Awitin o pakinggan ang teyp ng "Ako'y Namangha" (*Mga Himno*) o "Kay Dakilang Karununga't Pag-ibig" (*Mga Himno)*.
4. Isalaysay ang sumusunod na kuwento ni Elder Boyd K. Packer:

"Ipaubaya ninyong isalaysay ko sa inyo ang isang kuwento—isang parabula.

"Minsan, may isang tao na masidhi ang pagnanais sa isang bagay. Para bagang ito na lamang ang higit na mahalaga sa kanya kaysa ano pa man sa buhay niya. Upang makamit niya ang kanyang ninanais, siya ay pumasok sa isang malaking pagkakautang.

"Binalaan na siya tungkol sa pagsubo sa ganitong kalaking utang, lalo na tungkol sa nagpautang sa kanya. Subalit inakala niyang napakahalaga para sa kanya na gawin ang ninanais niya at makamit kaagad kung ano ang nais niya. Nakatitiyak siya na mababayaran niya ito sa darating na panahon.

"Kaya lumagda siya sa isang kasunduan. Babayaran niya ang utang sa darating na mga araw. Hindi siya gaanong nag-alala tungkol dito, sapagkat ang takdang araw ng pagbabayad ng utang ay wari ba'y matatagalan pa. Nakamit na niya ngayon ang minimithi niya at iyan sa palagay niya ang mahalaga.

"Ang nagpautang ay laging nasa kanyang isipan, at siya ay nagbayad nang paunti-unti paminsan-minsan, inaakala na kahit paano ang takdang-araw ng paniningil ng bayad sa utang ay hindi na darating pa.

"Subalit tulad ng dapat asahan, dumating ang araw, at ang mga napagkasunduan ay dapat isakatuparan. Hindi nabayaran nang buo ang utang. Dumating ang nagpautang at hiningi ang kabuuang bayad.

"Noon lamang niya natanto na ang nagpautang sa kanya ay hindi lamang may kapangyarihan na samsamin ang lahat ng ari-arian niya, kundi mayroon ding kapangyarihan upang siya ay ipakulong sa bilangguan.

" 'Hindi kita mababayaran, sapagkat wala akong kakayahan na gawin iyon,' ang kanyang pag-amin.

" 'Kung ganoon,' sabi ng nagpautang, 'tutuparin natin ang mga napagkayarian sa ating kasunduan, kukunin ko ang mga ari-arian mo at papasok ka sa bilangguan. Sumang-ayon ka sa ganyan. Iyan ang pinili mo. Nilagdaan mo ang kasunduan, at ngayon, kailangang tuparin ito.'

" 'Hindi mo ba maaaring palugitan ang takdang araw o patawarin na ang utang?' pagmamakaawa ng may-utang. 'Gumawa ka ng paraan upang

mapanatiling nasa akin ang mga ari-arian ko at hindi ako mapasok sa bilangguan. Tiyak na naniniwala ka sa awa? Hindi ka ba makapagpapakita ng awa?'

"Sumagot ang nagpautang, 'Ang awa ay laging nasa isang panig lamang. Ikaw lamang ang makikinabang rito. Kung maaawa ako sa iyo, ako ay hindi na mababayaran. Katarungan ang aking kailangan. Naniniwala ka ba sa katarungan?'

" 'Naniwala ako sa katarungan nang ako ay lumagda sa kasunduan,' ang sabi ng may-utang. 'Nasa panig ko ito noon, sapagkat inakala ko na ito ang magsasanggalang sa akin. Hindi ko kailangan ang awa noon, at hindi ko rin inakala na kakailanganin ko ito kailanman. Inakala ko na ang katarungan ay magsisilbi sa ating dalawa sa paraang pantay-pantay.'

" 'Ang katarungan ang humihingi na gampanan mo ang itinatakda ng kasunduan o magdanas ng kaparusahan,' tugon ng nagpautang. 'Iyan ang batas. Sumang-ayon ka rito at ganyan ang dapat na mangyari. Hindi maaaring agawan ng awa ang katarungan.'

"Gayon ang katayuan nila: ang isa ay naghahangad ng katarungan, at ang isa ay humihingi ng awa. Ang sino man sa kanila ay hindi masisiyahan maliban sa kalugihan ng isa.

" 'Kung hindi mo patatawarin ang pagkakautang ay wala nang awa,' ang samo ng may-utang.

" 'Kung patatawarin ko, wala namang katarungan,' ang naging katugunan.

"Ang dalawang batas, sa pakiwari ay kapwa hindi mapagbibigyan. Ang mga ito ay dalawang walang hanggang batas na tila ba sumasalungat sa isa't-isa. Wala bang paraan upang ang katarungan ay ganap na masunod, at gayon din ang awa?

"May isang paraan! Ang batas ng katarungan ay *maaaring* ganap na masunod at ang awa ay *maaaring* ibigay—datapwat nangangailangan ng ibang tao. At ganito nga ang nangyari sa pagkakataong ito.

"Ang may-utang ay may kaibigan. Dumating ito upang tumulong. Kilalang-kilala niya ang may-utang. Alam niya na ang may-utang ay hindi laging naiisip ang mga kahihinatnan ng kanyang mga kilos. Inisip niya na ang may-utang ay hangal sa paglalagay sa kanyang sarili sa isang alanganing katayuan. Ganoon pa man, nais niyang tumulong sapagkat mahal niya ito. Namagitan siya sa dalawa, hinarap ang nagpautang, at ibinigay ang ganitong alok.

" 'Babayaran ko ang utang kung pakakawalan mo ang may-utang sa kasunduan upang mapasakanya na ang kanyang mga ari-arian at hindi na mapasok sa bilangguan.'

"Samantalang pinag-iisipan ng nagpautang ang alok, idinagdag ng tagapamagitan, 'Hiningi mo ang katarungan. Sapagkat hindi siya makababayad, gagawin ko ito. Maibibigay ko sa iyo ang nararapat at hindi ka na makahihingi nang higit pa. Iyon ay hindi magiging makatarungan.'

"At pumayag nga ang nagpautang.

“Bumaling ang tagapamagitan sa may-utang. ‘Kung babayaran ko ang utang mo, tatanggapin mo ba ako bilang nagpautang sa iyo?’

“ ‘Ah, oo, oo!’ sigaw ng may-utang. ‘Iniligtas mo ako sa bilangguan at nagpakita ka ng awa sa akin.’

“ ‘Kung ganoon,’ wika ng nagbigay-pala, ‘babayaran mo ang utang sa akin at ako ang magtatakda ng mga kasunduan. Hindi magiging madali ito, subalit maaaring mangyari. Bibigyan kita ng paraan. Hindi kailangang pumasok ka sa bilangguan.’

“At ang nangyari nga na ang nagpautang ay ganap na nabayaran. Siya ay makatwirang napakitunguhan. Walang kasunduang nasira.

“Ang may-utang, sa kabilang dako, ay nabigyan ng awa. Ang dalawang batas ay nasunod. Dahil may isang tagapamagitan, ang bahagi ng katarungan ay ganap na natamo, at ang awa ay nabigyan ng kasiyahan” (sa Conference Report, Abr. 1977, 79–80; o *Ensign*, Mayo 1977, 54–55).

Aralin 5

Mortalidad: Isang Panahon upang Matuto sa Pamamagitan ng Karanasan

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang mortalidad ay isang bahagi ng plano ng Diyos, isang panahon para sa atin na tumanggap ng katawang pisikal at matuto sa pamamagitan ng karanasan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 2 Pedro 1:5–7; 2 Nephi 31:16; Alma 34:32; Doktrina at mga Tipan 4:2; 88:123; 121:9; 130:18–19.

2. Gumawa ng paskil ng sumusunod na siping-banggit (mula sa *The Teachings of Spencer W. Kimball*, inedit ni Edward L. Kimball [1982], 25):

   "Binigyan tayo ng Diyos ng isang plano. Ipinadala niya tayong lahat sa lupa upang magkaroon ng mga katawan at magtamo ng karanasan at pagsulong."—Pangulong Spencer W. Kimball

   Kung hindi maaaring makagawa ng paskil, planuhing mabasa nang malakas ang siping-banggit sa oras ng aralin.

3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang tsart ng plano ng kaligtasan mula sa aralin 2.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Sa dami ng suliranin sa pang-araw-araw na buhay, napakadali kung minsan na mawala sa ating isipan ang katuturan ng mortalidad. Ang buhay sa lupa ay isang panahon upang matuto. Natatamo natin ang ating mga katawan, mga tabernakulo para sa ating mga espiritu, at pagkatapos ay natututong supilin ang mga ito. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na "ang buhay na ito ang panahon . . . na maghanda sa pagharap sa Diyos" (Alma 34:32).

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Buhay sa Lupa ay Isang Paaralan

Ipakita ang tsart ng plano ng kaligtasan. Ipakita rin ang paskil na naglalaman ng siping-banggit mula kay Pangulong Kimball, ngunit huwag itong ihaharap sa mga miyembro ng klase upang hindi nila makita ang siping-banggit. Tinutukoy ang tsart, magtanong:

- Sa anong yugto ng plano ng kaligtasan naroroon tayo ngayon?

Ipaturo sa isang miyembro ng klase ang mortalidad, o buhay sa lupa.

- Bakit nandirito tayo sa lupa? Bakit isang mahalagang bahagi ng plano ng kaligtasan ang mortalidad?

Pagkatapos magkaroon ang mga miyembro ng klase ng ilang saglit upang tumugon, iharap ang paskil at ipabasa sa isang miyembro ng klase ang pahayag ni Pangulong Kimball (kung hindi kayo nakagawa ng paskil, basahin ang siping-banggit mula sa manwal). Ipaalala sa mga miyembro ng klase na si Pangulong Kimball ang panlabindalawang Pangulo ng Simbahan. Ipaliwanag na kagaya ng sinabi ni Pangulong Kimball, ang dalawang mahahalagang dahilan kung bakit pumunta tayo sa lupa ay upang makatanggap ng katawan at magtamo ng karanasan. Bilang mga espiritu sa buhay bago sa lupa ay natuto tayo nang labis, ngunit upang makapagpatuloy sa pagsulong kailangan nating pumunta sa lupa at tumanggap ng katawan.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Kimball:

"Aking mga kapatid, tayo ay malayo sa ating tahanan. Tayo ay pumapasok sa paaralan. Hindi magiging madali ang ating mga aralin. Kung paano tayo tumutugon sa mga ito, kung paano tayo nagtatagumpay at nagsasagawa at namumuhay ang siyang magtatakda ng ating mga gantimpala, at ang mga ito ay magiging palagian at walang hanggan. . . .

"Kayo ay ipinadala sa mundong ito na may napakahalagang layunin. Ipinadala kayo sa paaralan, dahil sa bagay na iyan, upang magsimula bilang sanggol at lumaki hanggang sa kamangha-manghang lawak ng karunungan, pagpapasiya, kaalaman, at kapangyarihan" (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, 28, 31).

Talakayan sa pisara

- Anong tahanan ang tinutukoy ni Pangulong Kimball nang sabihin niyang "tayo ay malayo sa ating tahanan"? (Ang ating tahanan kapiling ang ating Ama sa Langit.)
- Ano ang paaralan na tinutukoy ni Pangulong Kimball? (Mortalidad.)
- Anu-ano na ang inyong natutuhan sa mga taon na namalagi kayo sa paaralang ito?

Hayaang halinhinang magsabi ang mga miyembro ng klase ng mga bagay na natutuhan na nila, at itala ang kanilang mga sagot sa isang hanay sa pisara. Magpatuloy sa loob ng dalawa o tatlong minuto o hanggang wala nang maisip na sagot ang mga miyembro ng klase.

Muling tukuyin ang paskil na naglalaman ng pahayag ni Pangulong Kimball. Ipaliwanag na ang ilan sa mga bagay na kailangan nating matutuhan at ang ilan sa mga karanasan natin sa lupa ay tahasang may kaugnayan sa pagkakaroon ng katawan. Ang ating mga katawan ay dakilang mga pagpapala sa atin, ngunit kailangan nating matutuhang supilin ang mga ito at gamitin nang matwid.

Talakayan sa tsart at sa paskil

Bigyang-diin ang ilang kasanayang pisikal na nakatala sa pisara, kagaya ng paglalakad o pagsasalita.

- Paano magagamit nang matwid ang mga kasanayang ito? (Dapat nating gamitin ang ating mga kakayahang pisikal sa pagsunod sa mga kautusan ng Diyos. Halimbawa, hindi natin dapat gamitin ang ating kakayahang makalakad upang pumunta tayo sa mga lugar na hindi natin dapat

puntahan, at hindi natin dapat gamitin ang ating kakayahang makapagsalita upang magsinungaling o banggitin ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan.)

Ipaliwanag na ang pagkakatuto na supilin ang ating mga katawan at gamitin ang mga ito nang matwid ay kinabibilangan din ng pagkakatuto na supilin ang ating mga pagkakagusto at mga pagnanasa. Ang mga kautusan na kagaya ng Salita ng Karunungan at ang batas ng kalinisang-puri ay tumutulong sa atin na gamitin ang ating mga katawan nang matwid.

Kailangan Tayong Maghanda sa Pagsalubong sa Diyos

Talakayan sa pisara

Ipaliwanag na napakarami nating dapat matutuhan sa panlupang paaralang ito bago tayo magiging handa sa pag-uwi sa ating Ama sa Langit. Pabuksan sa mga miyembro ng klase ang Alma 34:32, at ipabasa ito nang malakas sa isang miyembro ng klase.

- Sa palagay ninyo, ano ang kailangan nating matututuhan upang maging handa sa pagsalubong sa Diyos?

Itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pisara kasunod ng talaan ng mga natutuhan na nila. (Kung nahihirapan ang mga miyembro ng klase na makaisip ng mga sagot, ipahanap sa kanila ang 2 Pedro 1:5–7 at 2 Nephi 31:16 at gamitin ang mga katangiang nabanggit sa mga talatang ito upang simulan ang talaan.)

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang magkakaibang kalagayan at situwasyon na nararanasan natin sa buhay ay nakatutulong sa atin na matuto ng iba't-ibang bagay upang maihanda tayo na muling mabuhay kapiling ang ating Ama sa Langit. Isulat sa pisara ang apat na situwasyon sa ibaba at ang katumbas na mga sangguniang banal na kasulatan. Ipahanap at ipabasa sa mga miyembro ng klase ang mga banal na kasulatan upang matuklasan ang mga bagay na maituturo sa atin ng mga situwasyong ito. (Maaari ninyong naising hatiin ang mga miyembro ng klase sa apat na pangkat at atasan ang bawat pangkat na hanapin ang isang banal na kasulatan.)

Halimbawa, ang pagiging bahagi ng isang mag-anak ay tumutulong sa atin na matutuhan ang pagmamahal at hindi pagiging makasarili (pansinin na hindi lamang ang mga sagot sa loob ng mga panaklong ang naaangkop na mga sagot; maaaring makaisip ang mga miyembro ng klase ng iba pang mga bagay na maituturo sa atin ng mga situwasyong ito).

Mag-anak: Doktrina at mga Tipan 88:123 (pagmamahal at hindi pagiging makasarili)

Mga tungkulin sa Simbahan: Doktrina at mga Tipan 4:2 (paglilingkod)

Mga kaibigan: Doktrina at mga Tipan 121:9 (katapatan)

Paaralan, Simbahan, mga klase sa seminaryo: Doktrina at mga Tipan 130:18–19 (kaalaman at pang-unawa)

Muling patingnan sa mga miyembro ng klase ang talaan ng mga bagay na kinakailangan upang maging handa sa pagsalubong sa Diyos, at paisipin sila ng situwasyon o karanasan na nakatulong sa kanila na matutuhan ang isa sa mga araling ito. (Halimbawa, ang pag-aalaga sa isang nakababatang kapatid

ay maaaring nakatulong sa kanila na matutuhan ang pagtitiyaga; ang pagdadala sa isang kapansanan ay maaaring nakatulong sa kanila na matutuhan ang pagkahabag; ang pagdanas ng pagkasira ng loob o kabiguan ay maaaring nakatulong sa kanila na matutuhan ang pagpupumilit.) Anyayahan sila na ikuwento sa ibang mga miyembro ng klase ang tungkol sa karanasan at mga natutuhan nila.

Magbahagi man o hindi ng karanasan ang mga miyembro ng klase, hikayatin sila na itala ang karanasan at kung ano ang kanilang natutuhan mula dito sa kanilang mga talaarawan sa kanilang pag-uwi, kung hindi pa nila ito nagagawa.

May Hangganan ang Ating Pananaw

Kuwento at talakayan

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang ating mga karanasan sa lupa ay bahagi ng ating buhay na walang-hanggan. Mayroon tayong may hangganang pananaw sa kawalang-hanggan sa ngayon, ngunit pagkamatay natin, mauunawaan nating higit na mabuti ang kahalagahan ng mortalidad bilang isang panahon upang matuto.

Hilingin sa mga estudyante na ilarawan sa isip na nakatayo sila sa isang maliwanag na silid, at tinitingnan ang gabi sa bintana.

- Ano ang nakikita ninyo?

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento na ibinahagi ni Pangulong Kimball tungkol sa isang karanasan niya bago siya naging Pangulo ng Simbahan:

"Habang nasa lungsod ng Honolulu, tumuloy kami sa isang silid na kulong ng salamin sa tatlong tabi. Pinaliliwanag ng ilaw ang silid at nakikita namin ang makinang na salamin, ang magagandang kasangkapan, kisame, sahig, mga dingding, ang mga plorera at iba pang mga palamuti, lahat ng bagay na nasa silid lamang. Ang aming paningin ay hanggang sa maliit na silid at mga laman nito lamang. At pagkatapos ay pinatay namin ang mga ilaw at nagtungo sa bintana, at sa pamamagitan ng bintanang iyon, na kanina ay hangganan ng aming pananaw, ngayon ay nakikita namin nang maliwanag ang bubong ng mga bahay, ang itaas ng mga puno, ang mga lansangan sa ibaba na may maraming ilaw-lansangan, na puno ng mga ilaw ng mga sasakyan, at sa dako pa roon ay nakikita namin ang tabing-dagat at ang malalaking otel at Aplaya ng Waikiki, ang Punchbowl at Old Diamond Head kabilang ang kanilang mga bunganga, at ang malawak na karagatan na may mga barkong nagdadala ng mga kalakal ng daigdig.

"Katulad [ito] ng kawalang-hanggan. Dito [sa lupa] ay limitado ang ating mga pananaw. Sa pamamagitan ng ating mga mata, nakakikita tayo hanggang sa ilang milya lamang. Sa pamamagitan ng ating mga tainga, nakaririnig tayo sa loob ng ilang taon lamang. Tayo ay nababalot, nakakulong, kumbaga, sa isang silid, ngunit kapag ang ating mga ilaw ay nagdilim na sa buhay na ito, saka natin makikita ang kabila ng mga hangganang mortal. . . .

"Babagsak ang mga dingding, magwawakas ang oras at mawawala at mapapawi ang agwat habang patungo tayo sa kawalang-hanggan . . . at kaagad tayong lilitaw sa isang malaking daigdig na kung saan ay walang mga limitasyong

panlupa na kahalintulad sa ating oras, agwat, o bilis" (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, 40–41).

- Paano makatutulong sa atin ang kaalaman natin tungkol sa buhay na walang-hanggan na gamitin ang mortalidad bilang isang panahon upang matuto at magkamit ng karanasan?

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na sinabi ni Pangulong Kimball na "ang ating mga aralin [sa buhay na ito] ay hindi magiging madali," ngunit bigyang-diin na ang gantimpala na maaari nating matamo mula sa pagkakatuto sa mga araling ito—kadakilaan—ay sulit sa pagsusumikap na kinakailangan.

Patotoo

Ipahayag ang inyong pasasalamat para sa naging mga karanasan ninyo sa buhay at sa kung ano ang itinuro ng mga ito sa inyo. Magpatotoo na ginawa ng Ama sa Langit ang mortalidad bilang panahon upang matuto at umunlad dahil mahal niya tayo.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ituring ang lahat ng kanilang karanasan bilang mapanghamong mga pagkakataon upang matuto at umunlad.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ituro sa mga miyembro ng klase na kapwa ang mabuti at masamang mga karanasan ay tumutulong sa atin na matuto at umunlad. Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang pinakamasamang bagay na naganap sa kanila nitong nakaraang linggo. Pagkatapos ay hilingin sa kanila na mag-isip ng isang aral, gaano man kaliit, na maaari nilang matutuhan mula sa karanasang iyon.

   Pagkatapos ay hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang pinakamagandang bagay na naganap sa kanila nitong nakaraang linggo at kung ano ang maaari nilang matutuhan mula sa karanasang iyon. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na ibahagi, kung naaangkop, ang kanilang pinakamasama o pinakamagandang karanasan at kung ano ang kanilang natutuhan mula dito.

2. Kasama ng mga miyembro ng klase, awitin o basahin ang mga salita ng "Turuang Lumakad sa Liwanag" (*Mga Himno*). Talakayin sa mga miyembro ng klase kung paano makatutulong sa atin ang mga magulang at guro na matuto at magtamo ng karanasan.

   Paalala sa guro: Ang pag-awit ng mga himno o awitin sa Primarya kasama ng inyong klase ay makatutulong upang matamo ang Espiritu, at ang Espiritu ang magbibigay patotoo sa mga katotohanan na itinuro ninyo. (Tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin, 172–174.)

3. Bago magklase, isulat ang bawat parirala mula sa sumusunod na talaan sa magkakahiwalay na kard. Sa klase, paghalu-haluin ang mga kard at ilatag silang nakataob sa mesa o sa sahig. Hatiin ang mga miyembro ng klase sa mga koponan. Hilingin sa mga koponan na magpalit-palit sa pagkuha ng dalawang kard na magkaparis (gumawa ng wasto at buong pahayag). Kung magkaparis

ang mga kard, kukunin ng koponan ang mga ito at muling kukuha ng dalawang kard. Kung hindi magkaparis ang mga kard, itataob ito ng koponan sa dating lugar, at ang susunod na koponan naman ang kukuha. Magpatuloy hanggang sa makuha ang lahat nang magkakaparis.

Mga magkakaparis:

Ang buhay na ito ang panahon	upang maghandang salubungin ang Diyos.
Pumunta tayo sa lupa upang tumanggap	ng katawan at magtamo ng karanasan.
Ang buhay sa lupa ay bahagi lamang	ng ating walang hanggang buhay.
Ang ating mga karanasan sa lupa ay tumutulong	sa atin na matuto.
Ang mortalidad ay tinatawag ding	ating ikalawang kalagayan.
Ang plano ng kaligtasan ay ginawa ng	Ama sa Langit.
Pinili ng Ama sa Langit si Jesucristo	upang ating maging Tagapagligtas.
Ang kalayaang pumili ay ang	kapangyarihang magpasiya.
Ang Pagkahulog ay nagdulot ng espirituwal	at pisikal na kamatayan.

4. Tanungin ang mga miyembro ng klase:

   - Nakapanood na ba kayo ng Olimpiyada (o iba pang bantog na paligsahang pampalakasan), doon mismo sa lugar nito o sa telebisyon?

     Hayaang magbahagi ang mga miyembro ng klase ang kanilang mga karanasan sa loob ng ilang saglit. Pagkatapos ay ipaliwanag na bagamat kapana-panabik manood ng mahuhusay na pagganap sa palakasan, kakaunting manonood ang nakababatid sa mga taon ng katapatan, disiplina, at pagsasanay na kailangang maranasan ng bawat manlalaro bago siya maging handa para sa paligsahan. Ang pagganap ng manlalaro ay tuwirang bunga ng sunud-sunod na pag-asenso tungo sa layuning minimithi.

   - Paano natutulad ang buhay sa Olimpiyada? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng kapwa nangangailangan ng paghahanda at pagsusumikap para sa tagumpay o kapwa kinabibilangan ng pagpupumilit sa harap ng kabiguan.)

   - Paano naiiba ang buhay sa Olimpiyada? (Ang isang maaaring sagot ay sa Olimpiyada iilang manlalaro lamang ang makatatanggap ng gintong medalya, ngunit ang bawat isa sa atin ay maaaring magkamit ng pinakamataas na gantimpala ng buhay.)

   Ipaliwanag na kagaya ng mga manlalaro sa Olimpiyada, nagsasanay tayo upang maabot ang isang mahalagang mithiin. Ang “gintong medalya” na ating hinahangad ay kadakilaan sa kahariang selestiyal, at matatanggap lamang natin ang gantimpalang ito pagkatapos na magpakita ng katapatan at disiplina sa pagsunod sa mga kautusan at pagtupad sa mga tipan na ibinigay sa atin ng Diyos.

Aralin
6

Matutulungan Tayong Umunlad ng Pagsubok

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ituring ang mga pagsubok at paghihirap na mga pagkakataon para sa pag-unlad.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 7:24–27; 2 Nephi 2:11, 22–23; Doktrina at mga Tipan 122:7.
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Kapag dumarating ang pagsubok, kung minsan ay maaaring madama ng isang kabataan na siya lamang ang tanging nagkakaroon ng problema. Ngunit lahat tayo ay pumiling pumunta sa lupa upang subukin, at ang mga pagsubok na hinaharap natin ay nagbibigay sa atin ng pagkakataon upang sumulong at umunlad. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na ang pag-unawa kung bakit tayo nakararanas ng pagsubok ay makatutulong sa atin na matuto mula sa ating mga pagsubok at kabiguan.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Paano Kayo Tumutugon sa Pagsubok?

Kuwento at Talakayan

Isalaysay o basahin ang sumusunod na kuwento:

Mahal ni Diane Ellington ang gymnastics. Nagsumikap siya upang mapagbuti ang kanyang talento, at nanalo siya sa mga pambansang kampeonato (sa Estados Unidos) noong siya ay nasa mataas na paaralan at kolehiyo. (Nagplano siyang makilahok sa isang pambansang paglalakbay sa gymnastics kasama ang ilang kilalang kilalang gymnast, ngunit habang nagsasanay para sa paglalakbay na iyon namali ang bagsak niya mula sa paglundag at nabali ang kanyang leeg. Dahil sa kapinsalaang ito siya ay naparalisado. Hindi na siya muling makakalahok sa gymnastics; hindi na siya kailanman makakalakad pa.

Ano ang gagawin ninyo kung mangyayari ang ganito sa inyo?

Bigyan ng ilang sandali ang mga miyembro ng klase upang makasagot, pagkatapos ay tapusin ang kuwento:

Nanatili si Diane sa ospital nang limang buwan pagkatapos ng aksidente. Noong unang ilang buwan ay nakadama siya ng kawalang pag-asa at pagkabigo. Nakatanggap siya ng basbas ng pagkasaserdote, na hindi nangako sa kanya na siya ay gagaling ngunit ito ay nagbigay sa kanya ng malaking kapayapaan. Sa bandang huli ay napag-isipan niya, "Maaari akong tumigil na o magpatuloy sa aking buhay." Natuto siyang gumamit ng silyang may gulong at muling asikasuhin ang kanyang

sarili. Pagkalabas niya sa ospital, bumalik siya sa kolehiyo, nagtapos, at naging guro sa mababang paaralan. Nagbibigay rin siya ng pananalita sa mga kabataan upang tulungan silang magtagumpay sa mga kabiguan at pagsubok. Sinabi ni Diane, "Iniisip lagi ng mga tao, 'Kahanga-hanga ka, napakagaling mo,' ngunit hindi ako ganoon. . . . Dapat ninyong tanggapin ang anumang ibibigay sa inyo ng buhay at harapin ito, maging ayaw man ninyo. . . . Matututo lang kayo at iyan ang napakahalaga tungkol sa panahon at sa proseso ng pagpapagaling. Hindi kayo kailangang maging mahimala." (Tingnan sa Kendral Kasl Phair, "A Champion Again," *New Era*, Nob. 1988, 21–25.)

Bakit Tayo Nakararanas ng Pagsubok?

Talakayan

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na noong nakaraang ilang linggo ay pinag-aralan nila ang tungkol kina Adan at Eva (tingnan sa aralin 3).

- Ano ang buhay nina Adan at Eva sa Halamanan ng Eden? (Hindi sila nakararanas ng kalungkutan, sakit, karamdaman, o kamatayan; nabubuhay ang mga pagkain nang wala silang ginagawa.)
- Ano ang buhay nina Adan at Eva matapos silang paalisin sa Halamanan ng Eden? (Kinailangan nilang magtrabaho nang husto upang makapagpalaki ng pananim at makuha ang kanilang mga kailangan; nakaramdam sila ng kalungkutan, sakit, karamdaman, at kamatayan.)

Ipaliwanag na katulad nina Adan at Eva pagkatapos ng Pagkahulog, kailangan din nating magtrabaho nang husto, at tayo ay makararanas ng kalungkutan, sakit, karamdaman, at kamatayan. Nang piliin nating tumanggap ng katawan at pumarito sa mundo, pinili rin nating humarap sa pagsubok. Bagaman ang mga pagsubok natin ay magkakaiba, bawat tao sa mundo ay nahaharap sa alinmang uri ng pagsubok.

- Bakit natin kailangang makaranas ng pagsubok?

Siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang mga pagsubok, kabiguan, kalungkutan, at pasakit sa puso ay dumarating sa atin mula sa dalawang magkaibang pinanggagalingan. Ang mga lumalabag sa mga batas ng Diyos ay tuwinang magkakaroon ng ganitong mga hamon. Ang iba pang dahilan ng pagsubok ay upang maisakatuparan ang sariling mga layunin ng Panginoon sa buhay natin nang matanggap natin ang pagpapadalisay na inihahatid ng pagsubok. . . . [Ang ilang pagsubok] ay patunay na batid ng Panginoon na handa na kayong umunlad pa" (sa Conference Report, Okt. 1995, 18; o *Ensign*, Nob. 1995, 16).26

Talakayan sa pisara

Bigyang-diin na maiiwasan natin ang pagsubok na dumarating mula sa unang pinanggagalingan, ang hindi pagsunod sa mga kautusan ng Diyos. Ginagawa natin ito sa pamamagitan ng pagpili ng matwid (tama).

- Anu-anong uri ng pagsubok ang mapipili nating iwasan?

Itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa isang hanay sa pisara. Maaaring kabilangan ang sagot ng masamang kalusugan o pagkasugapa dahil sa paglabag ng Salita ng Karunungan, pag-aaway sa mag-anak dahil sa pagka-

makasarili at kasakiman, pagkakasala o kaparusahan dahil sa paglabag sa batas ng lupain, o anumang iba pang pagsubok na hatid ng mali nating pagpili.

Ipaliwanag na kung nahaharap tayo sa pagsubok na dala ng kasalanan, dapat tayong gumawa ng paraan upang makapagsisi sa kasalanang iyon. Ang pagsisisi sa kasalanan ay makatutulong sa pag-alis o pagbawas sa pagsubok. (Maaari ninyong kailanganing sabihin na minsan ay nahaharap tayo sa pagsubok dahil sa kasalanan ng ibang tao. Dahil bawat tao ay malayang pumili ng kanyang ikikilos, ang ganitong pagsubok ay nasa ilalim ng pangalawang kategorya, sa ibaba.)

- Anu-anong uri ng pagsubok ang maaaring dumating sa atin anuman ang ginawa nating pagpili?

Itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pangalawang hanay sa pisara. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng maraming uri ng sakit o kapansanan, pinsala o pagkawala ng salapi na sanhi ng aksidente o panahon, at kabiguan mula sa hindi pagtanggap ng isang inaasahang pagkakataon o biyaya.

Ipaliwanag na samantalang hindi natin mapipiling maiwasan ang ganitong mga uri ng pagsubok, mapagpapasiyahan natin kung paano tayo tutugon sa mga ito. Kung ituturing natin ang mga pagsubok natin bilang pagkakataon upang matuto at umunlad, maaari silang maging pagpapala para sa atin.

Maaari Tayong Matuto at Umunlad sa Pamamagitan ng Pagsubok

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang anak na lalaki ni Lehi na si Jacob ay dumanas ng mga pagsubok at kalungkutan dahil sa kanyang mga nakatatandang kapatid na lalaki (tingnan sa 2 Nephi 2:1). Ipinaliwanag ni Lehi kay Jacob kung bakit kailangan natin ng pagdurusa at pagsubok upang matuto.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase (sa kanilang sariling banal na kasulatan) ang 2 Nephi 2:11, 22–23.

- Bakit kailangan nating malaman ang kahirapan upang malaman ang kaligayahan?
- Ano ang ilang iba pang bagay na magkasalungat na natututuhan natin sa pamamagitan ng pagsubok? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng karamdaman at kalusugan o kasamaan at kabutihan.)
- Paano kayo natulungan ng inyong mga pagsubok na mapasalamatan ang inyong mga pagpapala?

Talakayan sa pisara

Isulat ang dalawang pamagat sa pisara: *Pagsubok* at *Mga Aral na Matututuhan*

Hilingin sa mga miyembro ng klase na magsabi ng ilang pagsubok na maaaring kaharapin ng mga taong nasa edad nila? Itala ang mga ito sa pisara sa ilalim ng unang pamagat. Maaaring mapabilang sa talaan ang hindi paggawa nang mabuti sa isang takdang-gawain sa paaralan, pagkabali ng braso o binti, pagkatalo sa laro, paglayo sa mga kaibigan, pagtanggap ng pagkamatay ng isang minamahal, o pagkakaroon ng mahaba o nakapagpapahinang sakit.

Pagkatapos ay talakayin sa mga miyembro ng klase ang mga aral na maaaring matutuhan mula sa bawat pagsubok. Halimbawa, ang pagkatalo sa isang laro ay maaaring makapagturo sa atin ng pagpapakumbaba o makapagbigay sa atin

ng ibayong pag-unawa sa kalagayan ng iba na nakararanas ng pagkabigo. Ang pagkamatay ng isang mahal sa buhay ay maaaring magpalakas ng ating patotoo tungkol sa plano ng kaligtasan. Itala ang mga aral na ito sa pisara sa ilalim ng pangalawang pamagat, at talakayin kung paano makatutulong ang bawat aral na ito sa atin na maging higit na katulad ng ating Ama sa Langit at ng ating Tagapagligtas.

Maaari Tayong Maghanda para sa Pagsubok

Siping-banggit at talakayan

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Scott:

"Hindi kailanman hinangad ang buhay na maging madali. Bagkus, ito ay isang panahon ng pagsubok at pag-unlad. Kaakibat nito ang mga kahirapan, hamon, at pasanin. . . . Ngunit ang mismong mga puwersang ito, kung haharapin, ay magbibigay ng pagkakataon para sa napakalaking pansariling pag-unlad at pagsulong. Ang pagtatagumpay sa pagsubok ay nagbibigay ng lakas ng pagkatao, nagkikintal ng tiwala sa sarili, naghahatid ng paggalang sa sarili, at tumitiyak ng tagumpay sa mabuting hangarin" (sa Conference Report, Okt, 1981, 13; o *Ensign*, Nob. 1981, 11).

- Paano natin magagapi ang pagsubok? (Gamitin ang talakayan sa susunod pa ng bahaging ito upang matulungan ang mga miyembro ng klase na masagot ang tanong na ito.)

Talakayan sa banal sa kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 7:24–27.

- Ano ang pagkakaiba ng isang taong nagtayo ng kanyang bahay sa bato sa isang taong nagtayo ng kanyang bahay sa buhangin?

Bigyang-diin na ang kapwa bahay ay dapat manatiling nakatayo pagdaan ng mga bagyo. Ang kaibahan ay ang pundasyon: ang bahay na itinayo sa bato ay nakayanan ang bagyo, samantalang ang bahay na itinayo sa buhangin ay hindi.

- Ano ang isinasagisag ng bato sa talinghagang ito? (Tingnan sa Mateo 7:24; ang mga turo ni Jesucristo.) Paano tayo matutulungan ng ating pananampalataya kay Jesucristo sa mga oras ng pagsubok?

Talakayan

Bagaman hindi natin alam ang mga tiyak na uri ng pagsubok na mararanasan natin sa hinaharap, ano ang maaari nating magawa upang makapaghanda at mapalakas ang ating sarili sa pagharap sa mga pagsubok?

Itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pisara. Tiyakin na ang sumusunod na mga pangkalahatang alituntunin ay lalabas sa talakayan:

1. Lahat ng tao ay mahaharap sa pagsubok. Nang piliin nating pumarito sa mundo, alam nating susubukin tayo rito. Ang pagkaalam na handa tayong humarap sa pagsubok ay makatutulong sa atin na makapaghanda at humarap sa pagsubok.
2. Ang pinakamabuting paraan upang makapaghandang humarap sa pagsubok ay ang magtayo ng bahay sa ibabaw ng bato—sundin ang mga kautusan at mamuhay ayon sa mga doktrina at alituntunin ng ebanghelyo.

3. Matutulungan tayo ng matapat na panalangin upang matagalan ang pagsubok. Minsan kapag kaharap natin ang pagsubok hindi natin nais na manalangin, ngunit kung nakaugalian na nating manalangin ng tapat, mas madaling makapananalangin para sa lakas upang mapagtagumpayan ang mga pagsubok.

4. Sa oras ng pagsubok maaari tayong makakuna ng tulong sa iba, tulad ng ating mga magulang at iba pang miyembro ng mag-anak, tagapagturo ng tahanan, at pinuno ng Simbahan. Ang pagkakaroon ng magandang relasyon sa mga taong ito bago ang panahon ng pagsubok ay makapagpapadali sa ating lumapit sa kanila kapag kailangan natin ang tulong nila.

Patotoo

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na bawat isa sa atin ay humaharap sa pagsubok. Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 122:7 upang malaman kung ano ang sinabi ng Panginoon kay Joseph Smith sa Piitan ng Liberty tungkol sa pagsubok at paghihirap na kanyang hinaharap.

Magpatotoo na ang pagsubok na ating hinaharap ay makatutulong sa atin na matuto at umunlad at maaaring ikabuti natin. Maaaring naisin ninyong ikuwento ang tungkol sa ilang uri ng pagsubok na inyong kinaharap at paano kayo umunlad mula sa karanasan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ituring ang kanilang mga pagsubok na mga pagkakataon upang matuto at umunlad.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Gumawa ng mga kopya ng palaisipan na makikita sa pahina 40. Bigyan ang bawat miyembro ng klase o pares ng miyembro ng klase ng kopya ng palaisipan, at patingnan sa kanila ang mga banal na kasulatan upang masagutan ito. O ilagay ang palaisipan sa pisara at tulung-tulong na pasagutan ito sa buong klase.

   Mga sagot:

   Pahalang: 1-Smith; 3-kapayapaan; 4-Liberty; 6-karanasan; 7-tumiwala; 8-kapakinabangan.
   Pababa: 1-Sandali; 2-tiisin; 5-pagpapala; 9-matiisin.

2. Maglagay ng isang magaan na bola (tulad ng bola ng pingpong) sa isang malaking bote na may takip. Punuin ng hilaw na trigo o bigas ang bote, at takpan. Alugin nang husto ang bote. Habang ginagawa ninyo ito ang bola ay unti-unting mapupunta sa itaas ng bote.

   Ipaliwanag na bagaman nagsimulang nasa ilalim ng bote ang bola, pumaitaas ito dahil mas magaan ito kaysa trigo na nakapalibot dito. Katulad nito, kung magiging positibo ang ating pagtanggap sa ating mga pagsubok, mananaig tayo rito kaysa tayo ay matalo nito.

3. Ipaliwanag na kapag tayo ay humaharap sa pagsubok ay makatutulong kung aalalahanin natin na mahal tayo ng Ama sa Langit at alam niya ang

pinakamabuti para sa atin. Bagaman maaaring hindi natin maunawaan kung paano ang isang pagsubok o karanasan ay magiging para sa ating kabutihan, ito ay nauunawaan ng Ama sa Langit, at tutulungan niya tayong makaunawa sa kanyang sariling panahon.

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento ni Elder Hugh B. Brown, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

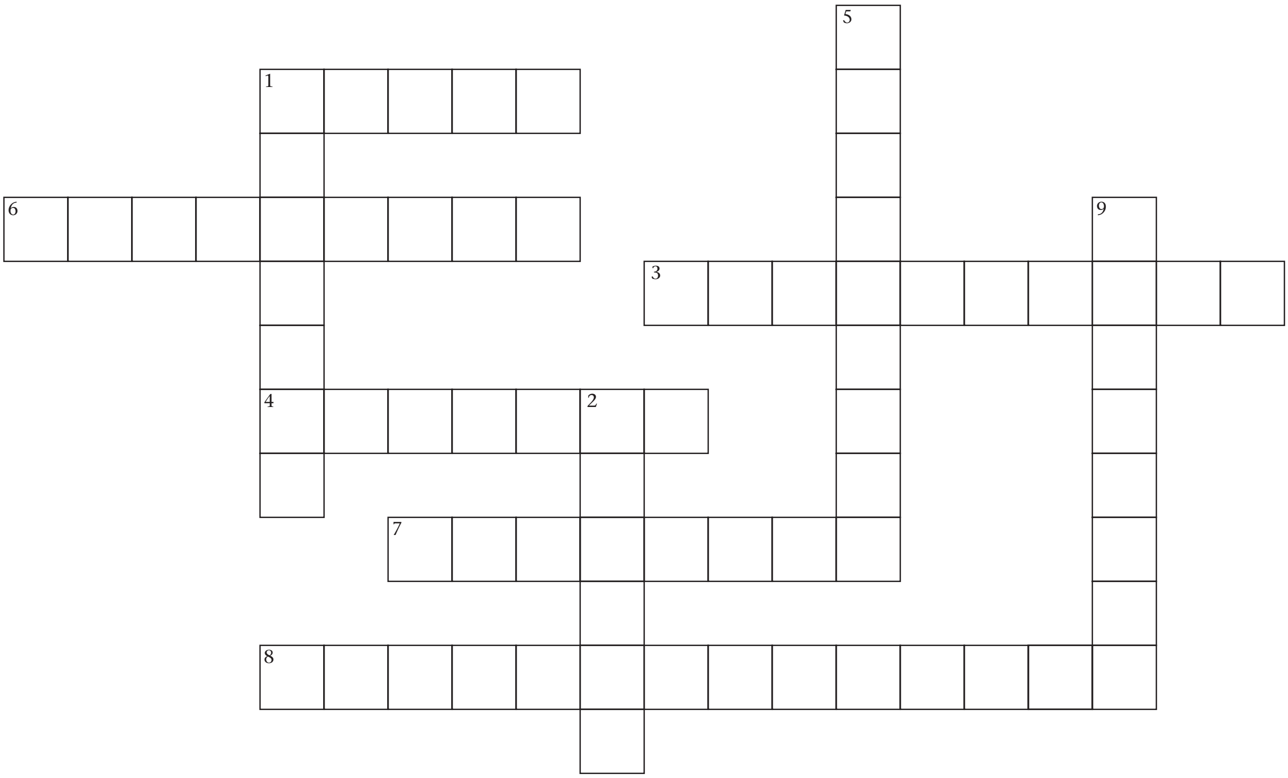
"Naninirahan ako sa Canada. Bumili ako ng isang sakahan. . . . Lumabas ako isang umaga at nakakita ako ng palumpon ng currant. Tumaas na ito nang higit pa sa anim na talampakan. Naging halos punungkahoy na ito. Wala itong mga bulaklak ni currant. Pinalaki ako sa sakahan na may mga bungangkahoy . . . at alam ko kung ano ang dapat gawin sa palumpon ng currant na ito. Kaya't kumuha ako ng pampungos na gunting at sinimulan itong pungusan, pinutol ko ito at pinungusan, hanggang wala nang matira kundi isang maliit na kumpol na tuod. Mag-uumaga nang parang nakakita ako ng maliliit na butil ng luha sa dulo ng maliliit na tuod, at inisip ko na umiiyak ang palumpon ng currant. . . . Tiningnan ko ito, at ako'y ngumiti at nagsabing, 'Ano ang iniiyak mo diyan?' Alam ninyo, parang narinig kong nagsalita ang palumpon ng currant, at sa palagay ko ay ito ang sinabi niya: 'Bakit mo ginawa sa akin ito? Kahanga-hanga pa naman ang paglaking ginagawa ko. Halos kasing laki na ako ng punong may lilim at ng mga punungkahoy na namumunga sa loob ng bakod, at ngayon pinutol mo ako.' . . . Sinabi ko, 'Makinig ka, maliit na palumpon ng currant, ako ang hardinero dito, at alam ko kung paano ka dapat lumaki. Hindi ko nilayon na maging punungkahoy na namumunga ka o punungkahoy na nagbibigay ng lilim. Nais kong maging palumpon ka ng currant, at darating ang panahon, maliit na palumpon ng currant, mahihitik ka ng bunga, at sasabihin mo, "Maraming salamat, Ginoong Hardinero" ' " ("The Currant Bush," *New Era*, Ene. 1973, 14).

- Paano ipinakita ng hardinero ang kanyang pagmamalasakit sa palumpon ng currant? (Pinungusan niya ito nang muli itong makapamunga ng mga currant.)
- Paano tayo nagiging katulad ng palumpon ng currant? Sino ang katulad ng hardinero?

Ipaliwanag na sinundan ni Elder Brown ang kuwento tungkol sa palumpon ng currant ng isang katulad na kuwentong mula sa buhay niya. Mapait ang kabiguang naramdaman niya nang ipinagkait sa kanya ang isang promosyon dahil siya ay miyembro ng Simbahan. Makalipas ang mga taon, sa pagbabalik-tanaw ay napagtanto niyang ang buhay niya ay naging mas mabuti ngayon kaysa kung natanggap niya ang promosyon. Naging mas matatag siyang miyembro ng Simbahan at naging higit siyang taong ninais ng Ama sa Langit na maging.

Magpatotoo na mahal tayo ng Ama sa Langit at alam niya kung ano ang pinakamabuti para sa bawat isa sa atin. Kung magsisikap tayong mamuhay nang matwid at matututo habang pinagtitiisan ang ating mga pagsubok, ang mga pagsubok na ito ay magiging para sa ating ikabubuti at tutulong ito na mahubog tayong maging mga taong nais ng Ama sa Langit para sa atin.

Palaisipan



Sagutan ang palaisipan sa pamamagitan ng paglalagay ng mga sagot sa patlang sa mga sumusunod na pangungusap.

Pahalang

1. Ang unang Pangulo ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay si Joseph ________ .
3. Doktrina at mga Tipan 121:7: "Aking anak, ________ ay mapasaiyong kaluluwa."
4. Tinanggap ni Joseph ang mga paghahayag na matatagpuan sa Doktrina at mga Tipan 121 at 122 sa Piitan ng ________ .
6. Doktrina at mga Tipan 122:7: " . . . lahat ng bagay na ito ay magbibigay sa iyo ng ________ ."
7. Mga Kawikaan 3:5: "________ sa Panginoon."
8. 2 Nephi 2:2: " . . . kanyang ilalaan ang iyong mga paghihirap para sa iyong ________ ."

Pababa

1. Doktrina at mga Tipan 121:7: " . . . ang iyong kasawian at ang iyong mga pagdurusa ay maikling ________ na lamang."
2. Doktrina at mga Tipan 24:8: " . . . ikaw ay magdaranas ng maraming [paghihirap]; subalit ________ ang mga ito."
5. Doktrina at mga Tipan 103:12 "Pagkaraan ng maraming paghihirap . . . darating ang ________ ."
9. Doktrina at mga Tipan 24:8: "Maging ________ sa mga paghihirap."

Ano ang Nangyayari Pagkatapos ng Kamatayan?

Aralin 7

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang kamatayan ay isang pansamantalang paghihiwalay ng espiritu sa katawan at sa panahong ito ng paghihiwalay, ang mga espiritu ay na nanahan sa isang lugar na tinatawag na daigdig ng mga espiritu.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Pedro 3:18–20; Alma 34:34; 40:11–14; Doktrina at mga Tipan 88:15–16; 138:29–34, 57. Maaari din ninyong naising pag-aralan ang natitirang bahagi ng Doktrina at mga Tipan 138.6
2. Kopyahin sa pisara o sa kapirasong kartolina ang tsart sa pahina 42.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang guwantes (hindi guwantes na makapal) para sa pakay-aralin.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Tayong lahat ay kinakailangang mamatay pagdating ng araw, at marami sa atin ay may mga mahal sa buhay na pumanaw na at ngayon ay na nanahan sa daigdig ng mga espiritu. Si Elder Robert D. Hales ng Korum ng Labindalawang Apostol ay nagsabi na ang daigdig ng mga espiritu ay "isang lugar ng paraiso at kaligayahan para sa mga namuhay nang matuwid. Ito ay isang bagay na hindi dapat katakutan" (sa Conference Report, Okt. 1996, 89; o Ensign, *Nob. 1996, 66). Ang mga taong hindi nakarinig ng ebanghelyo sa lupa ay makatatanggap ng pagkakataong marinig ito sa daigdig ng mga espiritu. Ilahad ang araling ito nang mapitagan at maingat, na umiiwas sa mga kuwentong haka-haka at nakagugulat.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Kamatayan ay ang Paghiwalay ng Espiritu sa Katawan

Paalala sa guro

Ang interes at atensiyon ng klase ay labis na nadaragdagan kapag ang mga miyembro ng klase ay aktibong lumalahok. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na tulungan kayo sa mga pagtatatanghal. Magpatulong sa kanila sa mga pakay-aralin, paghawak ng mga tsart, o pagsulat sa pisara. (Tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, 126–127.)*

Pakay-aralin

Simulan ang aralin sa pamamagitan ng sumusunod na pakay-aralin, na isang paggaya sa paglalahad ni Elder Boyd K. Packer ng Korum ng Labindalawang Apostol (tingnan sa Conference Report, Abr. 1973, 79–80; o *Ensign*, Hulyo 1973, 51, 53):

Papuntahin sa harap ng klase ang isang miyembro ng klase. Hawakan ang isang guwantes at bigyang-diin na wala itong buhay; hindi ito maaaring kumilos sa sarili nito. Pagkatapos ay anyayahan ang miyembro ng klase na isuot ang guwantes sa kanyang kamay.

- Paano ito maihahambing sa ating katawan at espiritu?

Ipaliwanag na sa halimbawang ito, ang guwantes ay kumakatawan sa katawang pisikal at ang kamay ay kumakatawan sa espiritu. Kapag pumasok ang espiritu sa katawan, ito ay mabubuhay, makagagawa, at makakikilos. Ipagalaw sa miyembro ng klase ang kanyang mga daliri sa loob ng guwantes. Ang espiritu na isinama sa katawang pisikal ay bumubuo sa tao—isang buhay na kaluluwa.

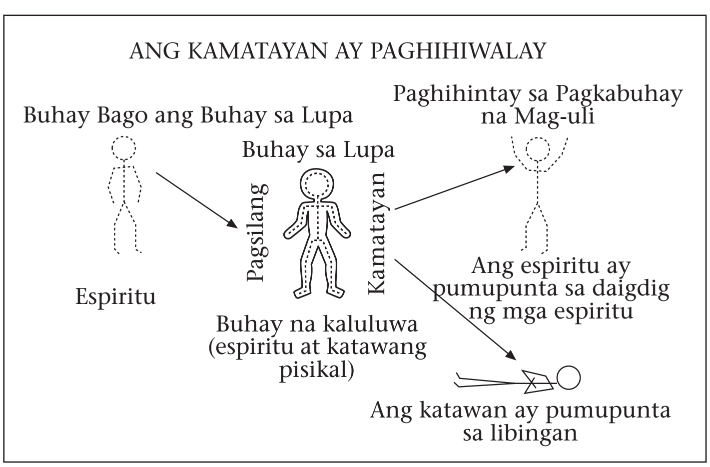
Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 88:15–16.

Bigyang-diin na ang buhay sa lupa ay hindi nilayon na magtagal magpakailanman. Isang araw, ang bawat isa sa atin ay mamamatay; maghihiwalay ang ating mga espiritu at katawan. Ang kamatayan ay bahagi ng plano ng Diyos. Kapag naghiwalay ang espiritu at katawan, hindi makakikilos ang katawan. Namatay na ito. (Ipaalis sa miyembro ng klase ang kanyang kamay mula sa guwantes.) Ngunit ang espiritu ay buhay pa rin. (Ipagalaw sa miyembro ng klase ang kanyang mga daliri.)

Ipaliwanag na bilang bahagi ng kanyang Pagbabayad-sala, napagtagumpayan ni Jesucristo ang kamatayang mortal. Dahil dito, ang paghiwalay ng espiritu mula sa katawan ay hindi magiging permanente. Ang bawat isa sa atin ay mabubuhay na mag-uli. Sa oras ng pagkabuhay na mag-uli, ang katawan at espiritu ay magsasanib magpakailanman sa isang ganap na kalagayan. (Muling ipasuot sa miyembro ng klase ang guwantes.) Ipaliwanag na sa araw na ito, tatalakayin ninyo ang kalagayan ng espiritu sa pagitan ng oras ng kamatayan at sa oras ng pagkabuhay na mag-uli. (Ipahubad sa miyembro ng klase ang guwantes at pabalikin na siya sa kanyang upuan.)

Tsart

Ilarawan ang mga hakbang mula sa buhay bago sa lupa hanggang sa daigdig ng mga espiritu sa pamamagitan ng paggamit ng tsart sa ibaba. Maaari ninyong naising hilingin sa mga miyembro ng klase na maikling ibahagi kung ano ang kanilang naaalala mula sa nakalipas na mga aralin tungkol sa buhay bago sa lupa at sa buhay sa lupa.



Ipaliwanag na sa mortalidad, ang espiritu at katawan ay pinagsasama. Kagaya ng ipinakikita sa pakay-aralin, kapag tayo ay namamatay, ang espiritu at katawan ay naghihiwalay. Samantalang ang katawan ay nawawalan ng buhay, ang espiritu ay patuloy na nabubuhay at nananahan sa isang lugar na tinatawag na daigdig ng mga espiritu.

Pumupunta Tayo sa Daigdig ng mga Espiritu sa Pagitan ng Kamatayan at Pagkabuhay na Mag-uli

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na inilarawan ni Alma ang mga kalagayan ng buhay pagkatapos ng kamatayan sa kanyang anak na si Corianton. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 40:11.

- Saan tayo pupunta kapag tayo ay namatay?

Siping-banggit

Sabihin sa mga miyembro ng klase na si Pangulong Joseph Fielding Smith ay tumutukoy sa Alma 40:11 nang sabihin niyang : " 'Dadalhin pabalik sa Diyos,' ay nangangahulugan lamang na ang kanilang buhay mortal ay nagwakas na, at sila ay bumalik sa daigdig ng mga espiritu, kung saan sila ay itinakda sa isang lugar alinsunod sa kanilang mga ginawa kasama ng mga makatarungan o hindi makatarungan, upang doon ay hintayin ang pagkabuhay na mag-uli" (*Answers to Gospel Questions*, tinipon ni Joseph Fielding Smith Jr., 5 tomo [1957–66], 2:85).

Ang Ating Pagiging Matuwid sa Lupa ang Nagtatakda ng Ating Lugar sa Daigdig ng mga Espiritu

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 34:34.

- Ano ang magiging katulad ng ating mga katauhan kapag namatay tayo?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na mabatid na dadalhin ng ating mga espiritu sa daigdig ng mga espiritu ang ganoon ding mga pagkakahilig, pagkakagusto, at pagnanasa na mayroon tayo habang nabubuhay sa lupa.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Brigham Young, ang ikalawang Pangulo ng Simbahan:

> Ipagpalagay . . . na ang isang tao ay may masamang puso—lubos na naging masama, at sa kalagayang iyon siya ay namatay, pupunta sa daigdig ng mga espiritu ang kanyang espiritu na hangad pa rin ang kasamaan. Sa kabilang panig, kung nagsusumigasig tayo nang buo nating kapangyarihan at kakayahan na ibinigay sa atin ng Diyos upang mapaunlad ang ating mga talento, ihahanda ang ating sariling manahan sa buhay na walang hanggan, at tatanggapin ng libingan ang ating katawan sa kalagayang ito, sa anong disposisyon darating ang ating espiritu sa kanilang susunod na kalagayan? Mananatili pa rin silang nagsusumigasig na gawin ang mga bagay ng Diyos, lamang sa mas higit na antas" (*Discourses of Brigham Young*, pinili ni John A. Widstoe [1941], 379).

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 40:12–14.

Ipaliwanag na ang mga taong tumanggap sa ebanghelyo ni Jesucristo at nabuhay nang matuwid ay itinatakda sa isang kalagayan ng kaligayahan na tinatawag na paraiso. Ang mga tao na tumanggi sa ebanghelyo at mga tao na namatay nang walang kaalaman sa katotohanan ay itinatakda sa isang

kalagayan ng kadiliman na tinatawag na kulungan ng mga kaluluwa, na kung minsan ay tinatawag na impiyerno.

- Sa palagay ninyo, bakit naaangkop ang "kulungan ng mga espiritu" na isang katawagan para sa kalagayan ng mga tao na namatay nang hindi tinanggap ang ebanghelyo? (Sapagkat ang mga tao doon ay nakakulong mula sa kapayapaan at kagalakan na madadama nila kung tinanggap nila ang katotohanan at namuhay nang matuwid.)

Ang Matuwid ay Gumaganap sa Gawain ng Panginoon sa Daigdig ng mga Espiritu

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na sa loob ng tatlong araw pagkatapos siyang ipako sa krus, dinalaw ni Jesucristo ang mga matuwid sa paraiso. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Pedro 3:18–20.

- Ano ang ginawa ni Cristo sa piling ng mga espiritu sa paraiso?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 138:29–34.

Ipaliwanag na nagtalaga si Cristo ng mga sugo upang mangaral sa mga nasa kulungan ng mga espiritu. Hanggang sa panahong iyon, ang mga espiritu sa kulungan ng mga espiritu ay hindi pinahintulutan na magkaroon ng pakikipagtalastasan sa mga espiritu sa paraiso.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na paliwanag ni Elder Bruce R. McConkie, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ngayon na ang mga matuwid na espiritu sa paraiso ay binigyang katungkulan na dalhin ang mensahe ng kaligtasan sa masasamang espiritu sa impiyerno, nagkaroon ng pagkakahalubilo ng mga mabubuti at masasamang espiritu. Ang pagsisisi ang nagbubukas ng pinto ng kulungan sa mga espiritu sa impiyerno; binibigyang pagkakataon nito ang mga nakagapos sa tanikala ng impiyerno na palayain ang kanilang sarili mula sa kadiliman, hindi paniniwala, kamangmangan, at kasalanan. Kasing bilis nang kanilang pagtatagumpay sa mga hadlang na ito—magtamo ng liwanag, maniwala sa katotohanan, magkamit ng katalinuhan, maiwaksi ang kasalanan, at lagutin ang mga tanikala ng impiyerno—makaaalis sila sa impiyerno na pumipiit sa kanila at makapananahan kasama ng mga matuwid sa kapayapaan ng paraiso" (*Mormon Doctrine*, ikalawang edisyon [1966], 755).

Talakayan sa banal na kasulatan

- Sino ang nangangaral sa mga espiritu sa kulungan? Ano ang kanilang mensahe?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 138:57.

- Ano ang tungkulin ng matatapat na mga Banal sa mga Huling Araw na nangamatay na?

Bigyang-diin na maraming miyembro ng klase ang matatawag upang maglingkod sa mga *full-time* na misyon sa buhay na ito. Dahil ang Simbahan ay

nakatatag rin sa daigdig ng mga espiritu at may mga espiritu pa rin doon na hindi pa nakaririnig at nakatatanggap ng katotohanan, maaari rin tayong maglingkod sa misyon pagkamatay kung tayo ay nabuhay nang matuwid.

Patotoo

Magpatotoo na ang kamatayan ay bahagi ng dakilang plano ng kaligtasan. Kagaya ng guwantes na walang buhay kapag walang kamay, gayundin namang ang katawang pisikal na walang espiritu ay patay. Habang ang matuwid na mga espiritu ay naghihintay ng kanilang pagkabuhay na mag-uli, sila ay abala sa pagtataguyod sa gawain ng ating Ama sa Langit.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na mamuhay nang matuwid sa ngayon upang makapasok sila sa paraiso kinalaunan at makapaglingkod sa Panginoon sa daigdig ng mga espiritu.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893), ipalabas ang "Buhay Pagkatapos ng Kamatayan," isang limang minutong bahagi.
2. Hatiin ang klase sa mga pangkat ng tigtatatlo o tig-aapat na tao. Magtalaga ng pinuno para sa bawat pangkat at bigyan siya ng isang pirasong papel at bolpen o lapis. Hilingin sa mga pangkat na magkunwaring sila ay nasa daigdig ng mga espiritu at mayroong pagkakataon na makasulat ng isang payo sa kanilang mga kaibigan at mga miyembro ng mag-anak na nabubuhay pa. Ipasulat sa pinuno ng pangkat ang mga ideya ng pangkat. Pagkaraan ng mga limang minuto, anyayahan ang mga pinuno ng pangkat na basahin ang mga payo na isinulat ng kanilang mga pangkat.
3. Upang bigyang-diin ang kahalagahan ng pamumuhay nang matuwid sa mortalidad, awitin kasama ng mga miyembro ng klase ang "Ngayon ay Kumilos" (*Mga Himno*).

   - Ano ang kinalaman ng himnong ito sa aralin tungkol sa daigdig ng mga espiritu?

   Imungkahi sa mga miyembro ng klase na muling basahin ang koro ng himno, na iniisip ang salitang ngayon bilang kumakatawan sa buhay sa lupa at ang salitang bukas bilang kumakatawan sa buhay pagkatapos ng kamatayan.

   - Habang isinasaisip ang pagbibigay kahulugang ito, anong gawain ang dapat nating isagawa "ngayon" upang makapaghanda para sa "bukas"?

Aralin

8

Ang Tatlong Kaharian ng Kaluwalhatian

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magsikap na makamit ang kadakilaan sa kahariang selestiyal sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan at pagkakaroon ng pananampalataya kay Jesucristo.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 14:2: I Mga Taga Corinto 15:40–42; Apocalipsis 7:9–10; 2 Nephi 25:23; Alma 3:26; Doktrina at mga Tipan 58:27–28; 76:32–89, 98–106; 82:10; 131:1–4; 137:7–10; 138:29–34; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:3.6
2. Gumawa ng kopya ng maikling pagsusulit na pinamagatang "Ang Katotohanan tungkol sa Langit at Impiyerno" para sa bawat miyembro ng klase, na matatagpuan sa katapusan ng araling ito (pahina 53). Kung hindi makagagawa ng kopya, magdala ng isang malinis na papel para sa bawat miyembro ng klase.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Kung gaano kalawak natin sinunod ang mga batas at ordenansa ng ebanghelyo ang magpapasiya ng kaluwalhatiang tatanggapin natin pagkatapos tayong mabuhay na mag-uli. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na hangarin nila ang kadakilaan sa pinakamataas na kaharian, ang kahariang selestiyal, kung saan tayo ay makararanas ng ganap na kaligayahan.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Katotohanan tungkol sa Langit at Impiyerno

Maikling pagsusulit

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bolpen o lapis at kopya ng maikling pagsusulit. Palagyan sa mga miyembro ng klase ang bawat pangungusap ng "Tama" o "Mali." (Kung hindi kayo nakagawa ng mga kopya ng maikling pagsusulit, bigyan ang bawat miyembro ng klase ng isang malinis na papel at ipasulat sa kanila ang kanilang mga sagot dito habang inyong binabasa ang mga pangungusap.)

Talakayan sa banal na kasulatan

Pagkatapos sagutan ng lahat ang maikling pagsusulit, talakayin ang bawat sagot hanggang matiyak ninyong nauunawaan nang mabuti ng lahat ito. Kasunod ang mga pangungusap at sagot at ilang mungkahi para sa talakayan:

1. Pagkatapos nating mabuhay na mag-uli at mahatulan, bawat isa sa atin ay mananahan sa isa sa tatlong kaharian ng kaluwalhatian.

Tama. Tulad ng may iba't ibang antas ng kabutihan sa mundo, may mga kahariang may iba't ibang antas ng kaluwalhatian sa susunod na buhay: ang kahariang selestiyal ang pinakamataas, sinusundan ng terestriyal at ng telestiyal. Upang gantimpalaan ang maraming iba't ibang antas ng katapatan, magkakaroon ng "maraming tahanan" (tingnan sa Juan 14:2).

2. Batid na ng Diyos ang kahariang mamanahin ng bawat isa sa atin, anuman ang ating gawin.

Mali. May kalayaan tayong pumili para sa ating sarili. (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 58:27–28). Nangangahulugan na tayo ang mananagot sa mga pagpiling ating ginagawa. Hahatulan tayo sa ating mga inisip at ikinilos. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Russell M. Nelson ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Bawat isa sa inyo ay hahatulan ayon sa inyong sariling mga gawa at naisin ng inyong puso. . . . Ang inyong maaaring pagkakalagay sa kahariang selestiyal, terestriyal, o telestiyal ay hindi pagpapasiyahan nang basta-basta lamang. May itinalagang hindi nagbabagong pangangailangan ang Panginoon sa bawat isa. Malalaman ninyo kung ano ang itinuturo ng banal na kasulatan at maaari ninyong itulad ang inyong buhay ayon dito" (sa Conference Report, Okt. 1993, 48; o *Ensign*, Nob. 1993, 35).

3. Ang dapat lamang ninyong gawin upang makapunta sa kahariang selestiyal ay sabihing naniniwala kayo kay Jesucristo.

Mali. Kailangan nating gumawa nang higit pa sa pagsasabi lamang na naniniwala tayo kay Jesucristo; kailangan nating sundin siya. Lahat ng tao, anuman ang antas ng kanilang kabutihan, ay maliligtas mula sa kamatayan dahil sa Pagkabuhay na Mag-uli ni Cristo. Gayunman, upang matamo ang pinakamataas na antas ng kaluwalhatian sa pagkabuhay na mag-uli, kailangan nating "lumapit kay Cristo, at maging ganap sa kanya" (Moroni 10:32). Lumalapit tayo kay Cristo sa pamamagitan ng pagkakaroon natin ng pananampalataya sa kanya, pagsisisi ng ating mga kasalanan, pagpapabinyag, pagtanggap ng kaloob na Espiritu Santo, pagtanggap ng iba pang nakapagliligtas na ordenansa ng pagkasaserdote, pagsunod sa mga kautusan, at pagtupad sa mga tipan na ginagawa natin sa ating Ama sa Langit. Mahalaga kung paano tayo namumuhay.

Ipabasa, pamarkahan, at ipatalakay sa mga miyembro ng klase ang Alma 3:26.

4. Ang isumpa ay ang matigil o ang hindi makatanggap ng mga biyayang dapat sana ay tanggapin natin kung tayo sana ay sumunod sa mga kautusan ng Diyos.

Tama. Kapag tayo ay nagkakasala, hinahadlangan natin ang ating sariling pag-unlad. Nais tayong pagpalain ng ating Ama sa Langit. Gayunman, dahil makatarungan siya, gagantimpalaan lamang niya tayo kapag sumusunod tayo sa kanyang mga utos (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 82:10).

5. Ang impiyerno ay ang lugar kung saan walang katapusan ang paghihirap at kung saan napupunta ang mga makasalanan. Karamihan sa sangkatauhan ay mapupunta roon magpakailanman dahil sa kanilang kasamaan.

Mali. Ang impiyerno, o ang bilangguan ng mga espiritu, ay isang lugar para sa mga taong tumanggi sa ebanghelyo at sa mga taong namatay nang walang kaalaman sa ebanghelyo. Ipinangangaral ang ebanghelyo sa kanila roon, at ang mga tatanggap ng ebanghelyo at magsisisi ng kanilang mga kasalanan ay palalayain at pahihintulutang pumasok sa paraiso hanggang dumating ang Pagkabuhay na Mag-uli at Paghuhukom (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 138:29–34.) Ang karamihan sa mga hindi tatanggap ng ebanghelyo roon ay magdurusa para sa kanilang sariling kasalanan ngunit sa kalaunan ay mabubuhay na mag-uli at magtutungo sa isang kaharian ng kaluwalhatian (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 76:81–85, 98–106).

6. Napakaraming anak ng Ama sa Langit ang mananahan sa kahariang selestiyal.

Tama. Tingnan sa Apocalipsis 7:9–10, kung saan ay inilarawan ni Juan ang kanyang pangitain tungkol sa dinakilang mga anak na lalaki at babae ng Diyos.

7. May tatlong antas ng kaluwalhatian sa kahariang selestiyal. Upang matamo ang pinakamataas sa mga antas na ito, ang isang tao ay kailangang mabuklod sa kanyang asawa sa templo.

Tama. Ipabasa, pamarkahan, at ipatalakay sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 131:1–4. Pagkatapos ay ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol tungkol sa pinakamataas na antas ng kahariang selestiyal:

"Ang mga nakaabot sa pinakamataas na hinihinging pangangailangan para sa kahariang ito, kabilang na ang katapatan sa mga tipan na ginawa sa templo ng Diyos at kasal para sa kawalang-hanggan, ay dadakilain sa kalagayan na tulad sa isang diyos na tinutukoy na 'kaganapan' ng Ama o buhay na walang hanggan (Doktrina at mga Tipan 76:56, 94; tingnan din sa Doktrina at mga Tipan 131; 132:19–20). . . . Ang buhay na walang hanggan ay ang buhay mag-anak kasama ang mapagmahal na Ama sa Langit at ating mga ninuno at mga inapo" (sa Conference Report, Abr. 1995, 115; o *Ensign*, Mayo 1995, 86–87).

Tiyaking mabigyang-diin na ang kasal sa templo ay hindi garantiya ng kadakilaan sa kahariang selestiyal. Ang mga ikinasal sa templo ay dapat na magsikap na madakilang magkasama sa kahariang selestiyal sa pamamagitan ng patuloy na pagmamahalan sa isa't isa at sa Panginoon.

8. Mahal ng Diyos ang lahat ng kanyang anak at bibigyan sila ng pinakadakilang gantimpala na pinaghandaan nila sa pamamagitan ng kanilang pagsunod at kanilang pananampalataya kay Jesucristo.

Tama. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 76:89, at bigyang-pansin na maging ang kahariang telestiyal, ang pinakamababa sa tatlong kaharian, ay isang lugar ng hindi mailarawang kaluwalhatian.

Paalala sa guro

Maaaring magtanong ang mga miyembro ng klase ng hindi ninyo kayang sagutin. Kung mangyayari ito, sabihin sa kanila na hindi ninyo alam ang sagot sa tanong ngunit sisikapin ninyong makahanap ng sagot (tingnan sa Pagtuturo—

Walang Higit na Dakilang Tungkulin, *105–107). Pagkatapos ay gawin ninyo ang inyong ipinangako, at tiyaking sabihin sa mga miyembro ng klase ang sagot sa tanong kapag nahanap na ninyo ito. Kung sa inyong pag-aaral ay napag-alaman ninyong ang sagot ay hindi pa naihahayag, iwasang magbigay ng inyong sariling opinyon. Sa ganitong pangyayari, tuparin ang inyong pangako sa pamamagitan ng pagsasabi sa mga miyembro ng klase na ang sagot ay hindi pa naihahayag.*

Ang Tatlong Kaharian ng Kaluwalhatian

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na nagturo si Apostol Pablo tungkol sa tatlong kaharian ng kaluwalhatian. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang I Mga Taga Corinto 15:40–42 (bigyang pansin na sa Pagsasalin ni Joseph Smith ng talata 40, binanggit din ni Pablo ang "mga katawang ukol sa lupa").

- Paano inilarawan ni Pablo ang kaibahan ng kaluwalhatian ng kahariang selestiyal, ng kahariang terestriyal at ang kahariang telestiyal? (Tingnan sa I Mga Taga Corinto 15:41. Inihambing niya ang selestiyal sa araw, ang terestriyal sa buwan, at ang telestiyal sa mga bituin.) Ano ang sinasabi sa atin ng mga paghahambing na ito tungkol sa kaibahan ng mga kaharian?

Banal na kasulatan at talakayan sa pisara

Ipaliwanag na sa pamamagitan ni Propetang Joseph Smith tumanggap tayo ng higit na madetalyeng paglalarawan ng tatlong kaharian ng kaluwalhatian. Siya at si Sidney Rigdon, na pagkaraan ay naging Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan, ay binigyan ng pangitain kung saan ay nakita nila ang bawat isa sa mga kaharian ng kaluwalhatian. Tumanggap din sila ng paghahayag tungkol sa mga taong pupunta sa bawat isa sa mga kahariang ito.

Hatiin sa tatlong grupo ang mga miyembro ng klase. Ipabasa sa unang grupo ang tungkol sa kahariang telestiyal (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 76:81–83, 98–103). Ipabasa sa pangalawang grupo ang tungkol sa kahariang terestriyal (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 76:71–80). Ipabasa sa pangatlong grupo ang tungkol sa kahariang selestiyal (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 76:50–70; 137:7–10). Hilingin sa mga miyembro ng bawat grupo na magtulungan sa paghanap ng impormasyon tungkol sa mga taong mananahan sa bawat isa sa mga kaharian ng kaluwalhatian. Hikayatin silang markahan ang mga salita o parirala na inaakala nilang mahalaga. Bigyan sila ng apat o limang minuto upang magtulungan. Pagkatapos ay itala sa pisara ang mga katangiang nakita nila. Ang tsart ninyo ay maaaring magmukha ng ganito (maaari ninyong paliitin ang tsart kung kailangan):

SINO ANG MAGMAMANA NG KAHARIANG TELESTIYAL? (Doktrina at mga Tipan 76:81–83, 98–103)

Sila na:

a. Hindi tumanggap sa ebanghelyo (Doktrina at mga Tipan 76:82, 101).
b. Hindi tumanggap sa patotoo ni Jesucristo (Doktrina at mga Tipan 76:82–83, 101)
c. Mga sinungaling, manggagaway, nakikiapid, at patutot (Doktrina at mga Tipan 76:103).

SINO ANG MAGMAMANA NG KAHARIANG TERESTRIYAL? (Doktrina at mga Tipan 76:71–80)

Sila na:

a. Hindi tumanggap sa ebanghelyo sa buhay na ito ngunit tumanggap nito sa daigdig ng mga espiritu (Doktrina at mga Tipan 76:71–74).
b. Mga kagalang-galang na tao na nabulag dahil sa panlilinlang ng tao (Doktrina at mga Tipan 76:75).
c. Mga hindi matatatag sa patotoo kay Jesus (Doktrina at mga Tipan 76:79).

PAANO NATIN MAMAMANA ANG KAHARIANG SELESTIYAL? (Doktrina at mga Tipan 76:50–70)

Kailangan nating:

a. Tumanggap ng patotoo ni Jesus (Doktrina at mga Tipan 76:51).
b. Mabinyagan ng isang taong may awtoridad ng pagkasaserdote (Doktrina at mga Tipan 76:51).
c. Sumunod sa mga kautusan (Doktrina at mga Tipan 76:52).
d. Tumanggap ng kaloob na Espiritu Santo (Doktrina at mga Tipan 76:52–53).
e. Pagtagumpayan ang mundo sa pamamagitan ng pananampalataya (Doktrina at mga Tipan 76:53).
f. Maging ganap sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo (Doktrina at mga Tipan 76:69).

SINO PA ANG MAGMAMANA NG KALUWALHATIANG SELESTIYAL? (Doktrina at mga Tipan 137:7–10)

Sila na:

g. Namatay nang walang kaalaman tungkol sa ebanghelyo ngunit “kanilang tatanggapin ito nang buo nilang puso” (Doktrina at mga Tipan 137:7–9).

At ang mga:

h. Namatay nang bago pa sapitin ang gulang ng pananagutan” ((Doktrina at mga Tipan 137:10).

Pabalik-aralan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 76:69–70. Bigyang-diin na walang sinuman kundi si Jesucristo ang makapamumuhay nang ganap. Dahil hindi tayo magiging ganap nang sa ating sarili lamang, tayo ay kailangang “gawing ganap.”

Paano tayo gagawing ganap upang makapanahanan sa kahariang selestiyal? (Tingnan sa 2 Nephi 25:23; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:3.)

Ipaliwanag na magagawang ganap lamang tayo sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Habang ginagawa natin ang lahat upang tularan ang

Tagapagligtas, nagsisikap na sundin ang mga kautusan at mamuhay nang dalisay, lalo tayong napapalapit sa kanya at nagiging katulad niya. Kapag tayo ay nagkakasala, maaari tayong taimtim na magsisi at mapatawad. Dahil pinasan ni Jesucristo ang ating mga kasalanan, maaari tayong magawang malinis, dalisay, at karapat-dapat na manahan sa kahariang selestiyal.

Patotoo

Magpatotoo na naghanda ang Ama sa Langit ng dakilang mga bagay para sa atin. Magpahayag ng inyong pasasalamat sa plano ng kaligtasan at para sa Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na sundin ang mga kautusan, magsisi ng kanilang mga kasalanan, at maging tapat sa kanilang mga tipan nang sa gayon sila ay maaaring "maging ganap sa pamamagitan ni Jesus" at magmana ng lugar sa kahariang selestiyal.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Pagkatapos ninyong magpatotoo, bigyan ng pagkakataon ang mga miyembro ng klase na makapagpahayag ng kanilang nararamdaman tungkol sa mga ipinangakong biyaya ng kadakilaan sa kahariang selestiyal. Kung may oras pa, anyayahan ang bawat isa na magpahayag ng isang ideya na natutuhan niya o isang bagay na tumimo sa kanyang puso dahil sa araling ito.

2. Awitin o basahin na kasama ang mga miyembro ng klase ang lahat ng apat na talata ng "o Aking Ama" (*Mga Himno*). Ipahanap sa mga miyembro ng klase ang kaugnayan ng mga salita sa himno sa mga katotohanang natutuhan nila sa araling ito. Magbigay ng higit na pansin sa ikaapat na talata.

3. Ipasaulo sa mga miyembro ng klase ang I Mga Taga Corinto 2:9. Upang matulungan silang isaulo ang talata, isulat ang sumusunod na mga bilang at parirala sa magkakahiwalay na piraso ng papel (iayon ang bilang ng mga piraso ng papel sa bilang mga miyembro ng klase):

1. Ang mga bagay na hindi nakita ng mata,
2. at ni narinig ng tainga,
3. ni hindi pumasok
4. sa puso ng tao
5. anumang mga bagay

6. na inihanda ng Dios
7. sa kanila
8. na nangagsisiibig sa kanila.

Bigyan ng isang pirasong papel ang bawat miyembro ng klase at ipabasa sa kanila ang mga parirala ayon sa pagkakasunud-sunod ng bilang ng mga parirala. Pagkatapos ay kunin ang mga papel at ibigay itong muli sa kanila sa iba't ibang pagkakasunud-sunod. Muling ipabasa sa kanila ang mga parirala ayon sa pagkakasunud-sunod ng bilang ng mga parirala. Ipagpatuloy ang prosesong ito hanggang mabigkas na ng mga miyembro ng klase ang talata nang hindi tumitingin sa mga papel.

Magpatotoo sa mga miyembro ng klase na ang mga biyaya sa kahariang selestiyal ay kahanga-hanga na higit pa sa ating inaakala. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na hangarin ang mga biyayang ito.

Ang Katotohanan tungkol sa Langit at Impiyerno

Lagyan ng *T* para sa *Tama* at *M* para sa *Mali* ang tabi ng bawat bilang.

_____ 1. Pagkatapos nating mabuhay na mag-uli at mahatulan, bawat isa sa atin ay mananahan sa isa sa tatlong kaharian ng kaluwalhatian.

_____ 2. Batid na ng Diyos ang kahariang mamanahin ng bawat isa sa atin, anuman ang ating gawin.

_____ 3. Ang dapat lamang ninyong gawin upang makapunta sa kahariang selestiyal ay sabihing naniniwala kayo kay Jesucristo.

_____ 4. Ang isumpa ay ang matigil o ang hindi makatanggap ng mga biyayang dapat sana ay tanggapin natin kung tayo sana ay sumunod sa kautusan ng Diyos.

_____ 5. Ang impiyerno ay ang lugar kung saan ay walang katapusan ang paghihirap at kung saan napupunta ang mga makasalanan. Karamihan sa sangkatauhan ay mapupunta roon magpakailanman dahil sa kanilang kasamaan.

_____ 6. Napakaraming anak ng Ama sa Langit ang mananahan sa kahariang selestiyal.

_____ 7. May tatlong antas ng kaluwalhatian sa kahariang selestiyal. Upang matamo ang pinakamataas sa mga antas na ito, ang isang tao ay kailangang mabuklod sa kanyang asawa sa templo.

_____ 8. Mahal ng Diyos ang lahat ng kanyang anak at bibigyan sila ng pinakadakilang gantimpala na pinaghandaan nila sa pamamagitan ng kanilang pagsunod at kanilang pananampalataya kay Jesucristo.

Aralin
9

Ang Kapangyarihan ng Pansariling Panalangin

Layunin

Tiyakin sa mga miyembro ng klase na pinakikinggan at tinutugon ng Ama sa Langit ang mga panalangin at hikayatin sila na magkaroon ng palagiang halimbawa ng matapat na pansariling panalangin.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 6:9–13; 2 Nephi 32:8–9; Alma 34:17–28; 3 Nephi 18:15–18.6
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang bawat miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang panalangin ay isang pangkaraniwang gawain sa Simbahan kung kaya't madalas nating ipinagwawalang-bahala ito. Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na bagamat dapat tayong manalangin araw-araw, ang panalangin ay hindi isang pangkaraniwang gawain lamang sa araw-araw na hindi natin dapat pahalagahan. Ito ay isang pagkakataon upang pasalamatan ang Ama sa Langit para sa ating mga biyaya at hilingan siya ng patnubay sa ating mga buhay. Ibig ng ating Ama sa Langit na manalangin tayo. Nakikinig siya sa ating mga panalangin at tinutugon ang mga ito.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Pagkakaroon ng Patotoo sa Panalangin

Kuwento

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na kuwento, mula sa Daniel 6:1–28:

Si Daniel ay isang kabataan mula sa Jerusalem na nanalig sa Diyos upang patnubayan siya. Nang sakupin ang kanyang bansa, kabilang siya sa mga binihag ng mga mananakop na taga-Babilonya. Nagkaroon ng pagtitiwala ang mga hari ng Babilonya kay Daniel dahil sa kahanga-hanga niyang katalinuhan, at nagpatuloy siyang pagkatiwalaan ng mga Persiyano nang malupig nila ang Babilonya. Si Dario, ang haring Persiyano na namuno sa Babilonya, ay binigyan si Daniel ng isang mahalagang puwesto sa pamunuan ng kaharian.

Nagalit ang mga prinsipeng Persiyano na si Daniel, isang bihag na Hebreo, ang mamuno sa kanila, kung kaya't bumuo sila ng plano upang maalis si Daniel. Batid nilang matapat na nananalangin si Daniel, sumulat sila ng panuntunan na sa loob ng 30 araw, ang sinumang hihingi ng kahilingan sa kaninuman maliban sa hari ay itatapon sa yungib ng mga leon. Dinala nila ito kay Haring Dario at nilansi siya upang lagdaan ito, at gawing isang batas na hindi maaaring baguhin.

Batid ni Daniel ang bagong batas, ngunit nanalig siya sa Panginoon at patuloy na nanalangin kagaya ng ginawa niya noon pa man. Dumulog ang mga prinsipe

sa hari at nagsabing, “Ang Daniel . . . hindi ka pinakukundanganan, Oh hari, o ang pasiya man na iyong nilagdaan ng pangalan, kundi dumadalangin [sa kanyang Diyos] na makaitlo isang araw” (Daniel 6:13).

Nang matanto ni Dario na nalansi siya, tinangka niyang iligtas si Daniel. Ngunit hindi na mababago ang batas, kung kaya’t itinapon si Daniel sa yungib ng mga leon. Nag-ayuno ang hari sa buong magdamag. Maaga pa nang sumunod na araw, pumunta ang hari sa yungib ng mga leon at tumawag, “Oh Daniel, na lingkod ng buhay na Diyos, ang inyo bagang Diyos na iyong pinaglilingkurang palagi ay makapagliligtas sa iyo sa mga leon?” (Daniel 6:20).

Sumagot si Daniel, “Ang Diyos ko’y nagsugo ng mga anghel, at itinikom ang mga bibig ng mga leon, at hindi nila ako sinaktan” (Daniel 6:22).

Kaagad na pinakawalan si Daniel. Pagkatapos nito ay gumawa ng batas si Haring Dario na ang lahat ng tao ay dapat na gumalang sa Diyos ni Daniel. Pahayag ni Daniel: “Siya ang buhay na Diyos. . . . Siya’y nagliligtas at nagpapalaya, at siya’y gumagawa ng mga tanda at mga kababalaghan sa langit at sa lupa” (Daniel 6:26–27).

Talakayan

- Sa palagay ninyo, bakit nagpatuloy sa pananalangin si Daniel kahit na maaari niyang ikamatay ito?

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na pag-isipan ang sumusunod na mga tanong nang hindi sinasagot nang malakas ang mga ito:

- Ang panalangin ba ay mahalaga sa inyo kagaya kay Daniel? Kung hindi, ano ang maaari ninyong gawin upang ang panalangin ay maging higit na mahalagang bahagi ng inyong buhay?

Paano Tayo Manalangin?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa, pamarkahan, at ipatalakay sa mga miyembro ng klase ang Mateo 6:9 (maaari ninyong naising gamitin ang unang gawaing nakapagpapaunlad upang magawa ang talakayan).

Ipaliwanag na ibinigay sa atin ng Tagapagligtas ang halimbawa ng panalangin, na nagpapakita ng malinaw na mga tagubilin: “Magsidalangin nga kayo nang ganito.” Bigyang diin na ipinakita niya sa atin na dapat nating iparating ang lahat ng ating panalangin sa Ama sa Langit. Gayundin, sa pagsasabi ng “sambahin nawa [pakabanalin] ang pangalan mo,” itinuro sa atin ni Jesus na dapat tayong magpakita ng pagpipitagan para sa Ama sa Langit. (Maaari rin ninyong naising ipaliwanag na dapat nating wakasan ang ating mga panalangin sa pangalan ni Jesucristo. Tingnan sa 2 Nephi 32:9.)

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 6:10.

- Sa kanyang panalangin, sinabi ni Jesus, “Gawin nawa ang iyong kalooban, kung paano sa langit, gayon din naman sa lupa.” Anong katangian ang ipinakita ni Jesus nang sabihin niya ito? (Kahandaan na tanggapin ang kalooban ng Ama sa Langit.) Paano maaapektuhan ang ating mga panalangin kung makabubuo tayo ng ganitong katangian?
- Bakit mahirap kung minsan na tanggapin ang kalooban ng Ama sa Langit?

Bigyang diin na batid ng Ama sa Langit kung ano ang pinakamabuti para sa atin. Tutugunin niya ang ating mga panalangin ayon sa ating mga pangangailangan, at hindi kinakailangang ayon sa mga bagay na nais natin.

Kuwento at talakayan

Ibahagi ang sumusunod na kuwento:

Nakasakay si Sarah sa kanyang bisikleta nang mahagip siya ng isang kotse. Malubha siyang nasugatan, at nanalangin ang kanyang mga magulang na iligtas ng Ama sa Langit ang kanyang buhay. Pagkatapos niyang maghirap sa loob ng isang linggo at lumabas na hindi na siya makababawi pa, nagkaroon ang mga miyembro ng kanyang pamilya ng lakas ng loob na hilingin na matupad ang kalooban ng Ama sa Langit. Sa loob ng ilang oras, payapang pumanaw si Sarah.

- Bakit mahalaga na tanggapin ang kalooban ng Ama sa Langit?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 6:11–13. Pagkatapos ay talakayin ang sumusunod na mga tanong:

- Ano ang maituturo sa atin ng paghiling ni Jesus na "ibigay mo sa amin ngayon ang aming kakanin sa araw-araw" tungkol sa dapat nating hilingin kapag nananalangin tayo? (Dapat tayong manalangin araw-araw para sa mga biyaya na ating kailangan, at hindi para sa mga karangyaan. Ang ating Ama sa Langit, na nakababatid sa ating mga kailangan, ay bibiyayaan tayo nang alinsunod dito.)

- Ano ang matututuhan natin mula sa mga salita ni Jesus na "ipatawad mo sa amin ang aming mga utang, gaya naman namin na nagpatawad sa mga may utang sa amin"? (Dapat tayong manalangin palagi na may saloobing nagsisisi. Kailangan nating patawarin ang iba upang makatanggap ng kapatawaran para sa ating sarili.)

- Nanalangin ang Tagapagligtas, "At huwag mo kaming ihatid sa tukso, kundi iligtas mo kami sa masama." (Bigyang pansin na sa Pagsasalin ni Joseph Smith ng talatang ito, sinabi ng Tagapagligtas, "Huwag kaming pahintulutang maakay sa tukso." Hindi tayo tinutukso ng Ama sa Langit upang magkasala.) Ano ang matututuhan natin sa kahilingang ito na makatutulong sa atin sa pansarili nating mga panalangin? (Tingnan sa 3 Nephi 18:15–18; dapat tayong humiling ng patnubay at tulong upang makaiwas na magkasala tayo.) Paano tayo tinutulungan ng Ama sa Langit na makaiwas na magkasala?

- Tinapos ng Tagapagligtas ang kanyang panalangin sa pagsasabing, "Sapagka't iyo ang kaharian, at ang kapangyarihan, at ang kaluwalhatian, magpakailanman." Bakit mahalaga na kilalanin natin ang kapangyarihan ng Ama sa Langit habang nananalangin tayo?

- Dapat din tayong magpahayag ng pasasalamat kapag nananalangin tayo. Paano natin maipakikita ang ating pasasalamat?

Pinakikinggan ng Ama sa Langit ang Ating mga Panalangin

Kuwento

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento:

Nang makita ni Jonathan na ang kanyang kaibigang si Brian ay nakapag-iwan ng pera sa isang mesa sa paaralan, kinuha niya ang pera at mabilis na isinilid sa kanyang bulsa.

Nalungkot dahil sa kanyang ginawa, ninais ni Jonathan na ibalik ang pera. Ngunit natakot siya sa mga maaaring mangyari. Maaari siyang matanggal sa paaralan, at maaaring hindi na siya batiing muli ni Brian.

Tuwina ay itinuro kay Jonathan ng kanyang mga magulang na manalangin upang matulungan sa mahihirap na situwasyon, ngunit nadama niyang hindi siya karapat-dapat. Nadama niyang hindi ibig ng Ama sa Langit na pakinggan ang isang makasalanan.

Talakayan at siping banggit

- Bakit ipinadarama sa atin kung minsan ng ating pagiging makasalanan na hindi tayo karapat-dapat na manalangin? Paano natin mapaglalabanan ang ganitong mga damdamin?

Sinabi ni Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Ang [Diyos] ay inyong Ama; manalangin sa kanya. Kung magulo ang inyong buhay at nadarama ninyong hindi kayo matiwasay at karapat-dapat na manalangin dahil hindi kayo malinis, huwag mag-alala. Alam na niya ang lahat tungkol dito. Naghihintay siya sa inyo na lumuhod nang may pagpapakumbaba at gawin ang ilang pangunahing hakbang. Manalangin para sa kalakasan. Manalangin na mapatnubayan ang iba upang tulungan kayo at gabayan kayo at pasiglahin kayo. Manalangin na mapuspos ng pag-ibig ng Tagapagligtas ang inyong puso. Manalangin na ang himala ng Pagbabayad-sala ay maghatid ng kapatawaran dahil nakahanda kayong magbago. Batid kong ang ganitong mga panalangin ay sasagutin, dahil iniibig kayo ng Diyos. Ibinigay ng kanyang Anak ang kanyang buhay para sa inyo. Batid kong tutulungan nila kayo" (sa Conference Report, Okt. 1988, 91; o *Ensign*, Nob. 1988, 77).

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 32:8–9.

- Sino ang nag-uudyok sa mga tao na maniwala na hindi sila karapat-dapat na manalangin? Sa palagay ninyo, bakit hindi nais ni Satanas na manalangin tayo?

Kuwento

Hilingin sa isang miyembro ng klase na basahin ang sumusunod na kuwento:

Hindi kailanman naging mahusay sa pag-aaral si Andy kagaya ng paniniwala niyang magagawa niya. Ninenerbiyos siya kapag kumukuha ng pagsusulit. Kahit nag-aral siya at nakadarama ng pagtitiwala sa kanyang kaalaman sa mga paksain na lalabas sa pagsusulit, tila ba nakakalimutan niya ang lahat ng ito sa pagsisimula pa lamang ng pagsusulit. Tinalakay niya ang kanyang suliranin sa kanyang ama. Iminungkahi ng kanyang ama na, pagkatapos ng masusing pag-aaral at bago kumuha ng kanyang mga pagsusulit, manalangin siya upang matulungang maalala ang mga bagay na pinag-aralan niya.

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit naaangkop na manalangin upang matulungan sa mga pagsusulit at iba pang mga bagay na tila hindi mahalaga sa espirituwal?

Pagkatapos na matalakay ng mga miyembro ng klase ang mga sagot sa tanong na ito, ipabasa sa kanila ang Alma 34:20–27. Bigyang diin na ang mga salitang "magsumamo sa Panginoon" ay tumutukoy sa ating mga panalangin sa Ama sa Langit. Pansinin ang payo ni Amulek na manalangin para sa mga bagay na temporal, kagaya ng mga bukid at kawan, bilang karagdagan sa mga bagay na espirituwal.

- Pagkatapos nating manalangin upang matulungan, ano ang dapat nating gawin?

Ipaliwanag na kagaya ni Andy sa kuwento, hindi dapat na maghintay na lamang tayo upang mabiyayaan; dapat tayong gumawa tungo sa pagtanggap ng mga biyayang ipinanalangin natin.

Magpatooo na ang Ama sa Langit ay palaging dinidinig ang ating mga panalangin—kahit tungkol man sa maliliit na bagay at kahit na nadarama nating hindi tayo karapat-dapat.

Tinutugon ng Ama sa Langit ang Ating mga Panalangin

Kuwento

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento:

Tinanggap ni Stacey ang pakiusap na mag-alaga sa mga anak ng isang mag-anak na hindi niya kilala. Matiwasay siya habang nag-aalaga sa mga bata, ngunit nang matulog na ang mga bata at mag-isa na lamang si Stacey sa bahay, nagsimula siyang makadama ng kawalang-katiwasayan. Ang mga kaluskos sa bahay na iyon na hindi niya kabisado at ang ingay ng nag-aaway na mga kapitbahay ay nagbigay-takot sa kanya kung kayat hindi siya makatulog. Sa pagbabalik-tanaw sa karanasang ito, nagsabi si Stacey kinalaunan:

"Pumasok sa aking isipan na ang aking ama, na isang bumbero, ay maaaring gising pa at maaari ko siyang tawagan sa pansarili niyang telepono sa himpilan. Sa loob lamang ng ilang saglit ay nasa telepono ang aking ama at kinakausap ako sa tinig na nagbibigay kaginhawahan. Iminungkahi niyang mahiga ako sa sopa at subuking makapagpahinga. Sinuway ko ang kanyang payo, at sinabi sa kanya nang paulit-ulit na lubos akong natatakot na magpahinga sa ganoong kapaligiran.

"Pinahinahon ng aking ama ang aking pagkatakot nang may pangakong hindi siya aalis sa linya at hindi ibababa ang telepono. Nahiga nga ako at namahinga. Gayunman, nagising akong nahihintakutan nang ilang ulit sa loob ng sumunod na dalawang oras, at sa bawat pagkakataon ay tumatawag ako ng, 'Tay, naririyan ba kayo?' At sa bawat pagkakataon ay nandoroon ang aking ama, nasa linya pa rin, hindi ako kailanman iniwang nag-iisa."

Talakayan

- Paano katulad ang pakikipagtalastasan ni Stacey sa kanyang ama ng ating pakikipagtalastasan sa ating Ama sa Langit?

Pagpapatuloy ng kuwento

Ibahagi ang mga kuru-kuro ni Stacey tungkol sa karanasan:

"Patuloy kong nabatid na ang buhay ay maaaring nakakatakot at walang katiyakan. . . . Ang aral sa pananampalataya at pananalig na itinuro sa akin [ng aking ama] nang gabing iyon mga taon na ang nagdaan ay patuloy na nagbibigay sa akin ng kaginhawahan. Ngayon, kapag nangangailangan ako ng kaginhawahan at katiwasayan, nananalangin ako sa aking Ama sa Langit, 'Ama, naririyan ba kayo?' At ako ay naaaliw, sa kabatirang mahal niya ako at siya ay nasa linya pa rin, na alam ang aking kalagayan at isang 'handang saklolo sa kabagabagan' (Mga Awit 46:1)" (Stacey Child Weeks, "Dad, Are You There?" *Ensign*, Hunyo 1996, 53).

Talakayan at mga siping-banggit

- Sinabi ni Stacey na kung minsan, ang Ama sa Langit ay tumutugon sa kanyang mga panalangin sa pamamagitan ng pagbibiyaya sa kanya ng mga damdamin ng kaginhawahan at kapayapaan. Anu-ano pa ang ilan sa ibang mga paraan ng pagsagot sa mga panalangin?

Ang sumusunod na mga siping-banggit ay maaaring makatulong sa inyo na pamunuan ang talakayan sa tanong na ito:

Nagturo si Elder Richard G. Scott: "Makipag-usap sa inyong Ama. Pinakikinggan Niya ang bawat panalangin at sinasagot ito sa Kanyang paraan. Kapag ipinaliliwanag natin ang isang suliranin at binabalak na kalutasan, kung minsan ay sumasagot siya ng oo, kung minsan ay hindi. Madalas Niyang pigilin ang kasagutan, hindi dahil sa kakulangan ng pag-aalala, kundi dahil iniibig Niya tayo—nang ganap. Nais niyang ipamuhay natin ang mga katotohanang ibinigay Niya sa atin. Para umunlad tayo, kailangan nating magtiwala sa ating kakayayang gumawa ng wastong mga pagpapasiya. Kailangan nating gawin ang *nadarama* nating tama. Sa tamang panahon, sasagot Siya. Hindi Niya tayo bibiguin" (sa Conference Report, Okt. 1989, 38; o *Ensign*, Nob. 1989, 31).

Nagsabi si Pangulong Spencer W. Kimball: "Napapansin tayo ng Diyos, at binabantayan niya tayo. Ngunit karaniwang sa pamamagitan ng ibang tao niya sinasagot ang ating mga pangangailangan" ("Small Acts of Service," *Ensign,* Dis. 1974, 5).

- Paano kayo nabiyayaan ng mga sagot sa inyong mga panalangin? (Maaari ninyong naising ibahagi ang isa ninyong karanasan tungkol sa panalangin.)

Patotoo

Ibigay ang inyong patotoo tungkol sa panalangin, at hikayatin ang mga miyembro ng klase na bumuo ng palagiang halimbawa ng matapat na pansariling panalangin.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Isulat ang sumusunod na mga sangguniang banal na kasulatan sa magkakahiwalay na piraso ng papel at ilagay ang mga ito sa isang bote. Magkakasunod na papiliin ang mga miyembro ng klase ng papel mula sa bote, basahin ang talata ng banal na kasulatan na nakasaad dito at ipaliwanag kung ano ang itinuturo sa atin ng talata tungkol sa kung paano tayo dapat na manalangin. (Maaari ninyong naising gamitin ang gawaing ito sa bahagi ng aralin na pinamagatang "Paano Tayo Manalangin?")

Mateo 6:9	Mateo 6:10	Mateo 6:11
Mateo 6:12	Mateo 6:13	2 Nephi 32:9
3 Nephi 18:15–18		

2. Hilingin sa mga miyembro ng klase na itala ang mga bagay na karaniwan nilang hinihiling kung nananalangin sa klase sa Panlinggong Paaralan. Ipasulat sa isang miyembro ng klase ang mga tugon sa pisara. Pagkatapos ay talakayin ang mga tugon. Ang mga sumusunod na tanong ay maaaring makatulong sa inyo na pamunuan ang talakayan:

- Tinitingnan ba natin ang isang paanyaya na manalangin bilang isang pabigat o tanging karapatan?
- Nagpapahayag ba tayo ng pasasalamat para sa mga bagay na tunay nating pinasasalamatan, o sinasabi lamang natin ang mga bagay na sinasabi ng iba?
- Madalas na tugunin ng Ama sa Langit ang mga panalangin para sa ibang tao sa pamamagitan ng pagbibigay sa atin ng inspirasyon na maglingkod. Kapag hinihiling natin sa Ama sa Langit na pagpalain ang ibang tao, nakahanda ba tayong tulungan ang mga taong ito? (Halimbawa, kapag hinihiling natin na pagpalain ang mga miyembro ng klase na hindi nakadalo upang makapagsimba sila sa susunod na linggo, alam ba natin kung sino ang hindi nakadalo? Nakahanda ba tayong tumulong sa kanila upang makapunta sa simbahan?)
- Madalas nating hilingin sa Ama sa Langit na biyayaan tayo ng kanyang Espiritu. Pagkatapos bigkasin ang mga panalanging ganito, tayo ba ay kumikilos at nagsasalita sa paraang makapag-aanyaya sa impluwensiya ng Espiritu Santo?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moroni 7:9.

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin nang manalangin nang may "tunay na layunin ng puso"? (Maging matapat sa pagpapasalamat sa Ama sa Langit at paghiling sa kanya na pagpalain kayo at ang ibang tao.)

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na suriin ang kanilang mga pansariling panalangin sa pamamagitan ng tahimik na pagtatanong sa kanilang mga sarili, "Nananalangin ba ako nang may matapat na layunin?"

3. Awitin o basahin kasama ng mga miyembro ng klase ang "Naisip Bang Manalangin?" (*Mga Himno*).

Pag-aayuno—Gutom o Busog?

Aralin
10

Layunin

Ikintal sa mga miyembro ng klase ang pagnanais na maghangad ng espirituwal na pag-unlad sa pamamagitan ng pag-aayuno at panalangin.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Doktrina at mga Tipan 59:13–14 at ang mga banal na kasulatan na nakatala sa ibaba (sa pangalawang bilang ng paghahanda), na nagbibigay ng mga dahilan kung bakit tayo nag-aayuno.
2. Isulat ang mga sangguniang banal na kasulatan na nasa ibaba sa magkakahiwalay na piraso ng papel, at pagkatapos ay ilagay ang mga papel sa loob ng bote o sa ibang lalagyan.

   Doktrina at mga Tipan 88:76
   Lucas 2:37
   Alma 45:1
   Mosias 27:22–23
   Alma 5:46
   Alma 17:3
   Alma 6:6
   Isaias 58:6–7
   Joel 2:12

3. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan.

Paalala sa guro

Sa halip na magkaroon ng espirituwal na pag-unlad sa pamamagitan ng pag-aayuno, maraming tao ang nakararanas lamang ng pagkagutom. Tulungan ang mga miyembro ng klase na malaman na espirituwal tayong "mabubusog" sa pamamagitan ng paghahanda, pananalangin, at pag-aayuno nang may layunin. Kapag umiiwas tayo sa pagkain at tumatanggap ng espirituwal na pagkain sa oras ng pag-aayuno, pinagpapala tayo ng Panginoon ng kanyang Espiritu.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Pag-aayuno ay Higit pa sa Hindi Pagkain

Talakayan

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin nila ang kanilang sarili sa sumusunod na situwasyon:

Maghahanda na kayo ng inyong agahan isang umaga ng Linggo nang dumating ang inyong ina (o ama) at ipaalala sa inyo na Linggo ng pag-aayuno sa araw na iyon?

- Ano ang unang papasok sa isip ninyo? Maligaya ba kayo dahil Linggo ng pag-aayuno?

Bigyang-diin na maraming tao ang nag-aakala na ang pag-aayuno ay ang hindi lamang pagkain. Ang tanging damdaming nararanasan nila habang nag-aayuno ay gutom. Subalit sa tamang paghahanda at pagdaraos ng ayuno, ang pag-aayuno ay maaaring maging maligaya at espirituwal na nagpapasiglang karanasan.

Kailan at Bakit Tayo Nag-aayuno

Gawain sa banal na kasulatan

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na isang Linggo bawat buwan tayo ay hindi kumakain o umiinom sa loob ng dalawang magkasunod na kainan. Dumadalo rin tayo ng pulong sa pag-aayuno at pagpapatotoo, at nagbibigay tayo (o ating mga magulang) ng donasyon na tinatawag na handog-ayuno sa obispo upang tumulong kumalinga sa mga nangangailangan. Karagdagan pa sa regular na Linggo ng pag-aayuno, maaari rin tayong mag-ayuno anumang oras na nararamdaman nating kailangan natin ng karagdagang espirituwal na tulong, bagaman hindi natin kailangang magbigay ng handog-ayuno sa mga pagkakataong ito.

- Bakit tayo nag-aayuno?

Pakunin ang isang miyembro ng klase ng isang pirasong papel sa bote at ipasulat sa pisara ang sangguniang banal na kasulatan na nakasulat sa papel. Ipahanap sa lahat ng miyembro ng klase ang tinutukoy na talata sa kanilang mga banal na kasulatan. Pagkatapos ay ipabasa nang malakas sa miyembro ng klase ang talata na napili niya sa banal na kasulatan at ipasabi ang ibinibigay nitong dahilan sa pag-aayuno. Isulat ang dahilan sa pisara kasunod ng sanggunian. Ulitin, binibigyan ng pagkakataon ang ibang mga miyembro ng klase na pumili ng papel, hanggang sa makuha ang lahat ng papel.

Ang natapos na talaan ay maaaring magmukhang ganito:

BAKIT TAYO NAG-AAYUNO?

Doktrina at mga Tipan 88:76—Upang sundin ang utos ng Diyos.

Lucas 2:37—Upang maglingkod sa Diyos.

Alma 45:1—Upang sambahin ang Diyos at ipakita sa kanya ang ating pasasalamat.

Mosias 27:22–23—Upang tumanggap ng natatanging biyaya, tulad ng pagpapagaling.

Alma 5:46—Upang magkaroon ng patotoo.

Alma 17:3—Upang magkaroon ng diwa ng propesiya at paghahayag at ng kakayahang magturo.

Alma 6:6—Para sa pagbabalik-loob ng mga taong hindi pa miyembro ng Simbahan.

Isaias 58:6–7—Upang pakainin ang nagugutom at damitan ang hubad.

Joel 2:12—Upang maging mas malapit sa Diyos.

Talakayan

Maikling talakayin kung paano tayo matutulungan ng pag-aayuno para magawa ang bawat isa sa mga ito.

Tamang Pagsasagawa ng Ayuno

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 59:13–14.

- Saan inihahalintulad ang pag-aayuno sa mga talatang ito? Nagiging masaya ba kayo kapag nag-aayuno kayo?
- Ano ang magagawa natin upang maging masaya ang pag-aayuno?

Tanggapin ang mga sagot ng mga miyembro ng klase, pagkatapos ay ipagpatuloy ang talakayan sa sumusunod na dalawang paraan kung paano magagawang masaya ang pag-aayuno: paghahanda at panalangin.

Talakayan

Paghahanda

Isulat ang *Paghahanda* sa pisara. Ipaliwanag na kailangang magplano tayo nang maaga at kasabikan ang pag-aayuno upang ganap natin itong kaluguran.

- Ano ang magagawa natin upang makapaghanda sa pag-aayuno?

Ang mga maaaring maging sagot ay manalangin bago simulan ang ating pag-aayuno, ayusin ang ating mga alalahanin upang makapagtuon tayo ng ating isipan sa ating pag-aayuno, at pagpapasiya na gawing isang makahulugang espirituwal na karanasan ang pag-aayuno.

Ipaliwanag na ang isa sa pinakamahalagang paraan sa paghahanda sa pag-aayuno ay ang pagpili ng layunin sa pag-aayuno.

- Ano ang kaibahang magagawa ng pagkakaroon ng layunin kapag nag-aayuno? (Mas magiging personal at makahulugan ang pag-aayuno kapag may layunin. Mas higit tayong madadaliang mag-ayuno kung nag-aayuno tayo para sa isang natatanging dahilan.)

Ipaalala na natalakay na ng mga miyembro ng klase ang ilang layunin sa pag-aayuno, at saglit na pagbalik-aralan ang tala sa pisara. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na maaari silang mag-ayuno kailanman kailangan nila ng espirituwal na lakas o natatanging pagpapala para sa kanilang sarili o para sa iba. Halimbawa, maaari silang mag-ayuno kapag mayroon silang bagong pananagutan, tulad ng isang katungkulan sa Simbahan, o kapag maysakit ang isang miyembro ng mag-anak o isang kaibigan.

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magsabi tungkol sa mga layuning ipinag-ayuno nila.

Panalangin

Isulat ang *Panalangin* sa pisara. Patingnan muli sa mga miyembro ng klase ang kanilang mga banal na kasulatan na ginamit nila upang matuklasan ang mga dahilan sa pag-aayuno.

- Alin sa mga banal na kasulatang ito ang nagsasama sa panalangin sa pag-aayuno?
- Bakit mahalaga na manalangin tayo kapag nag-aayuno?

Ipaliwanag na ang ilan sa mga layunin kung bakit natin gustong manalangin habang tayo ay nag-aayuno ay upang humingi ng lakas sa pag-aayuno, upang sabihin ang ating layunin sa pag-aayuno sa Ama sa Langit, at pasalamatan ang Ama sa Langit para sa pagkakataong makapag-ayuno at tumanggap ng espirituwal na pag-unlad na kaalinsabay nito.

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magbahagi ng karanasan nila sa kanilang pag-aayuno at pananalangin.

Paalala sa guro

Tulungan ang mga miyembro ng klase na magkaroon na magandang saloobin tungkol sa pag-aayuno at panalangin. Ang pag-aayuno at pananalangin ay maaaring maging dalawang pinakamahalagang espirituwal na sandata na matatamo nila kailanman. Ang inyong patotoo at ang inyong positibong saloobin ay ang dalawang napakahalagang kaloob na ibinibigay ninyo sa mga miyembro ng klase sa taong ito. (Tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, 215.)*

Kaganapang Espirituwal sa pamamagitan ng Pag-aayuno

Talakayan at siping-banggit

Bigyang-diin na dahil hindi tayo kumakain, maaaring manghina ang ating katawan kapag tayo ay nag-aayuno. Gayunman, sa ibang paraan ang pag-aayuno ay maaaring higit na makapagpalakas sa atin.

- Anong uri ng lakas ang nakukuha natin mula sa pag-aayuno?

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pangungusap na ginawa ni Obispo John H. Vandenberg noong siya pa ang Namumunong Obispo:

"Binibigyan ng pag-aayuno at panalangin ang isang tao ng lalong higit na lakas at kapangyarihan na hindi niya matatamo nang sa kanya lamang sariling kakayahan. Ihahatid ng pag-aayuno at panalangin ang isang tao sa punto ng pagpapakumbaba at pananampalataya kung kailan ay mabibigyan siya ng Panginoon ng higit na lakas at kapangyarihang kailangan upang matapos ang isang gawain o malutas ang isang suliranin" ("The Presiding Bishop Talks to Youth About Fasting," *Improvement Era*, Peb. 1969, 71).

Patotoo

Magpatotoo tungkol sa espirituwal na lakas at mga pagpapala na matatanggap sa pamamagitan ng pag-aayuno at pananalangin.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na alalahanin ang paghahanda at panalangin sa susunod na mag-ayuno sila, nang matanggap nila ang kaganapang espirituwal at nang hindi lamang pagkagutom.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Magdala sa klase ng isang malaking mangkok, sapat na dami ng bato upang mapuno ang mangkok, at sapat na dami ng mansanas upang mapuno ang mangkok. (Maaari ninyong palitan ang mangkok ng kahit anong lalagyan at ang bato at mansanas ng kahit na anong dalawang bagay.)

Ilagay ang lahat ng bato sa mangkok. Pagkatapos ay ipapuno sa dalawang miyembro ng klase ng mansanas ang mangkok. Makikita nila na mapupuno lamang nila ng mansanas ang mangkok kung aalisin muna nila ang mga bato sa mangkok.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 22:15. Ipaliwanag na ang talatang ito ay naglalaman ng mga salita ng isang haring nagsisi sa paghihimagsik laban sa Panginoon. Inialok ng hari na talikuran ang kanyang kaharian at lahat ng kanyang ari-arian upang matanggap ang Espiritu ng Diyos (ang Espiritu Santo).

- Ano ang kailangang talikuran ng hari upang madama ang Espiritu? (Tingnan sa Alma 22:18.)

Bigyang-diin na tulad ng mga bato na kailangang alisin muna sa mangkok bago ito mapuno ng mansanas, ang kasamaan sa hari ay kailangan munang mawala sa kanya bago mapuspos ang hari ng Espiritu Santo.

- Ano ang kailangan nating gawin upang mapuspos ng Espiritu Santo? (Kailangang alisin natin sa ating sarili ang lahat ng hindi mabuting pag-iisip at kilos.) Paano "mawawala" sa atin ang kasamaan sa pamamagitan ng taimtim na pag-aayuno upang tayo ay mapuspos ng Espiritu Santo?

Ipaliwanag na bagaman ang ating mga tiyan ay walang laman kapag tayo ay nag-aayuno, maaari tayong mapuspos ng Espiritu Santo. Ang magutom sa pagkain habang tayo ay nag-aayuno ay hindi mali, lalung-lalo na kung nagpapaalala ito sa atin na ang "nagugutom [magutom] at nauuhaw [mauhaw] sa kabutihan, [sapagkat tayo'y] mapupuspos ng Espiritu Santo" (3 Nephi 12:6).

2. Kopyahin ang bigay-sipi na nasa hulihan ng araling ito at gupit-gupitin ito tulad nang tinutukoy.
3. Isulat ang sumusunod na mga pangalan sa pisara:

   Assuero = hari

   Esther = reyna

   Mardocheo = pinsan ni Esther

   Aman = masamang punong ministro

   Ibigay nang hindi sunud-sunod ang mga piraso ng kuwento. Ipasubok sa mga miyembro ng klase na pagsunud-sunurin sa tamang ayos ang mga pangyayari, inilalagay ang mga ito sa lamesa o sa sahig. Kapag tapos na sila, sandaling pagbalik-aralan ang kuwento na binibigyang-diin ang kahilingan ni Esther na mag-ayuno na kasabay niya ang ibang Judio bago siya humarap sa hari upang magmakaawa para sa buhay ng kanyang mga tao (tingnan sa Esther 3–8).

   - Sa palagay ninyo paano natulungan si Reynang Esther nang magkasabay na pag-aayuno niya at ng kanyang mga tao?
   - Paano kayo matutulungan ng inyong mag-anak at mga kaibigan kapag sila ay sabay na mag-aayuno sa inyo?

Si Esther ay isang babaeng Judio na Reyna ng Persia at Media. Natakot siya para sa kanyang mga tao dahil ang mga ito ay hinatulang mamatay. Palinlang na pinaniwala ng masamang punong ministro na si Aman

si Haring Assuero na ang mga Judio sa kanyang kaharian ay masasama at dapat na patayin. Hindi alam ng hari na ang asawa niya ay isang Judio. Hinikayat ni Aman na ipapatay ng hari ang lahat ng Judio dahil may isang Judio na nagngangalang Mardochero na

tumangging yumukod sa kanya. Si Mardocheo ay pinsan ni Esther at ito ang nagpalaki sa kanya nang mamatay ang kanyang mga magulang. Hiniling niyang

hikayatin ni Reynang Esther ang kanyang asawa na si Haring Assuero na baguhin ang kanyang desisyon na patayin ang lahat ng Judio. Maging kay Reynang Esther, gayunman, ay mapanganib na

makipag-usap sa hari. Sinuman na lalapit sa hari nang hindi tinatawag nito ay papata yin maliban na lamang kung magbibigay siya ng pagsang-ayon sa pamamagitan

ng pagbababa ng kanyang setro. Dahil batid ni Reynang Esther ito, sinabi niya kay Mardocheo, "Ikaw ay yumaon, pisanin mo ang lahat na Judio, na nangakaharap sa Susan, at

ipagayuno ninyo ako, at huwag kayong magsikain o magsiinom man na tatlong araw, gabi o araw; ako naman at ang aking mga dalaga ay mangagaayuno ng gayon ding paraan; at sa gayo'y papasukin ko ang hari, na hindi ayon sa kautusan: at kung ako'y mamatay ay

mamatay" (Esther 4:16). Pagkatapos ng tatlong araw na pag-aayuno, tinipon ni Esther ang lahat ng kanyang tapang at pananampalataya sa Panginoon at pumasok sa silid ng luklukan ng hari. Nang makita ng hari si Esther, ngumiti ito at inilawit ang kanyang setro sa kanya (Esther). Inanyayahan ni Esther ang hari na

dumalo sa piging. Sa piging hiniling ni Esther sa kanya na iligtas ng hari ang kanyang buhay at ang buhay ng kanyang mga tao. Nang mapagtanto ng hari kung paano siya nilinlang ni Aman sa paghahatol ng kamatayan sa mga Judio, hinatulan niya si Aman na

bitayin. Si Mardocheo ang ginawang punong ministro na kapalit ni Aman, at gumawa ng batas ang hari na nagpapahintulot sa lahat ng Judio na ipagtanggol ang kanilang sarili laban sa mga taong gustong manakit o pumatay sa kanila. Hanggang sa araw na ito ay ipinagdiriwang ng mga Judio sa buong daigdig ang pangyayaring ito at pinararan galan si Reynang Esther.

Pananampalataya kay Jesucristo

Aralin
11

Layunin

Ituro sa mga miyembro ng klase na ang pananampalataya kay Jesucristo ay lubos na kailangan sa kaligtasan at hikayatin sila na palakasin ang kanilang pananampalataya sa kanya.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 22:2–3, 9–13; II Mga Hari 5:1–3, 10–14; Juan 14:6, 12; Mga Taga Roma 10:17; Sa Mga Hebreo 11; 1 Nephi 17:7–8, 17–18; 2 Nephi 9:23; Mosias 3:17; Alma 32:21; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:4.
2. Karagdagang babasahin: '*Gabay sa mga Banal na Kasulatan*, "Pananampalataya." '
3. Gumawa ng isang paskil ng Alma 32:21, na pinapalitan ng mga blangko ang mga salita kagaya ng ipinakikita sa ibaba (kung hindi kayo nakagawa ng paskil, isulat ang mga salita at mga blangko sa pisara bago mag-umpisa ang klase):

   "Ang ______ ay hindi ang pagkakaroon ng ganap na kaalaman sa mga bagay; kaya nga, kung ikaw ay may ______ , ______ ka sa mga bagay na ______, ngunit ______ " (Alma 32: ______).

4. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang pangmarka upang ipangsulat sa mga blangko sa paskil.
   b. Isang larawan ni Jesucristo (larawan 2 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62572 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 240).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang pananampalataya kay Jesucristo ang unang alituntunin ng ebanghelyo. Ito ay isang alituntunin ng kapangyarihan, na nanghihikayat sa atin na kumilos ayon sa tumpak na mga alituntunin kahit na hindi natin nakikita ang agarang bunga ng ating mga pagkilos. Ang tungkuling ginampanan ng Tagapagligtas ang pinakabuod ng ebanghelyo, kung kaya't ang pananampalataya sa kanya ay lubos na kailangan. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan kung paano nila mapalalago ang kanilang pananampalataya kay Jesucristo.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ano ang Pananampalataya?

Paskil at talakayan

Ipakita ang paskil (o tukuyin ang mga salita at blangko sa pisara). Nang hindi sinasabi sa mga miyembro ng klase ang paksa ng aralin, sabihin sa kanila na itinuro ng Propetang Joseph Smith na ang salitang ilalagay sa unang dalawang

blangko ng pangungusap na ito ay "ang sanhi na nagbubunsod ng lahat ng pagkilos" at isang "alituntunin ng kapangyarihan" (*Lectures on Faith*, 1:10, 15).

- Anong dalawang bagay ang itinuturo ng banal na kasulatang ito hinggil sa pananampalataya? (Na ito ang unang alituntunin ng ebanghelyo at ito ay kailangang nakatuon kay Jesucristo.)

Bigyang-diin na ang saligan ng pananampalataya na ito ay nagtuturo sa atin na ang "pananampalataya sa Panginoong Jesucristo," sa halip na pangkaraniwang pananampalataya, ang unang alituntunin ng ebanghelyo. (Ipakita ang larawan ni Jesucristo.) Maaari tayong magkaroon ng pananampalataya sa ibang bagay, kagaya ng mga binhing tumutubo at mga bus na nakararating sa kanilang mga paroroonan, ngunit ang pananampalataya kay Jesucristo ang tanging pananampalataya na makapagdadala sa atin sa kadakilaan (tingnan sa 2 Nephi 9:23; Mosias 3:17).

Siping-banggit

Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang pangangailangan ng *pagsasabuhay ng pananampalataya kay Jesucristo* ay walang-pasubaling lubos na mahalaga. Ito ang saligan ng plano ng kaligtasan" (sa Conference Report, Okt. 1993, 119; o *Ensign*, Nob. 1993, 87; ang mga salitang nakahilig ay sa orihinal).

Talakayan

- Sa palagay ninyo, bakit ang pananampalataya kay Jesucristo ang unang alituntunin ng ebanghelyo?

Upang makatulong na masagot ang tanong na ito, pagbalik-aralan kasama ng mga miyembro ng klase ang tungkuling ginampanan ni Jesucristo sa plano ng kaligtasan:

1. Sa daigdig bago ang daigdig na ito, siya ang napili na maging Tagapagligtas at Manunubos natin.

2. Pumarito siya sa lupa at namuhay na walang kasalanan, na nagpakita sa atin ng isang ganap na halimbawa.

3. Nagbayad-sala siya para sa ating mga kasalanan.

Ituro sa mga miyembro ng klase na tanging sa pamamagitan lamang ng pananampalataya kay Jesucristo at sa Pagbabayad-sala niya maaaring makabalik tayo upang manahan kasama niya at ng ating Ama sa Langit. Dahil si Jesucristo ang gumagawa upang maging posible ang kadakilaan, kailangan tayong magkaroon ng pananampalataya na sa pamamagitan ng kanyang Pagbabayad-sala, tayo ay mabubuhay na mag-uli at maaaring mapatawad sa mga kasalanan na nagawa natin. Ituro na ang pananampalataya kay Jesucristo ang unang alituntunin ng ebanghelyo dahil ito ang batayan para sa pag-unawa at pagtanggap ng iba pang mga alituntunin at ordenansa ng ebanghelyo. Halimbawa, kung wala tayong pananampalataya kay Jesucristo, hindi natin mauunawaan kung bakit kailangan nating mabinyagan sa kanyang pangalan.

Ang Pananampalataya sa Tagapagligtas ay Nagdudulot ng Dakilang mga Biyaya

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang pananampalataya ay isang alituntunin ng kapangyarihan. Maraming dakilang biyaya ang dumating sa mga tao dahil sa kapangyarihang ito. Ipabuklat sa mga miyembro ng klase ang Sa Mga Hebreo 11 at mabilis na ipahanap sa kabanatang ito ang mga biyayang ibinunga ng pananampalataya. Hilingin sa kanila na iulat ang mga bunga, at itala ang kanilang mga tugon sa pisara. Ang talaan ay maaaring kabilang an ng sumusunod:

1. Si Enoc ay inilipat (kinuha mula sa lupa nang hindi namatay; tingnan sa talata 5).

2. Si Noe at ang kanyang mag-anak ay niligtas mula sa baha (tingnan sa talata 7).

3. Ipinaglihi ni Sara si Isaac nang lipas na ang kanyang gulang (tingnan sa talata 11).

4. Nangalagpak ang mga kuta ng Jerico (tingnan sa talata 30).

Itanong ang sumusunod tungkol sa bawat halimbawa sa pisara:

- Paano ipinakita ng tao (o mga tao) na nakatanggap ng biyayang ito ang pananampalataya? (Halimbawa, si Noe ay gumawa ng daong kagaya ng iniutos ng Panginoon.)

Ituro na dahil sa kanilang pananampalataya, sinunod ng mga taong ito ang mga tagubilin ng Panginoon. Pagkatapos nito ay biniyayaan sila dahil sa kanilang pagsunod.

Kuwento

Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Si Randall Ellsworth ay isang misyonero sa Guatemala nang ang bansang ito ay salantain ng isang kahindik-hindik na lindol. Labingwalong-libong katao ang namatay. Nakaligtas si Elder Ellsworth, ngunit malubha siyang nasugatan at naparalisa ang kanyang mga binti. Nilapatan siya ng gamot sa Guatemala at ipinadala pabalik sa kanyang tahanan sa Estados Unidos. Ang mga nakabatid kung gaano kalubha ang kanyang naging kapinsalaan ay inakalang hindi na muli siya makalalakad, ngunit may pananampalataya si Elder Ellsworth na tutulungan siya ng Panginoon hindi lamang upang muling makalakad kundi tutulungan din siyang matapos ang kanyang misyon.

Si Randall at ang kanyang mag-anak at mga kaibigan ay patuloy na nanalangin, at si Randall ay nagsumikap na mabawi ang lakas sa kanyang mga binti. Pumunta siya sa pisikal terapi nang dalawang ulit ayon sa ipinayo sa kanya ng mga doktor. Kinalaunan, muli siyang nakalakad, sa tulong ng dalawang tungkod, at sinang-ayunan ng Departamento ng Misyonero ang kanyang pagbabalik sa Guatemala upang tapusin ang kanyang misyon. Nang malaman ni Randall na maaari niyang tapusin ang kanyang misyon sa Guatemala, ang unang bagay na ginawa niya ay manalangin at magpasalamat sa Ama sa Langit para sa dakilang biyayang ito.

Bumalik si Randall Ellsworth sa Guatemala, at isang araw ay kausap niya ang kanyang pangulo ng misyon. "Ikaw ay nakatanggap ng isang himala," sabi ng pangulo. "Nabiyayaan ang iyong pananampalataya. Kung mayroon kang kinakailangang pananalig, kung mayroon kang matibay na pananampalataya, kung ikaw ay may sukdulang tapang, ilapag ang dalawang tungkod na iyan sa aking mesa at lumakad." Dahan-dahan, inilapag ni Elder Ellsworth ang kanyang mga tungkod sa mesa at gumawa ng ilang hakbang. Hindi madali para sa kanya ang maglakad sa simula, ngunit hindi na niya muling ginamit ang mga tungkod. Natapos niya ang kanyang misyon at kinalaunan ay nagtapos sa paaralan ng medisina. (Tingnan sa Thomas S. Monson, sa Conference Report, Okt. 1986, 53–54; o *Ensign*, Nob. 1986, 41–42. Tingnan din sa Thomas S. Monson, "Which Road Will You Travel?" *Ensign*, Mar. 1991, 4–5.)

Talakayan

- Paano nagkaroon ng kinalaman ang pananampalataya sa pagpapagaling na ito? Paano ipinakita ni Randall Ellsworth at ng kanyang mga kaibigan at miyembro ng mag-anak ang kanilang pananampalataya?

Ituro na ang pagsasabuhay ng pananampalataya ay hindi palaging nagbubunga ng mga himala. Isang bahagi ng pananampalataya ang pagtanggap sa kalooban ng Diyos, kahit na hindi ito ang nais natin. Ipaalala sa mga miyembro ng klase si Diane Ellingson, na ang kuwento ay isinalaysay sa aralin 6. Sa simula ay inakala ni Diane na dahil may pananampalataya siya, siya ay gagaling. Nang mapagtanto niya na hindi kalooban ng Diyos na gumaling siya, ang kanyang pananampalataya kay Jesucristo ay nagbigay sa kanya ng kaginhawaan at lakas na maging matagumpay sa kabila ng kanyang mga paghihirap. (Tingnan sa Kendra Kasl Phair, "A Champion Again," New Era, Nob. 1988, 21–25.)

- Paano kayo at ang inyong mga miyembro ng mag-anak nabiyayaan dahil sa pananampalataya kay Jesucristo? (Maaari ninyong naising magbahagi ng halimbawa mula sa sarili ninyong buhay.)

Maaari Nating Mapalakas ang Ating Pananampalataya kay Jesucristo

Talakayan sa banal na kasulatan

Habang tinatalakay ninyo ang sumusunod na mga talata sa banal na kasulatan, ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang pananampalataya ay ipinakikita sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan ng Panginoon (maaari ninyong kailanganing ituro na ang pagpapakita ng pananampalataya kay Jesucristo ay kinabibilangan ng pagpapakita ng pananampalataya sa pinili niyang mga tagapaglingkod, ang mga propeta).

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 17:7–8, 17–18.

- Nagpakita ba sina Laman at Lemuel ng pananampalataya?

Pagkatapos ay basahin ang II Mga Hari 5:1–3, 10–14.

- Nagpakita ba si Naaman ng pananampalataya?

Ituro na si Naaman sa simula ay nagpakita ng kakulangan ng pananampalataya sa pamamagitan ng pagtanggi na gawin ang ipinagagawa sa kanya ng propeta Eliseo. Ngunit kinalaunan ay kumilos din siya ayon sa pananampalataya sa pamamagitan ng paliligo sa Ilog Jordan, at siya ay gumaling kagaya ng ipinropesiya ni Eliseo.

Pagkatapos ay basahin ang Genesis 33:2–3, 9–12.

- Nagpakita ba si Abraham ng pananampalataya?

Ituro na si Abraham ay kaagad na sumunod sa Panginoon nang walang pagtatanong, kahit na ipinag-utos sa kanya ng Panginoon na gawin ang isang napakahirap na bagay. Dahil nasiyahan ang Panginoon sa pagsunod ni Abraham, nagbigay siya ng tupa upang ihandog sa halip na si Isaac (tingnan sa Genesis 22:13).

- Sino sa mga taong ito ang dapat na pagsumikapan nating makatulad? Paano tayo magkakaroon ng pananampalataya na kasinglakas ng kay Abraham?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Taga Roma 10:17.

- Saan natin matatagpuan o maririnig ang salita ng Diyos? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sa mga banal na kasulatan, sa mga salita ng mga propeta sa mga huling araw, sa mga magasin ng Simbahan, at sa mga pagpupulong ng Simbahan.)
- Paano makadaragdag sa ating pananampalataya ang pag-aaral sa salita ng Diyos?
- Anu-ano ang ilang karagdagang paraan upang mapalakas ang ating pananampalataya kay Jesucristo? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng panalangin, pag-aayuno, at paglilingkod sa iba.)

Ipaliwanag na ang pagpapalakas sa ating pananampalataya kay Jesucristo ay katulad ng pagpapaunlad sa anumang iba pang mga katangian o kasanayan. Kung nais nating umasenso sa ating kakayahang maglaro ng saker, lumikha ng musika, o magluto, kailangan nating mag-aral at magsanay at sadyang magsikap na mapahusay ang ating kakayahan. Ang ganito ay totoo rin sa pagpapalakas ng ating pananampalataya sa Tagapagligtas. Ang ating pananampalataya kay Jesucristo ay nadaragdagan habang ipinamumuhay natin ito sa pamamagitan ng pagsunod sa kanyang mga halimbawa (tingnan sa Juan 14:12).

Patotoo

Magpatotoo na ang pananampalataya kay Jesucristo ay lubos na kailangan sa ating kaligtasan. Maaari ninyong naising sabihin sa mga miyembro ng klase kung paano nakaapekto sa inyong buhay ang inyong pananampalataya kay Jesucristo.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na palakasin ang kanilang pananampalataya kay Jesucristo sa pamamagitan ng pag-aaral, panalangin, at pagsunod sa kanyang mga kautusan.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ipaliwanag na ang pananampalataya ay nagsisimulang maliit, katulad ng isang binhi, ngunit kung may tamang pagpapalusog at pangangalaga, ito ay lalaking napakalakas. Magbigay ng papel at mga krayola o pangmarkang may kulay, at masining na ipalarawan sa mga miyembro ng klase ang

kasalukuyang katayuan ng kanilang pananampalataya kung ihahambing ito sa isang tumutubong halaman. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na iuwi ang kanilang iginuhit at ilagay ang mga ito sa kanilang mga talaarawan.

2. Talakayin kasama ng mga miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Ezra Taft Benson, ang ikalabintatlong Pangulo ng Simbahan:

   "Ang pananampalataya [kay Jesucristo] ay higit sa pagkilala lamang na nabubuhay Siya. Ito ay higit sa pagpapahayag ng paniniwala.

   "Ang pananampalataya kay Jesucristo ay kinapapalooban ng lubos na pananalig sa Kanya. Bilang Diyos, Siya ay may kapangyarihan, katalinuhan, at pag-ibig na walang katapusan. Walang suliranin ang tao na hindi Niya kayang lutasin. Dahil Siya ay nagpakababa-baba sa lahat ng bagay (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 122:8), batid Niya kung paano tayo matutulungan na umangat sa pang-araw-araw nating mga paghihirap.

   "Ang pananampalataya sa Kanya ay nangangahulugan na kahit hindi natin nauunawaan ang lahat ng bagay, nauunawaan Niya ang mga ito. Tayo, samakatuwid, ay dapat na tumingin sa Kanya 'sa bawat pag-iisip; huwag mag-alinlangan, huwag matakot' (Doktrina at mga Tipan 6:36.)" (sa Conference Report, Okt. 1983, 7; o *Ensign*, Nob. 1983, 8).

   - Paano makatutulong sa inyong pang-araw-araw na mga suliranin at paghihirap ang inyong pananampalataya kay Jesucristo?

3. Hilingin sa isang miyembro ng klase na umalis sa silid (o pumikit) nang ilang saglit. Itago ang isang maliit na bagay sa isang bahagi ng silid. Pabalikin ang miyembro ng klase (o pabuksan ang kanyang mga mata).

   Ang mga miyembro ng klase na nakakita kung saan ninyo itinago ang bagay ay tutulong sa miyembro ng klase na matagpuan ito. Maaari lamang nilang gawin ito sa pamamagitan ng pagsasabi ng "pananampalataya" habang lumalapit ang tao sa nakatagong bagay o "pag-aalinlangan" habang ang tao ay lumalayo sa bagay. Ituro na ang larong ito ay nagpapakita na ang pananampalataya ay paniniwala sa mga bagay na hindi nakikita ng isang tao. Ang miyembro ng klase na umalis sa silid ay naniniwala na nandoroon ang itinagong bagay at nakahandang magsikap na matagpuan ito, kahit na hindi niya nakita mismo ang bagay.

   Awitin kasama ng mga miyembro ng klase o patugtugin ang teyp ng "Faith" (*Children's Songbook*, 96) o "Buhay ang Aking Manunubos" (*Mga Himno*).

Ang Pagsisisi ay Isang Biyaya

Aralin
12

Layunin

Lumikha sa mga miyembro ng klase ng paghahangad na magsisi sa kanilang mga kasalanan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mosias 26:30; Alma 36:19–21; Doktrina at mga Tipan 1:32; 19:16; 58:42–43; Moises 6:57.
2. Maghanda ng kapirasong papel na nasusulatan ng *Pagsisisi* at idikit ito sa pambura sa pisara na gagamitin ninyo sa oras ng aralin.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang larawang Nananalangin si Jesus sa Getsemani (larawan 4 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62175 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 227).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Buong pagmamahal na isinama ng Ama sa Langit ang pagsisisi sa plano ng ebanghelyo at nangako na tatanggapin ang lahat ng tumatalikod sa kanilang mga kasalanan at lumalapit sa kanya nang may bagbag na puso at nagsisising espiritu. Tiyaking makapag-iwan sa mga miyembro ng klase ng pag-asa at lakas ng loob pagkatapos ng araling ito. Ang pagsisisi ay kinakailangan para sa lahat. Ito ay isang dakilang biyaya na nagbibigay sa atin ng pagkakataon na mapatawad at malinis mula sa ating mga kasalanan upang matamo natin ang kadakilaan.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Pagsisisi ay Nagbibigay sa Atin ng Pagkakataon na Maging Malinis Muli

Kuwento

Isalaysay o ipasalaysay sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento:

Minsan ay may isang batang babae na tinanong kung ano ang pinasasalamatan niya. Sagot niya, “Mga pambura.” Nang hilingin na ipaliwanag ito, sinabi niya, “Malimit akong magkamali sa aking mga gawain sa matematika. Kung walang pambura, hindi ko maaaring baguhin ang aking mga pagkakamali at maisulat ang tamang mga sagot sa aking papel.”

Talakayan sa pisara

Sa pisara, isulat sa malalaking titik ang *MGA KASALANAN*.

- Nakagawa na ba kayo ng pagkakamali at naghangad na sana ay may napakalaki kayong pambura upang baguhin ang inyong nagawa? (Ito ay tanong sa pangkalahatan. Huwag hihilingin sa mga miyembro ng klase na sabihin ang mga gawang iniisip nila.)

Sa pamamagitan ng paggamit sa pambura na nasusulatan ng *Pagsisisi*, burahin

ang mga salitang *MGA KASALANAN* sa pisara. Tiyakin na nakikita ng mga miyembro ng klase ang nakasulat sa pambura habang nagbubura kayo.

Ipaliwanag na ang pagsisisi ang paraan na ibinigay sa atin ng Ama sa Langit sa "pagbubura" ng ating mga kasalanan. Nais ng Ama sa Langit na makabalik tayo upang mabuhay kasama niya pagkatapos ng buhay na ito, ngunit walang marumi, o makasalanang tao ang maaaring mabuhay kasama niya (tingnan sa Moises 6:57). Batid ng Ama sa Langit na bawat isa ay makagagawa ng mga pagkakamali at makagagawa ng mga kasalanan habang nasa lupa, kung kaya't binigyan niya tayo ng paraan upang maging muling malinis pagkatapos nating magkasala. Ito ang pagsisisi.

Pagpapakita ng larawan

Ipakita ang larawan ni Jesus na nananalangin sa Getsemani. Ipaliwanag na dahil binayaran ni Jesus ang lahat ng ating kasalanan sa pamamagitan ng kanyang paghihirap, kapag nagsisisi tayo ay maaari tayong mapatawad at maging muling malinis (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 19:16).

Tayong Lahat ay Kailangang Magsisi

Kuwento at talakayan

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Sa gulang na limampu't pito, si Charlie ay naninirahan sa Leavenworth, Kansas—sa bilangguan. Siya ay nakulong na sa mga institusyon para sa mga mapanganib na kriminal sa Estados Unidos, halos sa buong buhay niya. Siya ay lumaki sa krimen. Ang kanyang ama at ina ay mga lasenggo at mga bilanggo. Nang siya ay labintatlo, pinatay ng epidemyang trangkaso ang lahat ng miyembro ng kanyang mag-anak. Pagkatapos ng mga libing, si Charlie ay umangkas sa pangkargamentong tren at nagsimula ng isang lagalag na buhay sa Estados Unidos. Kabilang sa kanyang buhay ang krimen, simula sa pagnanakaw ng sasakyan, panloloob ng bahay, at sa bandang huli ay pagnanakaw na may armas. Sa gulang na limampu't pito, tatlumpu't limang taon ang ginugol ni Charlie sa bilangguan.

- Sa palagay ba ninyo ay may sumisilay pang pag-asa sa isang taong katulad nito?

Ipagpatuloy ang kuwento:

Sa wakas ay napagtanto ni Charlie na walang patutunguhan ang kanyang buhay. Kinalaunan ay inilarawan niya ang kanyang nadarama nang panahong iyon:

"Unti-unti kong napagtanto na hindi ko gusto ang nangyayari sa akin. Paano ako makapagbabago? Kung ipagpapatuloy ko ang aking mga gawaing kriminal, mamamatay ako sa isang selda at ililibing sa isang puntod na walang marka sa libingan ng bilangguan."

- Ano ang kinailangang gawin ni Charlie upang mabago ang kanyang buhay?

Nagsimula si Charlie na mag-aral tungkol sa relihiyon. Kinalaunan ay nabasa niya ang Aklat ni Mormon at napagtantong Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang tunay na Simbahan. Lumiham siya sa punong-tanggapan ng Simbahan at humingi ng karagdagang impormasyon tungkol sa Simbahan. Hindi siya nabinyagan dahil nasa bilangguan siya, ngunit pinag-aralan niya ang mga aklat at iba pang mga babasahin na tinanggap niya mula sa Missionary Department.

Habang nagtatamo si Charlie ng patotoo kay Jesucristo at sa plano ng ebanghelyo, nagkaroon siya ng ganap na pagbabago sa kanyang pag-uugali. May matututuhan siyang isang alituntunin ng ebanghelyo, at pagkatapos ay ipamumuhay niya ito, at magiging malakas dahil dito; pagkatapos ay matututuhan niya ang isa pang alituntunin at ipamumuhay ito, at lalakas pagkatapos ay matututo ng isa pang alituntunin, ipamumuhay ito, at higit pang lalakas. Habang natututuhan ni Charlie ang tungkol sa mga bagay na nais ipagawa sa kanya ng Ama sa Langit at ni Jesus, sinimulan niyang gawin ang mga bagay na ito at itinigil ang paggawa ng mga bagay na mali.

Kalaunan ay nagkaroon ng pagkakataon na mabigyan ng parol si Charlie (ang mapalaya sa bilangguan sa ilalim ng mahigpit na pamamahala). Nagpasiya siyang magbagong-buhay. Nakipagkita siya sa pangulo ng istaka sa pook, na gayon na lang ang paghanga kay Charlie kaya't nagpunta ito sa tagapangasiwa ng kanyang parol at tiniyak na mabibigyan niya si Charlie ng trabaho at lugar na matitirhan kung si Charlie ay mabibigyan ng parol.

Napalaya si Charlie sa bilangguan, at nakakita ang pangulo ng istaka ng trabaho at bahay para sa kanya. Tinuruan ng mga misyonero si Charlie ng mga talakayan sa ebanghelyo. Nang matapos ang parol niya, bininyagan si Charlie. Pagkaraan ng dalawa at kalahating taon nagtungo siya sa punong-tanggapan ng Simbahan upang makipagkita sa taong sumagot sa unang liham niya at upang dumalo sa pangkalahatang komperensiya. Si Charlie, na ngayon ay pinuno ng grupo ng matataas na saserdote sa kanyang purok, ay nagpatunay sa katotohanan ng ebanghelyo. Siya ay ganap na nagbago.

Talakayan

- Sa anong paraang isang taong nagbago si Charlie?

Ituro na habang natututuhan ni Charlie ang ebanghelyo, nagsisisi siya sa mga maling bagay na ginawa niya. Dahil sa pagsisisi siya ay nakapagbago mula sa pagiging isang kriminal tungo sa pagiging isang miyembro ng Simbahan na may pananagutang tungkulin at matatag na patotoo sa ebanghelyo.

- Bakit mahalaga ang pagsisisi?

Ipaliwanag na mapababagal o mapahihinto ng mga kasalanan ang ating espirituwal na pag-unlad at mailalayo tayo sa Ama sa Langit at kay Jesucristo. Pinapahintulutan ng pagsisisi na makabalik tayo sa Ama sa Langit at kay Cristo at magsimulang muling umunlad sa espirituwal. Bagaman hindi tayo makagagawa ng kasinlaking mga kasalanan na nagawa ni Charlie, lahat tayo ay nagkakasala, kaya't lahat tayo ay kailangang magsisi.

Ang Pagsisisi ay Nangangailangan ng Pagsusumikap

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang mga kuru-kuro ni Charlie tungkol sa pagsisisi:

"Dahil sa . . . kalayaan sa pagpili, kinailangang ako mismo ang gumawa ng unang pagkilos upang baguhin ang aking pamumuhay. Ang pagsisisi ay maliwanag na isang pagbabago ng isipan. Nagsisimula ang pagsisisi sa pagnanais na talikuran ang lahat ng inyong nakaraan sa pamamagitan ng pagbabasa, pag-aaral, at pagbubulay-bulay sa salita ng Diyos. Ang pagsisisi ay

ang pag-ahon mula sa kalaliman ng aking mga paghihirap at kawalang-pag-asa at paggawa sa mga ito na maging kagalakan at pag-asa."

Talakayan sa pisara

Ipaliwanag na may proseso na tumutulong sa atin na gawin ang mga sakit at bigat ng kasalanan na maging kagalakan sa pamamagitan ng pagsisisi. Binanggit ni Charlie ang unang hakbang sa prosesong ito nang sabihin niyang, "Nagsisimula ang pagsisisi sa pagnanais na talikuran ang lahat ng inyong nakaraan."

1. Kilalanin ang inyong kasalanan at naisin na magbago.

- Bakit unang hakbang sa pagsisisi ang pagkilala na tayo ay nagkasala? Bakit mahalagang makaramdam tayo ng kalungkutan para sa mga maling bagay na ginawa natin at ng pagnanais na makagawa ng mas mabuti?

Upang makita ang susunod na dalawang hakbang, ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 58:43.

Isulat sa pisara:.

2. Ipagtapat ang inyong kasalanan.

3. Talikuran ang inyong kasalanan.

- Bakit mahalagang ipagtapat ang inyong kasalanan? Kanino ba kayo dapat na magtapat?

Ipaliwanag na lahat ng kasalanan ay kailangang ipagtapat sa Panginoon. Kung nagkasala tayo sa isang tao (halimbawa, kung nagsinungaling kayo sa inyong ina), dapat tayong magtapat sa taong iyon. Ang mabibigat na kasalanan ay kailangang ipagtapat din sa obispo o sa pangulo ng sangay. Ang pagtatapat ay nagpapakita na taos-puso ang ating pagnanais na magsisi.

- Ano ang ibig sabihin ng talikuran ang inyong kasalanan?

Ipaliwanag na ang talikuran ay nangangahulugan na hindi na muling gagawin ang isang bagay. Kung tinatalikuran natin ang isang kasalanan, nagpapasiya tayong hindi na kailanman muling gawin ang maling bagay na iyon.

- Bakit isang mahalagang bahagi ng pagsisisi ang pagtalikod sa kasalanan?

Isulat sa pisara:

4. Gumawa ng pagbabalik.

Ipaliwanag na ang paggawa ng pagbabalik ay nangangahulugan ng pagtatama, sa abot ng makakaya, sa ating pagkakamali. Magbigay sa mga miyembro ng klase ng ilang tiyak na mga pagkakamali kung saan maaaring gawin ang pagbabalik at itanong sa kanila kung paano magagawang tama ang mga pagkakamaling iyon. Halimbawa, kung nagnakaw tayo ng isang bagay, ibabalik natin o babayaran ito. Kung nagsinungaling tayo, sasabihin natin ang totoo. Kapag nasira natin ang isang bagay, kukumpunihin o papalitan natin ito.

Maaari ninyong naising ituro na kung minsan, ang isang maling gawa ay hindi na maaaring itama, kahit na anupaman ang gawin natin. Halimbawa, kapag nagsabi tayo ng mga bagay na hindi totoo tungkol sa isang tao, maaari tayong humingi ng paumanhin at sabihin ang katotohanan, ngunit maaaring hindi na natin maituwid ang kasiraang-puri na nagawa sa taong ito. Kapag tayo ay nagnakaw o nakasira ng

isang bagay, maaari nating mapalitan ang bagay na ito, subalit hindi na ito ang mismong bagay na iyon. Sa ganitong uri ng situwasyon, si Jesucristo, sa pamamagitan ng kanyang Pagbabayad-sala at habag, ang tatanggap ng pananagutan na isaayos ang mga bagay-bagay. Ngunit mangyayari lamang ito matapos na magawa natin ang lahat ng makakaya natin.

Isulat sa pisara:

5. Sundin ang mga kautusan.

Ipaliwanag na ang huling hakbang sa pagsisisi ay ang pagsusumikap na sundin ang lahat ng kautusan ng Diyos (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:32). Ang pagsisisi ay isang proseso na kakailanganing gamitin natin sa buong buhay natin, ngunit habang nagiging higit na ganap tayo sa pagsunod sa mga kautusan, mababawasan ang pangangailangan nating magsisi.

Basahin ang patotoo ni Charlie sa klase:

"Alam ko ang lawak ng pinsala na nagawa ko sa mga taon ng aking paghihimagsik. Ngunit alam ko rin na ang pagsisisi at pagtitiis na nakasalig sa pananampalataya ang daan para sa aking pansariling kaligtasan. Kapag tinawag na ako mula sa buhay na ito, umaasa at nananalangin ako, na dahil [natagpuan ko ang ebanghelyo], sa mga salita ni Pablo [sa] 2 Timoteo 4:7, ay masasabi ko, 'Nakibaka ako ng mabuting pakikibaka,' ginawa ko ang lahat ng aking makakaya sa aking mga tungkulin sa Simbahan, at iningatan ko ang aking pananampalataya at pagmamahal sa Panginoon at Ama sa Langit."

Ituro na nang magsisi si Charlie sa kanyang mga kasalanan, nagtiis siya hanggang sa huli—ginugol niya ang kanyang buhay sa pagsusumikap na mamuhay sa paraang nais ng Ama sa Langit at ni Jesucristo.

Patatawarin Tayo ng Ama sa Langit at ni Jesucristo Kapag Tayo ay Nagsisisi

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang pagsisisi ay maaaring maging isang mahaba at mahirap na proseso. Ngunit ang pagsusumikap na kinakailangan upang magsisi ay nababayaran nang higit pa ng mga biyaya na tinatanggap natin kapag tayo ay nagsisisi.

- Anu-anong biyaya ang dumarating sa atin kapag tayo ay nagsisisi?

Ipahanap at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mosias 26:30 at Doktrina at mga Tipan 58:42. Ipabasa nang malakas sa dalawang miyembro ng klase ang bawat isa sa mga talatang ito.

- Ano ang ipinangangako ng Panginoon na gagawin niya kapag nagsisisi tayo sa ating mga kasalanan?
- Ano ang ibig sabihin ng ang Panginoon "ay hindi na naaalaala [ang ating mga kasalanan]"? (Hindi na niya isasaalang-alang ang mga ito sa paghuhukom sa atin. Kapag tayo ay nagsisisi nang tapat at ganap, sa Panginoon ay tila ba hindi tayo kailanman nagkasala.)

Ipahanap at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 36:19–21. Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang mga talata.

- Ayon sa mga talatang ito, ano ang madarama natin kapag nagsisi tayo at pinatawad?

Ipaliwanag na ang kasalanan ay nagdudulot sa atin ng bigat at sakit, ngunit ang pagsisisi ay nagdudulot sa atin ng kagalakan. Sabihin sa mga miyembro ng klase na higit na mainam na hindi magkasala upang makaiwas sa sakit ng kasalanan at sa pagsusumikap na makapagsisi, ngunit kapag tayo ay nagkasala, maaari tayong magsisi at muling madama ang kagalakan ng pagiging malinis.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na pahayag ni Elder Spencer W. Kimball noong siya ay miyembro pa ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Anong ginhawa! Anong aliw! Anong kagalakan! Ang mga nagpapasan ng pagkakasala at kalungkutan at kasalanan ay maaaring mapatawad at malinis at mapadalisay kung sila ay magbabalik sa Panginoon, matututo tungkol sa kanya, at susunod sa kanyang mga kautusan" (*The Miracle of Forgiveness* [1969], 368).

Patotoo

Magpatotoo sa kagalakan at pasasalamat na nadarama ninyo para sa alituntunin ng pagsisisi, na nagbibigay sa atin ng pagkakataon na mapatawad sa ating mga kasalanan. Ipahayag ang inyong pasasalamat para sa Pagbabayad-sala ni Cristo, na gumagawa ng posible ang pagsisisi.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na matapat na magsisi sa kanilang mga kasalanan at magsumikap na mamuhay nang matuwid. Ipaalala sa kanila ang kagalakan at ginhawa na dumarating sa pamamagitan ng pagsisisi.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Awitin o banggitin ang mga salita ng "Magsilapit kay Jesucristo" (*Mga Himno*). Talakayin kung paano nauugnay sa pagsisisi ang mga salita sa awiting ito.

2. Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na samantalang ang pagisisi at pagpapatawad ay kagila-gilalas na mga handog, higit na mainam na umiwas sa kasalanan. Hindi natin *kailanman* dapat na sadyang-magkasala dahil sa pag-iisip na "Magsisisi na lamang ako pagkatapos." Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na paglalarawan ng ideyang ito, ni Elder Hugh W. Pinnock ng Pitumpu:

   "Ipamuhay ang mga kautusan. Huwag kailanman pakakainin ang mga lobo! Ano ang ibig sabihin niyan? *Ang paglabag sa mga kautusan ay katulad ng pagpapakain sa mga lobo*. Sa Inglatera, kung saan kami nakatira, narinig namin ng aking kabiyak na ang mga lobo ay nasa bayan mismo. Nais naming makakita ng isang lobo. May isang kapitbahay na nagsabing kapag nag-iwan kami ng pagkain para sa mga lobo ay malamang na makakita kami ng isa. Binigyan kami ng aming magkakarne ng ilang buto. Bawat gabi, naglalagay kami ng ilang buto sa bakuran sa likod. Hindi nagtagal ay may lobong dumating upang kumain. Pagkatapos ay may ilan pang sumunod. Sa ngayon ay may hindi kukulangin sa limang lobo na nagtatakbuhan sa aming halamanan ng mga bulaklak, naghuhukay sa lupa, at nag-iiwan ng kalat bawat gabi. . . .

"Ang bagay na nagsimula sa pag-uusisa ay isa nang problema ngayon, at ang kasalanan ay ganoon na ganoon din. Ang isang munting pagkakamali ay makapagsisimula sa isang proseso na makalilikha ng kaguluhan sa buong buhay. Tandaan, kung hindi ninyo sisimulang pakainin ang mga lobo, hindi nila kailanman sisirain ang inyong bakuran. Kung iwawaksi ninyo ang tila maliliit at di-nakapipinsalang mga pagkakamali, ang inyong buhay ay makaiiwas sa higit na malalaking suliranin kinalaunan" (sa Conference Report, Okt. 1993, 57–58; o *Ensign*, Nob. 1993, 41).

Ituro na kinalaunan ay naitaboy din ng mga Pinnock ang mga lobo mula sa kanilang bakuran, ngunit hindi ito nagawa nang walang malaking pagpapagod at hindi bago nakalikha ang mga lobo ng malaking pinsala sa bakuran. Ang pagsisisi ay makapagdudulot sa atin ng kapatawaran at magagawa tayong muling malinis, ngunit hindi ito magagawa nang walang malaking pagsusumikap at hindi bago natin maranasan ang sakit at pinsala na nililikha ng kasalanan.

3. Para sa sumusunod na pakay-aralin, magdala sa klase ng malinaw na bote o mangkok tubig, ilang patak ng pulang pampakulay sa pagkain, at ilang patak ng likidong pampaputi (clorox). (Maaari ninyong naising gawin muna ang pakay-aralin na ito sa bahay bago ninyo ito ipakita sa klase.)

   Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Isaias 1:18.

   - Sa palagay ninyo, bakit gumamit ang propeta Isaias ng mga kulay na pula at matingkad na pula sa paglalarawan sa kasalanan? (Ang kulay pula ay kumakatawan sa dugo, na nagpapahiwatig ng mabigat na kasalanan. Sinasabi ni Isaias na maaari tayong magsisi kahit na nakagawa tayo ng mabibigat na kasalanan.)

   - Sa kabilang dako, bakit niya ginamit ang pariralang *kasingputi ng niyebe* upang ipakita ang pagpapatawad ng Diyos? (Upang kumatawan sa kadalisayan. Sa pamamagitan ng pagsisisi, maaari tayong maging dalisay at malinis muli.)

   Ipakita sa klase ang sisidlan ng tubig. Ipaliwanag na ang malinis at malinaw na tubig ay kumakatawan sa isang taong walang kasalanan. Dagdagan ang tubig ng ilang patak ng pulang pampakulay sa pagkain. Pamasdan sa klase ang pampakulay habang unti-unting pinalalabo nito ang lahat ng tubig. Ipaliwanag na ang kasalanan ay nagpaparumi sa ating buhay katulad ng pampakulay sa pagkain na nagpapalabo sa tubig.

   Magdagdag ng ilang patak ng clorox sa sisidlan at marahang haluin o alugin hanggang sa maging muling malinaw ang tubig.

   - Anu-anong alituntunin ng ebanghelyo ang kinakatawan ng clorox? (Pagsisisi at kapatawaran.)

   Ipaliwanag na katulad ng clorox na ginagawang maging malinis muli ang tubig, ang matapat na pagsisisi ay nagbibigay sa atin ng pagkakataon na mapatawad at maging muling malinis pagkatapos nating magkasala.

Aralin
13 Pagbibinyag: Pagtataglay sa Ating Sarili ng Pangalan ni Cristo

Layunin

Pagbalik-aralan ang sagisag ng pagbibinyag at ikintal sa mga miyembro ng klase ang pangangako na tuparin ang kanilang mga tipan sa pagbibinyag.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 3:3–5; Mga Taga Roma 6:3–6; 2 Nephi 31; Mosias 18:8–10; Doktrina at mga Tipan 20:37, 71, 77; 49:13–14.6
2. Isulat ang mga bilang 1 hanggang 5 sa magkakahiwalay na parihabang papel. Tupiin ang mga papel at ilagay sa isang mangkok o iba pang sisidlan (tingnan ang gawain sa pahina "00 [71]").
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang mga larawang Batang Lalaking Binibinyagan (62018); Paglilibing kay Jesus (62180 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 231); Ang Nabuhay na Mag-uling Jesucristo (62187 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 239); at Nagbinyag si Alma sa mga Tubig ng Mormon (larawan 5 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62332 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 309).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang pagbibinyag ay isa sa mga unang hakbang na ginagawa natin upang lumapit kay Cristo. Ang pag-unawa sa sagisag ng pagbibinyag ay makatutulong sa atin na maunawaan ang walang hanggang katangian ng mga tipan at mga biyaya na dumarating dahil sa pagbibinyag. Sa pamamagitan ng patuloy na pagsunod, maaari nating mapagtagumpayan ang kamatayang espirituwal at makabalik sa kinaroroonan ng ating Ama sa Langit. Yayamang ito ay maaari sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo, tinataglay natin ang pangalan ni Jesus sa ating sarili kapag tayo ay binibinyagan at nangangakong aalalahanin siya sa lahat nang ginagawa natin.

Habang itinuturo ninyo ang araling ito, maging sensitibo sa mga damdamin ng mga miyembro ng klase na hindi pa nabibinyagan.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Layunin ng Pagbibinyag

Talakayan

Ipakita ang larawan ng batang lalaking binibinyagan.

- Ano ang naaalala ninyo tungkol sa pagbibinyag sa inyo?

Hayaan ang mga miyembro ng klase na magsalita tungkol sa mga pagbibinyag sa kanila. Maaari ninyong naising magbahagi ng ilang alaala tungkol sa sarili ninyong pagbibinyag.

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit bininyagan kayo?

Tiyakin na ang sumusunod na mga layunin ng pagbibinyag ay natatalakay (maaari ninyong naising ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang naaangkop na mga banal na kasulatan):

1. Upang makatanggap ng kapatawaran, o pagpapatawad, ng mga kasalanan (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 49:13).
2. Upang ipakita ang kahandaang sumunod sa mga kautusan ng Ama sa Langit (tingnan sa 2 Nephi 31:14).
3. Upang maging mga miyembro ng Simbahan (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 20:71).
4. Upang magsimula sa landas patungo sa buhay na walang hanggan (tingnan sa 2 Nephi 31:17–20).
5. Upang matanggap ang kaloob na Espiritu Santo (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 49:14).

- Bakit si Jesus, na hindi nagkasala, ay kailangang mabinyagan?

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 31:6–9, na minamarkahan ang mga salita at parirala na sumasagot sa tanong na ito. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na katulad natin, kinailangan ni Jesus na mabinyagan upang ipakita ang pagsunod sa Ama sa Langit. Nagpabinyag din si Jesus upang magpakita ng halimbawa para sa atin.

Ang Pagbibinyag ay Nagdudulot ng Espirituwal na Muling Pagsilang

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang Apostol Pablo ay nagsalita hinggil sa pagbibinyag bilang isang sagisag. Ang sagisag ay isang bagay o kilos na kumakatawan sa ibang bagay. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Taga Roma 6:3.

Ipakita ang larawan ng paglilibing kay Jesus.

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig ipakahulugan ng "nangabautismuhan sa kanyang [ni Cristo] kamatayan"? (tingnan sa Mga Taga Roma 6:3.)

Ipaliwanag na ang salitang *pagbibinyag* ay nangangahulugan ng "ilubog sa tubig" (tingnan sa '*Gabay sa mga Banal na Kasulatan* "Pagbibinyag, Binyagan" '). Ang akto ng paglubog—ang panandaliang paglilibing sa ilalim ng tubig—ay kumakatawan sa kamatayan at paglilibing sa pagiging makasalanan ng isang tao. Ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo ay ginagawang posible para sa atin ang magsisi sa ating mga kasalanan at mapatawad.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Taga Roma 6:4–5.

Ipakita ang larawan ng nabuhay na mag-uling si Jesucristo.

- Paano ang pagbibinyag nagiging "kawangisan ng pagkabuhay na maguli [ni Cristo]"?

Ipaliwanag na ang akto ng pag-ahon mula sa ilalim ng tubig ay kumakatawan sa pagsilang sa isang bagong buhay, katulad ng nabuhay na mag-uling si Jesucristo na tumayo mula sa libingan.

Ipaliwanag na sa pakikipag-usap sa isang lalaking nagngangalang Nicodemo, nagsalita si Jesus tungkol sa aspetong ito ng pagbibinyag. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Juan 3:3–5.

- Paano ipinanganganak sa tubig ang isang tao? (Sa pamamagitan ng pagpapabinyag.)
- Paano ipinanganganak sa Espiritu ang isang tao? (Sa pamamagitan ng pagtanggap ng Espiritu Santo pagkatapos ng pagbibinyag. Sabihin sa mga miyembro ng klase na tatalakayin ninyo ang kaloob na Espiritu Santo sa aralin sa susunod na linggo.)

Kuwento

Basahin ang sumusunod na patotoo na isinalaysay ng isang nagbalik-loob sa kanyang pagbabahagi ng kanyang patotoo sa isang pulong sa Simbahan:

"Ako ay nanggaling sa isang tahanang hiwalay ang mga magulang. Wala kaming relihiyon, at ako ay hindi tinuruan ng anumang mga pinahahalagahang moral. Ang aking buhay ay walang kahulugan, walang saysay, at puno ng pakikipagtunggali. Nakagawa na ako ng maraming kasalanan. Pagkatapos ay dumating ang ebanghelyo sa aking buhay. Tinanggap ko ang Tagapagligtas nang buong-puso. Nagsimula akong maniwala sa Kanya at tumalikod sa mga dati kong gawi. Ako ay nabinyagan, at ako ay nakatanggap ng kahanga-hangang kaloob na Espiritu Santo. Mga kapatid, sa loob ng maraming taon ay naramdaman kong parang 'patay' ako sa *loob,* at ngayon sa unang pagkakataon sa buhay, ay nararamdaman kong ako ay 'buhay' " (sa *My Errand from the Lord* [Melchizedek Priesthood study guide, 1976], 161).

Gumawa Tayo ng mga Tipan sa Pagbibinyag

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang kabanata 20 ng Doktrina at mga Tipan ay naglalaman ng isang paghahayag na ibinigay kay Joseph Smith sa araw nang maitatag Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Si Joseph Smith ay binigyan ng mga tagubilin para sa mga tao na nagnanais na mabinyagan bilang mga miyembro ng Simbahan. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 20:37. Ipaliwanag na ang talatang ito ay naglalaman ng tipan ng pagbibinyag. Ang isang tipan ay isang kasunduan sa pagitan natin at ng Panginoon kung saan nangangako tayo na susunod sa kanyang mga kautusan at nangangako siya na bibiyayaan tayo alinsunod sa ating pagsunod.

- Anu-ano ang kailangang ipagtipan ng mga tao na gagawin upang mabinyagan? (Itala sa pisara ang sumusunod na mga kinakailangan habang ang mga ito ay binabanggit.)

1. *Magpakumbaba sa kanilang sarili sa harapan ng Diyos.*
2. *Magsisi sa kanilang mga kasalanan.*
3. *Maging handa na taglayin sa kanilang sarili ang pangalan ni Jesucristo.*
4. *Maging handa na maglingkod sa Panginoon.*
5. *Ipakita sa pamamagitan ng kanilang mga gawa na tinanggap nila ang Espiritu ni Cristo.*

Talakayan sa banal na kasulatan

Ano ang ibig ipakahulugan ng taglayin sa ating sarili ang pangalan ni Cristo?

Ituro na tinataglay natin sa ating sarili ang pangalan ni Jesus kapag tinutularan natin ang kanyang halimbawa. Ipaliwanag na upang matutuhan ang tungkol sa kung paano gagawin ito, tatalakayin ninyo ang ilang turo ni Alma, isang propeta sa Aklat ni Mormon.

Ipakita ang larawan ni Alma na nagbibinyag sa mga tubig ng Mormon. Ipaliwanag na si Alma ay nagbalik-loob sa pamamagitan ng mga turo ni Abinadi at pagkatapos ay itinuro ang ebanghelyo sa iba. Upang matulungan ang mga tao na makapaghanda upang mabinyagan, sinuri niya ang ilang mga bagay na inaasahang gagawin nila bilang mga miyembro ng Simbahan.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mosias 18:8–10. Isulat sa pisara ang *"Lumapit sa kawan ng Diyos, at . . . matawag na kanyang mga tao."*

Anu-anong bagay ang kailangang nakahanda nating gawin upang magawang "lumapit sa kawan ng Diyos, at . . . matawag na kanyang mga tao"?

Isulat ang sumusunod sa pisara habang ang mga ito ay binabanggit:

1. *"Magpasan ng pasanin ng isa't-isa."*
2. *"Makidalamhati sa mga yaong nagdadalamhati."*
3. *"Aliwin ang mga yaong nangangailangan ng aliw."*
4. *"Tumayo bilang mga saksi ng Diyos sa lahat ng panahon at sa lahat ng bagay, at sa lahat ng lugar."*

Sa anu-anong paraan tayo makapapasan ng pasanin ng isa't-isa? Paano ninyo nakita na gawin ito ng mga tao? Paano nakatulong ang ibang tao sa pagpasan sa inyong pasanin?

Bakit kung minsan ay nakatutulong na "makidalamhati sa mga yaong nagdadalamhati."? Anu-ano ang ilang bagay na magagawa natin upang aliwin ang mga nangangailangan ng aliw? Paano nakatulong ang ibang tao sa inyo sa panahon ng kahirapan?

Ano ang ibig ipakahulugan ng tumayo bilang isang saksi ng Diyos?

Gawain

Papiliin ang isang miyembro ng klase ng isa sa mga parihabang papel na inihanda ninyo at ipabasa ang bilang na nakasulat dito. Pagkatapos ay basahin ang katugon na situwasyon sa ibaba at ipalarawan sa mga miyembro ng klase kung paano sila makatatayo bilang mga saksi ng Diyos sa situwasyong iyon. Ulitin ang gawain hanggang sa matalakay ang bawat situwasyon.

Situwasyon 1

Nakikipaglaro kayo ng basketbol sa isang pangkat ng mga kaibigan. Isa sa inyong mga kaibigan ang nagmintis sa isang napakadaling tira at sa pagkabigo ay binanggit ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan.

Situwasyon 2

Ang isa ninyong kaibigan na hindi miyembro ng Simbahan ay pumunta sa inyong tahanan at napansin ang isang kopya ng Aklat ni Mormon sa isang mesa.

Situwasyon 3

Kalahok ka sa isang gawain para sa mga kabataang lalaki at kabataang babae sa inyong purok. May isang bagong obispo na katatawag pa lamang at ilang kabataang kasinggulang ninyo ang nag-uusap tungkol sa kanya. "Hindi ako makapaniwalang tinawag nila *siya*," sabi ng isa sa kanila.

Situwasyon 4

Nag-iisa kayo sa inyong bahay. Alam ninyong hindi pa uuwi ang inyong mga magulang sa loob ng ilang oras. May isang pelikula sa telebisyon na matagal na ninyong nais mapanood. Alam ninyo na may ilang malalaswang eksena dito at ilang lapastangang salita, ngunit marami sa inyong mga kaibigan ang nagsabing nakatutuwang pelikula ito.

Situwasyon 5

Ilang buwan na kayong nagpaplanong pumunta sa templo kasama ang mga kabataang lalaki at kabataang babae sa inyong purok upang magsagawa ng pagbibinyag sa mga patay. Isang kaibigan na hindi miyembro ng Simbahan ay nag-anyaya sa inyo sa isang handaan nang gabi ring iyon. Sinabi ninyong hindi kayo makadadalo sa handaan, at ang inyong kaibigan ay nagtanong kung ano ang gagawin ninyo sa gabing iyon.

Talakayan sa banal na kasulatan

- Paano ang apat na pangako sa Mosias 18:8–10 nauugnay sa ating pangako na taglayin sa ating sarili ang pangalan ni Jesucristo?
- Sa inyong palagay, bakit pinag-uusapan natin ang pagbibinyag kahit na ang karamihan (o lahat) sa atin ay nabinyagan na?

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 20:77, na naglalaman ng panalangin sa tinapay pangsakramento. Ituro ang mga pagkakahalintulad ng panalanging ito at ng tipan ng pagbibinyag sa Doktrina at mga Tipan 20:37. Ipaliwanag na ang tipan sa pagbibinyag ay napakahalaga kung kaya't sinasariwa natin ito linggu-linggo kapag tinatanggap natin ang sakramento. Ang pagbibinyag ay higit kaysa sa paglulubog laman sa tubig. Ang mga tipan na ginagawa natin at ang mga biyayang matatanggap natin ay walang hanggan.

Patotoo

Magbigay ng patotoo sa kagalakan na nadarama natin kapag tinutupad natin ang ating mga tipan sa pagbibinyag. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na alalahanin ang kanilang mga tipan sa pagbibinyag at maging matapat sa mga ito.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bigay-siping "Tuklasin ang Kodigo," sa pahina 86. (Tiyaking nabura ang pisara bago mag-umpisa sa gawaing ito.)

Ipasubok sa mga miyembro ng klase na tuklasin ang kodigo ng mga mensahe sa bigay-sipi. Magbigay ng dalawa o tatlong minuto. Kung pagkatapos nito ay walang nakatuklas sa kodigo, sabihin sa mga miyembro ng klase na ang bawat titik sa kodigo ay kumakatawan sa titik na sinusundan nito sa alpabeto. Bigyan sila ng ilan pang minuto upang makuha ang mga mensahe sa bigay-sipi. Ang tamang mga mensahe ay nakatala sa ibaba:

Mensahe 1: MAGPASAN NG PASANIN NG ISA'T-ISA

Mensahe 2: MAKIDALAMHATI SA MGA YAONG NAGDADALAMHATI

Mensahe 3: ALIWIN ANG MGA YAONG NANGANGAILANGAN NG ALIW

Mensahe 4: TUMAYO BILANG MGA SAKSI NG DIYOS

2. Magdala sa klase ng dalawang bagay na medyo mabigat ngunit kayang hawakan ng sinumang miyembro ng klase sa iisang kamay. Humiling ng dalawang magboboluntaryo na pumunta sa harapan ng klase. Ibigay sa bawat isa sa kanila ang isa sa mga bagay. Pahawakan sa kanila ang mga bagay sa kanilang harapan sa pamamagitan ng pag-unat sa kanilang kanang bisig at pagpatong ng mga bagay sa kanilang kanang kamay. Habang ginagawa nila ito, ipaliwanag na sa gawaing ito, ang mga bagay ay kumakatawan sa mga pasanin, o mga pansariling paghihirap na maaaring dumating sa atin. Ang kanilang kanang kamay ay kumakatawan sa isang taong mag-isang nagdadala ng mga pasanin.

- Anu-ano ang ilang pasanin na dinadala natin kung minsan? Paano tayo hinihilang pababa ng mga pasaning ito?

Magsisimulang maramdamang bumibigat ang mga bagay. Paharapin ang mga nagboluntaryo sa isa't-isa, at anyayahan ang bawat nagboluntaryo na ilagay nang matatag ang kanyang kaliwang kamay sa ilalim ng bagay na dala ng kaharap na tao nang hindi binibitiwan ang sarili niyang dala. Makaraang madama ng mga nagboluntaryo na naibsan ang bigat sa kanilang mga kanang bisig, ipabalik sa inyo ang mga bagay at pabalikin sila sa kanilang mga upuan. Itanong ang sumusunod:

- Paano ipinakita ng gawaing ito kung ano ang katulad ng pagpasan sa pasanin ng iba?

Ituro na bagaman ang mga pasanin ay hindi inalis, ang mga ito ay naging magaan nang ang dalawang miyembro ng klase ay magtulungan. Sa ganoon ding paraan, tayo kung minsan ay maaaring makatulong sa iba na pasanin ang kanilang mga pasanin kahit na mayroon tayong sariling mga pasanin. Sa ating pagtulong sa isa't-isa, ang ating mga pasanin ay magiging magaan.

3. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893), maaari ninyong naising ipalabas ang "Pagbibinyag—Isang Pangako ng Pagsunod kay Jesus" isang siyam na minutong bahagi. Bagaman ang palabas ay higit na naaangkop para sa mga bata sa Primarya, ang mga alituntuning itinuturo ay totoo at mahalaga para sa lahat ng miyembro ng Simbahan.

Tuklasin ang Kodigo

Ang sumusunod na mga mensahe ay isinulat sa isang kodigo. Ang mga ito ay mga siping-banggit mula sa mahahalagang banal na kasulatan na ginamit sa araling ito. Tuklasin ang kodigo upang makuha ang mahahalagang mensahe.

Mensahe 1 L Z F O Z R Z M M F O Z R Z M H M

_ _ _ _ _ _ _ _   _ _   _ _ _ _ _ _ _

M F H R Z ’ S - H R Z

_ _   _ _ _ _ _ _ _

Mensahe 2 L Z J H C Z K Z L G Z S H R Z L F Z

_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _   _ _   _ _ _

X Z N M F M Z F C Z C Z K Z L G Z S H

_ _ _ _ _   _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Mensahe 3 Z K H V H M Z M F L F Z X Z N M F

_ _ _ _ _ _   _ _ _   _ _ _   _ _ _ _ _

M Z M F Z M F Z H K Z M F Z M M F Z K H V

_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _   _ _   _ _ _ _

Mensahe 4 S T L Z W N A H K Z M F L F Z R Z J R H

_ _ _ _ _ _   _ _ _ _ _ _   _ _ _   _ _ _ _ _

M F C H X N R

_ _   _ _ _ _ _

Ang Kaloob na Espiritu Santo

Aralin
14

Layunin

Turuan ang mga miyembro ng klase na makilala at sundin ang mga paghimok ng Espiritu Santo.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 14:26; 15:26; 16:13; 1 Juan 5:7; 2 Nephi 32:5; Moroni 10:5; Doktrina at mga Tipan 6:23; 8:2; 11:12–13; 42:17; 75:27; 76:53; 84:46; 130:22; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:1.
2. Karagdagang babasahin: ‘*Gabay sa mga Banal na Kasulatan*, “Espiritu Santo.” ’
3. Lagyan ng bilang ang apat na pirasong papel mula 1 hanggang 4, at isulat sa bawat isa ang katugon na bahagi ng siping-banggit na matatagpuan sa pahina 92.
4. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Isa sa pinakapiling mga pagpapala na maaari nating matanggap kailanman ay dumarating sa bawat isa sa atin pagkatapos na pagkatapos ng pagbibinyag kapag ang mga nagtataglay ng Pagkasaserdoteng Melquisedec ay nagpapatong ng kanilang mga kamay sa ating ulo at sinasabi ang “Tanggapin ang Espiritu Santo.” Tayo, pagkatapos nito, ay may karapatan sa patnubay mula sa Espiritu Santo hangga’t nananatili tayong karapat-dapat. Tayong lahat ay humaharap sa mga pang-araw-araw na pagpapasiya—ang ilan ay maliliit, ang ilan ay malalaki—kasama ang walang hanggang mga pagpapala. Ang Espiritu Santo ay makapagkikintal sa ating mga puso at isipan ng daan na nais ng Panginoon na tunguhin natin. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang kaloob na ito mula sa Ama sa Langit ang isa sa pinakadakila nating mapagkukunan ng tulong.

Habang itinuturo ninyo ang araling ito, maging sensitibo sa mga damdamin ng mga miyembro ng klase na hindi pa nabibinyagan at napagtitibay.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Isilang sa Espiritu

Talakayan sa banal na kasulatan

Isulat sa pisara ang *Kailangan tayong ipanganak sa* ________ at ______________ *upang makapasok sa kaharian ng Diyos*. Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na tinalakay ninyo ang pagiging muling isinilang sa nakaraang aralin, at hilingin sa kanila na punan ang mga patlang sa pangungusap. (Kung kailangan nila ng tulong sa paggawa nito, ipahanap at ipabasa sa kanila ang Juan 3:5.)

- Paano tayo isinisilang sa tubig? (Sa pamamagitan ng pagpapabinyag.)

- Paano tayo isinisilang sa Espiritu? (Sa pamamagitan ng pagtanggap sa kaloob na Espiritu Santo pagkatapos ng pagbibinyag.)

Ipaliwanag na bago ipinako sa krus si Jesus, ipinangako niya sa kanyang mga Apostol na pagkatapos niyang mamatay, ang Ama sa Langit ay magpapadala ng isang Mang-aaliw upang makasama nila (tingnan sa Juan 14:26; 15:26; 16:13). Ang Mang-aaliw na ito, na siyang Espiritu Santo, ay magpapatunay tungkol kay Jesucristo. Aaliwin din niya ang mga Apostol at tutulungan sila na mabatid kung ano ang gagawin kapag wala na si Jesus. Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang araling ito ay makatutulong sa kanila na maunawaan kung paano sila, katulad ng mga Apostol ni Jesus, mabibiyayaan at mapapalakas ng kapangyarihan ng Espiritu Santo.

Pagtanggap sa Kaloob na Espiritu Santo

Paalala sa guro

Magbigay ng mga tanong na nanghihikayat ng pag-iisip at talakayan sa halip na mga tanong na masasagot ng isang salita o pangungusap. Huminto nang ilang saglit pagkatapos na magbigay ng isang tanong upang magkaroon ang mga miyembro ng klase ng panahon na makapag-isip tungkol sa kanilang mga sagot. (*Tingnan sa* Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin, *p. 129*)

Talakayan

- Sino ang Espiritu Santo?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na ibahagi kung ano ang nalalaman nila tungkol sa Espiritu Santo. Kapag hindi binanggit ng mga miyembro ng klase ang sumusunod na mga punto, kayo na mismo ang magbigay ng mga ito:

1. Ang Espiritu Santo ang ikatlong miyembro ng Panguluhang Diyos. (Tingnan sa 1 Juan 5:7; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:1.)
2. Siya ay isang katauhang Espiritu. Siya ay isang personahe, ngunit wala siyang katawan ng mga laman at buto katulad ng mayroon ang Ama sa Langit at si Jesucristo. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 130:22.)
3. Kilala din siya bilang Mang-aaliw, ang Espiritu, ang Espiritu ng Diyos, o Banal na Espiritu. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 75:27; 84:46; 76:53.)

Gawain sa banal na kasulatan

Atasan ang isang miyembro ng klase o isang pares ng miyembro ng klase na hanapin at basahin ang isa sa sumusunod na mga banal na kasulatan: Juan 14:26; 2 Nephi 32:5; Moroni 10:5; Doktrina at mga Tipan 11:12; Doktrina at mga Tipan 42:17.

Pagkatapos ay ipabasa nang malakas sa mga miyembro ng klase ang mga banal na kasulatang nakatalaga sa kanila at sabihin kung ano ang sinasabi ng bawat banal na kasulatan tungkol sa kung ano ang ginagawa ng Espiritu Santo. Itala ang mga tugon sa pisara.

- Ano ang kailangan nating gawin upang matulungan tayo ng Espiritu Santo sa lahat ng bagay na ito? (Kailangan nating tanggapin ang kaloob na Espiritu Santo sa pamamagitan ng pagpapatong ng mga kamay pagkaraan nating mabinyagan, at pagkatapos ay kailangan tayong mamuhay nang karapat-dapat sa kaloob na iyon.)

Paglalahad ng guro

Ipaliwanag na ang isang tao ay maaaring maimpluwensiyahan ng Espiritu Santo bago pa ang pagbibinyag. Ang Espiritu Santo ay tumutulong sa mga tao na mabatid na si Jesucristo ang ating Tagapagligtas at Manunubos at ang ebanghelyo ay totoo. Ngunit ang kaloob na Espiritu Santo ay maaaring matanggap lamang pagkatapos ng pagbibinyag. Ang kaloob na Espiritu Santo ang pribilehiyo at karapatan na makasama ang Espiritu Santo sa lahat ng panahon. Ang kaloob na ito ay ibinibigay sa pamamagitan ng pagpapatong ng mga kamay ng mga may angkop na kapangyarihan ng Pagkasaserdoteng Melquisedek, at ito ay nagpapatuloy na mabisa hangga't nagsisikap tayo na mamuhay nang matuwid. Ang Espiritu Santo ay makapagdudulot sa atin ng aliw, makatutulong sa atin na pumili sa pagitan ng tama at mali, at makagagabay sa atin sa kung ano ang nais ipagawa sa atin ng Ama sa Langit at ni Jesucristo. (Maaari ninyong naising banggitin din na ang mga sagot sa ating mga panalangin ay madalas na dumating sa pamamagitan ng mga paghimok mula sa Espiritu Santo.)

Pagkilala sa mga Paghimok ng Espiritu Santo

Kuwento at talakayan

Ipaliwanag na kung tayo ay karapat-dapat na tumanggap ng tulong mula sa Espiritu Santo at nakahanda na makinig sa kanya, palagi niya tayong tutulungan. Kung minsan, gayunman, kinakailangan ang natatanging karanasan at pagsasanay upang matuto kung paano makikilala ang mga paghimok ng Espiritu Santo.

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento ni Elder Boyd K. Packer ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang isa sa aming mga anak na lalaki ay parating nahihilig sa radyo. Nang siya ay maliit pang bata, ang kanyang pamaskong regalo ay isang panimulang set sa paggawa ng radyo.

"Habang siya ay lumalaki, at habang makakayanan na namin ito, at habang kinikita na niya ito, tumanggap siya ng higit na mahusay na gamit.

"Maraming pagkakataon sa loob ng mga taon, ang ilan ay kamakailan lamang, na ako ay nakaupong kasama niya habang nakikipag-usap siya sa kung kaninong nasa malayong bahagi ng mundo.

"Nakakarinig ako ng pagkikiskisan at magulong mga tunog, at nakasasagap ng isa o dalawang salita o, kung minsan ng ilang tinig nang sabay-sabay.

"Ngunit nauunawaan niya, dahil sinanay niya ang sarili na maihiwalay ang magulong tunog sa mga tinig.

"Mahirap ihiwalay mula sa kaguluhan ng buhay ang mahinang tinig na nagbibigay inspirasyon. Maliban na kung sinasanay ninyo ang inyong sarili, hindi ninyo ito makukuha. . . . Maaari ninyong sanayin ang inyong sarili na pakinggan ang nais ninyong mapakinggan, na makita at maramdaman kung ano ang inyong hinahangad, ngunit ito ay nangangailangan ng pagsasanay.

"Marami sa atin ang nagpapatuloy sa buhay at madalang, kung mayroon man, na nakaririnig ng tinig ng inspirasyon, dahil 'ang taong ayon sa laman ay hindi tumatanggap ng mga bagay ng Espiritu ng Dios: sapagkat ang mga ito ay kamangmangan sa kaniya: at hindi niya nauunawa, sapagka't ang mga yaon ay sinisiyasat ayon sa espiritu' (I Mga Taga Corinto 2:14)" (sa Conference Report, Okt. 1979, 27–28; o *Ensign,* Nob. 1979, 19–20).

- Paano natutulad sa mga tunog ng radyo ang mga paghimok ng Espiritu Santo sa kuwentong ito? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng kailangan nating masusing magtuon ng pansin upang marinig ang mga paghimok ng Espiritu Santo; may ibang mga bagay na maaaring makagulo at gambalain tayo sa pakikinig sa Espiritu Santo; habang nagtatamo tayo ng karanasan sa pakikinig sa Espiritu Santo, higit na mabuting napakikinggan at nauunawaan natin siya.)

Talakayan sa pisara at banal na kasulatan

Ituro na bagaman pinag-uusapan natin ang tungkol sa "pagdinig" o "pakikinig sa" Espiritu Santo, madalang siyang magsalita sa atin sa naririnig na tinig, na kagaya ng isang taong nakikipag-usap sa atin. Ang kanyang mga paghimok ay karaniwang dumarating sa ibang mga paraan.

Ipaliwanag na ang mga banal na kasulatan ay nagtuturo sa atin ng ilang paraan kung paano maaaring dumating ang mga paghimok ng Espiritu Santo. Isulat ang *Doktrina at mga Tipan 6:23* sa pisara, at ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang talatang ito.

- Ano ang isang paraan ng pakikipagtalastasan sa atin ng Espiritu Santo?

Isulat ang *Kapayapaan* sa pisara kasunod ng *Doktrina at mga Tipan 6:23*. Ipaliwanag na kung nakadarama tayo ng kapayapaan tungkol sa isang tanong o pasiya, karaniwang ito ang Espiritu Santo na nagsasabi sa atin na ang ating napagpasiyahan ay tama.

Isulat ang *Doktrina at mga Tipan 8:2* sa pisara, at ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang talatang ito.

- Ano ang sinasabi ng banal na kasulatang ito tungkol sa kung paano nakikipagtalastasan sa atin ang Espiritu Santo?

Isulat ang *Kaalaman sa ating mga isipan at puso* sa pisara kasunod ng *Doktrina at mga Tipan 8:2*. Ipaliwanag na kung minsan, ang Espiritu Santo ay nagbibigay sa atin ng mga kaisipan o damdamin na hindi natin matatanggap mula sa alin pa mang bagay. Halimbawa, maaari nating mabatid na ang isang kaibigan ay nangangailangan ng pagpapalakas ng loob, kahit na mukhang masaya siya at walang sinasabi tungkol sa pagkakadama ng panghihina ng loob. Ang kaalamang ito ay isang halimbawa ng pakikipagtalastasan mula sa Espiritu Santo. Ang kaalaman na ang ebanghelyo ay totoo ay palaging dumarating sa ganitong paraan.

Isulat ang *Doktrina at mga Tipan 11:13* sa pisara, at ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang talatang ito.

- Ano ang sinasabi ng banal na kasulatang ito tungkol sa kung paano nakikipagtalastasan sa atin ang Espiritu Santo?

Isulat ang *Kaliwanagan at kagalakan* sa pisara kasunod ng *Doktrina at mga Tipan 11:13* Ipaliwanag na ang Espiritu Santo ay maaaring mapaliwanag ang ating mga isipan sa pamamagitan ng pagtulong sa atin na maunawaan ang mga bagay, kagaya ng kahulugan ng isang talata ng banal na kasulatan na binasa natin. Maaari din niya tayong bigyan ng damdamin ng kagalakan upang matulungan tayong mabatid na ang ginagawa natin ay tama.

Pagsunod sa mga Paghimok ng Espiritu Santo

Talakayan

- Ano ang dapat nating gawin kapag nakatatanggap tayo ng mga paghimok mula sa Espiritu Santo?

Ituro na dapat nating sundin ang mga paghimok na ating tinatanggap mula sa Espiritu Santo, kahit na kung minsan ay mahirap na gawin ito.

- Bakit kung minsan ay nangangailangan ng katapangan upang sundin ang mga paghimok ng Espiritu Santo?

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder F. Enzio Busche ng Pitumpu:

"Nangangailangan ng tapang at pangangako upang masunod ang mga paghimok ng Espiritu dahil maaari tayong matakot sa mga ito sapagkat maaari tayong akayin ng mga ito na maglakad sa bagong mga landas, kung minsan ay mga landas na hindi pa nadadaanan ng isang tao, mga landas ng karagdagang milya, ng pagkilos nang ganap na naiiba mula sa kung paano kumikilos ang mga taong makalupa. Halimbawa, maaari tayong himukin na ngumiti kapag may isang taong nakasasakit sa damdamin natin, na magbigay ng pag-ibig kung saan ang iba ay nagbibigay ng pagkamuhi, na magsabi ng salamat kung saan nakikita ng iba na walang dapat pasalamatan, na tanggapin ang mga tungkulin na may kapalaluang tatanggihan ng iba, na humingi ng paumanhin kung saan ang iba ay ipagtatanggol ang kanilang sarili, na gawin ang lahat ng tila kabaliwang bagay na hinihimok ng Espiritu na gawin ng isang matuwid, matapat, at nakikinig na puso" ("The Only Real Treasure," *New Era*, Dis. 1979, 5).

Ipaliwanag na ang mga paghimok mula sa Espiritu Santo ay nagsasabi sa atin ng mga bagay na nais ipaalam o ipagawa sa atin ng Ama sa Langit. Ang mga biyayang tinatanggap natin mula sa pagsunod sa mga panghihimok na ito ay higit na matimbang kaysa anumang kahirapan o kaabalahan na maaari nating maranasan sa paggawa nito.

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na kuru-kuro mula sa isang nagbalik-loob sa Simbahan. Huwag ibubunyag kung sino ang tao hanggat hindi pa natatalakay ang mga tanong.

"Hindi ko mapigilang magbalik-tanaw sa araw na ako, bilang isang nagsisiyasat sa Simbahan, ay humarap sa hamon ng mga misyonero na maghanda para sa aking pagbibinyag. Tila baga napakalaking hakbang nito para sa akin, ngunit . . . may patotoo na ako na nag-aalab sa aking dibdib tungkol sa katotohanan ng gawaing ito. . . .

"Kung kaya't tinanggap ko ang hamon para sa pagbibinyag, nang may takot sa puso, ngunit sinabi ko sa mga misyonero na gagawin ko ito sa dalawang pasubali: Una, na hindi ako tatawagin sa anumang tungkulin sa Simbahan, at pangalawa, na hindi ako kailanman pagsasalitain."

- Bakit nangailangan ng lakas ng loob ang taong ito upang sumapi sa Simbahan? (Ang pagsapi sa Simbahan ay mangangailangan ng mga pagbabago sa kanyang buhay.)

- Bakit nagpasiya siyang magpabinyag? (Tinulungan siya ng Espiritu Santo na magtamo ng patotoo tungkol sa ebanghelyo.)
- Ano ang maaaring nangyari sa nagbalik-loob na ito kung sinunod niya ang mga paghimok ng Espiritu Santo na magpabinyag, at pagkatapos ay tanggihan ang mga paghimok kinalaunan sa pamamagitan ng hindi pagtanggap ng tungkulin o hindi pagsasalita?

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na ang lalaking ito ay sumunod sa paggabay ng Espiritu Santo bago at pagkatapos ng pagbibinyag. Siya ay si Elder F. Enzio Busche ng Unang Korum ng Pitumpu, ang siya ring lalaki na nagbigay ng pahayag na binasa nang malakas ng isang miyembro ng klase ilang minuto na ang nakararaan. Isinalaysay ni Elder Busche ang tungkol sa pagbibinyag sa kanya sa pangkalahatang komperensiya, na tinapos sa pamamagitan ng sumusunod na puna:

"Kung wala ang mapagmahal na impluwensiya at kapangyarihan at katiyakan ng Espiritu Santo, na tinanggap ko sa pamamagitan ng pagpapatong ng mga kamay pagkaraan ng pagbibinyag, upang tumulong sa akin, wala akong magagawang anumang bagay sa iba't-iba kong mga tungkulin sa Simbahan" (sa Conference Report, Abr. 1980, 37; o *Ensign*, Mayo 1980, 27).

Siping-banggit

Ibigay ang apat na papel na naglalaman ng mga siping-banggit sa ibaba sa apat na miyembro ng klase. Ipaliwanag na pagkamatay ni Joseph Smith, nanaginip si Brigham Young kung saan nagpakita sa kanya si Joseph Smith at nagbigay sa kanya ng ilang tagubilin. (Tingnan sa *Manuscript History of Brigham Young, 1846–1847*, tinipon ni *Elden J. Watson* [1971], 529–30.)

Hilingin sa apat na miyembro ng klase na ibahagi ang mga tagubiling iyon sa klase sa pamamagitan ng pagbabasa sa kanilang mga papel ayon sa pagkakasunud-sunod ng bilang.

1. *"Sabihin ninyo sa mga tao na maging mapagpakumbaba at matapat, at tiyakin na mapanatili ang espiritu ng Panginoon at ito ang aakay sa kanila sa tama. Maging maingat at huwag itaboy ang maliit at payapang tinig; ito ang magtuturo sa inyo kung ano ang gagawin at kung saan pupunta. . . .*
2. *"Sabihin ninyo sa mga kapatid na panatilihing bukas ang mga puso nila sa matibay na paniniwala, nang sa gayon kapag ang Espiritu Santo ay lumapit sa kanila, ang kanilang mga puso ay magiging handa upang tanggapin ito. Makikilala nila ang Espiritu ng Panginoon mula sa ibang mga espiritu; ito ay bubulong ng kapayapaan at kagalakan sa kanilang mga kaluluwa; aalisin nito ang malisya, pagkagalit, alitan, at lahat ng kasamaan sa kanilang mga puso; at ang kanilang buong pagnanais ay magiging ang gumawa ng mabuti, magpakita ng pagkamatuwid at itayo ang kaharian ng Diyos.*
3. *"Sabihin sa mga kapatid na kung susundin nila ang espiritu ng Panginoon ay mapupunta sila sa tama.*
4. *"Tiyakin na sabihin sa mga tao na panatilihin ang Espiritu ng Panginoon."*

Patotoo

Magpatotoo tungkol sa kahalagahan ng kaloob na Espiritu Santo sa inyong buhay, at ipahayag ang inyong pasasalamat na ibinigay ng Ama sa Langit ang kaloob na ito sa upang tulungan tayo. Kung naaangkop, maaari ninyong

naising sabihin sa mga miyembro ng klase ang tungkol sa isang pagkakataon na hinimok kayo ng Espiritu Santo.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na matutong makinig sa mga paghimok ng Espiritu Santo at sumunod sa mga paghimok na ito kapag tinatanggap nila ang mga ito.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ikuwento sa sarili ninyong mga salita ang sumusunod na salaysay mula sa talaarawan ni Wilford Woodruff, na kinalaunan ay naging ikaapat na Pangulo ng Simbahan:

   "Nang bumalik ako sa Winter Quarters mula [sa isang misyon sa Inglatera], sinabi sa akin ni Pangulong Brigham Young, 'Kapatid na Woodruff, nais kong dalhin mo ang iyong kabiyak at mga anak sa Boston, at manatili doon hanggang matipon mo ang bawat Banal ng Diyos sa New England at Canada at madala sila sa Sion.' Ginawa ko ang sinabi niya. Ginugol ko ang dalawang taon upang matipon lahat, at sumunod ako sa hulihan ng pulutong. Nang dumating ako sa Pittsburgh kasama ng pulutong na ito ay dapithapon na, at nakita ko ang isang bapor na papaalis na. Lumapit ako sa kapitan at nagtanong kung handa na siyang maglayag. Sabi niya ay oo. 'Ilang pasahero mayroon ka?' 'Dalawang daan at limampu.' 'Kaya mo bang magsakay ng isang daan pa?' 'Kaya ko.' 'Despuwes,' sabi ko, 'Nais kong sumakay sa inyo.' Halos hindi pa nakalalabas sa aking bibig ang mga salita nang sabihin sa akin ng Espiritu Santo, 'Huwag kang, o ang iyong mga kasama sasakay sa bapor na iyan.' . . . Bumaling ako sa kapitan at sinabi na nakapagpasiya ako na huwag na munang tumuloy sa kasalukuyan. Umalis na ang bapor. Madilim ang gabing iyon, at hindi pa nakalalayo ang bapor nang masunog ito, at ang lahat ng nakasakay dito ay namatay. Maaaring ganoon din ang sinapit namin, kung hindi dahil sa tagapayong iyon na nasa akin" (*Collected Discourses Delivered by President Wilford Woodruff, His Two Counselors, the Twelve Apostles, and Others*, tinipon ni *Brian H. Stuy*, 5 tomo [1987–92], 5:239).

   Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magbahagi, kung naaangkop, ng mga karanasan kung kailan sila o ang isang taong kilala nila ay nailigtas dahil sa paghimok mula sa Espiritu Santo.

2. Magdala sa klase ng isang gantimpala, kagaya ng isang pirasong kendi, o bagay na magagamit, kagaya ng lapis. Ibigay ang bagay na ito sa isang miyembro ng klase, na sinasabing ito ay isang regalo mula sa inyo. Pagkatapos ay sabihin sa miyembro ng klase na ilagay ang bagay na ito sa kanyang bulsa o sa ilalim ng upuan at huwag na itong papansinin. Pagkatapos na gawin ito ng miyembro ng klase, tanungin siya:

- Gaano kapaki-pakinabang para sa iyo sa ngayon ang regalong ito? Nalulugod ka ba na binigyan ka ng regalong ito? Tunay bang tinanggap mo ang regalong ito?
- Sa halip, ano ang nais mong gawin sa regalong ito?

Ipaliwanag na ang kaloob na Espiritu Santo ay ibinibigay sa lahat ng miyembro ng Simbahan kapag sila ay pinagtitibay pagkatapos ng pagbibinyag. Ito ay isang

napakahalagang kaloob mula sa ating Ama sa Langit. Ngunit madalas nating gawin ang espirituwal na katumbas ng paglalagay ng regalo sa ating bulsa o sa ilalim ng upuan, na hindi ito pinapansin. Upang maging kapaki-pakinabang at mahalaga sa atin ang kaloob na ito, kailangan nating tunay na "tanggapin ang Espiritu Santo" sa pamamagitan ng paghahangad at pakikinig sa kanyang mga paghimok.

3. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53276 893), ipalabas ang "Pagsunod sa Espiritu," isang animna minutong bahagi.

Pagkilala sa Pansariling Paghahayag

Aralin 15

Layunin

Turuan ang mga miyembro ng klase upang higit na maunawaan, matanggap ang, at makakilos ayon sa pansariling paghahayag.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Doktrina at mga Tipan 6:14–15; 9:7–9; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:9.
2. Pag-aralang mabuti ang sumusunod na mga banal na kasulatan na naglalarawan sa mga paraan kung paano maaaring dumating ang paghahayag: Genesis 41:1–36; Lucas 1:26–38; 1 Nephi 4:1–18; 8; 16:10; Doktrina at mga Tipan 6:22–23; Moises 1:8; Joseph Smith—Kasaysayan 1:30, 33, 59, 62.
3. Karagdagang babasahin: '*Gabay sa mga Banal na Kasulatan*, "Paghahayag." '
4. Maaari ninyong naising anyayahan ang obispo o iba pang panauhin (nang may pagsang-ayon ng obispo) upang magsalaysay kung paano nakaapekto ang pansariling paghahayag sa kanyang buhay. (Gawin ito sa pagwawakas ng aralin; hindi kailangang naroroon ang panauhin sa buong oras ng klase).
5. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-lingggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

*Ang Unang Panguluhan ay nagsabing, "Ang simula, pananatili, at pag-asa sa hinaharap ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay nakasalalay sa mga alituntunin ng patuloy na paghahayag" (*Church News*, ika-10 ng Ene. 1970, 12). Ang propeta ay tumatanggap ng paghahayag para sa buong Simbahan, ngunit ang bawat tao ay maaaring makatanggap ng paghahayag para sa pansarili niyang mga pangangailangan. Tulungan ang mga miyembro ng klase na malaman ang kahalagahan ng pansariling paghahayag sa kanilang buhay.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

- **Ang Paghahayag ang Paraan ng Diyos ng Pakikipagtalastasan sa Kanyang mga Anak**

Gawain

Isulat ang titik *P* sa pisara at tanungin ang mga miyembro ng klase kung anong salitang nakabatay sa ebanghelyo ang kinakatawan nito. Kung hindi kaagad mahulaan ng mga miyembro ng klase ang *Paghahayag*, dagdagan ng isa-isang titik hanggang sa mahulaan ng mga miyembro ng klase ang tamang salita.

Talakayan

- Ano ang paghahayag? (Ang paraan ng pakikipagtalastasan ng Diyos sa kanyang mga anak sa lupa.)

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na halaw:

"Ang banal na paghahayag ay isa sa pinakadakilang konsepto at alituntunin ng ebanghelyo ni Jesucristo, dahil kung wala nito, hindi mababatid ng tao ang mga bagay na sa Diyos at hindi maliligtas sa anumang antas ng kaligtasan sa kawalang-hanggan. Ang patuloy na paghahayag mula sa Diyos tungo sa kanyang mga banal, sa pamamagitan ng Espiritu Santo . . . ay pinapangyayari ang pang-araw-araw na pamamatnubay sa tunay na daan at ginagabayan ang matapat na kaluluwa patungo sa buo at walang hanggang kaligtasan sa kahariang selestiyal."

May ilang simbahang naniniwala na ang paghahayag ay tumigil na, na ang Diyos ay hindi na nakikipagtalastasan sa kanyang mga anak sa lupa. Bakit mahalagang malaman na ang paghahayag ay nagpapatuloy sa ngayon?

Ang Bawat Karapat-dapat na Miyembro ng Simbahan ay may Karapatan na Makatanggap ng Pansariling Paghahayag

Siping-banggit at talakayan

- Sino ang maaaring tumanggap ng paghahayag? (Maaari ninyong naising itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase.)

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Boyd K. Packer:

"Ang paghahayag ay hindi para sa propeta lamang. Ito ay ibinabahagi sa mga Pangkalahatang Awtoridad.

" . . . Ang mga ama at ina ay maaari ring makatanggap ng inspirasyon, paghahayag . . . upang makatulong sa pagpatnubay sa kanilang mga mag-anak. At siyempre, ang bawat isa sa atin, kung mamumuhay tayo para dito, ay maaaring maging tagatanggap ng mga pakikipagtalastasang espirituwal para sa ating pansariling patnubay" (sa Conference Report, Abr. 1974, 135; o *Ensign*, Mayo 1974, 93).

Ipaliwanag na ang bawat karapat-dapat na miyembro ng Simbahan ay may karapatang makatanggap ng paghahayag, ngunit ang bawat isa sa atin ay binibigyan ng paghahayag batay sa ating mga pananagutan at tungkulin.

- Sino ang may karapatan na tumanggap ng paghahayag para sa buong Simbahan? (Ang propeta.)
- Para sa purok? (Ang obispo.)
- Para sa Primarya ng purok? (Ang pangulo ng Primarya ng purok.)
- Para sa inyong mag-anak? (Ang inyong ama at ina.)
- Para sa inyong sarili? (Kayo.)

Bigyang-diin na ang bawat miyembro ng klase, kung siya ay nagsisikap na mamuhay nang matuwid, ay may karapatan at pribilehiyo na tumanggap ng pansariling paghahayag.

Ang Paghahayag ay Dumarating sa Maraming Iba't-ibang Paraan

Talakayan sa pisara

Ipaliwanag na ang mga paghahayag ng Diyos ay dumarating sa iba't-ibang paraan.

Anu-ano ang ilan sa mga pamamaraan na ginagamit ng Diyos upang makipagtalastasan sa kanyang mga anak?

Itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase. Habang binabanggit ng mga miyembro ng klase ang isang pamamaraan, hilingin kung makapag-iisip sila ng pangyayari sa mga banal na kasulatan o sa kasaysayan ng Simbahan kung kailan ginamit ang pamamaraang ito ng paghahayag. (Gumugol ng ilang minuto lamang sa talakayang ito.)

Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng:

1. Mga sugo mula sa langit (ang pagpapakita ni Moroni kay Joseph Smith; ang pagpapakita ng anghel na si Gabriel kay Maria, ang ina ni Jesus).
2. Mga pangitain at panaginip (ang pangitain ni Moises sa paglikha ng daigdig; ang panaginip ni Lehi; ang pagbibigay-kahulugan ni Jose sa panaginip ni Faraon; ang panaginip ni Brigham Young tungkol kay Joseph Smith, na tinalakay sa aralin 14).
3. Mga sagradong kasangkapan (ang paggamit ni Lehi ng Liahona para mapatnubayan; ang paggamit ni Joseph Smith ng Urim at Thummim upang isalin ang Aklat ni Mormon).
4. Inspirasyon (ang pagtanggap ni Oliver Cowdery ng kapayapaan at patotoo sa pamamagitan ng Espiritu Santo; ang pagpapasiya ni Nephi kung paano kukunin ang mga laminang tanso mula kay Laban).

- Aling pamamaraan ng paghahayag ang malamang na maranasan ng karamihan sa miyembro ng Simbahan? (Inspirasyon.)

Paglalahad ng guro

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang inspirasyon ay dumarating sa pamamagitan ng Espiritu Santo, at ito ay maaaring dumating sa pamamagitan ng mga damdamin, kaisipan, o mga salita. Pagbalik-aralan mula sa aralin 14 ang mga paraan kung paano tayo mabibigyang-inspirasyon ng Espiritu Santo (tingnan sa mga pahina 89–90).

Ipaliwanag na ang pansariling paghahayag ay maaaring dumating sa atin sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan o ibang tao. Ang Espiritu Santo ay maaaring himukin tayo na basahin ang tiyak na talata sa banal na kasulatan, o maaari niyang bigyang-inspirasyon ang isang magulang, guro, o namumuno sa Simbahan na sabihin sa atin ang kinakailangan nating marinig. (Halimbawa, nang kinakailangan ni Joseph Smith na malaman kung anong simbahan ang dapat niyang sapian, nahimok siyang manalangin nang basahin niya ang Santiago 1:5 sa Biblia.) Ang mga basbas ng pagkasaserdote ay maaaring maging mahahalagang pagkukunan ng pansariling paghahayag.

Paalala sa guro

Maraming miyembro ng klase ang nakatanggap at nakakilala na ng inspirasyon mula sa Espiritu Santo. Ang ilan, gayunpaman, ay maaaring hindi pa nakatatanggap nito o maaaring hindi pa nakikilala nito bilang inspirasyon. Kung naaangkop, hikayatin ang mga miyembro ng klase na nakakakilala sa mga paghimok ng Espiritu Santo na ibahagi ang kanilang mga karanasan sa ibang mga miyembro ng klase.

Maaari ninyong naising ituro sa mga miyembro ng klase na tinatangka ni Satanas na gayahin ang mga paghimok ng Espiritu Santo. Tingnan ang ikatlong gawaing nagpapaunlad para sa impormasyong maibabahagi ninyo upang makilala ang tunay na pansariling paghahayag mula sa huwad na mga paghimok ni Satanas.

Mga kuwento at talakayan

Isalaysay sa inyong sariling mga salita ang sumusunod na mga kuwento. Talakayin sa mga miyembro ng klase kung paano nakatanggap ang tao sa bawat kuwento ng pansariling paghahayag sa pamamagitan ng inspirasyon.

Kuwento 1

Noong taong 1921, sina Elder David O. McKay (na nang maglaon ay naging ikasiyam na Pangulo ng Simbahan) at Elder Hugh J. Cannon ay dumalaw sa mga misyon sa buong mundo. Habang nasa Hawaii, pinasyalan nila kasama ng ilang misyonero, ang bulkang Kilauea, ang pinakamalaking aktibong bulkan sa buong daigdig. Natuklasan nila ang isang likas na balkonahe sa loob lamang ng bulkan, at si Elder McKay at ilan pang mga misyonero ay umakyat pababa upang tumayo dito. Sa balkonaheng ito ay nakaiwas sila sa maginaw na hangin at nakita ang kagila-gilalas na tanawin sa loob ng bulkan. Pagkaraan ng ilang saglit, sinabi ni Elder McKay, "Mga kapatid, nadarama kong dapat tayong umalis dito." Halos pagkaahon pa lamang nila sa gilid ng bulkan, ang balkonahe kung saan sila tumayo ay gumuho at bumagsak sa kumukulong putik sa ibaba. (Tingnan sa *Cherished Experiences from the Writings of President David O. McKay*, tinipon ni Claire Middlemiss, binagong edisyon [1976], 51–53.)

Kuwento 2

Isang kabataang elder ng Simbahan sa sandatahang paglilingkod ang nadestino sa Australya noong Ikalawang Digmaang Pandaigdig. Siya ay naging malapit sa isang mag-anak na nakatira sa isang karatig na bukirin at nagpalipas ng maraming oras kasama nila habang walang pasok. Ang mga kasapi ng mag-anak ay nagka-interes sa ebanghelyo at nagnais na matuto pa tungkol dito. Ang elder ay nakadalo sa mga klase sa seminaryo, mga pagpupulong ng pagkasaserdote, at mga klase sa Simbahan nang bata pa ngunit naramdaman niyang hindi siya karapat-dapat na magturo ng ebanghelyo sa mag-anak na ito. Gayunman, nagpasiya siyang gawin ang lahat ng kanyang makakaya at nanalangin para matulungan. Pagkaraan ay ipinaliwanag niya, na sa kanyang pagtatangkang turuan ang mag-anak, siya ay sumipi ng maraming banal na kasulatan na matagal na niyang nalimutan.

Kuwento 3

Nang ipanganak si Annie ay napakaliit niya kung kaya't ang singsing na pangkasal ng kanyang ina ay kasya sa kanyang pulso. Nang mamatay ang ina ni Annie, iniwan niya ang singsing kay Annie bilang alaala. Isang araw, isinuot ni Annie ang singsing, na labis niyang minamahal, samantalang ginagawa niya ang kanyang gawain sa bahay. Nang matapos na ang lahat ng gawain, napansin niyang nawawala ang singsing. Balisang hinalughog niya ang kabahayan, ngunit ito ay hindi makita kahit saan. Sa wakas siya ay lumuhod at hiniling sa Ama sa Langit na tulungan siya. Nadama niyang dapat siyang maghanap sa silid-tulugan. Naghanap siya sa lahat ng sulok doon, ngunit hindi matagpuan ang singsing. Bigong pumunta siya sa isa pang silid, ngunit muli niyang nadama na dapat siyang maghanap sa silid-tulugan. Sa pagpasok niya sa silid-tulugan, nakita niya ang singsing sa ilalim ng higaan.

Maaari Tayong Humiling ng Pansariling Paghahayag

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na kung minsan, ang inspirasyon o paghahayag ay dumarating na lamang sa atin, katulad ng nangyari kay Elder McKay sa naunang kuwento. Kadalasan, gayunman, kailangan nating humiling ng paghahayag na kailangan natin, kagaya ng nangyari sa mga tao sa dalawa pang kuwento.

- Paano humiling si Annie at ang kabataang elder sa hukbong sandatahan ng pansariling paghahayag? (Sa pamamagitan ng panalangin.)

Ipaliwanag na nang sina Joseph Smith at Oliver Cowdery ay gumagawa sa pagsasalin ng Aklat ni Mormon, tinuruan ng Panginoon si Oliver kung paano maghangad at tumanggap ng paghahayag na kailangan niya upang makapagsalin. Maaari nating gamitin ang ganitong halimbawa upang maghangad ng pansariling paghahayag.

Basahin kasama ng mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 9:7–9, at talakayin ang mga hakbang para sa pagtanggap ng paghahayag na ibinibigay sa mga talatang ito. Ipaliwanag na dapat nating itanong sa Ama sa Langit kung ang isang pasiya ay tama sa halip na hilingin sa kanya na magpasiya para sa atin.

Ituro na hindi kinakailangang matanggap natin ang ating inspirasyon kagaya ng pagkakatanggap ni Oliver Cowdery. Maaari tayong makadama ng kapayapaan sa halip na pag-aalab sa ating dibdib, o maaari tayong makadama ng pagkabalisa tungkol sa isang maling pasiya sa halip na makalimutan ito.

Talakayan sa pisara

- Anu-ano ang ilang tiyak na larangan kung saan ang mga taong kasinggulang ninyo ay magnanais na maghangad ng pansariling paghahayag? (Kung naaangkop para sa inyong klase, maaari ninyong naising gamitin ang unang gawaing nakapagpapaunlad sa halip na ang talakayang ito sa pisara.)

Isulat sa pisara ang mga sagot ng mga miyembro ng klase. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng:

Paglaban sa mga tukso.
Pag-unawa sa mga banal na kasulatan.
Pagtitiis sa mga karamdaman at pagsubok.
Pagtatagumpay sa kawalang-pag-asa.
Pagiging ligtas.
Pagpili ng mga kaibigan.
Pagtanggap ng patotoo.
Paghahanda para sa misyon.
Paglilingkod sa mga katungkulan sa Simbahan.
Pakikitungo sa mga miyembro ng mag-anak.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Lorenzo Snow, ang ikalimang Pangulo ng Simbahan:

"Ang espiritu ng Diyos . . . ay maghahayag sa [mga tao] kahit na sa pinakasimpleng mga bagay, kung ano ang gagawin nila, sa pamamagitan ng paggawa ng mga pagpapahiwatig sa kanila. Dapat nating sikaping malaman ang katangian ng espiritung ito, upang maunawaan natin ang mga pagpapahiwatig nito, at nang sa gayon ay palagi nating magawa ang tama. Ito ang pinakamalaking pribilehiyo ng bawat Banal sa mga Huling Araw. Alam natin na

karapatan natin ang magkaroon ng mga pagpapahiwatig ng espiritu sa bawat araw ng ating buhay" (sa Conference Report, Abr. 1899, p. 52).

Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na maaari silang maghangad ng patnubay ng Panginoon sa anumang paksa.

Kailangan Tayong Kumilos ayon sa Paghahayag na Natatanggap Natin

Mga kuwento at talakayan

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na sa sandaling makatanggap tayo ng paghahayag o inspirasyon tungkol sa isang bagay na kailangan nating gawin, dapat tayong kumilos. Basahin o ipabasa sa mga miyembro ng klase ang sumusunod na mga kuwento, at talakayin kung ano ang maaaring nangyari kung ang tao sa bawat kuwento ay hindi kumilos ayon sa inspirasyon.

Kuwento 1

"Sumasakay kami sa mga kabayo sa rantso ng aking tiyuhin. Sinabi ng Tatay na maaaring sumakay ako at ang aking nakababatang kapatid na lalaki at babae patungo sa bukirin kung saan gumagawa ang aking tiyuhin. Nagsisimula pa lamang kami nang sabihin ng aking kapatid na lalaki at babae na kapwa ayaw nilang umalis. Nagsimula na ako patungo sa bukirin nang tila ba may isang taong nagsabi sa akin ng 'Bumalik ka.' Sa simula ay nagpatuloy lamang ako, ngunit muling dumating ang tinig. Napakahina ng tinig na iyon. Itinigil ko ang kabayo. Sa pagkakataong iyon ay nakita ng kabayo ang isang malaking ahas at nagsimulang umalma. Naibalik ko siya at napahinahon, ngunit kung mabilis ang takbo namin nang siya ay umalma, nahulog sana ako at nasaktan."

- Ano ang maaaring nangyari kung hindi pinansin ng taong ito ang tinig na nagsabing, "Bumalik ka."?

Kuwento 2

"Kasama ko ang ilang kaibigan. Ang isang batang babae ay hindi miyembro ng Simbahan, at nagkaroon ako ng ideya na dapat kong sabihin sa kanya kung ano ang pinaniniwalaan ng ating simbahan. Ang isipin lamang ito ay tila kinatatakutan ko na. Akala ko ay hindi ko magagawa, ngunit may isang tila nagsabi sa akin na, 'Oo, kaya mo iyan. Ipagpatuloy mo.' Sinabi ko sa kanya na nais kong ikuwento sa kanyang ang tungkol sa ating simbahan. Sabi niya, 'Sige,' kung kaya't ginawa ko ito. Hindi ako natakot. Hindi nagtagal ay nagtatanong na siya, at lahat ng batang babae ay nagkukuwento na sa kanya tungkol sa Simbahan. Matagal kaming nag-usap. Natuwa ako na nagkaroon ako ng lakas ng loob na tanungin siya."

- Ano ang maaaring nangyari kung hindi sinunod ng batang babaing ito ang inspirasyon na sabihin sa kanyang kaibigan ang tungkol sa Simbahan?

Ituro na sa pagkakataong ito, wala namang masamang mangyayari sa batang babae kung binalewala niya ang inspirasyon, ngunit hindi sana nalaman ng kanyang kaibigan ang tungkol sa Simbahan sa pagkakataong iyon. Ituro rin na kapag hindi tayo kumikilos ayon sa inspirasyon na natatanggap natin, nagiging higit na mahirap na makatanggap ng inspirasyon sa susunod na pagkakataong kailangan natin ito. Habang lalo tayong naghahangad ng at kumikilos ayon sa pansariling paghahayag, higit na naaayon tayo na tumanggap nito.

Patotoo

Ipakuwento sa inanyayahang panauhin kung paano nakaapekto sa kanyang buhay ang pansariling paghahayag. Kung hindi kayo nakapag-anyaya ng panauhin, ikuwento kung paano nakaapekto sa inyong buhay ang pansariling paghahayag, o magpatotoo tungkol sa kahalagahan ng pansariling paghahayag sa ating buhay.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na maghangad nang may panalangin ng pansariling paghahayag kapag nangangailangan sila ng patnubay sa kanilang buhay.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Isulat sa magkakahiwalay na piraso ng papel ang mga situwasyon kung saan ang mga miyembro ng klase ay maaaring mangailangan ng pansariling paghahayag (maghanda ng hindi kukulangin sa isang papel para sa bawat miyembro ng klase). Ilagay ang mga piraso ng papel na ito sa isang mangkok, basket, o garapon at dalhin ang mga ito sa klase. Magdala rin ng boteng makitid ang leeg, kagaya ng bote ng sopdringks.

   Ipaayos sa mga miyembro ng klase nang pabilog ang kanilang mga silya. Ilagay ang bote sa sahig sa gitna ng bilog at paikutin ito. Kapag huminto na ang bote sa pag-ikot, ang miyembro ng klase na itinuturo nito ay pipili ng isang papel at sasabihin kung paano makatutulong ang pansariling paghahayag kung siya ay nasa situwasyong iyon.

   Kapag nakasagot na ang miyembro ng klase, paiikutin niya ang bote, at isa pang miyembro ng klase ang magkakaroon ng pagkakataon na pumili ng papel (kapag tumuro ang bote sa isang miyembro ng klase na nagkaroon na ng pagkakataon, muli itong paikutin).

   Ang posibleng mga situwasyon:

   Natutukso kayong gumamit ng nakapipinsalang gamot.
   May sakit na kanser ang inyong ina.
   Wala kayong malapit na mga kaibigan.
   Nadarama ninyong kulang ang inyong patotoo.
   Nawalan ng trabaho ang inyong ama.
   Nais ninyong maunawaang mabuti ang mga banal na kasulatan.
   Nais ninyong malaman kung paano magsisimulang maghanda para sa misyon.
   Hindi ninyo makasundo ang inyong nakatatandang kapatid na lalaki.

2. Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na kung minsan, si Satanas ay maaaring magbigay sa atin ng matinding damdamin na maaari nating mapagkamalang paghahayag mula sa Diyos. Itinuturo ni Pangulong Boyd K. Packer ng Korum ng Labindalawang Apostol kung paano natin makikilala ang isang damdaming mula kay Satanas. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Pangulong Packer:

   "Maaaring magkaroon ng huwad na mga paghahayag, mga pag-uudyok mula sa diyablo. . . . Habang nabubuhay kayo, sa anumang paraan, tatangkain ng

kaaway na iligaw kayo. . . . Kapag nakatatanggap kayo ng pag-uudyok na gumawa ng isang bagay na nagpapa*dama* sa inyo ng pagkabalisa, isang bagay na batid ninyo sa inyong *isipan* na masama at laban sa mga alituntunin ng pagiging matuwid, huwag tumugon dito!" (sa Conference Report, Okt. 1994, 78–79; o *Ensign*, Nob. 1994, 61; ang mga pagbibigay-diin ay sa orihinal).

Maaari ninyong naising ituro na sa ganitong situwasyon, ang damdaming balisa ang siya mismong paghahayag. Ang damdaming balisa ay ang Espiritu Santo na nagbababala sa atin na ang ating isinasaalang-alang ay mali.

Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na ang Diyos ay hindi kailanman magbibigay sa kanila ng pansariling paghahayag na sasalungat sa mga naihayag na sa mga banal na kasulatan.

Kumapit sa Gabay

Aralin
16

Layunin

Dagdagan ang pagpapahalaga ng mga miyembro ng klase para sa mga banal na kasulatan at kanilang paghahangad na mapag-aralan at maipamuhay ang mga ito.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Nephi 8; 15:23–24; 19:23; 2 Nephi 4:15–16; Doktrina at mga Tipan 1:38; 18:34–36; 68:3–4.
2. Isulat sa magkakahiwalay na kard ang bawat isa sa limang situwasyon na inilalarawan sa aralin sa pahina 107 (o limang katulad na mga situwasyon na higit na naaangkop sa mga miyembro ng inyong klase). Isama sa bawat kard ang paglalarawan sa situwasyon at ang tanong na kasunod nito, ngunit huwag isasama ang mga sangguniang banal na kasulatan na kasunod ng tanong.
3. Pag-aralang mabuti ang sumusunod na mga banal na kasulatan na maaaring gamitin sa gawain sa situwasyon: Exodo 20:15; Mga Awit 31:1; 37:8; Mateo 6:33; Lucas 15:11–32; 1 Mga Taga Tesalonica 5:22; 1 Timoteo 4:12; 1 Nephi 3:7; 2 Nephi 2:27; 9:18; Mosias 13:20; Alma 27:27; Doktrina at mga Tipan 4:2; 10:5; 88:119; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13.
4. Maghanda para sa bawat miyembro ng klase ng kopya ng kalendaryo kagaya ng makikita sa hulihan ng aralin (pahina 110).
5. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Ang larawang Panaginip ni Lehi sa Puno ng Buhay (larawan 6 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62620).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Kapag binabasa natin ang mga banal na kasulatan, ito ay para na ring pinakikinggan natin ang Panginoon na tahasang nagsasalita sa atin (Doktrina at mga Tipan 18:35–36). Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang matapat na pag-aaral ng banal na kasulatan ay hindi lamang nagbibigay sa atin ng susi sa pag-unawa sa walang hanggang mga alituntunin kundi nagbibigay din sa atin ng lakas na harapin ang mga hamon ngayon sa pamamagitan ng pagbibigay ng inspirasyon at mga sagot sa ating mga problema. Si Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol ay nagsabi: "Dahil naniniwala tayo na ang pagbabasa ng banal na kasulatan ay makatutulong sa atin na tumanggap ng paghahayag, hinihikayat tayong magbasa ng mga banal na kasulatan nang paulit-ulit. Sa paraang ito, nalalaman natin kung ano ang nais ng ating Ama sa Langit na malaman natin at gawin sa ating pansariling mga buhay sa ngayon. Ito ang isang dahilan kung bakit ang mga Banal sa mga Huling Araw ay naniniwala sa araw-araw na pag-aaral ng mga banal na kasulatan" ("Scripture Reading and Revelation," Ensign, Ene. 1995, 8).

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

"Ang aking Kaluluwa ay Nalulugod sa mga Banal na Kasulatan"

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Harold B. Lee, ang ikalabing-isang Pangulo ng Simbahan:

"Kung mayroon mang isang bagay na lubhang kailangan sa panahon na ito ng kaguluhan at kabiguan, kung kailan ang mga kalalakihan at kababaihan at kabataan at kabataang may sapat na gulang ay halos nawawalan na ng pag-asa sa paghahanap ng mga kasagutan sa mga suliranin na nagpapahirap sa sangkatauhan, ito ay ang 'gabay na bakal' bilang isang ligtas na patnubay sa matuwid na daan patungo sa buhay na walang hanggan" (*Stand Ye in Holy Places* [1974], p. 351).

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit napakahalaga ng mga banal na kasulatan sa mga kalalakihang ito?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na pag-isipan nang tahimik ang mga sagot sa kasunod na mga tanong:

- Gaano kahalaga ang mga banal na kasulatan sa inyo? "Nalulugod" ba kayo sa mga banal na kasulatan?
- Ano kaya ang "gabay na bakal" na tinutukoy ni Pangulong Lee?

Pakinggan ang lahat ng sagot, at pagkatapos ay ipaliwanag na si Pangulong Lee ay tumutukoy sa gabay na bakal na nakita ng propeta na si Lehi sa isang panaginip. Ipakita ang larawan ng panaginip ni Lehi at maikling ibuo ang 1 Nephi 8. Pagkatapos ay ipabasa sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 15:23–24.

- Sa anu-anong paraan maihahalintulad ang salita ng Diyos sa gabay na bakal?
- Saan natin matatagpuan ang salita ng Diyos?

Itala ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa pisara. Kapag ang binanggit lamang nila ay ang mga pamantayang banal na kasulatan, ipabasa sa kanila ang Doktrina at mga Tipan 1:38, at idagdag ang "mga turo ng mga propeta sa mga huling araw" sa talaan. Ipaliwanag na ang mga banal na kasulatan (kabilang ang mga turo ng mga propeta sa mga huling araw na itinuturing na banal na kasulatan) ay naglalaman ng salita ng Diyos para sa kanyang mga tao (tingnan din sa Doktrina at mga Tipan 18:34–36; 68:3–4).

Kuwento at talakayan

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Pangulong Spencer W. Kimball tungkol sa ilang Banal sa mga Huling Araw na pumunta sa digmaan:

"Ang ilan sa aming mga tauhan ay naging bihag at nalagay sa halos lubos na pagkakahiwalay. Dahil hindi pinahintulutan na magkaroon ng mga banal na kasulatan, sa huli ay sinabi nila kung paano sila nagutom sa mga salita ng katotohanan, higit pa sa pagkain, higit pa sa kalayaan mismo. Anuman ay ibibigay nila para sa maliit na bahagi ng Biblia o Aklat ni Mormon na nakalagay lamang nang hindi nagagamit sa ating mga istante! Natutuhan nila sa

pamamagitan ng mahirap na karanasan ang isang bagay sa mga naramdaman ni Nephi nang kanyang sinabi:

" 'Sapagkat ang aking kaluluwa ay nalulugod sa mga banal na kasulatan, at ang aking puso ay nagninilay sa mga yaon, at isinulat sila para sa ikatututo at sa kapakinabangan ng aking mga anak.

" 'Masdan, ang aking kaluluwa ay nalulugod sa mga bagay ng Panginoon; at ang aking puso ay patuloy na nagninilay sa mga bagay na aking nakita at narinig.' (2 Nephi 4:15–16)" ("How Rare a Possession—the Scriptures!" *Ensign,* Set. 1976, 4).

"Inihahalintulad ko sa Amin ang Lahat ng Banal na Kasulatan"

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit mahalaga ang magbasa at mag-aral ng mga banal na kasulatan? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng dahil nagpapatotoo ang mga ito kay Cristo; dahil ipinag-utos ng Diyos na gawin natin ito; dahil itinuturo ng mga ito sa atin ang ebanghelyo; dahil matutulungan tayo ng mga ito na matamo o madagdagan ang ating patotoo; dahil maaaring makatulong sa atin ang mga ito na matagpuan ang mga kalutasan sa ating mga suliranin.)

Ipaalala sa mga miyembro ng klase ang nakaraang aralin tungkol sa pansariling paghahayag. Ipaliwanag na maaari tayong makatanggap ng pansariling paghahayag sa pamamagitan ng pagbabasa at pag-aaral ng mga banal na kasulatan. Ang mga banal na kasulatan ay naglalaman ng payo mula sa Panginoon na naaangkop sa ating lahat at ganoon din sa mga taong unang tumanggap at nagtala sa payong iyon.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 19:23. Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang talata.

- Ano ang ibig sabihin ng "ihalintulad ang banal na kasulatan" sa ating mga sarili?

Kuwento at talakayan

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Si Jessi Ramsey ang nag-iisang tinedyer na babae sa isang maliit na sangay ng Simbahan sa Sand Point, Alaska. Madalas niyang madama ang pangungulila at nagtataka kung tunay na naniniwala siya sa ebanghelyo. Sabi niya, "Sa loob ng maikling panahon, magbabasa ako ng Aklat ni Mormon at tila wala akong nararating. Tila ginagawa ni Satanas ang lahat upang pigilan akong magkaroon ng patotoo."

Pagkatapos ay nagkaroon ng talagang napakasamang araw sa paaralan. Nakalimutan niya ang kanyang baon, nakipagtalo siya sa isang kaibigan, at tinamaan ng bola ng mga naglalaro. Nang makauwi siya, tumuloy siya sa kanyang silid at umiyak.

Paliwanag niya: "Sa pagtigil ng aking pagluha, napansin kong naiwan ko sa aking mesa ang aking pinagsama-samang tatlong aklat ng mga banal na kasulatan. Sa aking paghakbang upang iligpit ito, nabuksan ito a isang pahinang may nakalagay na kard. Ang mga minarkahang talata ay kumuha ng aking pansin. Nabasa ko sa Doktrina at mga Tipan 18:10–11: 'Tandaan na ang kahalagahan ng mga kaluluwa ay dakila sa paningin ng Diyos; Sapagkat masdan,

ang Panginoon ninyong Manunubos ay nakaranas ng kamatayan sa laman; dahil dito kanyang tiniis ang mga pasakit ng lahat ng tao, upang ang lahat ng tao ay magsisi at lumapit sa kanya.'

"Bigla, napagtanto kong mahal ako ni Cristo at ninais kong lalo siyang makilala. Inasahan kong iaabot sa akin ang aking patotoo. Inakala kong magiging madali lamang ito. Batid ko na ngayon na dapat akong magsaliksik, magbulay-bulay, at manalangin. . . . Kung may pananampalataya ako, tutulungan ako ng aking Tagapagligtas. . . .

"Nang gabing iyon, ipinasiya kong simulang muli na basahin ang Aklat ni Mormon. Sa pagkakataong ito, nangako akong tatapusin ito" (Jessi Ramsey, "No Girl Is an Island," *New Era*, Mar. 1994, 9).

- Paano ni Jessi "inihalintulad [ang] mga banal na kasulatan [sa kanyang sarili]"? Paano ito nakatulong sa kanya?
- Kailan ninyo nadamang ang isang banal na kasulatang binasa ninyo ay tiyak na naaangkop sa inyo? Paano nakatulong sa inyo ang mga banal na kasulatan na gumawa ng pasiya o lumutas ng suliranin?

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng ilang sandali upang mapag-isipan ang mga tanong na ito bago sumagot. Maaari ninyong naising magbahagi ng sarili ninyong karanasan.

Gawain sa banal na kasulatan

Bigyang-diin na sa nakalipas na kuwento, natagpuan ni Jessi ang banal na kasulatan na nakatulong sa kanya sa pamamagitan lamang ng pagbubukas ng kanyang banal na kasulatan. Sa karaniwan, gayunpaman, nakatatagpo tayo ng mga kasagutan sa mga tanong at kalutasan sa mga suliranin sa pamamagitan ng pag-aaral at pagsasaliksik sa tiyak na mga talata sa mga banal na kasulatan. (Maaari ninyong naising ituro sa mga miyembro ng klase kung paano gamitin ang *Gabay sa mga Banal na Kasulatan* bago simulan ang susunod na gawain. Tingnan ang unang gawaing nakapagpapaunlad para sa dagdag pang impormasyon.)

Hatiin ang klase sa maliliit na pangkat, at bigyan ang bawat pangkat ng isang kard na naglalarawan ng isa sa sumusunod na mga situwasyon (o ibang situwasyon na naaangkop sa mga miyembro ng klase). Ipahanap sa bawat pangkat sa mga banal na kasulatan ang mga talata na maaaring makatulong sa tao na binabanggit sa kanilang kard. (Maraming posibilidad para sa bawat situwasyon. Bigyan ang mga miyembro ng klase ng panahon upang masaliksik ang kanilang mga banal na kasulatan nang sila-sila lamang. Gayunpaman, kung may pangkat na nahihirapan sa paghahanap ng mga talata, ituro sa pangkat ang mga sanggunian na nakatala ayon sa naaangkop na situwasyon.)

Kapag ang bawat pangkat ay nakahanap na ng kahit isang naaangkop na banal na kasulatan, hilingin sa mga miyembro ng pangkat na ibahagi sa ibang mga miyembro ng klase ang situwasyon sa kanilang kard at ang mga banal na kasulatan na natagpuan nila. Hilingin sa kanila na ipaliwanag kung paano makatutulong ang mga banal na kasulatang iyon sa taong nasa situwasyong inilalarawan.

Situwasyon 1

Si Kent ang nag-iisang miyembro ng Simbahan sa kanyang paaralan. Ang karamihan sa kanyang mga kamag-aral ay gumagalang at humahanga sa kanya dahil sa pamumuhay ng mga pamanatayan ng Simbahan, ngunit may ilang estudyante na kumukutya at gumugulo sa kanya.

- Anu-anong banal na kasulatan ang makatutulong kay Kent na pakitunguhan ang pangungutya at panggugulo na tinatanggap niya? (Mga Awit 31:1; 2 Nephi 9:18; Doktrina at mga Tipan 10:5)

Situwasyon 2

Si Karla ay may kapatid na naging hindi na gaanong aktibo. Gumugol ang kanyang mga magulang ng hindi mabilang na mga oras sa pagsisikap na mahalin ang kanyang kapatid upang muli itong bumalik sa Simbahan. Nitong huli, natutukso si Karla na huwag na ring magsimba upang makatanggap siya ng bahagi ng atensiyon na tinatanggap ng kanyang kapatid.

- Anu-anong banal na kasulatan ang maaaring makatulong kay Karla upang mapigil ang ganitong negatibong mga kaisipan? (Mga Awit 37:8; Lucas 15:11–32; Mosias 13:20)

Situwasyon 3

Noong mga nakaraang linggo, nagkaroon ng maraming pananagutan at mabibigat na alalahanin si Heather. Tila ba kulang ang kanyang panahon sa bawat araw upang matapos ang lahat ng bagay na dapat niyang gawin. Sa wakas ay nakapagpasiya siya na huwag nang tumanggap ng anumang panibagong pananagutan. Ngayon, tinawag siya ng obispo na maging pangulo ng klase ng Pukyutan.

- Anu-anong banal na kasulatan ang maaaring makatulong kay Heather? (Mateo 6:33; 1 Nephi 3:7; Doktrina at mga Tipan 4:2; 88:119)

Situwasyon 4

Nagbabalak ang mga kaibigan ni Clark na magdaos ng isang parti. Ang isang bahagi ng kasiyahan ay ang palabas sa *video* na hindi umaabot sa pamantayan ng Simbahan o sa mag-anak ni Clark.

- Anu-anong banal na kasulatan ang maaaring makatulong kay Clark na magpasiya tungkol sa parti na ito? (1 Mga Taga Tesalonica 5:22; 1 Timoteo 4:12; 2 Nephi 2:27)

Situwasyon 5

Si Jamie at ang isang kaibigan ay namili. Nang makaalis na sila sa tindahan, ipinakita ng kaibigan ni Jamie sa kanya ang ilang lapis na kinuha nito. Sinabi niya kay Jamie na napakadaling itago ng mga ito kapag hindi nakatingin ang tindera at dahil mumurahin lamang ang mga ito, walang malulugi sa pagkuha niya sa mga ito. Hinamon niya si Jamie na kumuha ng anumang bagay sa susunod na pamimili nila sa tindahan.

- Anu-anong banal na kasulatan ang makatutulong kay Jamie na magpasiya kung ano ang gagawin? (Exodo 20:15; Alma 27:27; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13)

“Pag-aralan ang Aking Salita”

Talakayan sa pisara

- Bakit mahalagang pag-aralan ang mga banal na kasulatan araw-araw, hindi lamang kung nangangailangan tayo ng tiyak na sagot o kalutasan?
- Bakit nahihirapan tayo kung minsan na pag-aralan ang mga banal na kasulatan araw-araw?

Isulat sa isang hanay sa pisara ang mga sagot ng mga miyembro ng klase.

- Anu-ano ang magagawa natin upang higit na mapadali at magawang makahulugan para sa atin ang pag-aaral ng banal na kasulatan?

Itala ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa isa pang hanay sa pisara at sandaling talakayin ang bawat isa. Tanggapin ang lahat ng sagot, ngunit pagtuunan ang mga tumutugma sa kahirapan na nakatala sa unang hanay. Halimbawa, kung nahihirapan tayong mag-aral ng banal na kasulatan dahil antok na antok tayo, maaari tayong maghanap ng ibang oras sa araw upang magbasa.

Gawain sa kalendaryo

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bolpen o lapis at isang kopya ng balangkas ng kalendaryo. Palagyan sa mga miyembro ng klase ng mga petsa ang kalendaryo, umpisa sa araw na ito.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magbasa ng anuman sa mga banal na kasulatan—kahit na iisang talata—araw-araw sa loob ng isang buwan. Sabihan sila na subaybayan ang kanilang pagbabasa sa pamamagitan ng pagkukulay o paglalagay ng markang tsek sa kahon para sa bawat araw na nakapagbasa sila ng banal na kasulatan. Hilingin sa kanila na magpasiya na ngayon kung saan at kailan sila magbabasa at isulat ang impormasyong ito sa likod ng kalendaryo.

Patotoo

Magbigay ng patotoo sa kahalagahan ng mga banal na kasulatan, para sa kabuuan ng Simbahan at para sa ating mga sarili. Maaari ninyong naising magbahagi ng isang pansariling karanasan kung saan ay natulungan kayo ng banal na kasulatan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na mag-aral ng banal na kasulatan araw-araw at bumaling sa mga ito para sa mga kasagutan sa mga pansariling katanungan o kalutasan sa mga suliranin.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ituro sa mga miyembro ng klase kung paano gamitin ang mga pantulong sa pag-aaral sa mga banal na kasulatan ng BHA, katulad ng mga talababa, at ang Gabay sa mga Banal na Kasulatan. (Ang pagkatuto na gamitin ang Gabay sa mga Banal na Kasulatan ay sadyang makatutulong sa mga kabataan na natututo lamang na mag-aral ng mga banal na kasulatan.)
2. Magdala sa klase ng ilang larawang ginupit mula sa magasin o diyaryo. Ipakita ang mga larawan sa mga miyembro ng klase at hilingin sa kanila na

maghanap ng mga banal na kasulatan na maaaring maging kapsiyon ng mga larawan. Maaari ninyong gawin ito sa pamamagitan ng pagbibigay ng magkakaibang larawan sa bawat miyembro ng klase at ipagawa ito nang sarilinan sa mga miyembro ng klase, o maaari ninyong ipakita ang iisang larawan sa lahat ng miyembro ng klase at ipahanap sa kanila nang tulung-tulong ang naaangkop na banal na kasulatan.

Ilang mga halimbawa ng mga larawan at mga banal na kasulatan na maaaring pagsamahin ay kinabibilangan ng:

a. isang kandila o bumbilya ng ilaw—Mateo 5:14 ("Kayo ang ilaw ng sanglibutan")
b. ang mga bituin sa gabi—Moises 1:33 ("At mga daigdig na di mabilang ang aking nilalang")
c. isang bakuran sa sakahan—3 Nephi 15:24 ("Kayo ang aking mga tupa") o 3 Nephi 10:4 ("Kaydalas ko kayong tinipon tulad ng pagtitipon ng inahing manok sa kanyang mga sisiw sa ilalim ng kanyang mga pakpak")
d. isang tanawin sa parang—Mga Awit 23:2 ("Kaniyang pinahihiga ako sa sariwang pastulan")
e. isang sanggol—Mateo 18:3 ("Malibang kayo'y magsipanumbalik, at maging tulad ng maliit na bata, sa anomang paraan ay hindi kayo magsisipasok sa kaharian ng langit")

2. Piringan ang isang miyembro ng klase at hilingin sa kanya na lumakad nang tuwid patawid sa silid (tiyaking naalis ang mga upuan at iba pang mga sagabal sa daan). Pagkatapos ay hilingin sa dalawang miyembro ng klase na gumawa ng "gabay na bakal" sa pamamagitan ng pag-unat ng isang o lubid o pisi patawid sa silid at hilahin itong mahigpit. Hilingin sa napipiringang miyembro ng klase na muling maglakad nang tuwid patawid sa silid, na sa pagkakataong ito ay humahawak sa lubid o pisi. Ipaalis sa miyembro ng klase ang piring, at ipakuwento sa kanya sa klase kung aling paglalakad patawid sa silid ang magmadali—ang isang may "gabay na bakal" o ang isang wala. (Kung para sa miyembro ng klase ay higit na madali ang maglakad patawid sa silid nang wala ang lubid o pisi, tanungin siya kung gaano kalayo siyang makalalakad nang tuwid nang wala ito.)

   Ipaliwanag na ang patuloy na pagtahak sa buhay nang wala ang mga banal na kasulatan ay kagaya ng pagtatangkang lumakad nang tuwid nang walang lubid na gagabay sa inyo. Ang mga banal na kasulatan ay tumutulong sa atin na manatili sa daan ng pagkamatuwid.

3. Kasama ang mga miyembro ng klase, awitin o basahin ang mga salita sa "Gabay na Bakal" (*Mga Himno*).

4. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53276 893), ipalabas ang "Paggamit ng mga Banal na Kasulatan," isang walong minutong bahagi. Hilingin sa mga miyembro ng klase na tandaan, habang pinanonood nila ang bahaging ito, ang mga dahilang ibinibigay sa atin ng mga namumunong ito sa Simbahan para sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan (maaari ninyong naising bigyan ang mga miyembro ng klase ng mga papel at lapis upang isulat nila ang mga dahilang maririnig nila). Pagkatapos ng *video*, talakayin ang mga dahilang ito.

Linggo	Lunes	Martes	Miyerkules	Huwebes	Biyernes	Sabado

Salamat, O Diyos, sa Propeta

Aralin 17

Layunin

Bigyang-inspirasyon ang mga miyembro ng klase na makinig, sumunod, at magtaguyod sa mga propeta.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Amos 3:7; Mateo 16:19; Mga Taga Efeso 2:19–20; 1 Nephi 22:2; Doktrina at mga Tipan 1:14, 38; 21:4–6; 58:18; 68:3.
2. Gumawa ng kopya ng palaisipan na makikita sa hulihan ng aralin (pahina 116) para sa bawat miyembro ng klase. Kung hindi maaaring gumawa ng mga kopya, iguhit ang palaisipan sa isang kartolina o sa pisara.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Isang larawan ng kasalukuyang Pangulo ng Simbahan.
   c. Ilang kopya ng mga bagong isyung pang-komperensiya ng mga Internasyonal na Magasin para sa gawain sa pahina 24. (Ang mga isyung pang-komperensiya ay lumalabas sa Hulyo at Enero para sa mga Internasyonal na Magasin.)
   d. Mga himnaryo na magagamit ng mga miyembro ng klase sa pag-awit ng himno sa pagtatapos ng aralin (tingnan sa pahina 114).
   e. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang Panginoon, sa kanyang pag-ibig at karunungan, ay tumawag ng mga propeta upang pumatnubay at tumulong sa atin na harapin ang mga hamon ng ating panahon. Isang biyayang malaman na ang payo na ating tinatanggap mula sa propeta ay katulad nang kung ito ay tuwirang nanggaling sa Panginoon. Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase ang kahalagahan ng pagkakaroon ng buhay na propeta ngayon. Sinasang-ayunan natin ang lahat ng miyembro ng Unang Panguluhan at ng Korum ng Labindalawang Apostol bilang mga propeta, ngunit ang araling ito ay nakatuon sa Pangulo ng Simbahan, ang tagapagsalita ng Panginoon sa lupa.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Mensahe ay Nagmumula sa Panginoon sa Pamamagitan ng Propeta

Kuwento at talakayan

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Maraming taon na ang nakalilipas, noong wala pang templo sa pulo ng Tahiti, tatlumpong miyembro ng Simbahan na taga-Tahiti ang nagplano sa loob ng mahabang panahon upang maglakbay patungo sa Templo ng Hawaii. Nagsumikap sila na makumpuni ang isang barko at makapag-ipon ng perang kinakailangan para sa kanilang paglalakbay. Humiling din sila at nakatanggap ng pahintulot para sa

paglalakbay mula sa kanilang pamahalaan at mula kay Pangulong David O. McKay, na siyang Pangulo ng Simbahan nang panahong iyon.

Nang malapit nang magsimula ang kanilang paglalakbay, ang mga miyembro ng Simbahan na kasama sa paglalakbay ay hinilingan na magtipon sa bahay ng misyon para sa isang pagpupulong. Doon ay ipinagbigay-alam sa kanila na may isang tanging mensahe na dumating nang araw na iyon mula kay Pangulong McKay. Hinihiling niya sa kanila na huwag ituloy ang paglalakbay patungo sa Hawaii.

- Ano ang madarama ninyo kung ginawa ninyo ang lahat ng paghahandang ito at pagkatapos ay pinayuhan kayong huwag nang tumuloy?
- Maiiba ba ang inyong nadarama sa kaalamang ang propeta ng Diyos ang humiling sa inyo na ihinto ang paglalakbay? Bakit o bakit hindi?

Ibahagi ang katapusan ng kuwento:

Hindi naunawaan ng mga miyembro ng Simbahan kung bakit hindi nila maaaring ituloy ang paglalakbay, ngunit mayroon silang mga patotoo na si Pangulong McKay ay isang propeta, kung kaya't sinunod nila ang kanyang payo.

Pagkaraan ng ilang araw, ang kapitan ng barko na binalak gamitin ng mga Banal, ay nakatanggap ng tawag mula sa daungan kung saan nakadaong ang barko. Pinagsabihan siyang mabilis na pumaroon dahil lumulubog ang kanyang barko. Nang suriin niya ang barko, natuklasan niyang ang mga manggagawa na inupahan niyang kumumpuni ay pininturahan ang ilang bulok na kahoy at kalawanging tubo, na pagkaraan ay nabali, na siyang dahilan ng paglubog ng barko. Kung ipinagpatuloy ng mga miyembro ng Simbahan ang paglalakbay, lumubog sana ang barko habang patungo sila sa Hawaii.

Tinanggap ng mga miyembro ng Simbahan ang payo ng propeta nang hindi nalalaman kung bakit ibinigay ito, ngunit ngayon ay naunawaan nila kung bakit sila pinayuhang huwag maglakbay. Nagpasalamat sila na sinunod nila ang payo ng propeta. (Tingnan sa R. Lanier and JoAnn M. Britsch, "A Prophet's Warning," *New Era*, Mar. 1976, 12–14.)

Gawain

Ipakita ang larawan ng kasalukuyang Pangulo ng Simbahan.

Mamahagi ng mga kopya ng Internasyonal na Magasin na naglalaman ng bagong mga talumpati sa komperensiya. Maaari ninyong paghiwa-hiwalayin ang mga miyembro ng klase sa maliliit na pangkat at bigyan ng isang kopya ang bawat pangkat, o maaari kayong mamigay ng isang kopya sa bawat miyembro ng klase. Hilingin sa mga miyembro ng klase na hanapin ang mga mensahe ng kasalukuyang Pangulo ng Simbahan at maghanap ng tiyak na mga bagay na ipinayo niyang gawin natin.

- Anong payo ang ibinigay sa atin ng Panginoon kailan lang sa pamamagitan ng propeta?

Itala ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa pisara. Magpatotoo na kagaya ng mga tao sa kuwento na naingatan dahil sumunod sila kay Pangulong David O. McKay, mabibiyayaan tayo kapag sinusunod natin ang payo ng propeta.

Maaari Nating Mabatid na ang Propeta ay Kumakatawan sa Diyos

Kuwento at talakayan

- Bakit mahalagang magkaroon ng patotoo na ang Panginoon ay nagsasalita sa pamamagitan ng propeta?

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na kuwentong inilahad ni Elder Boyd K. Packer:

"Umalis ako sa opisina isang Biyernes ng hapon . . . [at] naghintay sa elebeytor na bumaba mula sa ikalimang palapag.

"Habang tahimik na bumubukas ang mga pinto ng elebeytor, nakatayo doon si Pangulong Joseph Fielding Smith. Saglit akong nabigla sa pagkakita sa kanya, dahil ang kanyang tanggapan ay nasa mas mababang palapag.

"Sa pagkakakita ko sa kanya na tila nakakuwadro sa pintuan, napuspos ako ng isang napakalakas na patotoo—nandoong nakatayo ang propeta ng Diyos. Ang matamis na tinig ng Espiritu . . . ay nagpatotoo sa akin na ito ang propeta ng Diyos.

"Hindi ko na kailangang tangkaing ipaliwanag ang karanasang ito sa mga Banal sa mga Huling Araw. Ang ganitong patotoo ay katangian ng simbahang ito. Ito ay hindi isang bagay na nakalaan lamang sa mga may mataas na katungkulan. Ito ay isang patotoo, na hindi lamang maaaring mapasaatin kundi lubhang mahalaga, sa bawat miyembro" (sa Conference Report, Abr. 1971, 122–23; o *Ensign*, Hunyo 1971, 87).

- Paano nabatid ni Elder Packer na si Pangulong Smith ay propeta ng Diyos?

Bigyang-diin na ang patotoo ni Elder Packer ay pinagtibay ng Espiritu Santo, hindi lamang sa pagkakakita kay Pangulong Smith. Kung naaangkop, sabihin sa mga miyembro ng klase kung paano ninyo natanggap ang patotoo ng Espiritu Santo na ang Pangulo ng Simbahan ay propeta ng Diyos. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na sabihin kung paano sila nagtamo ng patotoo tungkol sa propeta.

Talakayan sa pisara

- Anu-ano ang magagawa natin upang makatanggap ng patotoo mula sa Espiritu Santo na ang Pangulo ng Simbahan ay propeta ng Diyos?

Itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase. Ang ilang mga maaaring tugon ay kinabibilangan ng pananalangin, pag-aayuno, pagbabasa ng mga mensahe ng propeta, panonood o pakikinig sa mga pangkalahatang komperensiya, at pagsunod sa payo ng propeta.

Tinuturuan Tayo ng mga Banal na Kasulatan na Sumunod sa Propeta

Gawain sa banal na kasulatan

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bolpen o lapis at kopya ng palaisipan. (Kung hindi kayo nakagawa ng mga kopya ang palaisipan, iguhit ito sa pisara o sa isang kartolina, basahin nang malakas ang mga tanong, at pagtulung-tulungin ang mga miyembro ng klase upang mabuo ang palaisipan.) Hikayatin ang mga miyembro ng klase na markahan ang mga talata sa banal na kasulatan habang binabasa nila ang mga ito. Bigyan ng sapat na oras ang lahat upang matapos ang palaisipan. Pagkatapos ng mga miyembro ng klase, basahin at talakayin ang bawat nabuong pangungusap. Nasa ibaba ang mga nabuong pangungusap:

1. Ipinahahayag ng Diyos ang kanyang mga lihim sa kanyang mga tagapaglingkod, ang mga propeta. (Tingnan sa Amos 3:7.)

6. Ang propeta ang humahawak sa mga susi ng kaharian ng langit. (Tingnan sa Mateo 16:19.)

7. Ang mga hindi nakikinig sa mga salita ng mga propeta ay mawawalay. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:14).

9. Dapat nating tanggapin ang payo ng propeta nang buong pagtitiyaga at pananampalataya. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 21:4–5.)

2. Ang propeta ay nagsasalita ayon sa tagubilin ng Espiritu Santo. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 68:3.)

3. Sinasang-ayunan natin ang Pangulo ng Simbahan bilang isang propeta, tagakita, at tagapagpahayag. Ang isang tagakita ay nakaaalam sa nakaraan at sa mga bagay na mangyayari. (Tingnan sa Mosias 8:17.)

4. Ang tinig ng Panginoon at ang tinig ng propeta sa Simbahan ay iisa. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:38.)

5. Ang organisasyon ng Simbahan ay itinayo sa saligan ng mga apostol at mga propeta, na si Jesucristo ang siyang pangulong bato sa panulok. (Tingnan sa Mga Taga Efeso 2:19–20.)

8. Ang mga batas ng kaharian (ng Simbahan) ay ibinibigay ng mga propeta. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 58:18.)

"Salamat, O Diyos, sa Propeta"

Himno

Ipaliwanag na si William Fowler, isang Ingles na sumapi sa Simbahan at nabinyagan noong 1849, ay lubos na naantig sa kaisipan na may buhay na propeta ng Diyos na kasama ng mga tao kung kaya't isinulat niya ang mga salita sa himnong "Salamat, O Diyos, sa Propeta" (*Mga Himno*).

Mamahagi ng mga himnaryo at ipaawit o ipabasa ang mga salita sa himnong ito.

- Bakit nagpapasalamat kayo na mapamunuan ng isang propeta?

Patotoo

Ibahagi sa mga miyembro ng klase ang inyong patotoo tungkol sa kasalukuyang Pangulo ng Simbahan. Hikayatin sila na sundin ang kanyang payo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

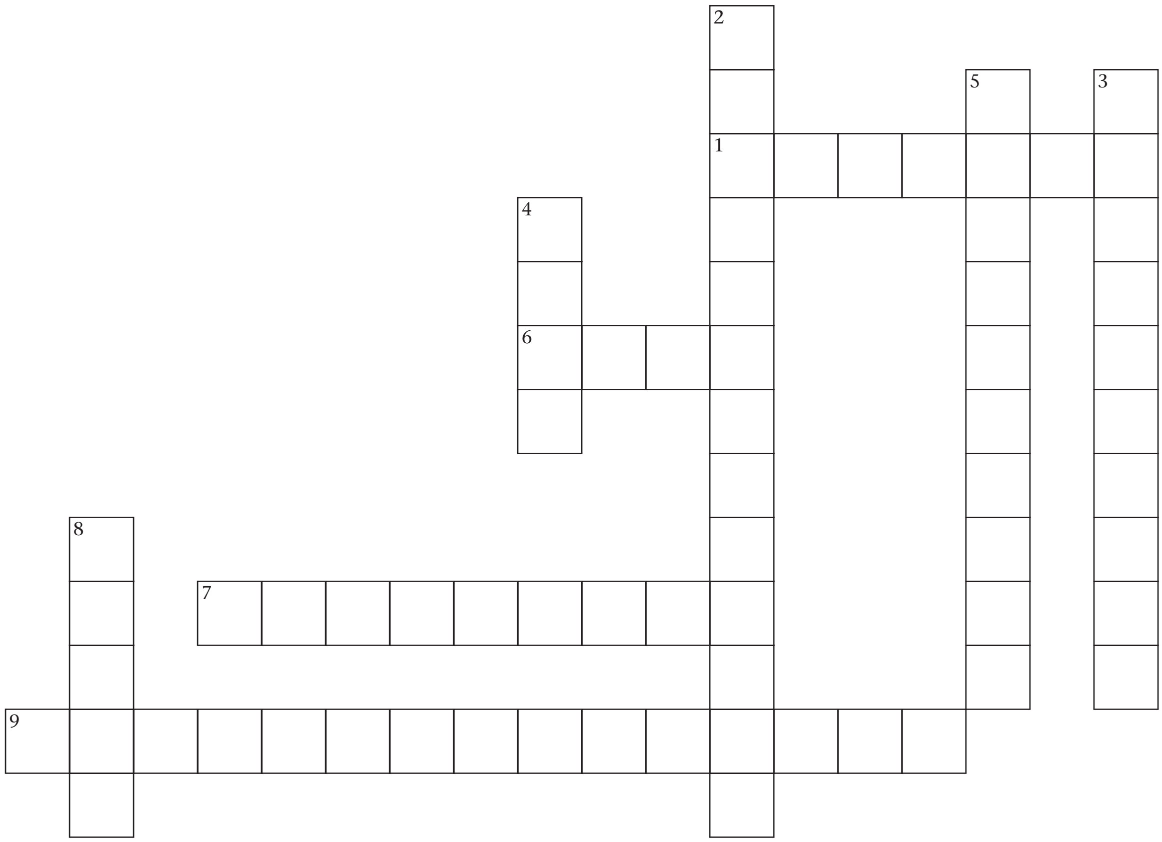
1. Hilingin sa mga miyembro ng klase na itaas ang kanilang mga kamay kung mabibigkas nila ang ikasiyam na saligan ng pananampalataya. Anyayahan ang mga nagtaas ng kamay na bigkasin ito. Kung walang isa mang magboluntaryo upang ulitin ang saligan ng pananampalataya, tulungan ang mga miyembro ng klase na marepaso at maisaulo ito sa pamamagitan ng sumusunod na gawain:

Isulat ang saligan ng pananampalataya sa pisara at ipaulit ito nang ilang beses sa mga miyembro ng klase. Sa bawat beses na inuulit nila ito, burahin ang isang mahalagang salita. Gawin ito hanggang sa makayanan nilang ulitin ang buong saligan ng pananampalataya mula sa pagkakasaulo nila.

- Bakit mahalagang maniwala na ang Diyos ay "magpapahayag pa ng maraming dakila at mahahalagang bagay hinggil sa Kaharian ng Diyos"?
- Kanino ipinahahayag ng Diyos ang kanyang kalooban tungkol sa Simbahan, o sa kanyang kaharian? (Sa Pangulo ng Simbahan.)

2. Ipakita ang larawan ng Mga Propeta sa mga Huling Araw (62575 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 506). Gumamit ng kapirasong papel upang takpan ang mga pangalan sa ilalim ng unang hanay ng mga larawan, at tingnan kung ilang propeta ang makikilala ng mga miyembro ng klase. Pagkatapos ay gawin din ang ganito sa bawat iba pang hanay ng mga larawan.

Palaisipan



Buuin ang palaisipan sa pamamagitan ng pagsagot sa mga patlang sa sumusunod na mga pangungusap.

Pahalang

1. Ipinahahayag ng Diyos ang kanyang mga lihim sa kanyang mga tagapaglingkod, ang mga __________ (Tingnan sa Amos 3:7.)

6. Ang propeta ang humahawak sa mga __________ ng kaharian ng langit. (Tingnan sa Mateo 16:19.)

7. Ang mga hindi nakikinig sa mga salita ng mga propeta ay __________ .(Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:14).

9. Dapat nating tanggapin ang payo ng propeta nang buong pagtitiis at __________ (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 21:4–5.)

Pababa

2. Ang propeta ay nagsasalita ayon sa tagubilin ng __________ __________ (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 68:3.)

3. Sinasang-ayunan natin ang Pangulo ng Simbahan bilang isang propeta, tagakita, at tagapagpahayag. Ang isang tagakita ay nakaaalam sa nakaraan at sa mga bagay na __________ (Tingnan sa Mosias 8:17.)

4. Ang tinig ng Panginoon at ang tinig ng propeta sa Simbahan ay __________ (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 1:38.)

5. Ang organisasyon ng Simbahan ay itinayo sa saligan ng mga apostol at mga propeta, na si __________________ ang siyang pangulong bato sa panulok. (Tingnan sa Mga Taga Efeso 2:19–20.)

8. Ang mga __________ ng kaharian (ng Simbahan) ay ibinibigay ng mga propeta. (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 58:18.)

Pagiging Miyembro sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw

Aralin 18

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng higit na malaking pagpapahalaga para sa pagiging miyembro sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw at hikayatin sila na makilahok sa misyon ng Simbahan, na anyayahan ang lahat na "lumapit kay Cristo" (Moroni 10:32).

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 3:3–5; Mga Gawa 2:38; 2 Nephi 2:6–8; 3 Nephi 27:13–20; Doktrina at mga Tipan 1:30; 123:12; 128:15; 131:1–4; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:4.

2. Para sa bawat miyembro ng klase, maghanda ng set ng sumusunod na mga salitang nakasulat sa parihabang papel:

Paggawang-ganap	ng ebanghelyo
sa ating mga buhay	Pagtubos
sa ating mga patay	

   Pagkatapos ay ilagay ang bawat set ng mga salitang nakasulat sa papel sa magkakahiwalay na sobre, ngunit alisin ang isang parihabang papel mula sa bawat set. Ilagay ang inalis na mga parihabang papel sa iba pang mga sobre. Tiyakin na ang bawat sobre ay nagkukulang ng isang parihabang papel ngunit naglalaman ng dalawa pa sa mga parihabang papel (tingnan ang gawaing ito sa pahina 119–120).

3. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay ang kaharian ng Diyos sa lupa. Bilang mga miyembro ng Simbahan, natututuhan natin ang ebanghelyo, tumatanggap ng nakapagliligtas na mga ordenansa, at gumagawa ng mga tipan na may kinalaman sa mga ordenansang iyon. Ipaalala sa mga miyembro ng

klase na ang Simbahan ay nagbibigay sa atin ng mga pagkakataon upang umunlad at maglingkod nang may pakikipagkaibigan, pagtulong, at inspirasyon. Ang misyon ng samahang ito na inihayag ng kalangitan ay anyayahan ang lahat na "lumapit kay Cristo, at maging ganap sa kanya" (Moroni 10:32).

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Tunay na Simbahan ni Jesucristo

Talakayan

- Madalas sa mga pulong ng patotoo, sinasabi ng mga Banal sa mga Huling Araw na alam nilang ang Simbahan ay totoo. Ano ang ibig sabihin nito?

Pagkatapos na matalakay ng mga miyembro ng klase ang tanong na ito, basahin ang sumusunod na pahayag:

"Ang simbahan ay itinatag na samahan ng mga naniniwala na nagtaglay sa kanilang sarili ng pangalan ni Jesucristo sa pamamagitan ng pagpapabinyag at pagpapatibay. Upang maging tunay na Simbahan, kinakailangang maging Simbahan ito ng Panginoon, kailangang taglay ang kanyang mga batas, at pangalan, at mapamahalaan niya sa pamamagitan ng mga kinatawang hinirang niya" '(*Gabay sa mga Banal na Kasulatan*, "Simbahan ni Jesucristo").'

Magpatotoo na bagamat ang ibang simbahan ay nagtuturo ng ilang katotohanan at gumagawa ng maraming mabubuting bagay, Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang tanging *totoong* simbahan sa lupa dahil ito lamang ang simbahan na mayroon ng buong ebanghelyo ni Jesucristo at ng kapangyarihan ng pagkasaserdote upang gumanap ng mga ordenansa sa pangalan ni Jesucristo. Ito ay simbahan ni Jesus. Taglay nito ang kanyang pangalan at kanyang batas, at pinamumunuan ng itinalaga niyang mga kinatawan. Ipahayag ang inyong pasasalamat kay Joseph Smith, ang propeta na kung kaninong pamamagitan ay pinanumbalik ng Panginoon ang tunay na Simbahan.

Banal na kasulatan

Sabihin sa mga miyembro ng klase na si Jesucristo mismo ay nagpatotoo na Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ay totoo. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 1:30.

Pinalalakas at Pinag-iisa Tayo ng Simbahan

Kuwento at talakayan

Ipakita ang larawan ng nagsisilipad na mga gansa na matatagpuan sa hulihan ng aralin (pahina 124).

- Ang ilang ibon, kagaya ng mga gansa, ay lumilikas sa ibang mga klima sa tag-init at taglamig. Sa palagay ninyo, bakit lumilipad ang mga gansa sa pormasyong-V kapag lumilikas sila?

Isalaysay ang sumusunod sa sarili ninyong mga salita:

Pinag-aralan ng mga siyentipiko kung bakit lumilipad ang mga gansa sa pormasyong-V sa kanilang paglikas, at nalaman nila na sa paglipad sa ganitong paraan ay higit na madali para sa mga ibon kaysa paglipad nang nag-iisa. Ang nauunang ibon ay kailangang lumipad nang pasalubong sa buong lakas ng hangin, ngunit ang bawat sumusunod na ibon sa pormasyon ay sumasalubong

sa higit na mahinang resistensiya. Dahil ang mga ibon ay nagpapalit-palit sa pagiging pinuno (na siyang may pinakamahirap na paglipad), nakalilipad sila nang higit na matagal nang hindi napapagod. Humuhuni din ang mga ibon upang bigyang-lakas ang isa't-isa na magpatuloy.

Kapag ang isang gansa ay nagkakasakit o nasusugatan at kailangang dumapo, dalawa pang gansa ang sumasama ditong dumapo. Sinasamahan nila ang ibong ito hanggang mamatay o makabawi ng sapat na lakas upang muling makalipad. Pagkatapos ay hinahabol nila ang kanilang kawan. (Hinango mula sa talumpati ni Harvey O. Bennett sa Phi Theta Kappa, ika-5 ng Mayo, 1990. Ginamit nang may pahintulot ng Los Angeles County Office of Education.)

- Paano ang pormasyong-V ng mga gansa katulad ng organisasyon ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw? Paano tayo, bilang mga miyembro ng Simbahan, katulad ng bawat isang gansa na lumilipad sa ganitong pormasyon?

Ang Misyon ng Simbahan

Paglalahad ng guro

Ipaliwanag na ang Simbahan ay ang samahan na kung saan ay ipinatutupad ng Panginoon ang kanyang mga layunin. Sa pamamagitan ng Simbahan, ang katotohanan ay itinuturo at ang mga tao ay pinag-iisa sa pagmamahalan at sa kanilang paghahangad na maglingkod sa Panginoon.

Mga siping-banggit at talakayan sa pisara

- Paano tayo tinutulungan ng Simbahan na matanggap ang mga biyaya ng plano ng kaligtasan?

Pagkatapos na ang mga miyembro ng klase ay magkaroon ng pagkakataon na ibahagi ang ilan sa kanilang mga ideya, basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Ezra Taft Benson, ikalabintatlong Pangulo ng Simbahan:

"Ang misyon ng Simbahan ay maluwalhati—anyayahan ang lahat na lumapit kay Cristo sa pamamagitan ng pagpapahayag ng ebanghelyo, paggawang-ganap sa ating mga buhay, at pagtubos sa ating mga patay" (sa Conference Report, Abr. 1988, 98; o *Ensign*, Mayo 1988, 85).

Isulat sa pisara ang *Pagpapahayag ng Ebanghelyo*

- Bakit mahalaga na ipangaral ang ebanghelyo? (Tingnan sa 2 Nephi 2:6–8; Doktrina at mga Tipan 123:12.)

Maaari ninyong naising anyayahan ang mga miyembro ng klase na may mga miyembro ng mag-anak na nakapaglingkod na o naglilingkod sa *full-time* na misyon na sabihin ang mga pagpapala na dumarating sa pamamagitan ng pagpapahayag ng ebanghelyo.

- Paano tayo makatutulong na maipahayag ang ebanghelyo kahit na hindi tayo *full-time* na mga misyonero?

Isulat sa pisara ang *Paggawang-ganap sa Ating mga Buhay*.

Anu-ano ang ilan sa mga ordenansa na kailangan natin upang matamo ang kadakilaan? (Para sa ilang halimbawa, tingnan sa Juan 3:3–5; Mga Gawa 2:38; Doktrina at mga Tipan 131:1–4.)

- Anu-ano ang pangunahing alituntunin ng ebanghelyo? (Tingnan sa 3 Nephi 27:13–20; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:4.)
- Paano makatutulong sa atin na umunlad tungo sa kaganapanan ang mga ordenansa ng pagkasaserdote, mga tipan, at tagubilin sa mga alituntunin ng ebanghelyo?

Magpatotoo na Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang tanging simbahan kung saan tayo makatatanggap ng mga ordenansa ng pagkasaserdote, makagagawa ng tipan sa Panginoon, at matatagubilinan sa kabuuan ng ebanghelyo.

Isulat sa pisara ang *Pagtubos sa Ating mga Patay.*

- Paano tayo nakatutulong sa pagtubos sa mga patay? (Sa pamamagitan ng pagganap sa mga gawain sa templo, katulad ng pagpapabinyag para sa mga patay, at sa pamamagitan ng paggawa ng gawain sa kasaysayan ng mag-anak upang matagpuan ang mga pangalan ng mga ninuno na kailangang makatanggap ng mga ordenansa sa pamamagitan ng gawain sa templo.)
- Bakit mahalagang gampanan ang gawain sa templo para sa mga patay? (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 128:15.)
- Paano makatutulong sa ating sa espirituwal na pag-unlad ang pagganap ng mga gawain sa templo para sa patay?

Upang wakasan ang talakayan, basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley, ikalabinlimang Pangulo ng Simbahan:

"Tayong lahat ay magkakasama sa dakilang pagpupunyaging ito. Naririto tayo upang tulungan ang ating Ama sa Kanyang gawain at sa Kanyang kaluwalhatian, 'ang isakatuparan ang kawalang-kamatayan at buhay na walang hanggan ng tao' (Moises 1:39). Ang inyong tungkulin sa nasasaklawan ng inyong pananagutan ay kasing bigat ng aking tungkulin sa aking nasasaklawan. Walang katungkulan sa simbahang ito ang maliit o walang kabuluhan. Tayong lahat na nagsusumikap na magawa ang ating tungkulin ay nakakaantig sa buhay ng iba" (sa Conference Report, Abr. 1995, 94; o *Ensign*, Mayo 1995, 71).

Ano ang nadarama ninyo na malaman na maaari ninyong "tulungan ang Ama [sa Langit] sa Kanyang gawain at sa Kanyang kaluwalhatian"? Paano ang kaalamang ito maaaring makapagpabago sa paraan ng ating paglilingkod sa Simbahan?

Gawain

Burahin ang mga salitang isinulat ninyo sa pisara, at sabihin sa mga miyembro ng klase na susubukan ninyo ang kanilang memorya. Bigyan ang bawat isa sa kanila ng isa sa mga sobre na inihanda ninyo. Pagkatapos ay hilingin sa bawat isa sa kanila na ayusin ang kanilang mga parihabang papel upang ipakita ang misyon ng Simbahan. Kaagad na malalaman ng mga miyembro ng klase na hindi nila magagawa ang takdang-gawaing ito sa pamamagitan ng mga parihabang papel na nasa kanilang mga sobre. Kapag natuklasan na nila ito, sabihin sa kanila na kailangan nilang magtulungan. Anyayahan sila na makipagpalitan ng mga parihabang papel sa isa't isa hanggang ang bawat isa ay makapagpakita ng misyon ng Simbahan. Kapag natapos na nila ang gawaing ito, itanong ang sumusunod:

- Paano ito katulad ng ating pagiging miyembro sa Simbahan ang gawaing ito? (Kailangan natin na sama-samang gumawa upang matupad ang misyon ng Simbahan. Kailangan natin ang tulong ng bawat isa.)
- Anu-ano ang magagawa natin upang makagawang magkakasama upang mas mabisang maisakatuparan ang misyon ng Simbahan?

Pagiging Matapat sa Simbahan

Kuwento

Ibahagi ang sumusunod na karanasan ng isang kabataang Banal sa mga Huling Araw na doktor:

"Napagtanto ko lamang kung gaano ang nagawa sa akin ng Simbahan nang lisanin ko ang aking tahanan at nag-aral ng medisina sa malaking unibersidad. Ako ay nangamba na hindi makaagapay sa ibang mga mag-aaral. May apat na Mormon lamang sa buong klase, subalit hindi naglaon ay aming nalaman na kami ay nakalalamang sa higit na nakararami dahil sa mga pagkakataong ibinigay sa amin ng Simbahan. Hindi kami takot na tumayo sa harap ng klase upang mag-ulat. Kami ay mabuting nakagagawa kasama ang aming mga kamag-aral at mga guro sapagkat lumahok kami sa mga gawain sa Simbahan na nagbigay sa amin ng mga kasanayang ito. Naging mahusay kami sa aming pag-aaral dahil alam namin na malapit lamang ang tulong, sa pamamagitan ng panalangin.

"Natuklasan din namin, kung gaano kami kahalaga sa isa't isa. Bigla kaming napahalubilo sa maraming tao na may iba't-ibang paniniwala at mga paraan ng pamumuhay, at mahalaga sa amin na magkaroon ng mga kaibigan na naniniwala ng tulad namin, mga kaibigang nakaaalam kung paano nais ng ating Ama sa Langit na tayo ay mamuhay. Hindi namin nais na sundin ang mga tukso ng mundo, at kailangan namin ang isa't isa.

"Labis akong nagpapasalamat sa lahat ng nagawa ng Simbahan para sa akin bilang isang tao, nang hindi ko man lamang namamalayan na ito ay nangyayari" (sa *Walk in His Ways: Basic Manual for Children, Part A* [1982], 76).

Talakayan

- Paano nakatulong sa inyo ang Simbahan?
- Paano natin maipakikita na ang pagiging miyembro sa Simbahan ay mahalaga sa atin?

Siping-banggit

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin kung ano ang sinasabi ng kanilang mga salita at kilos tungkol sa kanilang damdamin tungkol sa Simbahan. Pagkatapos ay basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Joseph F. Smith, ang ikaanim na Pangulo ng Simbahan:

"Ang aking katayuan sa Simbahan ay higit na mahalaga sa akin kaysa buhay na ito—sampung libong ulit. Sapagkat dito ay mayroon akong buhay na walang hanggan" (sinipi ni Joseph Fielding Smith, sa *The Progress of Man* [1964], 450).

Patotoo

Pagkatapos basahin ang patotoo ni Pangulong Smith, ibigay ang sarili ninyong patotoo tungkol sa kahalagahan ng Simbahan sa inyong buhay.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na maghanap ng mga paraan na makalalahok sila sa misyon ng Simbahan, at hikayatin sila na ipakita sa kanilang

mga salita at kilos na nagpapasalamat sila na maging mga miyembro ng Simbahan ni Jesucristo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Maghulog ng maliit na bato sa isang timba ng tubig. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na ang bato, bagamat maliit, ay lumilikha ng maliliit na alon sa tubig na umaabot hanggang sa gilid ng timba.

   - Paano ito natutulad sa ating pagiging miyembro sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw? (Kagaya ng bato na nakaaapekto sa lahat ng tubig sa palibot nito, makakaapekto tayo sa maraming tao sa ating paligid sa pamamagitan ng matapat na paglilingkod sa Simbahan.)

2. Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang pagkakatatag ng Simbahan sa lupa sa mga huling araw ay ipinropesiya ng isang propeta sa Lumang Tipan. Pagkatapos ay basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento, na mula sa Daniel 2:

   Si Haring Nabucodonosor ng Babilonya ay nagkaroon ng panaginip at siya ay nabalisa dahil hindi niya batid ang kahulugan nito. Nang ang kanyang mga salamangkero at mga manghuhula ay hindi maipaliwanag o mabigyan ng kahulugan ang kanyang panaginip, ang hari ay nagalit at nag-utos na sila ay patayin. Ngunit si Daniel, na isang Hebreong bihag na nagkaroon ng pagtatangi ng hari, ay nagsabi na kung bibigyan siya ng panahon ng hari, ay ihahayag at bibigyan niya ng kahulugan ang panaginip.

   Si Daniel ay umuwi sa kanyang bahay at humingi ng tulong sa Diyos, at inihayag ng Diyos sa kanya ang panaginip at ang kahulugan nito. Kinalaunan, sa harapan ni Haring Nabucodonosor, sinabi ni Daniel na ang Diyos ay nakapaghahayag ng mga lihim at ipinaaalam at ipinauunawa ang mga panaginip. Sinabi niya na ang hari ay nanaginip ng malaking rebulto. Ang ulo ng rebulto ay ginto, ang dibdib at mga bisig ay pilak, ang tiyan at mga hita ay tanso, at ang mga binti ay bakal. Ang mga paa ay yari sa pinaghalong bakal at luwad. Isang bato na inukit mula sa bundok nang walang kamay ang tumama sa rebulto sa paanan, at nagkadurug-durog ito. Sinabi ni Daniel, "Ang bato na tumama sa larawan ay naging malaking bundok, at pinuno ang buong lupa" (Daniel 2:35).

   Ibinigay din ni Daniel ang ibig ipakahulugan ng panaginip. Ang ulo na yari sa ginto ay kumakatawan kay Haring Nabucodonosor at sa kanyang makapangyarihang kaharian. Ang higit na maliliit na mga kaharian na susunod na sa katagalan ay magiging mahina ang kinakatawan ng iba pang bahagi ng rebulto. Ngunit sa mga huling araw, "ang Diyos sa langit [ay] maglalagay ng isang kaharian, na hindi magigiba kailanman" (Daniel 2:44). Ang kahariang iyon—Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw—ay kinakatawan ng bato sa panaginip (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 65:2).

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Daniel 2:44-45.

Ipakita ang larawang Binibigyang-kahulugan ni Daniel ang Panaginip ni Haring Nabucodonosor (62531 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 115), at talakayin ang mga bahagi ng larawan.

- Aling kaharian ang sasakop sa lahat ng iba pang kaharian? (Tingnan sa Daniel 2:44; Doktrina at mga Tipan 65:2).
- Gaano katagal tatayo ang kahariang ito? (Tingnan sa Daniel 2:44).
- Paano natutupad ngayon ang propesiya ni Daniel? Paano tayo nagiging bahagi ng katuparan ng propesiya?

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"Ang maliit na bato na inukit mula sa bundok nang walang kamay ay gumugulong upang punuin ang lupa (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 65:2). Anong kagila-gilalas na bagay na maging bahagi ng lumalaking kaharian na ito ng ating Panginoon. Walang mga hangganang politikal na naghihiwalay sa mga puso ng mga anak ng Diyos, kahit saan pa man sila nakatira. Tayong lahat ay iisang malaking angkan. Tayo ay mga anak na lalaki at babae ng Diyos. Nahaharap tayo sa paglilingkod sa Kanyang Pinakamamahal na Anak. Siya ang ating Manunubos at Tagapagligtas, at ang patotoo sa katotohanang ito ay nag-aalab sa ating mga puso. Ang bawat isa ay may karapatan sa ganitong patotoo sa gawaing ito. Ito ay isang pansariling kaalaman ng dakilang pangunahing mga katotohanan na nagbubuklod sa atin sa tinatawag nating simbahan at kaharian ng Diyos" (sa Conference Report, Okt. 1995, 3; o *Ensign*, Nob. 1995, 4–5).

Mga Basbas Patriyarkal

Aralin
19

Layunin

Turuan ang mga miyembro ng klase ng mga pangunahing alituntunin tungkol sa paghahanda para sa at pagtanggap ng basbas patriyarkal.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Nephi 16:10, 16, 28–29; 18:11–12, 20–21.
2. Gumawa ng limang kard, na ang bawat isa ay naglalaman ng isa sa mga sumusunod na salita: *AN0, SINO, BAKIT, KAILAN, PAANO*. Sa likod ng bawat kard, isulat ang katapat na tanong o mga tanong sa ibaba:

   ANO: Ano ang basbas patriyarkal?

   SINO: Sino ang maaaring tumanggap ng basbas patriyarkal? Sino ang nagbibigay ng basbas patriyarkal?

   BAKIT: Bakit dapat maghangad ng basbas patriyarkal ang isang tao?

   KAILAN: Kailan makatatanggap ang isang tao ng basbas patriyarkal?

   PAANO: Paano makapaghahanda ang isang tao na tumanggap ng basbas patriyarkal?

   Idikit ang mga kard na ito sa ilalim ng limang upuan upang hanapin ng mga miyembro ng klase sa oras ng klase, o ipamigay ang mga ito sa limang miyembro ng klase sa kanilang pagpasok sa klase.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang larawang Ang Liahona (larawan 7 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62041; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelio 302).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Tayong lahat ay mga anak ng Diyos, at hinahangad niya na magabayan tayo upang makabalik tayo sa kanya. Ang isang gabay na maaaring mapasaatin ay ang basbas patriyarkal. Ang isang basbas patriyarkal ay makatutulong sa isang tao na maunawaan kung ano ang inaasahan sa kanya ng Panginoon at makakahikayat sa kanya na mamuhay para sa ipinangakong mga biyaya. Tulungan ang mga miyembro ng klase na mapagtanto na ang bawat isa sa kanila ay pinangakuan ng basbas patriyarkal, at hikayatin sila na mamuhay nang karapat-dapat upang matanggap nila ito sa tamang panahon na.

Kung may mga miyembro ng klase na nakatanggap na ng basbas patriyarkal, hikayatin sila na ibahagi ang kanilang mga karanasan (mga impormasyon kagaya ng kung sino ang patriyarka sa inyong istaka, bakit nagpasiya silang humingi ng basbas patriyarkal, o kung paano sila naghanda para sa basbas) kung naaangkop sa oras ng klase.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Basbas Patriyarkal ay Katulad ng Isang Pansariling Liahona

Talakayan sa larawan

Ipakita ang larawan ng Liahona at hilingin sa mga miyembro ng klase na ikuwento sa inyo ang tungkol dito. Kung hindi nila alam ang mga sagot sa sumusunod na mga tanong, tulungan silang matagpuan ang mga sagot sa nakatalang mga banal na kasulatan.

- Sino ang lalaking nakaluhod sa larawan? (Ang propetang si Lehi.) Ano ang hawak niya? (Ang Liahona.)
- Ano ang Liahona? (Tingnan sa 1 Nephi 16:10.) Ano ang ginawa nito? (Tingnan sa 1 Nephi 16:16.)
- Ano ang kinakailangan upang gumana nang tama ang Liahona? (Tingnan sa 1 Nephi 16:28–29.)

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang Liahona ay isang uri ng kompas na ibinigay ng Panginoon kay Lehi at sa kanyang mag-anak noong sila ay nasa ilang. Ipinakita nito ang daan kung saan sila dapat pumunta, ngunit kapag sila ay may pananampalataya lamang at masunurin.

- Nais ba ninyong magkaroon ng pansariling kompas, katulad ng Liahona, upang ipakita sa inyo ang daan na dapat ninyong tahakin sa buhay?

Siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Pangulong Thomas S. Monson ng Unang Panguluhan:

"Ang siya ring Panginoon na nagkaloob ng isang Liahona kay Lehi ay nagkakaloob sa inyo at sa akin sa ngayon ng isang pambihira at mahalagang handog upang magbigay gabay sa ating mga buhay, upang lagyan ng tanda ang mga panganib para sa ating kaligtasan, at upang guhitan ang daan, ang ligtas na daanan—hindi patungo sa lupang pangako, kundi patungo sa ating tahanan sa langit. Ang handog na aking tinutukoy ay ang inyong basbas patriyarkal. Bawat karapat-dapat na miyembro ng Simbahan ay may karapatang makatanggap ng ganitong napakahalaga at walang kasinghalaga na pansariling kayamanan" (sa Conference Report, Okt. 1986, 81; o *Ensign*, Nob. 1986, 65).

Paglalahad ng guro

Isulat sa pisara ang *Basbas Patriyarkal: Ang Inyong Pansariling Liahona.*

Ipaliwanag na ang basbas patriyarkal ay katulad ng Liahona sa maraming paraan. Isulat ang sumusunod sa pisara sa ibaba ng pamagat:

Handog mula sa Ama sa Langit.

Gumagana batay sa pananampalataya.

Gumagabay sa inyo sa tamang daan.

Ipaliwanag na sa araling ito, ang mga miyembro ng klase ay matututo kung ano ang basbas patriyarkal, kung paano sila makatatanggap nito, at kung paano ito makagagabay sa kanila habang gumagawa sila ng mga pasiya sa kanilang mga buhay.

Ang mga Basbas Patriyarkal ay Naglalaman ng mga Payo sa Atin ng Diyos

Talakayan sa kard 1

Kung idinikit ninyo ang mga kard sa ilalim ng mga upuan, patingnan ang ilalim ng mga upuan sa mga miyembro ng klase at ipaalis ang anumang kard na makita nila.

Ipabasa sa miyembro ng klase na may hawak ng kard na nasusulatan ng "ANO" ang tanong sa likod ng kard:

- Ano ang basbas patriyarkal?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na sabihin ang lahat ng nalalaman nila tungkol sa basbas patriyarkal. Tiyakin na ang sumusunod na mga punto ay naisama (ipabasa sa isang miyembro ng klase nang malakas ang siping-banggit mula kay Pangulong Monson sa naaangkop na oras sa talakayan):

1. Ang basbas patriyarkal ay isang inspiradong basbas na nagpapahayag ng lahing pinagmulan ng isang tao (ang tribu ni Israel kung saan siya kasapi) at nagbibigay-liwanag tungkol sa kanyang buhay.
2. Ito ay maaaring kabilangan ng mga pangako ng mga biyaya na maaaring matanggap ng tao, mga babala laban sa mga tiyak na tukso o kahinaan, o payo kung paano dapat na mamuhay ang tao.
3. Ito ay ibinibigay ng patriyarka ng istaka minsan sa buong buhay ng isang tao.
4. Ito ay itinatala, at ang isang kopya ay ibinibigay sa taong tumatanggap ng basbas. May kopya ring iniingatan sa aklatan ng Simbahan.
5. Ito ay isang sagrado at pansariling dokumento na dapat basahin at pag-aralan nang madalas ngunit hindi dapat na ibahagi nang basta-basta sa ibang tao.

Siping-banggit

Sinabi ni Pangulong Monson: "Ang inyong basbas patriyarkal ay sa inyo at sa inyo lamang. Ito ay maaaring mahaba o maikli, payak o malalim. Ang haba o lengguwahe ay hindi lumilikha ng basbas patriyarkal. Ang Espiritu ang siyang nagbibigay ng tunay na kahulugan. Ang inyong basbas ay hindi dapat na tupiin nang malinis at isuksok sa kung saan. Ito ay hindi dapat na ikuwadro o ilathala. Sa halip, ito ay dapat na basahin. Ito ay dapat na mahalin. Ito ay dapat na sundin. Ang inyong basbas patriyarkal ang siyang magtatanglaw sa inyo sa pinakamadilim na gabi. Gagabayan kayo nito sa mga panganib ng buhay" (sa Conference Report, Okt. 1986, 82–83; o *Ensign*, Nob. 1986, 66).

Talakayan sa kard 2

Ipabasa sa miyembro ng klase na may hawak ng kard na nasusulatan ng "SINO" ang tanong sa likod ng kard:

- Sino ang maaaring tumanggap ng basbas patriyarkal? Sino ang nagbibigay ng basbas patriyarkal?

Kung hindi alam ng mga miyembro ng klase, ipaliwanag na sinumang miyembro ng Simbahan ay maaaring tumanggap ng basbas patriyarkal kung siya ay nasa tamang gulang na upang maunawaan ang mga pagkakataon at pananagutan na kaakibat nito. Ang mga basbas patriyarkal ay ipinagkakaloob ng mga patriyarka ng istaka, mga humahawak ng pagkasaserdote na inordenan sa katungkulan ng patriyarka. (Ang mga ito at ang kasunod na mga tanong ay maaaring talakayin nang saglit lamang kung ang mga ito ay nabanggit na sa

talakayan kung ano ang basbas patriyarkal; dapat talakayin ang mga ito nang may detalye kung hindi pa nababanggit ang mga ito.)

- Ano ang pangalan ng ating patriyarka ng istaka? Anu-ano ang kanyang tungkulin bilang isang patriyarka?

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Pangulong Joseph F. Smith, ang ikapitong Pangulo ng Simbahan:

"Isang gawain at karapatan ng [isang patriyarka ng istaka] na magkaloob ng mga basbas sa mga tao, na gumawa ng mga pangako sa kanila sa pangalan ng Panginoon, . . . sa pamamagitan ng inspirasyon ng Espiritu Santo, na aluin sila sa panahon ng kanilang lumbay at bagabag, na palakasin ang kanilang pananampalataya sa pamamagitan ng mga pangako na gagawin sa kanila sa pamamagitan ng Espiritu ng Diyos" (*Gospel Doctrine*, ika-5 edisyon [1939], 181).

Talakayan sa kard 3

Ipabasa sa miyembro ng klase na may hawak ng kard na nasusulatan ng "PAANO" ang tanong sa likod ng kard:

- Bakit dapat maghangad ng basbas patriyarkal ang isang tao? (Upang mabatid ang kalooban ng Diyos, mga pangako, at mga babala para sa kanya.)

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder John A. Widtsoe, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang mga naghahangad ng basbas patriyarkal ay dapat na humiling nito nang may pananampalataya sa katunayan ng kapangyarihan ng Pagkasaserdote. Dapat nilang hangarin ito nang may maalab, mapanalanging pagnanais na maging, sa pamamagitan ng mga basbas, lubusang maligaya sa kanilang mga buhay, at higit na ganap na nakapaglilingkod sa gawain ng Panginoon" (*Evidences and Reconciliations*, isinaayos ni G. Homer Durham, 3 tomo sa 1 [1960], 323).

- Paano makatutulong sa atin ang basbas patriyarkal na maging lalong maligaya?

- Paano makatutulong sa atin ang basbas patriyarkal na maging lalong masikap na mga tagapaglingkod ng Panginoon?

Talakayan sa kard 4

Ipabasa sa miyembro ng klase na may hawak ng kard na nasusulatan ng "KAILAN" ang tanong sa likod ng kard:

- Kailan makatatanggap ang isang tao ng basbas patriyarkal?

Ipaliwanag na ang basbas patriyarkal ay ibinibigay kapag ang isang tao ay may sapat nang katayuang espirituwal upang mapahalagahan ang kahulugan ng basbas at naghahangad na makatanggap nito. Ang mga tao ay kadalasang nakatatanggap ng basbas patriyarkal sa kapanahunan ng kanilang pagiging tinedyer, kapag nasa sapat na silang gulang upang maunawaan ang kahalahagan ng basbas, ngunit bata pa rin upang magamit ito bilang gabay sa paggawa ng mahahalagang pasiya sa buhay. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magpapayo sa kanilang mga magulang tungkol sa kung kailan nararapat para sa kanila na tumanggap ng basbas patriyarkal.

Ang Katuparan ng Basbas Patriyarkal ay Nakabatay sa Pagiging Matuwid

Talakayan

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang paggana ng Liahona ay nakabatay sa pananampalataya at pagiging matuwid ni Lehi at ng kanyang mag-anak.

- Ano ang nangyari nang ang ilan sa mga miyembro ng mag-anak ni Lehi ay hindi naging matuwid? (Tingnan sa 1 Nephi 18:11–12, 20–21.)

Bigyang-diin na ang basbas patriyarkal ay katulad din nitong nakabatay sa pananampalataya at pagiging matuwid. Matatanggap lamang natin ang ipinangakong mga biyaya kung tayo ay sumusunod sa payo at mga kautusan na ibinigay sa atin ng Panginoon at ng kanyang mga tagapaglingkod.

Ipaliwanag na mahalaga ring matanto na ang mga pangako na ginawa sa isang basbas patriyarkal ay maaaring hindi matupad lahat sa buhay natin sa lupa. Kung tayo ay matuwid, gayunpaman, matatanggap natin pagdating ng panahon ang lahat ng biyayang ipinangako sa atin.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder John A. Widtsoe:

"Ang mga kalalakihan [at kababaihan] ay nadadapa kung minsan dahil ang ipinangakong mga biyaya ay hindi dumarating sa buhay na ito. Nakaligtaan nilang alalahanin na, sa ebanghelyo, ang buhay kasama ang lahat ng gawain nito ay nagpapatuloy magpakailanman at ang gawain sa lupa ay maaaring ipagpatuloy sa langit" (*Evidences and Reconcilitions*, 323).

Talakayan

Bigyang diin na ang basbas patriyarkal ay hindi masasagot ang lahat ng tanong tungkol sa ating buhay. Ang mga basbas patriyarkal ay magkakaiba sa haba at detalye; ang ilan ay napakahaba at ang iba ay napakaikli. Sa pamamagitan ng patriyarka, ang Ama sa Langit ay magtuturo sa bawat isa sa atin kung ano ang alam Niyang kailangan nating malaman. Ang haba o detalye ng isang basbas patriyarkal ay hindi sa anumang paraan isang palatandaan ng pagiging karapat-dapat ng tumatanggap nito o ng pagmamahal sa kanya ng Ama sa Langit.

- Sa inyong palagay, bakit hindi sinasabi ng Ama sa Langit ang lahat ng bagay tungkol sa ating buhay sa pamamagitan ng ating mga basbas patriyarkal?

Makapaghahanda Tayo upang Tumanggap ng Basbas Patriyarkal

Talakayan sa kard 5

Ipabasa sa miyembro ng klase na may hawak ng kard na nasusulatan ng "PAANO" ang tanong sa likod ng kard:

- Paano makapaghahanda ang isang tao na tumanggap ng basbas patriyarkal?

Ipaliwanag na ang pinakamainam na paraan kung paano makapaghahanda ang mga miyembro ng klase na tumanggap ng basbas patriyarkal ay ang magpatuloy sa pagsisikap na mamuhay nang matuwid. Kapag nakapagpasiya ang isang miyembro ng klase, sa pagpapayo ng kanyang mga magulang, na tama na ang panahon upang tumanggap ng basbas patriyarkal, siya ay makikipagkita sa obispo upang makakuha ng rekomendasyon para sa basbas. Pagkatapos na makuha ang rekomendasyon, isang pakikipagtipan ang ginagawa sa patriyarka ng istaka. Ang mga magulang o isa o dalawang

malapit na miyembro ng mag-anak o kaibigan ay maaaring sumama sa taong tatanggap ng basbas patriyarkal, ngunit ang malalaking pangkat ay hindi dapat na anyayahan.

Ang taong tatanggap ng basbas patriyarkal ay maaaring gumugol ng ilang panahon sa panalangin at pag-aayuno bago tumanggap ng basbas, bagamat hindi kinakailangan sa tao na mag-ayuno sa takdang oras na siya ay tatanggap ng basbas. Ang Panlinggong damit ay iminumungkahi para sa lahat nang dadalo sa pagbabasbas. Ang lahat ng gagawin na may kinalaman sa basbas ay dapat na mag-anyaya sa Espiritu Santo.

Patotoo

Magpatotoo na ang basbas patriyarkal ay naglalaman ng mga pangako at payo mula sa Ama sa Langit. Bigyang-diin na sa sandaling makatanggap tayo ng basbas patriyarkal, kailangan natin itong pag-aralan nang madalas, sundin ang payong ibinibigay nito, at mamuhay na karapat-dapat na tumanggap ng mga biyayang ipinangangako nito. Kung natanggap na ninyo ang sarili ninyong basbas patriyarkal, maaari ninyong naising sabihin sa klase kung ano ang nadarama ninyo tungkol dito o kung paano ito nakatulong sa inyo (umiwas na magbahagi ng tiyak na mga paghahayag na ibinigay sa inyong basbas).

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na maging matapat at masunurin upang maging karapat-dapat sila na tumanggap ng kanilang basbas patriyarkal pagdating ng tamang panahon.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ang basbas patriyarkal ay maaaring ituring na pansariling banal na kasulatan. Gumawa ng kard na naglalaman ng sumusunod na siping-banggit para sa bawat miyembro ng klase. Habang ipinamamahagi ninyo ang mga kard sa oras ng klase, ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang siping-banggit. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ingatan ang kanilang mga kard sa kanilang mga banal na kasulatan.

   "Tumanggap ng basbas patriyarkal. Pag-aralan itong mabuti at ituring itong pansariling banal na kasulatan para sa inyo—sapagkat ito ay ganoon nga. Ang basbas patriyarkal ay ang inspirado at mapropesiyang pahayag ng misyon ng inyong buhay, kabilang na ang mga basbas, babala, at pagpapaalala na maaaring itagubilin sa patriyarka na ibigay. . . . Tanggapin ang inyong mga basbas patriyarkal sa ilalim ng lakas ng pag-aayuno at panalangin, at pagkatapos ay basahin palagi ito upang mabatid ninyo ang kalooban ng Diyos para sa inyo" (Ezra Taft Benson, sa Conference Report, Abr. 1986, 56; o *Ensign*, Mayo 1986, 43–44).

2. Isalaysay ang sumusunod na kuwento sa sarili ninyong mga salita:

   "Sa buong buhay ko ay narinig ko ang tungkol sa kahalagahan ng pagkuha ng basbas patriyarkal. . . . Sa akin, para bang nakakatakot ito. Paano kung hindi ko madinig ang nais kong madinig? Paano kung walang kahanga-hangang mga pangako para sa akin? Nag-aalala ako tungkol sa pagiging sapat na handa.

"Nagpasiya ako na kailangan kong magkaroon ng pananampalataya at ang lahat ay magiging maayos. Nanalangin ako nang maraming ulit, kinapanayam ng aking obispo, at nagtakda ng pakikipagtipan sa patriyarka ng istaka upang tumanggap ng aking basbas. Pagkatapos ay naghintay ako, habang nagsisikap na espirituwal na makapaghanda na para sa pagdating ng mahalagang araw na ito.

"Sa araw ng pagtanggap ko ng aking basbas, nag-ayuno ako nang buong araw. Inakala kong magkakaroon ako nang napakagandang espirituwal na araw, ngunit ginugulo ako ni Satanas at nagkaroon ako ng masamang araw sa paaralan. Gulung-gulong ako. Umuwi ako sa bahay pagkatapos ng klase at nagpalakad-lakad. Nagbalik-tanaw ako . . . sa kung kailan ang isang babae at lalaki sa aming purok na hinahangaan ko ay nagsabi sa amin kung paano ang paghahanda, na nagmungkahing ipanalangin namin ang tiyak na mga bagay na nais naming mabatid.

"Pumasok ako sa aking silid, lumuhod sa tabi ng aking higaan, at nanalangin na ang Ama sa Langit ay sasabihin sa akin kung ano ang alam niyang pinakamainam para sa akin na marinig. Hiniling ko na pawiin niya ang aking mga takot at pahinahunin ang nababagabag kong puso.

"Maayos na nangyari ang lahat. Sa katunayan, isa itong pansariling himala. Para bang kilalang-kilala ako ng patriyarka, nang higit pa sa pagkakakilala ko sa akong sarili. Alam kong nagsasalita siya para sa Ama sa Langit, ang nang magsalita siya, nadama ko ang katiyakan na kilala ako ng Ama sa Langit. Dininig niya ang aking mga panalangin. . . .

"Ngayon ay batid ko na kung bakit ang mga namumuno sa Simbahan ay palaging nagbibigay-diin sa kahalagahan ng basbas patriyarkal. Kapag alam natin ang halaga ng isang bagay at nagbibigay ng kabayaran upang matamo ito, nagsisimula nating lalong maunawaan ang halaga nito. Para sa akin, ang aking basbas at ang karanasan sa pagtanggap nito ay isa sa mga pinakamagagandang karanasan sa aking buhay. Alam kong ang aking basbas patriyarkal ay patuloy na gagabay sa akin upang matupad ang mga pangako nito" (Rebecca Rose, "My Miracle," *New Era*, Hunyo 1995, 54).

3. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893), ipalabas ang "Ang mga Biyaya ng Pagkasaserdote" isang pitong minutong bahagi. Sa bahaging ito, si Kapatid na Ardeth G. Kapp, dating Pangkalahatang Pangulo ng Mga Kabataang Babae, ay nagtatalakay ng maraming biyaya ng pagkasaserdote. Maaari ninyong naising ihanda nang maaga ang *videocassette* upang maipakita lamang ninyo ang isang minutong bahagi kung saan si Kapatid na Kapp ay nagsasalita tungkol sa mga basbas patriyarkal.

Aralin
20 Maaari Kong Malaman para sa Aking Sarili

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na mapalakas ang kanilang mga patotoo kay Jesucristo at sa kanyang ebanghelyo.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 16:13–17; Alma 32:27–43; Moroni 10:5.
2. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video 2* (53277 893), maghandang ipalabas ang "Ano ang Palagay Mo kay Cristo?" isang limang minutong bahagi.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang larawan ni Jesucristo (larawan 2 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62572 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 240).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang patotoo ay isang pansariling matibay na paniniwala sa mga katotohanan ng ebanghelyo, batay sa kaalamang inihahayag ng Espiritu Santo. Ang karamihan sa mga miyembro ng Simbahan ay may patotoong alinmang alituntunin ng ebanghelyo, at sa saligang ito ay maaaring itayo ang isang ganap na patotoo. Ang patotoo ay naghihikayat sa atin na mamuhay nang matuwid, at ang matuwid na pamumuhay ay nagpapalakas sa isang patotoo. Ang patotoo sa Tagapagligtas at sa kanyang ebanghelyo ay lubos na kailangan para sa ating kadakilaan.

Habang inihahanda ninyo ang aralin, mag-isip ng mga karanasan na nakapagpalakas sa inyong patotoo. Ibahagi ang mga ito kung naaangkop sa buong paglalahad ng aralin.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Pangunahing Kailangan ng Isang Patotoo ng Ebanghelyo

Siping-banggit at talakayan

Ipakita ang larawan ni Jesucristo sa buong aralin.

- Kapag naririnig ninyo ang salitang *patotoo*, ano ang naiisip ninyo?

Pagkatapos na magkaroon ng panahon ang mga miyembro ng klase na makatugon sa tanong na ito, ipaliwanag na ang patotoo ay tunay na payak lamang. Pagkaraan ay ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Bruce R. McConkie, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol. Hilingin sa mga miyembro ng klase na pakinggan ang tatlong pangunahing bahagi ng isang patotoo.

"Ang isang patotoo sa ating panahon ay kinapapalooban ng tatlong bagay: Kinapapalooban ito ng kaalaman na si Jesus ang Panginoon, na siya ang Anak ng buhay na Diyos na ipinako sa krus para sa mga kasalanan ng mundo; kinapapalooban ito ng katunayan na si Joseph Smith ay propeta ng Diyos na tinawag upang ipanumbalik ang mga katotohanan ng ebanghelyo at maging tagapaghayag ng kaalaman kay Cristo para sa ating panahon; at kinapapalooban ito ng pagkakaalam na Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang tanging tunay at buhay na Simbahan sa balat ng lupa, ang iisang lugar kung saan masusumpungan ang kaligtasan, ang organisasyon na nangangasiwa sa ebanghelyo at samakatuwid ay nangangasiwa ng kaligtasan para sa mga anak ng tao" ("Gaining a Testimony of Jesus Christ," *Ensign*, Dis. 1980, 15).

- Anu-ano ang tatlong bagay na napapaloob sa isang patotoo? Sa palagay ninyo, bakit kinakailangan ang isang patotoo na kapalooban ng tatlong bagay na ito? Paano ang patotoo sa tatlong bagay na ito nagiging saligan para sa isang patotoo ng iba pang mga katotohanan ng ebanghelyo?

Ipaliwanag na ang araling ito ay magpapakita kung paano magkaroon at magpalakas ng isang patotoo.

Pagkakaroon ng Patotoo

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit mahalagang malaman natin *para sa ating sarili* na si Jesus ang ating Tagapagligtas, na si Joseph Smith ay tinawag na maging isang propeta, at Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang tanging totoong simbahan sa lupa?

Bigyang-diin na hindi tayo makaaasa sa patotoo ng ibang tao. Maaari tayong turuan o pukawin nila, ngunit sa katapusan ay magkakaroon lamang tayo ng malakas na patotoo kapag nadama natin ang pagpapatunay ng Espiritu Santo sa ating mga sarili.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 16:13–17.

- Tungkol sa anong katotohanan nagpatotoo si Pedro? Paano natamo ni Pedro ang pansariling kaalaman sa katotohanang ito? (Tingnan sa Mateo 16:17. Inihayag ito sa kanya ng Ama sa Langit.) Paano naghahayag ng katotohanan ang Ama sa Langit? (Tingnan sa Moroni 10:5.)
- Naglakad si Pedro kasama ni Jesus at nasaksihan ang mga himalang ginawa ni Jesus. Bakit kinailangan niya ng paghahayag sa pamamagitan ng Espiritu Santo bukod pa sa mga karanasang ito?

Mga siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Dallin H. Oaks:

"Ang orihinal na mga apostol ay nakasaksi sa ministeryo at pagkabuhay na mag-uli ng Tagapagligtas (tingnan sa Mga Gawa 10:39–41). . . .

"[Ngunit] ang pagiging saksi ay hindi sapat. Kahit na ang patunay at patotoo ng orihinal na mga apostol ay kinailangang magmula sa patotoo ng Espiritu Santo.

Sinabi [ni Pangulong Joseph Fielding Smith] sa atin na ang patunay ng Espiritu Santo ay lumilikha ng impresyon sa ating kaluluwa na higit pang makabuluhan kaysa sa 'pagdalaw ng isang anghel' " (sa Conference Report, Okt. 1990; o *Ensign*, Nob. 1990, 30).

Ituro na ang bawat isa sa atin ay maaaring magkaroon ng patotoo kay Jesucristo at sa kanyang ebanghelyo. Pagkatapos ay basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"Ang bawat Banal sa mga Huling Araw ay may pananagutan na alamin para sa kanyang sarili nang may katiyakang walang pag-aalinlangan na si Jesus ang nabuhay na mag-uli at buhay na Anak ng buhay na Diyos" (sa Conference Report, Abr. 1983, 110; o *Ensign*, Mayo 1983, 80).

Palabas sa video

Ipalabas ang bahagi ng video na "Ano ang Palagay Mo kay Cristo?" Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang pansarili nilang mga patotoo tungkol sa Tagapagligtas habang pinanonood nila ang palabas. Anyayahan sila na itanong sa kanilang mga sarili ang sumusunod:

- Ang akin bang patotoo kay Jesucristo ay matatag na sapat upang sundin ko siya, kahit na anupaman ang gawin at sabihin ng ibang tao?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na inilarawan ng propetang si Alma kung paano tayo makapagtatamo ng patotoo. Sa kanyang halimbawa, ipinakita niya kung paano tayo makapagtatamo ng patotoo na mabuti ang salita ng Diyos.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 32:27–28.

- Sa halimbawa ni Alma, ano ang kinakatawan ng binhi? (Ang salita ng Diyos.) Paano natin maitatanim ang binhi na ito sa ating mga puso?
- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng subukin ang salita ng Diyos?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 32:30, 33.

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng palakihin at pasibulin ang salita ng Diyos sa ating mga puso? Paano ito nakatutulong sa atin na malaman na ang salita ng Diyos ay mabuti?

Ipaliwanag na ito ay tumutukoy sa pagpapatibay na tinatanggap natin kapag natututuhan natin ang katotohanan. Kapag nakatatanggap tayo ng ganitong pagpapatibay, nakadarama tayo ng kaluwagan o kasiglahan. Maaari tayong makadama ng paghahangad na makapaglingkod sa Panginoon at sa iba.

Talakayan sa pisara

Ituro na maaari nating gamitin ang payo sa Alma 32 upang magtamo ng patotoo sa tiyak na mga aspeto ng ebanghelyo, kagaya ng pagiging totoo ng Aklat ni Mormon o ng mga biyaya ng pagbabayad ng ikapu.

Isulat sa pisara ang *Alam kong. . . .* Buuin ang pangungusap sa pamamagitan ng pagbibigay ng inyong patotoo tungkol sa isa o dalawang tiyak na alituntunin ng ebanghelyo. Gawin ito nang may katapatan at pananalig. Magbigay ng maikling paliwanag kung paano ninyo natamo ang kaalamang ito. Pagkatapos ay anyayahan ang mga miyembro ng klase na gawin din ang ganito.

Pagpapalakas sa Ating mga Patotoo

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 32:37, 41.

- Kapag ang salita ng Diyos ay tumubo na sa ating mga puso, paano natin mapapalusog ito?

Ipaliwanag na habang tayo ay gumagawa nang masigasig at nananampalataya at nagtitiis, makabubuo tayo ng patotoo ng isa-isang mga doktrina at alituntunin ng ebanghelyo. Ang ating patotoo ay maaaring lumago upang kabilangan ng higit pang mga katotohanan ng ebanghelyo habang umuunlad tayo sa espirituwal. Ang patuloy na pamumuhay nang matuwid ay nakatutulong na palusugin ang bahagi ng ating mga patotoo na natamo na natin. Ituro na marami sa mga paraan na ibinigay sa atin ng Panginoon upang subukin ang kanyang salita at mapalakas ang ating mga patotoo ay natalakay na sa naunang mga aralin. Ang pananampalataya, pagsisisi, ang kaloob na Espiritu Santo, panalangin, pag-aayuno, pansariling paghahayag, mga basbas patriyarkal, pag-aaral ng banal na kasulatan, pagsunod sa propeta, at paglilingkod sa Simbahan ay makatutulong sa atin na mapalakas ang ating patotoo.

Pinalalakas Tayo ng Ating mga Patotoo

Kuwento

Ituro na habang pinalalakas natin ang ating mga patotoo, ang ating mga patotoo ay nagbibigay sa atin ng lakas. Ibahagi ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Elder John B. Dickson ng Pitumpu:

"Naaalala ko ang isang maliit na nayon na tinatawag na Panacaxtlan, na matatagpuan kung saan ang mga kapatagan sa tabing dagat ay sumasalubong sa kabundukan ng gitnang Mehiko. Ang nayon ay nasa isang malago, luntian, mainit na lugar na tinatawag na Huesteca, at ang mga nakatira ay mga anak na lalaki at babae ni Lehi. Noong 1979, . . . ang mga misyonero ay nagsimulang mangaral sa Huesteca. Limampu't dalawang tao ang sumapi sa Simbahan sa Panacaxtlan. . . .

"Pagkalipas ng maikling panahon, isang pagpupulong ang ginanap sa Panacaxtlan kung saan ang mga miyembro ng Simbahan ay binigyan ng tatlong mapagpipilian: batikusin ang Simbahan, lisanin ang nayon, o mapatay (isang totoong banta).

"Ang mga miyembro, lalo na ang mga kababaihan, ay nagsabi na batid nila na ang Simbahan ay totoo at hindi babatikusin ito. Ipinahiwatig din nila na nagsumikap sila tulad din ng iba pa sa komunidad na makakuha ng kanilang homisted, kaya't hindi sila aalis. Humakbang pasulong nang may katapangan, sinabi nila sa mga nanggugulo sa kanila na kung papatayin sila, gawin na ito agad. Naging mainit ang situwasyon habang nakataas ang mga itak, ngunit sa wakas ay ibinaba din ang mga ito habang ipinagtatanggol ng mga Banal sa mga Huling Araw ang bagay na pinatunayang totoo sa kanila ng Espiritu.

"Sa wakas ay natutuhan ng mga Banal na ito, kagaya ng karamihan sa atin, na higit na mahirap ipamuhay ang ebanghelyo sa araw-araw kaysa mamatay nang dahil dito sa isang saglit, ngunit ang nauna nilang pagkapangako ay dumating dahil pinukaw ng Espiritu ang kanilang mga puso at binago ang

kanilang mga buhay. Ang prosesong ito ng pagbabalik-loob ay naganap habang ang Aklat ni Mormon ay tumulong sa kanila na itatag ang kanilang pananampalataya kay Jesucristo, ang Anak ng Diyos" ("The Incomparable Gifts," *Ensign*, Peb. 1995, 7).

Talakayan

- Ano ang nagbigay sa mga Banal sa Panacaxtlan ng katapangan na ipagtanggol ang Simbahan?
- Sa palagay ninyo, sa anu-anong katotohanan ng ebanghelyo mayroon silang patotoo?
- Sa situwasyong ito, bakit mahalagang malaman nila para sa kanilang sarili na totoo ang ebanghelyo?
- Paano natin matutularan ang halimbawa ng mga Banal sa Panacaxtlan? (Maaari nating ipagtanggol ang ebanghelyo at ang Simbahan sa anumang situwasyong kakaharapin natin.)

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"Walang isa man sa atin ang kailangang mag-atubili sa pagtatanggol sa Simbahang ito, sa doktrina nito, sa mga tao nito, sa organisasyon nitong banal at sa mga pananagutang itinalagang banal. Totoo ito. Ito ay gawain ng Diyos" (sa Conference Report, Okt. 1996, 72; o *Ensign*, Nob. 1996, 51).

Talakayan

Ituro na ang karamihan sa miyembro ng Simbahan ay hindi hihilingang mamatay sa pagtatanggol sa kanilang mga paniniwala. Gayunpaman, tayong lahat ay hinihilingan na "ipamuhay ang ebanghelyo sa araw-araw" ("The Incomparable Gifts," 7). Pagkatapos ay itanong ang mga sumusunod:

- Habang nagsusumikap tayo na "ipamuhay ang ebanghelyo araw-araw," anu-ano ang ilan sa mga kahirapang kinakaharap natin? Bakit kailangan nating magkaroon ng patotoo upang maipamuhay ang ebanghelyo sa kabila ng mga kahirapang ito?

Patotoo

Ibigay ang inyong patotoo nang payak at matapat. Sabihin sa mga miyembro ng klase kung paano nakaimpluwensiya sa inyong buhay ang patotoo ng ebanghelyo.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magsumikap na mapalakas ang kanilang mga patotoo sa ebanghelyo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Magdala sa klase ng sumusunod na mga gamit: isang garapon na may takip, 1/2 tasang maligamgam na tubig, isang kutsarang magaspang na asukal, at dalawang kutsarang tuyong lebadura.

   Sa pagsisimula ng aralin, ipaliwanag na ang mga bagay na ilalagay ninyo sa garapon ay kumakatawan sa pagsusumikap ng isang tao na magkaroon ng patotoo. Ang tubig ay kumakatawan sa pakikinig sa mga patotoo ng iba.

Ipabuhos sa isang miyembro ng klase ang tubig sa garapon at pagmasdan ang reaksiyon. Ipaliwanag na bagamat walang reaksiyon, ang garapon ay higit na napuno kaysa noong una. Ituro na ang mga patotoo ng iba ay makatutulong sa atin na makapagsimulang magkaroon ng patotoo, ngunit kailangan pa rin natin ng sariling patotoo.

Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang asukal ay kumakatawan sa paghahangad ng isang tao na magkaroon ng patotoo. Anyayahan ang isa pang miyembro ng klase na idagdag ang asukal sa tubig at pagmasdan ang reaksiyon. Ipaliwanag na bagaman kakaunti ang reaksiyon, ang pinaghalong tubig at asukal ay mahalaga upang ang pangatlong sangkap ay makalikha ng reaksiyon.

Ipaliwanag na ang lebadura ay kumakatawan sa impluwensiya ng Espiritu Santo. Hilingin sa pangatlong miyembro ng klase na idagdag ang lebadura sa tubig at asukal at haluin o alugin ito. Sa simula ay hindi magkakaroon ng kapansin-pansing reaksiyon. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na pagmasdan kung ano ang mangyayari sa timpla sa pagpapatuloy ng aralin.

Pagkaraan ng mga labinlimang minuto, kapag ang lebadura, tubig, at asukal ay tumubo na upang halos mapuno na ang garapon, itanong ang sumusunod:

- Paano ang mga patotoo ng iba, ang ating sariling paghahangad na magkaroon ng patotoo, at ang impluwensiya ng Espiritu ay nagsasama-sama upang matulungan tayo na magtamo ng malakas na patotoo?
- Sa palagay ninyo, bakit pinili ko ang lebadura—at hindi ang tubig o ang asukal—upang kumatawan sa impluwensiya ng Espiritu Santo? (Ang lebadura ang nagbubunsod ng pagtubo. Bagaman ang tubig at asukal ay kapwa kinakailangan, walang nagawa ang mga ito nang pagsamahin hanggang sa dagdagan ng lebadura.)

Maaari ninyong naising ituro na bagaman ang pagsasama-sama ng tubig, asukal, at lebadura ay nakalilikha ng reaksiyon, kailangan itong haluan ng iba pang mga sangkap—kagaya ng harina, asin, at gatas—upang makagawa ng tinapay. Gayundin, ang isang patotoo ay kailangang na haluan ng iba pang bagay katulad ng paglilingkod, pag-aaral ng banal na kasulatan, at panalangin upang tunay na mapagyaman ang ating mga buhay.

2. Habang tinatalakay ninyo ang Alma 32:27–41, ipakita ang isang maliit na paso na may lupa at maglagay ng binhi sa lupa. Katabi ng pasong ito, ipakita ang isang paso na may tumutubong tanim. Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Alma 32:27–28.

   Bigyang-diin na ang patotoo ay tumutubo nang dahan-dahan, kagaya ng binhi sa lupa. Kapag nagpatuloy tayo sa pananalangin, pagpapakita ng pagmamahal sa mga kaibigan at miyembro ng mag-anak, at paggawa ng ating tungkulin sa Simbahan, maaari tayong maging lalong malakas sa ating kaalaman na totoo ang ebanghelyo.

3. Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Robert D. Hales ng Korum ng Labindalawang Apostol tungkol sa isang paraan ng pagpapalakas ng ating patotoo:

“*Ibahagi ang inyong patotoo*. . . . Hayaang malaman ng iba na nalalaman ninyo. Ibahagi ang inyong patotoo sa pulong ng patotoo. Sabihin sa inyong mag-anak; sabihin sa inyong mga kaibigan. Matutuklasan ninyong kapag ibinabahagi ninyo ang inyong patotoo ay lumalakas ito, at marami sa inyong paligid ang nagnanais ding yumakap sa katotohanan” (sa Conference Report, Okt. 1994, 27; o *Ensign*, Nob. 1994, 22).

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ibahagi ang kanilang mga patotoo sa darating na isang pulong ng patotoo, sa gabing pantahanan ng mag-anak, o, ayon sa pamamatnubay ng Espiritu Santo, bilang bahagi ng araling ito. Iwasan ang pagbibigay ng mga pabuya sa mga miyembro ng klase na nagbibigay ng kanilang mga patotoo. Gayundin, iwasan na makalikha sa mga tao ng hindi kinakailangan na mabigat na damdamin dahil sa hindi pagbibigay ng kanilang mga patotoo.

Sa Pag-alaala

Aralin
21

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan ang kahulugan ng sakramento at hikayatin silang tumanggap ng sakramento nang karapat-dapat.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang I Mga Taga Corinto 11:28–30; 3 Nephi 18:1–11; 20:8–9; Doktrina at mga Tipan 20:37, 75, 77, 79; 27:1–4.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang mga larawang Pagbabasbas ng Sakramento (62343 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 603); Pagpapasa ng Sakramento (62021 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 604); at Nananalangin si Jesus sa Getsemani (larawan 4 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62175 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 227).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang sakramento ay isa sa pinakamahalaga at pinakabanal na ordenansa ng Simbahan. Sa pagtanggap ng sakramento, inaalala natin ang ating Tagapagligtas at muling ipinapasiya sa ating mga sarili ang mga pangakong ginawa natin sa pagbibinyag. Palagi nating tinatanggap ang sakramento kaya kung minsan ay maaaring nalilimutan natin ang kahalagahan nito. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na mag-ingat laban sa ganito sa pamamagitan ng palaging paghahanda na maging karapat-dapat sa pagtanggap ng sakramento at pagtanggap sa Espiritu.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Kailangan Nating Alalahanin ang Kahalagahan ng Sakramento

Talakayan

Isulat ang *Sa Pag-alaala* sa pisara, at sabihin sa mga miyembro ng klase na ito ang pamagat ng aralin.

- Ano sa palagay ninyo ang paksa ng aralin?

Hayaang magbigay ng ilang hula tungkol sa paksa ng aralin ang mga kasapi ng klase. Kung pagkaraan ng ilang pagtatangka ay hindi nila maibigay ang tamang sagot, sabihin sa kanila na ang aralin ay tungkol sa sakramento.

Ipakita ang mga larawang Pagbabasbas ng Sakramento at Pagpapasa ng Sakramento.

Siping-banggit at talakayan

Banggitin na marami na sa atin ang tumanggap ng sakramento ng daan-daang ulit na sa ating buhay. Kapag ang isang bagay ay inuulit nang ganito kadalas nakakalimutan natin kung minsan ang kahalagahan nito.

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Dahil sa laki ng nakasalalay, [ang sakramento] ay dapat na pahalagahan nang higit na taimtim kaysa sa ginagawa kung minsan. Dapat itong maging makapangyarihan, mataimtim, at mapagmuni-muning sandali. Dapat itong makahikayat ng mga damdamin at kaisipang espirituwal. Dahil dito, hindi ito dapat madaliin. Hindi ito isang bagay na 'dapat lang tapusin' upang matamo ang tunay na layunin ng isang pulong-sakramento. Ito *ang* tunay na layunin ng pagpupulong. At ang lahat ng sinasabi o inaawit o ipinapanalangin sa mga ganitong pulong ay dapat na maging sang-ayon sa kadakilaan ng banal na ordenansang ito" (sa Conference Report, Okt. 1995, 89; o *Ensign*, Nob. 1995, 68).

- Bakit higit na mahalaga ang sakramento kaysa sa mga anunsiyo, mga mensahe, at mga himno sa pulong-sakramento?
- Bakit tumatanggap tayo ng sakramento linggu-linggo?

Isulat sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase.

Ipaisip sa mga miyembro ng klase ang huling pagkakataon na tumanggap sila ng sakramento. Hilingin sa kanila na matahimik na isipin ang tungkol sa mga sagot sa sumusunod na mga tanong:

- Ano ang ilan sa mga bagay na inisip ninyo noong huli kayong tumanggap ng sakramento? Nakatulong ba ang mga ito na mapalapit kayo sa Tagapagligtas, o ginambala ba kayo ng mga ito mula sa tunay na layunin ng sakramento?

Tumatanggap Tayo ng Sakramento upang Alalahanin ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas

Talakayan sa banal na kasulatan

- Bakit tinatawag na "Sa Pag-alaala" ang isang aralin tungkol sa sakramento?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 20:77, 79.

- Ano ang sinasagisag ng pangsakramentong tinapay? Ano ang sinasagisag ng pangsakramentong tubig? Bakit mahalaga na alalahanin ang katawan at dugo ng Tagapagligtas?

Paalala sa guro

Kung magtanong ang mga miyembro ng klase tungkol sa paggamit ng salitang alak sa talata 77, ipaliwanag na nang tanggapin ni Joseph Smith ang paghahayag na matatagpuan sa kabanata 20, alak ang ginagamit sa pulong-sakramento. Nang maglaon, inihayag ng Panginoon kay Joseph Smith na tubig ang dapat gamitin (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 27:1–4).

Siping-banggit

Ipakita ang larawang Nananalangin si Jesus sa Getsemani.

Magpatotoo na inibig tayo ng Ama sa Langit nang sapat upang ipadala ang kanyang Anak upang magbayad-sala para sa ating mga kasalanan. Ibahagi ang sumusunod na pahayag ni Elder Melvin J. Ballard, isang miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol, upang ipakita kung paano nakapagpapaalaala sa atin ang sakramento sa pag-ibig na iyon at upang ipakita kung bakit dapat nating alalahanin ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas kapag tumatanggap tayo ng sakramento:

"Nasusulat sa mga banal na kasulatan na dahil sa labis na pagmamahal ng Diyos sa mundo kaya ibinigay niya ang kanyang Bugtong na Anak upang mamatay para sa mundo, na sinuman ang maniniwala sa kanya . . . at susunod sa kanyang mga kautusan, ay maliligtas. Ngunit [sakripisyo] na ito ay hindi natin pinamuhunan nang malaki—walang bayad na ibinigay ang lahat ng mga maluwalhating pribilehiyong ito. . . .

" . . . Samantalang hindi tayo nagbigay ng anuman, marahil, sa pagbabayad-sala, at sakripisyong ito, gayunpaman, ito ay nangahulugan sa isang tao ng isang bagay, at ibig kong pagnilay-nilayin kung ano ang naging kahulugan sa ating Ama sa Langit ng paghahandog sa atin ng kanyang pinakamamahal na Anak, . . . na lubusang minahal ang mundo kaya ibinigay niya ang kanyang buhay upang tubusin ang mundo, upang iligtas tayo at pakanin tayo sa espiritu habang tumatahak tayo sa buhay na ito, at ihanda tayo na pumaroon at manirahan na kasama siya sa walang-hanggang mga mundo. . . .

"Ang ating Ama sa langit . . . ay nagmahal ang kanyang Anak na si Jesucristo, . . . dahil kasama [niya] ang kanyang Anak, ang ating Manunubos, sa walang hanggang mga mundo, matapat at totoo sa lahat ng panahon. . . . Narinig ng Diyos ang hinagpis ng kanyang Anak sa oras na iyon ng matinding kalungkutan at paghihirap, sa halamanan nang . . . siya ay nanangis: 'Ama, kung ibig mo, ilayo mo sa akin ang sarong ito.'

" . . . Nakita niya ang Anak na iyon na hinatulan, nakita niya nang kaladkarin nito ang krus sa mga lansangan ng Jerusalem at mawalan ng malay-tao sa bigat nito . . . Nakita niya ang katawan [ni Jesus] na nakaunat sa kahoy na krus, nakita niya ang malulupit na pagbaon ng mga pako sa mga kamay at paa, at ang mga hagupit na sumugat sa balat, pumunit sa laman . . . at nagpaagos sa dugo ng buhay ng kanyang Anak. . . .

"Sa oras na iyon, wari ko ay nakikita ko ang ating mahal na Ama, . . . ang kanyang dakilang puso ay halos madurog sa pagmamahal niya sa kanyang Anak. O, sa sandaling iyon na maaari niyang iligtas ang kanyang Anak, pinasasalamatan ko siya at pinupuri siya dahil hindi niya tayo binigo, dahil hindi lamang ang pagmamahal niya sa kanyang Anak ang nasa kanyang isipan, kundi ang pagmamahal niya sa atin, at ako ay nagagalak dahil hindi siya humadlang, at dahil sa kanyang pagmamahal sa atin ay nagawang makayanan niya na matagalan na makita ang mga paghihirap ng kanyang Anak at sa wakas ay ibigay siya sa atin, ang ating Tagapagligtas at ang ating Manunubos. . . .

" . . . Aking mga kapatid, . . . kung alam ko lamang kung gaano ito kahalaga . . . na dapat kong tanggapin ang buhay na espirituwal na mula sa Anak na iyon, natitiyak ko na lagi akong naroroon sa hapag ng sakramento upang magbigay ng paggalang sa kaloob na dumarating sa atin" ("The Sacramental Covenant," *Improvement Era,* Okt. 1919, 1028–31).

Tumatanggap Tayo ng Sakramento upang Magpanibago ng Ating mga Tipan

Talakayan

- Madalas sabihin ng mga tao na kapag tumatanggap tayo ng sakramento, na "sinasariwa natin ang ating mga tipan." Ano ang ibig sabihin nito?

Tiyakin na nauunawaan ng mga miyembro ng klase na ang salitang *sinasariwa* ay nangangahulugan na muling inuulit, at ang mga tipan ay mga pangako sa pagitan

natin at ng Ama sa Langit. Ipaliwanag na ang sakramento ay nagbibigay sa atin ng pagkakataon na magpanibago ng mga tipan na ating ginawa nang binyagan tayo.

Talakayan sa pisara at sa banal na kasulatan

- Ayon sa Doktrina at mga Tipan 20:77, 79, anong mga pangako ang ginagawa natin kapag tumatanggap tayo ng sakramento?

Burahin ang pisara. Sa kaliwang bahagi, isulat ang mga pangakong binanggit ng mga miyembro ng klase. Dapat na kabilang sa mga sagot ang mga sumusunod:

Nangangako tayo na:

1. Tataglayin natin sa ating sarili ang pangalan ni Jesucristo.

2. Laging aalalahanin siya.

3. Susundin ang kanyang mga kautusan.

Tukuyin ang aralin 13, kung saan tinalakay ninyo ang mga tipan ng pagbibinyag, at pagbalik-aralan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 20:37.

- Anong mga aspeto ng talatang ito ang kagaya ng mga pangako sa pisara?

1. Taglayin natin ang pangalan ni Jesucristo. "Handang taglayin nila ang pangalan ni Jesucristo."

2. Laging alalahanin siya. "Pagkakaroon ng matibay na hangarin na paglingkuran siya hanggang sa wakas."

3. Sundin ang kanyang mga kautusan—"Totoong ipinakikita ng kanilang mga gawa na tinanggap nila ang Espiritu ni Cristo."

- Ano ang ipinapangako sa atin kung tutuparin natin ang mga tipan na ating ginawa? (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 20:77.)

Sa kanang bahagi ng pisara, isulat ang *Tuwinang mapasaatin ang kanyang Espiritu*.

Tinutukoy ang talaan sa pisara, ibigay ang sumusunod na mga katanungan:

- Paano magbabago ang ating buhay kung inaalala natin si Jesucristo sa lahat ng bagay na ating ginagawa?

- Bakit kinakailangan ang pagsunod sa mga kautusan para mapasaatin ang Espiritu Santo? Bakit kailangan natin ang palagian niyang pagsama?

Dapat Tayong Maging Karapat-dapat na Tumanggap ng Sakramento

Talakayan sa banal na kasulatan

Sabihin sa mga miyembro ng klase na nang dalawin ni Jesus ang mga Nephita pagkatapos ng kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, tinuruan niya sila ng tungkol sa sakramento. Ipabasa sa mga kasapi ng klase ang 3 Nephi 18:1–11 at pamarkahan ang mga salitang sa palagay nila ay mahalaga.

- Anong mga salita ang minarkahan ninyo? Bakit mahalaga ang mga salitang ito?

- Ilang ulit ginamit ang salitang *nabusog* sa labing-isang talatang ito? (Apat na ulit.) Sa palagay ninyo, sa anong paraan nabusog ang mga tumanggap ng

sakramento? (Tingnan sa 3 Nephi 20:8–9. Nabusog sila sa Espiritu.) Paano tayo makapaghahanda na mabusog sa espirituwal kapag tumatanggap tayo ng sakramento? Paano natin magagawang isang higit na makahulugang karanasan ang pagtanggap ng sakramento bawat linggo?

- Bakit tinawag ni Jesus ang mga disipulo na "pinagpala" matapos nilang tanggapin ang sakramento? (Tingnan sa 3 Nephi 18:10.)

Ituro na tinawag niya silang pinagpala sapagkat sa pamamagitan ng pagtanggap ng sakramento, sumaksi sila na nakahanda silang sundin ang mga kautusan. Gumagawa tayo ng ganoon ding pangako kapag tumatanggap tayo ng sakramento, at pagpapalain din tayo dahil sa pagtupad sa pangakong iyon.

Ipaliwanag na nagsalita si Apostol Pablo tungkol sa kahalagahan ng pagtanggap ng sakramento nang karapat-dapat. Ituro na ang pagiging karapat-dapat sa pagtanggap ng sakramento ay hindi nangangahulugan ng pagiging ganap. Upang tumanggap ng sakramento nang karapat-dapat, kailangang gawin natin ang lahat ng ating makakaya upang tuparin ang mga tipan na ating ginawa—taglayin natin sa ating sarili ang pangalan ni Jesucristo, laging alalahanin siya, at sundin ang mga kautusan.

Ipabasa at pamarkahan sa mga kasapi ng klase ang I Mga Taga Corinto 11:28–30.

- Ano ang mga kahihinatnan ng pagtanggap ng sakramento nang hindi karapat-dapat? Sa anong mga paraan magagawa tayong "mahina at masakitin" ng pagtanggap ng sakramento nang hindi karapat-dapat magagawa?
- Ano ang sinabi ni Pablo na dapat nating gawin upang matiyak na tumatanggap tayo ng sakramento nang karapat-dapat? Paano natin espirituwal na "sisiyasatin [ang ating sarili]"?

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag na ginawa ni Elder M. Russell Ballard ng Korum ng Labindalawang Apostol sa kabataan ng Simbahan:

"Mahal kong mga kabataan, hinihikayat ko kayo na humanap ng pagkakataon bawat linggo upang mapag-isa, malayo sa telebisyon at sa barkada. Dalhin ang inyong mga banal na kasulatan, at habang kayo ay nagbabasa, nagmumuni-muni, at nananalangin, magkaroon ng matapat na pagsusuri sa inyong buhay. Tuusin kung gaano ninyo ipinamumuhay ang mga pangakong ginawa ninyo sa Ama sa Langit. Kung may suliranin kayo, ipakiusap ito sa Panginoon sa isang mataimtim at mapagpakumbabang panalangin. Humingi ng payo sa inyong mga magulang; tutulungan nila kayo. Makatutulong ang inyong obispo at mga pinunong may sapat na gulang ng Mga Kabataang Lalaki at Mga Kabataang Babae. Mahal nila kayo at nais nilang magkaroon kayo ng kapayapaan sa inyong sarili upang makatanggap kayo ng sakramento nang karapat-dapat linggu-linggo. Makaraang sabihin at gawin ang lahat ng bagay, gayunpaman, kayo lamang ang tanging nakaaalam kung matapat na ipinamumuhay ninyo ang mga tipan na ginawa sa Diyos" (sa Conference Report, Abr. 1993, 7; o *Ensign*, Mayo 1993, 8).

Patotoo

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang sakramento ay nagbibigay sa atin ng pagkakataon na muling suriin at muling gawin ang mga tipan na ginawa

natin sa pagbibinyag. Ibigay ang inyong patotoo sa Pagbabayad-sala ni Jesucristo, at ipahayag ang inyong pasasalamat para sa sakramento.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tumanggap ng sakramento nang karapat-dapat at isipin ang Tagapagligtas habang tumatanggap ng sakramento.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Umawit o magbasa ng mga salita ng isang himnong pang-sakramento (*Mga Himno*).

   - Bakit sa palagay ninyo umaawit lamang tayo ng ilang piling himno bago ang sakramento? Ano ang katangi-tangi sa mga himnong pang-sakramento?

   - Ano ang layunin ng pag-awit ng mga himnong pang-sakramento? (Upang sagutin ang tanong na ito, maaari ninyong balikan ang pahayag ni Elder Holland sa unang bahagi ng aralin.)

2. Mag-anyaya ng isang diyakono sa klase upang ibahagi kung ano ang kahulugan sa kanya ng pagpapasa ng sakramento. Pagkatapos ay talakayin ang sumusunod na mga tanong (maaari ninyong naising magbuo ng isang maliit na pangkat sa klase upang magkaroon ng talakayang sa mga tanong na ito):

   - Ano ang magagawa ng mga kabataang lalaki upang makapagpakita ng pagpipitagan at paggalang habang nagpapasa sila ng sakramento?

   - Ano ang magagawa ng mga kabataang babae upang maging isang nakapagpapasiglang karanasan para sa kanila at sa iba pa?

3. Basahin ang sumusunod na siping-banggit:

   "Noong ako ay batang-bata pa . . . naaalala kong sinabihan ko ang isang mahal na guro sa Panlinggong Paaralan na hindi na ako dadalo sa pulong-sakramento sapagkat ito ay nakakaantok at walang kabuhay-buhay. [Ang guro] ay tumingin sa akin at nagsabing, 'Huwag mo nang muling iparirinig sa akin ang ganyan! Inanyayahan ka ng Diyos sa pagpupulong na iyon upang tumanggap ng mga sagisag ng paghihirap ni Jesucristo at ng kanyang kaloob sa iyo. Ganap kang mapalad na maanyayahan. Kung tataglayin mo ang tamang espiritu sa pagpupulong, palagi kang makapag-uuwi ng bagay na mabuti' " (LaRue C. Longden, "God Has Invited You," sa Leon R. Hartshorn, tinipon, *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, 2 tomo [1973–75], 1:97–98).

   - Paano magiging iba ang pulong-sakramento kung maaalala natin ang mga salita ng gurong ito sa Panlinggong Paaralan? Paano *tayo* magiging iba kung maaalala natin ang mga salitang ito?

Pagsusumikap para sa Kaganapan

Aralin
22

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang kaganapan ay hindi isang agarang pangyayari, ngunit isang mithiin na kailangan nating pagsumikapan sa buong buhay natin.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 5:48; 24:13; Lucas 13:22; 3 Nephi 12:48; 27:27; Moroni 10:32; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:4.
2. Karagdagang babasahin: Talumpati ni Elder Russell M. Nelson sa pangkalahatang komperensiya noong Oktubre 1995 (sa Conference Report, Okt. 1995, 115–18; o *Ensign*, Nob. 1995, 86–88).
3. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Itinuturing ng maraming tao na napakahirap abutin ang kautusang "kayo nga'y mangagpakasakdal." Ang kabataan, lalo na, ay madaling masiraan ng loob kapag nagkakamali sila. Maaaring madama nilang hindi matatamo ang kaganapan kung kaya't hindi karapat-dapat na pagsumikapan. Dapat nating malaman lahat na ang kaganapan sa buhay na ito ay hindi inaasahan o matatamo. Ang inaasahan ay ang pagsisikap natin sa bawat araw na maging higit na mabuti kaysa sa nakaraang araw. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na makakamtan nila balang araw ang kaganapan kung magsusumikap sila para dito sa abot ng lahat ng makakaya nila sa araw-araw.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Kaganapan ang Ating Mithiin

Gawain sa pisara

Isulat sa pisara ang sumusunod na pinaghalu-halong mga titik (maaaring naisin ninyong gamitin ang unang gawaing nakapagpapaunlad sa halip na ang gawaing ito sa pisara):

N A N P G A A K A

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isaayos ang mga titik upang matuklasan ang paksa ng aralin ngayon. Magbigay lamang ng ilang minuto para sa gawaing ito. Kapag nahulaan ng mga miyembro ng klase ang salita o naubos na ang oras, isulat ang inayos na mga titik sa pisara:

KAGANAPAN

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipahanap at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 5:48. Ipabasa ito nang malakas sa isang miyembro ng klase.

- Ano ang ibig sabihin sa inyo ng maging ganap?
- Ano ang nadarama ninyo tungkol sa kautusan na maging ganap?

Ipaliwanag na maraming tao ang nakadarama na sila ay nasisiraan ng loob at nawawalan ng pag-asa kapag binabasa nila ang talata ng banal na kasulatan na ito, dahil nadarama nilang imposible ang maging ganap.

Ipaliwanag na ang salitang Griyego na isinalin bilang "ganap" ay nangangahulugan nang higit na tumpak bilang "lubos, buo, lubhang maunlad." Ang pagiging ganap ay hindi nangangahulugan na hindi na makagagawa ng pagkakamali. Ito ay nangangahulugan ng pagsisisi sa ating mga kasalanan at pagkakatuto mula sa ating mga pagkakamali at paggawa upang maging mga taong lubos, lubhang maunlad, at matuwid, kagaya ng ating Ama sa Langit at ni Jesucristo. Ang pagiging ganitong uri ng tao ay hindi isang bagay na nangyayari nang biglaan; ito ay isang proseso na kailangan nating gawin sa buong buhay natin.

Si Jesucristo ang Ating Huwaran para sa Kaganapan

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 3 Nephi 12:48 at ihambing ito sa Mateo 5:48. Bigyang-diin na ang dalawang talata ay kapwa naglalaman ng mga salitang binigkas ni Jesucristo.

- Paano naiiba ang 3 Nephi 12:48 sa Mateo 5:48? (Ang 3 Nephi 12:48 ay tumutukoy sa kaganapan ni Jesucristo gayundin sa kaganapan ng Ama sa Langit.)

Ipaliwanag na ang Mateo 5:48 ay binigkas habang nabubuhay pa si Jesus sa lupa, samantalang ang 3 Nephi 12:48 ay binigkas sa panahon ng pagdalaw ni Jesus sa mga Nephita pagkatapos ng kanyang Pagkabuhay na mag-uli. Bagamat walang kasalanan si Jesus, hindi siya naging ganap—lubos, buo, lubhang maunlad—hangga't hindi pa siya nabubuhay na mag-uli (tingnan sa Lucas 13:32). Gayundin, tayo ay hindi magiging ganap hanggat hindi tayo nabubuhay na mag-uli. Ngunit inaasahan ng ating Ama sa Langit at ng ating Tagapagligtas na sisimulan natin ang proseso ng kaganapan habang tayo ay nasa lupa at gagawa ng matapat na pagsusumikap sa araw-araw na maging ganap.

Ipaliwanag na bilang pinakaunang tao na nabuhay na mag-uli at naging ganap, nagpakita si Jesucristo ng isang halimbawa para ating sundan. Ipahanap at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang huling dalawang talata ng 3 Nephi 27:27 (mula sa *Kung gayon* hanggang matapos). Ipabasa nang malakas ang mga talatang ito sa isang miyembro ng klase.

- Ano ang iminumungkahi ng talatang ito tungkol sa kung paano tayo magsisimulang gumawa tungo sa kaganapan? (Gumagawa tayo tungo sa kaganapan sa pamamagitan ng pagiging katulad ni Cristo sa abot ng lahat nang makakaya natin.)

Ipahanap at ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Moroni 10:32.

- Ayon sa talatang ito, ano ang kailangan nating gawin upang "lumapit kay Cristo, at maging ganap sa kanya"? ("Pagkaitan [ang ating sarili] ng lahat ng kasamaan, at ibigin ang Diyos nang buo [nating] kakayahan, pag-iisip at lakas.")

Ipaliwanag na ang "pagkaitan ang inyong sarili ng lahat ng kasamaan" ay nangangahulugan ng "pagtakwil sa inyong mga kasalanan." Kailangan nating pagsumikapan na maitakwil ang ating mga kasalanan at ipakita na iniibig natin ang Diyos nang buo nating kakayahan, pag-iisip, at lakas. Kapag ginawa natin ito sa buong buhay natin, si Jesucristo, sa pamamagitan ng kanyang Pagbabayad-sala, ay tutulungan tayo na maging ganap.

Paano Ko Maitutuon ang Aking Buhay Tungo sa Kaganapan

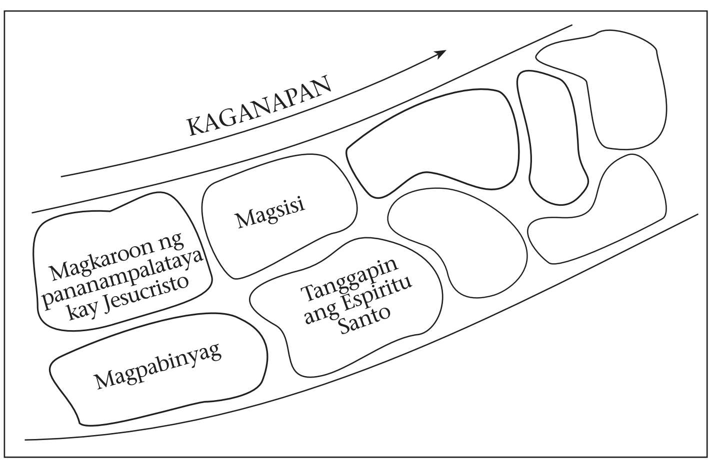
Talakayan sa pisara

Gumuhit sa pisara ng isang daanan na may maraming batong tapakan (tingnan ang paglalarawan sa sumusunod na pahina). Ipaliwanag na ang daanan na ito ay kumakatawan sa proseso ng paggawa tungo sa kaganapan. Isulat ang *Kaganapan* sa pinakamataas na batong tapakan.

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na samantalang ang kaganapan ay hindi lubos na matatamo sa buhay na ito, makagagawa tayo ng napakalaking pagsulong patungo dito. Inaasahan ng Panginoon na gagawin natin ang lahat ng ating makakaya patungo sa pagtatakwil sa ating mga kasalanan at pagiging ganap, at ibinigay niya sa atin ang ebanghelyo upang matulungan tayong gawin ito.

- Ayon sa ikaapat na saligan ng pananampalataya, anu-ano ang unang mga alituntunin at ordenansa ng ebanghelyo?

Isulat ang *Magkaroon ng pananampalataya kay Jesucristo, Magsisi, Magpabinyag*, at *Tanggapin ang Espiritu Santo* sa unang apat na batong tapakan ng daanan.



Talakayan

- Paano makatutulong sa atin ang pananampalataya kay Jesucristo upang umunlad tungo sa kaganapan? (Maaari nating tularan ang kanyang halimbawa bilang siyang taong ganap. Ginagawa rin niyang maging mabisa ang pagsisisi at pagbibinyag sa ating buhay.)
- Paano makatutulong sa atin ang pagsisisi upang umunlad? (Kapag nagsisisi tayo, tinatalikuran natin ang ating mga kasalanan, na siyang humahadlang sa ating pagbuti at pag-unlad.)
- Paano nakatutulong ang pagbibinyag na maging posible ang kaganapan? (Mapapatawad tayo sa ating mga kasalanan pagkatapos nating mabinyagan.

Gayundin, sa pamamagitan ng pagbibinyag, nagiging mga miyembro tayo ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, na itinatag upang matulungan tayo na matutuhan at gawin ang nais ipagawa sa atin ng Ama sa Langit at ni Jesucristo.)

- Paano makatutulong sa atin ang pagtanggap sa Espiritu Santo upang sumulong at umunlad? (Maaari nating hangarin at sundin ang kanyang mga paggabay. Ang mga paggabay na ito ay palaging aakay sa atin sa tamang pagkilos.)

Gawain sa pisara

Hayaan naman ang bawat miyembro ng klase na mag-isip at magsulat sa batong tapakan ng isa pang alituntunin ng ebanghelyo na makatutulong sa atin na mapalapit sa kaganapan.

Mga halimbawa:

Manalangin
Sundin ang Salita ng Karunungan
Igalang ang Sabbath
Maging matapat
Maging maaasahan
Magbigay-lakas sa mga namumuno
Mag-aral ng banal na kasulatan
Maglingkod sa iba

Paglalahad ng guro

Bigyang-diin na ang kaganapan ay isang prosesong lubos na pansarili. Sa isang kaisipan, tayong lahat ay nasa iisang landas, dahil tayong lahat ay nagsusumikap na maging katulad ni Jesucristo. Sa ganoon ding pagkakataon, gayunman, lubhang magkakaiba ang ating mga landas. Binigyan tayong lahat ng magkakaibang lakas at kahinaan, kung kaya't ang pagkakasunud-sunod ng pagkakatuto natin sa mga alituntuning ito ng kaganapan at ang panahon na kakailanganin upang lumago at umunlad ang bawat isa ay magkakaroon ng malaking kaibahan. Ang isang tao ay maaaring maging napakatapat sa pagtupad ng Salita ng Karunungan ngunit nahihirapan sa pagbabayad ng ikapu, samantalang ang iba ay maaaring madalian sa pagbabayad ng ikapu ngunit nahihirapan sa loob ng maraming taon na mapagtagumpayan ang pagiging makasarili.

Ipaalaala sa mga miyembro ng klase na dahil ang kaganapan ay isang prosesong pansarili hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa sa pamamagitan ng paghahambing sa ating mga sarili sa ibang tao. Ni hindi natin dapat pintasan ang iba na maaaring hindi kasing tatag natin sa isang natatanging aspeto. Hindi tayo ihahambing sa isa't-isa ng Ama sa Langit at ni Jesucristo, datapwat susukatin ang ating pag-unlad alinsunod sa sarili nating kakayahan at pagsusumikap.

Mga situwasyon at talakayan

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang kaganapan ay hindi kaagad natatamo. Kapag nakadarama tayo ng kawalan ng pag-asa dahil sa tila napakalayo natin sa pagtatamo ng kaganapan, maaari tayong tumuon sa pagkatuto at pag-unlad sa isa o dalawang aspeto sa isang pagkakataon. Sa pamamagitan ng paggamit sa mga sumusunod na sitwasyon (o iba pa na angkop sa mga miyembro ng klase), talakayin kung paano makatutulong sa atin na mapalapit sa ating pangunahing mithiin ng kaganapan ang pag-unlad sa mga aspetong indibiduwal ng ebanghelyo.

1. Nagtatrabaho nang pansamantala si Tito sa tindahan ng kanyang tiyuhin.

- Paano uunlad si Tito tungo sa kaganapan sa pagbabayad ng ikapu? Paano makakaapekto sa kanyang pag-unlad ang saloobin ni Tito tungkol sa ikapu?

Isulat ang *Magbayad ng ikapu* sa isang batong tapakan.

2. Aktibong mga miyembro ng Simbahan ang mga magulang ni Pinang, at hinihikayat nila siya na ipamuhay ang mga pamantayan ng Simbahan. Madalas marinig ni Pinang ang kanyang mga kaibigan na nagsasalita nang walang paggalang tungkol sa kanilang mga magulang at hindi pinapansin ang kanilang mga payo.

- Paano uunlad si Pinang tungo sa kaganapan sa paggalang sa kanyang mga magulang? Paano makakatulong sa kanya sa iba pang mga bagay ang paggalang sa kanyang mga magulang?

Isulat ang *Igalang ang mga magulang* sa isang batong tapakan.

3. Nagkaroon ng mithiin si Bibeth na higit na maging matapat sa pagdalo sa mga pagpupulong ng Simbahan.

- Paano makatutulong kay Bibeth ang mithiing ito? Ano pa ang mga kailangang gawin ni Bibeth maliban sa magpakita lamang sa pagpupulong upang matamo ang kanyang mithiin?

Isulat ang *Dumalo sa mga pagpupulong ng Simbahan* sa isang batong tapakan.

Kailangan Nating Magtiis Hanggang sa Wakas upang Matamo ang Kaganapan

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 24:13.

- Ano ang ibig sabihin ng "magtiis hanggang sa wakas"? (Manatiling matapat sa buong buhay natin.)

Bigyang-diin na ang pagtitiis hanggang sa wakas ay hindi nangangahulugan ng pag-abot sa isang tanging antas ng pag-unlad at pagpapanatili na lamang sa antas na iyon. Nangangahulugan ito ng paggawa sa bawat araw upang maging mas matuwid na tao.

Siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Russell M. Nelson ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Mga kapatid, gawin natin ang lahat ng makakaya natin at tangkaing bumuti sa bawat araw. Kapag nakagagawa tayo ng mga kamalian, maaari tayong patuloy na magtangkang iwasto ang mga ito. Maaari tayong maging higit na mapagpatawad sa mga pagkakamali natin at ng ating mga mahal. . . . Hindi tayo kailangang masiraan ng loob kung ang masigasig nating mga pagsusumikap tungo sa kaganapan sa ngayon ay tila napakahirap at walang katapusan. Ang kaganapan . . . ay naghihintay sa lahat ng umiibig [sa Panginoon] at sumusunod sa kanyang mga kautusan" (sa Conference Report, Okt. 1995, 118; o *Ensign*, Nob. 1995, 88).

Patotoo

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na bagamat ang kaganapan ay hindi maaaring lubos na matamo sa buhay na ito, inaasahan sa atin na simulan ang proseso at gumawa ng matapat na pagsusumikap na mapagtagumpayan ang

ating mga kasalanan at maging katulad ni Jesucristo. Magpatotoo tungkol sa ginampanang papel ni Cristo at ng kanyang Pagbabayad-sala sa ating kaganapan sa wakas.

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na huwag masiraan ng loob kung tila napakalayo ng kaganapan. Hikayatin ang bawat miyembro ng klase na pumili ng isang alituntunin ng ebanghelyo at gumawa ng isang natatanging pagsusumikap sa linggong ito na makagawa patungo sa kaganapan sa aspetong iyon.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari mong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Maaari ninyong gamitin ang gawaing ito sa halip na ang gawain sa pisara sa simula ng aralin:

   Isulat ang bawat isa sa mga titik na *K A G A N A P A N* sa isang maliit na piraso ng papel. Kung mayroon kayong higit sa siyam na miyembro ng klase, magdagdag ng mga blangkong papel hanggang sa magkaroon ng tig-iisang papel ang bawat miyembro ng klase.

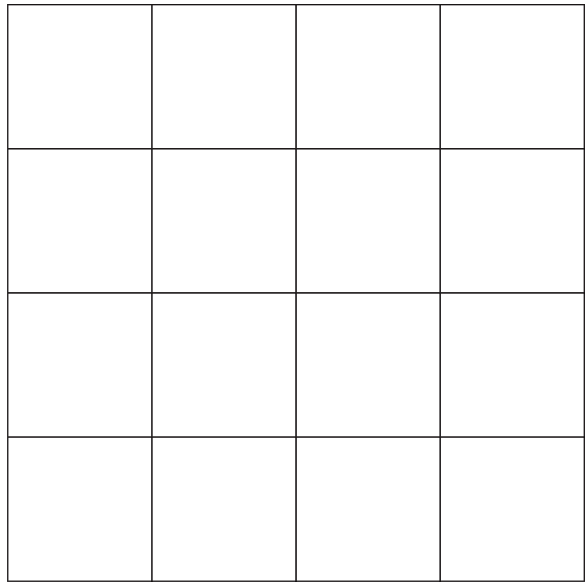
   Ikabit sa pamamagitan ng aspile o teyp ang isang papel sa likod ng bawat miyembro ng klase. (Kung mayroong higit sa siyam na miyembro ng klase, ang ilan ay magkakaroon ng blangkong papel; kung kulang sa siyam ang mga miyembro ng klase, ang ilan ay magkakaroon ng dalawa o tatlong titik sa kanilang likod.)

   Palakarin ang mga miyembro ng klase paikot sa silid-aralan at basahin ang mga titik ng bawat isa. Bigyan sila ng dalawa o tatlong minuto upang makuha kung anong salita ang binubuo ng mga titik.

   Kapag nahulaan ng mga miyembro ng klase ang salita o naubos na ang oras, tipunin ang lahat ng mga papel at idikit ang mga ito sa pamamagitan ng aspile o teyp sa isang pinagdidikitang karton o matigas na papel upang mabuo ang salitang *Kaganapan*.

2. Magdala sa klase ng isang bagay na nililok mula sa kahoy at isang piraso ng magaspang na kahoy, o isang bagay na nililok mula sa bato at isang magaspang na bato. Pahawakan at ipasuri sa mga miyembro ng klase ang dalawang bagay (kung ayaw ninyong hawakan ng mga miyembro ng klase ang mga bagay na ito, ipakita ang mga ito sa halip sa harap ng klase). Bigyang-diin na ang bagay na nililok ay dating bagay na hindi pa yari, kagaya ng bagay na magaspang. Ipaliwanag na ang bagay na nililok ay hindi naging maganda o kapaki-pakinabang sa isang iglap; ito ay maingat at dahan-dahang hinubog at pinakinis ng taong gumawa nito. Gayundin, hindi tayo nagiging ganap agad-agad. Dahan-dahan at maingat nating "hinuhubog" at "pinakikinis" ang ating sarili sa pamamagitan ng pagsunod sa halimbawa ni Cristo at pagsusumikap na maipamuhay ang kanyang mga turo.

3. Iguhit ang sumusunod na paglalarawan sa pisara:



- Ilang parisukat ang nasa paglalarawang ito?

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng pagkakataon na magbilang at ibigay ang kanilang sagot, at pagkatapos ay sabihin sa kanila na sa katunayan ay may 30 parisukat sa paglalarawan. Bigyan ang mga miyembro ng klase ng ilan pang minuto upang hanapin ang 30 parisukat. Kung hindi nila magawa, ituro ang sumusunod na mga parisukat:

1 parisukat ng kabuuang paglalarawan

1 parisukat na naglalaman ng apat na bloke sa pinakagitna ng paglalarawan

4 na parisukat na naglalaman ng apat na bloke bawat isa, isa sa bawat sulok

4 na parisukat na naglalaman ng apat na bloke bawat isa, na nakagitna sa bawat gilid

4 na parisukat na naglalaman ng siyam na bloke bawat isa, na nasa bawat sulok

16 na parisukat na naglalaman ng isang bloke bawat isa

- Ilan sa inyo ang nakahanap sa lahat ng 30 parisukat sa unang pagtingin ninyo sa paglalarawan? Paano ninyo nahanap ang lahat ng 30 parisukat?

Tukuyin na kagaya ng paghahanap sa lahat ng 30 parisukat ay maaaring mangailangan ang isang tao ng ilang pagtatangka at ng pagtulong ng iba, ang pagtatamo ng kaganapan sa anumang aspeto ay mangangailangan ng maraming pagtatangka at pagtulong mula sa mga miyembro ng mag-anak sa mga namumuno sa Simbahan, at sa Ama sa Langit at kay Jesucristo. Maaari nating hindi magawa ang isang gawain o maipamuhay ang isang alituntunin nang ganap sa unang pagtatangka natin, ngunit uunlad ang ating mga kakayahan habang patuloy nating ginagampanan ang gawain o ipinamumuhay ang alituntunin. (Kung may miyembro ng klase na nakahanap sa 30 parisukat sa unang pagtatangka, batiin sila, ngunit tiyakin sa kanila na marami pang ibang bagay kung saan hindi dumarating ang kaganapan nang napakadali.)

Aralin
23 Pagsunod: Ang Unang Batas ng Langit

Layunin Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na nagbibigay ang Diyos ng mga kautusan sa atin dahil sa kanyang pag-ibig para sa atin at dapat na sundin natin ang mga kautusan dahil sa ating pag-ibig sa kanya.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Samuel 9:17; 10:24; 13:13–14; 15:28; Lucas 22:41–44; Juan 6:38; 14:15, 21; Mosias 2:41; 3 Nephi 11:11; Doktrina at mga Tipan 130:20–21; Moises 1:39.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang larawang Nananalangin si Jesus sa Getsemani (larawan 4 sa bahagi ng mga larawan ng manwal; 62175 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 227).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro *Ipinakikita natin ang ating pag-ibig para sa Ama sa Langit sa pamamagitan ng pagsunod sa kanyang mga kautusan. Mahalagang tandaan na ang Ama sa Langit ay nagbibigay sa atin ng mga kautusan dahil mahal niya tayo. Nais niyang maging tulad niya tayo at makabalik sa kanyang kinaroroonan. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan ay natatanggap natin ang lahat ng pagpapala ng plano ng kaligtasan.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Unang Batas ng Langit

Talakayan sa pisara

Isulat sa pisara ang *Ang Unang Batas ng Langit.* Pagkatapos ay itanong sa mga miyembro ng klase ang sumusunod:

- Sa palagay ninyo, ano ang unang batas ng langit?

Isulat ang mga tugon ng klase sa pisara. Tanggapin ang kanilang mga iniisip at ideya, kahit na walang bumabanggit sa pagsunod.

Kapag nagkaroon na ang lahat ng miyembro ng klase ng pagkakataong makatugon, isulat ang salitang *pagsunod* sa pisara, o bilugan ang salitang ito kung nabanggit.

- Sa palagay ninyo, bakit pagsunod ang unang batas ng langit?

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Joseph B. Wirthlin ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang mga durungawan ng langit ay nakabukas nang lubos sa matapat at matuwid; walang nakapagpipinid sa mga ito nang mas mabilis kaysa sa pagsuway. . . .

". . . . Ang masigasig, palagiang pagsunod sa mga batas ng Diyos ang susi na nakapagbubukas sa mga durungawan ng langit. Ang pagsunod ang dahilan ng pagiging handa natin na tanggapin ang isipan at kalooban ng Panginoon. 'Hinihingi ng Panginoon ang puso at may pagkukusang isipan; at ang may pagkukusa at ang masunurin' ang siyang tumatanggap ng mga pagpapala ng paghahayag sa pamamagitan ng nakabukas na mga durungawan ng langit" (sa Conference Report, Okt. 1995, 101; o *Ensign*, Nob. 1995, 75–76; tingnan din sa Doktrina at mga Tipan 64:34).

Ipaliwanag na ang bawat pagpapala na tinatanggap natin ay nakabatay sa ating pagsunod (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 130:20–21; pansinin na ang *hindi mababago* ay nangangahulugan na hindi maaaring bawiin at ang *nakasalalay* ay nangangahulugan na nababatay).

Pagsunod sa Diyos at sa Kanyang Piniling mga Tagapaglingkod

Kuwento sa banal na kasulatan at talakayan

Sabihin sa mga miyembro ng klase na magbabahagi kayo ng dalawang kuwento. Ang isa sa mga kuwento ay nagpapakita sa kahihinatnan ng pagsuway, at ang isa ay nagpapakita sa kahihinatnan ng pagsunod.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang sumusunod na mga talata sa banal na kasulatan tungkol kay Saul, ang unang hari ng Israel: 1 Samuel 9:17; 10:24; 15:28.

- Sa loob ng maikling panahon, si Saul na pinili ng Panginoon bilang hari ay naging haring hindi tinanggap ng Panginoon. Sa palagay ninyo, ano ang maaaring nangyari upang mabago ang pagtingin kay Saul ng Panginoon?

Hayaan ang mga miyembro ng klase na tumugon sa katanungang ito. Pagkatapos ay ipabasa at pamarkahan sa kanila ang 1 Samuel 13:13–14.

- Ano ang pangunahing dahilan kung bakit hindi tinanggap ng Panginoon si Saul? (Sumuway siya sa Panginoon at sa Kanyang mga tagapaglingkod.)
- Para kay Saul, ang pagsuway ang lumikha ng kaibahan sa pagitan ng pagiging hari at pagiging hindi hari. Anong kaibahan ang nalilikha sa ating buhay ng pagsunod o pagsuway?

Kuwento at talakayan

Ipaliwanag na bahagi ng pagsunod sa Diyos ang pagsunod sa payo ng mga tinawag niya na mamuno sa atin. Ibahagi ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Pangulong Gordon B. Hinckley, ang ikalabinlimang Pangulo ng Simbahan:

"Maraming taon na ang nakalilipas, nasa misyon ako sa Inglatera. Natawag akong maglingkod sa tanggapan ng Misyon sa Europa sa London sa ilalim ni Pangulong Joseph F. Merrill ng Kapulungan ng Labindalawa, na noon ay pangulo ng Misyon sa Europa. Isang araw, may tatlo o apat na pahayagan sa London ang naglathala ng mga pagsusuri ng ikalawang limbag ng isang lumang aklat, na mapanglansi at pangit ang tema, na nagpapahiwatig na ang aklat ay kasaysayan ng mga Mormon. Sinabi sa akin ni Pangulong Merrill, 'Nais kong puntahan mo ang tagalathala at tutulan ito.' Tumingin ako sa kanya at sasabihin ko na sanang, 'Huwag naman ako.' Ngunit mapagpakumbaba akong nagsabi, 'Opo, pangulo.'

"Hindi ako nag-aalangang sabihin na natakot ako. Pumunta ako sa aking silid na nadarama ang sa palagay ko ay nadama rin ni Moises nang utusan siya ng Panginoon na makipagkita kay Faraon. Nanalangin ako. Tila baga hinahalukay ang aking sikmura habang naglalakad ako patungo sa himpilan sa Daang Goodge upang lumulan ng tren patungo sa Daang Fleet. Nakita ko ang tanggapan ng pangulo [ng tagalathalang kompanya] at ipinakita ang aking tarheta sa tagatanggap ng panauhin. Kinuha niya ito at pumasok sa loob ng tanggapan at hindi nagtagal ay bumalik na nagsasabing lubos na abala ang pangulo upang makipagkita sa akin. Sumagot ako na nanggaling pa ako sa limang libong milya at ako ay maghihintay. Sa loob ng sumunod na oras ay bumalik siya ng dalawa o tatlong ulit sa loob ng tanggapan; pagkatapos ay pinapasok na ako ng pangulo sa wakas. Hindi ko kailanman makakalimutan ang nakita ko sa aking pagpasok. Naninigarilyo siya ng mahabang tabako na ang mukha ay tila nagsasabing, 'Huwag mo akong abalahin.'

"Hawak ko sa aking kamay ang mga pagsusuri. Hindi ko na naaalala ang sinabi ko pagkatapos nito. May isang lakas ang tila nagsasalita sa pamamagitan ko. Sa simula ay nagtatanggol siya at palaban pa. Pagkatapos ay nagsimulang lumambot ang kanyang kalooban. Nagtapos siya sa pangakong gagawa siya ng paraan. Sa loob ng isang oras, kumalat ang atas sa bawat tagatinda ng aklat sa Inglatera na ibalik ang mga aklat sa tagalathala. Gumugol ng malaking halaga, nagpalimbag siya ng pahayag at [inilagay] sa harap ng bawat sipi na nagsasaad na ang aklat ay hindi dapat na ituring na kasaysayan, bagkus isang kathang-isip lamang, at walang masamang layunin laban sa iginagalang na mga taong Mormon. Pagkaraan ng mga taon, nagkaloob siya ng isa pang malaking pabor sa Simbahan, at taun-taon hanggang sa mamatay siya ay nakatatanggap ako ng kard tuwing Pasko mula sa kanya.

"Nabatid ko na kapag nagsisikap tayo nang may pananampalataya na sumunod sa mga pakiusap ng pagkasaserdote, binubuksan ng Panginoon ang daan, kahit na tila walang daan" ("If Ye Be Willing and Obedient," *Ensign*, Hul. 1995, 4–5).

- Bakit mahirap sa kabataang si Elder Hinckley na sundin ang payo ng kanyang pangulo ng misyon? Bakit mahirap para sa atin ang maging masunurin kung minsan?
- Paano pinagpala si Elder Hinckley dahil sa kanyang pagkamasunurin?
- Anong payo ang ibinigay ng Panginoon kailan lang sa pamamagitan ng mga namumuno sa Simbahan? Paano tayo pinagpapala kapag sumusunod tayo sa mga payo ng ating mga namumuno sa Simbahan?

Binibigyan Tayo ng Diyos ng mga Kautusan Dahil Nais Niyang Muli Tayong Mabuhay na Kapiling Niya

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moises 1:39.

- Ano ang gawain at kaluwalhatian ng Diyos, o pangunahing layunin?

Habang sinasagot ng mga miyembro ng klase ang tanong na ito, tiyakin na nauunawaan nila ang mga salitang *kawalang-kamatayan* at *buhay na walang hanggan*. Ang kawalang-kamatayan ay isang kalagayan ng pagkabuhay magpakailanman, na hindi na muling mamamatay pa. Ang *buhay na walang hanggan* ay pagkabuhay magpakailanman sa kinaroroonan ng Diyos. Ito ang

kaloob na ibinibigay sa mga dinakila sa pinakamataas na antas ng kahariang selestiyal (tingnan sa aralin 8).

- Paano nagkakaroon ng bahagi ang ating pagkamasunurin sa gawain at kaluwalhatian ng Ama sa Langit?

Bigyang-diin na tayong lahat ay mabubuhay na mag-uli at makatatanggap ng kawalang-kamatayan. Gayunpaman, kailangan nating sundin ang mga kautusan ng Ama sa Langit upang makatanggap ng buhay na walang hanggan. Binibigyan tayo ng Ama sa Langit ng mga kautusan dahil iniibig niya tayo at nais niya na maging tulad niya tayo at manahan sa kanyang kinaroroonan magpakailanman.

Bigyang-diin na ang isa pang dahilan kung bakit binibigyan tayo ng Ama sa Langit ng mga kautusan ay upang matulungan tayong lumigaya. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mosias 2:41.

- Paano ninyo nakikita na ang pagkamasunurin sa mga kautusan ay nagdudulot ng kaligayahan?

Kung nahihirapan ang mga miyembro ng klase na masagot ang tanong na ito, maaaring naisin ninyong magbigay ng ilang halimbawa, kagaya ng kapag sumusunod tayo sa kautusang mag-ayuno nang tama, magkakaroon tayo ng kaunlarang espirituwal; at kapag sumusunod tayo sa kautusang magsisi, mapapatawad tayo at maaalisan ng bigat ng kasalanan. Pagkatapos na makapagbigay ka ng mga halimbawa, bigyan ang mga miyembro ng klase ng karagdagang panahon upang makapag-isip ng kanilang sariling halimbawa.

Habang tinatalakay ninyo ang tanong na ito, maaaring naisin ninyong bigyang-diin na ang pagsunod sa mga kautusan ay hindi tumitiyak na hindi na tayo makakaranas ng mga paghihirap o paghamon. Gayunpaman, kahit na nakadarama tayo ng kabiguan o kalungkutan tungkol sa mga bagay-bagay sa ating buhay, maaari pa rin tayong lumigaya sa ating buhay sa pangkalahatan dahil sa ating pananampalataya sa Diyos at sa ating katiyakan na natutuwa siya sa ating mga pagpupunyagi na maging masunurin.

Nagpakita si Jesucristo ng Ganap na Halimbawa ng Pagsunod

Talakayan sa banal na kasulatan

Sabihin sa mga miyembro ng klase na ipinakita ng Ama sa Langit ang kanyang dakilang pag-ibig sa atin nang ipadala niya ang kanyang Anak upang magbayad-sala sa ating mga kasalanan. Sa pamamagitan ng pagganap sa nais ipagawa sa kanya ng Ama sa Langit, ipinakita ni Jesucristo ang isang ganap na halimbawa ng lubos na pagsunod. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Juan 6:38 (maaari ninyong naising ipaliwanag na si Jesus ang nagsasalita sa talatang ito).

- Bakit bumaba si Jesus mula sa langit?

Ipakita sa mga miyembro ng klase ang larawang si Jesus ay nananalangin sa Getsemani. Ipabasa at pamarkahan sa kanila ang Lucas 22:41–44.

- Paano ipinakita ni Jesus ang lubos na pagsunod bago siya nagdusa para sa ating mga kasalanan at nagdalamhati sa Halamanan ng Getsemani?

Ipaliwanag na hiniling ni Jesus na huwag nang maranasan ang sakit na alam niyang tiyak na darating sa Halamanan ng Getsemani. Gayunpaman, inilagay niya ang kalooban ng Ama sa Langit bago ng sa kanya at maluwag sa loob na ininom ang "mapait na saro" na ibinigay sa kanya ng Ama (tingnan sa 3 Nephi 11:11).

- Anu-ano ang ilan sa mga situwasyon kung saan maaari nating kailanganing sabihin na, "Gayon ma'y huwag mangyari ang aking kalooban, kundi ang iyo."?

Sinusunod Natin ang mga Kautusan Dahil Iniibig Natin ang Ama sa Langit at si Jesucristo

Talakayan

- Anu-ano ang ilan sa mga dahilan kung bakit sinusunod natin ang mga kautusan?

Maaaring naisin ninyong itala ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa pisara. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sumusunod:

Sumusunod ang mga tao dahil:

1. Natatakot silang maparusahan dahil sa pagsuway.
2. Nais nila ng mga gantimpalang makakamit dahil sa pagsunod.
3. Nais nilang makita sila ng ibang tao at isipin na sila ay matuwid.
4. Nakadarama sila ng kapayapaan at kagalakan kapag sila ay masunurin.
5. Iniibig nila ang Ama sa Langit at si Jesucristo.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Juan 14:15.

- Sa palagay ninyo, bakit ang pag-ibig sa Ama sa Langit at kay Jesucristo ay napakahalagang dahilan sa pagsunod sa mga kautusan?

Inihahanda Tayo ng Pagsunod na Maglingkod sa Diyos

Kuwento at talakayan

Ipaliwanag na kapag tayo ay masunurin, higit na nakahanda tayong maglingkod sa Diyos at sa mga nakapaligid sa atin. Pagkatapos ay ibahagi ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Dalawang misyonero . . . ang gumugol ng isang masiglang araw sa pagtatatag ng isang sangay ng Simbahan sa isang malayong baryo. Noong 5:30 ng umagang iyon, nakapagturo sila sa isang mag-anak bago umalis patungo sa bukid ang asawang lalaki. Pagkaraan ay pinagsikapan nilang tagpian ang dingding ng kanilang tirahan upang maiwasan ang pagpasok ng mga insektong naninipsip ng dugo. Sa loob ng linggong iyon, nakapaglatag sila ng isang maliit na sementadong sahig at nakapagkabit ng limang-galong lata na may dutsa para sa pagpapanatili ng kalinisan. Sila ay gumawa ng isang kagamitan sa kalinisan at naglagay ng bagong graba at buhangin sa kanilang pansala ng tubig. Sa ibang bahagi ng maghapon ay nakigawa sila kasama ng mga kalalakihan sa bukid upang turuan sila pagkatapos. Sila ay sobrang napagod at handa na para sa masarap na pagpapahinga.

"May isang nakababahalang katok sa magaspang na pintuang kahoy. Umiiyak ang isang maliit na batang babae. Siya ay galing sa pagtakbo at humihingal. Sinikap nilang pagdugtung-dugtungin ang kanyang mensahe sa gitna ng mga hikbi sa pabugsu-bugsong mga salita. Ang kanyang ama ay nagkaroon ng isang malubhang kapinsalaan sa ulo habang nakasakay sa kanyang asno sa kadiliman. Alam niyang mamamatay ang kanyang ama kung hindi ililigtas ng mga elder ang buhay nito. Ang mga kalalakihan ng baryo sa pagkakataong iyon ay karga-karga siya papunta sa mga misyonero. Ang bata ay nagmakaawa para sa buhay ng kanyang ama, at pagkatapos ay tumakbo upang tulungan ito.

"Ang kabigatan ng kanilang napakahirap na kalagayan ay nagsimulang bumalot sa kanila. Sila ay nasa isang baryo na walang manggagamot o mga kagamitan sa panggagamot. Walang mga telepono. Ang tanging paraan ng pakikipagtalastasan ay ang baku-bakong kalye sa itaas ng ilog, at wala silang sasakyan.

"Ang mga tao sa lambak ay nagtiwala sa kanila. Ang mga misyonero ay walang kasanayan sa panggagamot. Hindi nila alam kung paano alagaan ang malubhang sugat sa ulo, ngunit may kilala sila na marunong. Sila ay lumuhod upang manalangin at ipinaliwanag ang kanilang suliranin sa maunawaing Ama sa Langit. Sila ay nagmakaawa para sa patnubay, na alam nilang hindi sila makapagliligtas ng buhay nang wala ang Kanyang tulong.

"Nadama nila na ang sugat ay dapat linisin, takpan, at ang lalaki ay basbasan. Ang isang kasama ay nagtanong, 'Paano niya matitiis ang sakit? Paano natin malilinis ang sugat at mababasbasan siya habang siya ay nasa gayong paghihirap?'

"Muli silang lumuhod at ipinaliwanag sa kanilang Ama, 'Wala po kaming gamot. Wala po kaming pampamanhid. Pakitulungan po kami na malaman kung ano ang gagawin. Basbasan ninyo siya, Ama.'

"Habang tumatayo sila, ang mga kaibigan ay dumating na kasama ang nasaktang lalaki. Kahit sa malamlam na ilaw ng kandila, nakikita nilang lubhang nasaktan ang lalaki. Siya ay lubhang nagdurusa. Nang simulan nilang linisin ang sugat, isang hindi pangkaraniwang bagay ang nangyari. Siya ay nakatulog. May pag-iingat, may pagkasabik, natapos nila ang paglilinis, tinakpan ang sugat, at naglagay ng isang pansamantalang benda. Nang ipatong nila ang kanilang mga kamay sa ulo niya upang siya ay basbasan, siya ay nagising nang payapa. Ang kanilang panalangin ay sinagot, at ang buhay niya ay nailigtas. Ang tiwala ng mga tao ay nadagdagan, at isang sangay ng Simbahan ang lumago" (sa Conference Report, Abr. 1989, 46; o *Ensign*, Mayo 1989, 35).

- Anu-anong kautusan ang sinunod ng mga misyonerong ito? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sila ay naglingkod sa iba, nanalangin para matulungan, at sumunod sa patnubay ng Espiritu.) Paano nakatulong ang pagsunod ng mga misyonero sa kanilang pagpupunyagi na makatanggap ng patnubay mula sa Panginoon? Paano nakaapekto ang kanilang pagsunod sa tagumpay ng kanilang paglilingkod sa misyon?

- Paano maaaring naging iba ang situwasyong ito kung hindi naging masunurin ang mga misyonero?

Pagkatapos matalakay ng mga miyembro ng klase ang mga tanong na ito, basahin ang kuru-kuro ni Elder Scott tungkol sa mga misyonero:

"Nagawa ng mga misyonero na mailigtas ang isang buhay dahil nanalig sila sa Panginoon. Alam nilang manalangin nang may pananampalataya para matulungan sa isang suliraning hindi nila malulutas nang sila lamang. Dahil masunurin sila sa Panginoon, nagtiwala sa kanila ang Panginoon at sinagot ang kanilang panalangin. Natutuhan nilang makilala ang sagot nang dumating ito bilang isang matahimik na paggabay ng Espiritu. Mayroon din kayong makukuhang tulong na ganito kung nabubuhay kayong karapat-dapat para dito" (sa Conference Report, Abr. 1989, 46; o *Ensign*, Mayo 1989, 35–36).

Bigyang-diin na bagamat palaging pinakikinggan ng ating Ama sa Langit ang ating mga panalangin, higit tayong nakahandang tumanggap ng kanyang mga sagot kapag masunurin tayo.

Patotoo

Sabihin sa mga miyembro ng klase kung ano ang nadarama ninyo tungkol sa pag-ibig na mayroon ang Ama sa Langit at ni Jesucristo para sa atin. Ipahayag ang inyong pasasalamat para sa mga kautusan, at magpatotoo na ang Ama sa Langit ay nagbigay sa atin ng mga kautusan upang matulungan tayo na tumanggap ng buhay na walang hanggan at kaligayahan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ipakita ang kanilang pag-ibig sa Ama sa Langit at kay Jesucristo sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53276 893), ipalabas ang "Para sa Ating Pag-iingat ang mga Kautusan," isang anim na minutong bahagi.

2. Awitin o basahin ang mga salita ng himnong "Ibigin ang Isa't isa" (*Mga Himno*, o *Aklat ng mga Awit Pambata*). Tanungin sa mga miyembro ng klase kung paano maipatutungkol ang mga salita ng himnong ito sa payo ng Tagapagligtas sa Juan 14:15.

3. Basahin o isalaysay sa inyong sariling mga salita ang sumusunod na kuwento na inilahad ni Pangulong Wilford Woodruff, ang pang-apat na Pangulo ng Simbahan:

   "Magbibigay ako ngayon ng isang halimbawa, mula sa aking sariling karanasan, ng bunga ng hindi pagsunod sa tinig ng Espiritu.

   "May ilang taon na ang nakalilipas, may ilang miyembro ng aking mag-anak ang naninirahan sa Randolph, Bayan ng Rich [Utah]. Ako ay naroong dumadalaw, kasama ang aking pangkat [ng mga kabayo], sa buwan ng Disyembre.

"Isang Lunes ng umaga, ang aking patnubay, ang Espiritu na tumitingin sa akin ay nagsabi: 'Dalhin mo ang iyong pangkat at umuwi ka sa Lungsod ng Salt Lake.'

"Nang banggitin ko ito sa aking mag-anak na nasa Randolph, masidhing hinimok nila ako na manatili nang matagal-tagal pa.

"Sa pamamagitan ng kanilang panghihimok, nanatili ako hanggang Sabado ng umaga, habang patuloy na hinihimok ako ng Espiritu na umuwi na. Nagsimula akong makadama ng hiya na maisip na hindi ko sinunod ang mga bulong ng Espiritu sa akin noon pa man.

"Dinala ko ang aking pangkat at maagang lumisan noong Sabado ng umaga. Nang makarating ako sa Woodruff, hinimok ako ng Obispo na manatili hanggang Lunes at siya ay sasama sa akin.

"Sinabi ko sa kanya, 'Hindi, nabalam [na] ako nang matagal.'

"Mabilis akong nagpatakbo at sa loob ng 15 milya sa Wasatch, inabutan ako ng isang nagngangalit na bagyo, na ang hangin ay pumapagaspas nang malakas sa aking mukha.

"Sa loob ng labinlimang minuto, hindi ko na makita ang anumang daan, at hindi ko alam kung paano o saan aakayin ang aking mga kabayo.

"Iniwan kong maluwag ang pagkakatali sa aking mga hayop, pumunta sa loob ng aking bagon, itinali ang aking takip, at ipinagkatiwala ang aking buhay at patnubay sa mga kamay ng Panginoon, na nagtitiwala sa aking mga kabayo na matatagpuan ang daan, dahil dalawang ulit na sila bumagtas sa daang iyon.

"Nanalangin ako sa Panginoon upang patawarin ang aking kasalanan sa hindi pagsunod sa tinig ng Espiritu sa akin, at nagsumamo sa Kanya na pangalagaan ang aking buhay.

"Dinala ako ng aking mga kabayo sa himpilan [ng tren] sa Wasatch nang ika-siyam ng gabi, na ang masa [sentro ng gulong] ng aking bagon ay kumaladkad sa niyebe.

"Ikinubli ko ang aking mga kabayo at kinailangan kong manatili doon hanggang sa sumunod pang Lunes ng gabi, na may niyebeng anim na talampakan ang lalim, na patuloy pa rin ang pagpatak.

"May malaking kahirapan sa wakas na nailigtas ko ang buhay ng aking mga kabayo sa pamamagitan ng paglalagay sa kanila sa isang kahong sasakyan sa [daan ng tren] at pagdadala sa kanila sa Ogden; samantala, kung sinunod ko sana ang paghahayag ng Espiritu ng Diyos sa akin, nakapaglakbay sana ako patungo sa Lungsod ng Salt Lake sa isang magandang daan na walang anumang bagyo.

"Dahil natanggap ko ang mabuti at ang masama, ang mga bunga ng pagsunod at pagsuway, sa palagay ko ay may katwiran ako sa pagpapayo sa

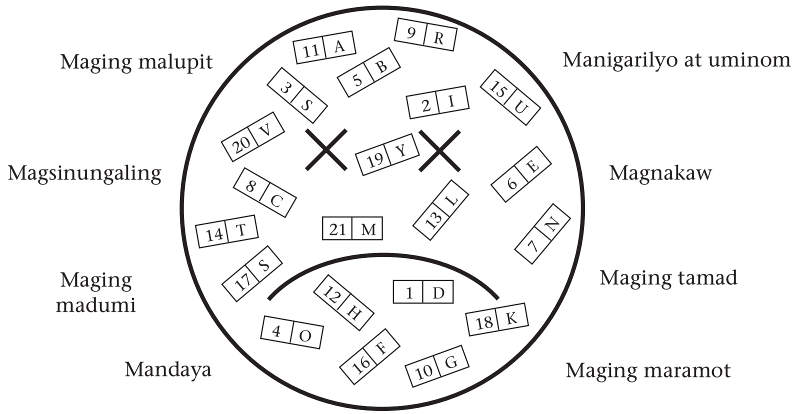
lahat ng aking kabataang kaibigan na palaging sumunod sa mga bulong ng Espiritu ng Diyos, at sila ay laging magiging ligtas" (*Leaves from My Journal,* [1881], 90–91).

4. Gumawa ng mga kopya ng "Palaisipan sa Pagsunod" na nasa susunod na pahina. Dahil walang oras upang gawin ito sa klase, bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kopya ng palaisipan upang maiuwi. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na buuin nila ang palaisipan, o kasama ng kanilang mag-anak sa gabing pantahanan ng mag-anak.

PALAISIPAN SA PAGSUNOD

Kopyahin ang mga titik mula sa bawat bilog at ilipat sa naaangkop na puwang na may bilang sa kahon sa ilalim nito

LUTASIN ANG SULIRANING ITO SA PAGSUWAY:



1 2 3 4 5 6 1 2 6 7 8 6

8 11 7   5 9 2 7 10 :

* 5 11 1   12 6 11 13 14 12

* 15 7 14 9 15 6   16 9 2 6 7 1 17

* 13 11 8 18   4 16

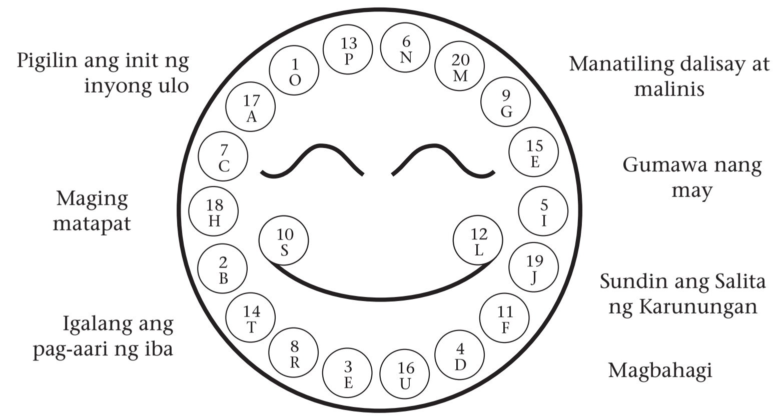
8 4 7 16 2 1 6 7 8 6

* 13 11 8 18   4 16   14 9 15 17 14

16 9 4 21   4 14 12 6 9 17

* 17 13 11 20 6 9 19   14 4   17 11 14 11 7

BUKSAN ANG PAGPIPILIANG ITO SA PAGSUNOD:



1 2 3 4 5 15 6 7 3

7 17 6   2 8 5 6 9 :

* 7 1 6 11 5 4 3 6 7 15

* 10 3 12 11   8 3 10 13 15 7 14

* 14 8 16 10 14   11 8 1 20   1 14 18 3 8 10

* 9 1 1 4   18 3 17 12 14 18 ,   19 1 2 10 ,

17 6 4   11 8 5 15 6 4 10

* 14 3 20 13 12 15   2 12 3 10 10 5 6 9 10

* 13 3 8 11 15 7 14   11 8 3 15 4 1 20

17 6 4   9 1 4 18 1 1 4

Aralin
24
Kapangyarihan sa Sarili

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na matanto na ang panghabang panahon na kagalakan at kaligayahan ay natatamo sa pamamagitan ng kapangyarihan sa sarili.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 16:24; Lucas 22:39–46.
2. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893), maghandang ipalabas ang "Ang mga Kalalabasan ng Ating mga Pinili (Ang Poso)," isang siyam na minutong bahagi.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Larawan ng isang bago at magarang kotse mula sa isang magasin o pahayagan (opsiyonal).
   b. Bolpen o lapis at papel para sa bawat miyembro ng klase.
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Maraming kabataan ang nag-iisip lamang ng tungkol sa mga kagustuhan nila sa kasalukuyan. Maaaring mahirapan sila na isipin ang panghabang-panahong kahihinatnan ng kanilang mga kilos. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na ang pinakamahahalagang bagay sa buhay, kapwa sa temporal at espirituwal, ay matatamo lamang sa pamamagitan ng kapangyarihan sa sarili.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Mapanganib ang Mabuhay nang Walang Kapangyarihan sa Sarili

Talakayan sa larawan

Ipakita ang larawan ng kotse (kung wala kayong larawan, larawan ng ganitong kotse). Tanungin ang mga miyembro ng klase:

- Nais ba ninyong sumakay o magmaneho ng kotseng ito? Bakit? Ano ang gusto ninyo sa kotseng ito?

Bigyan ng ilang minuto ang mga miyembro ng klase na masabi ang kanilang kuru-kuro tungkol sa kotse.

- Nais ba ninyong sumakay o magmaneho ng kotseng ito kung wala itong preno? Bakit ayaw ninyo?

Bigyang-diin na gaano man kagara ang isang kotse o gaano man kahusay ang makina o mga gulong nito, kung wala itong preno, hindi magtatagal ay ito ang magiging sanhi ng aksidente. Magiging lubhang mapanganib na sumakay sa ganitong kotse.

Ipaliwanag na ang aralin sa araw na ito ay tungkol sa isang bagay na mahalaga sa ating buhay kagaya ng preno para sa isang kotse: kapangyarihan sa sarili (tinatawag ding pagpipigil sa sarili o disiplina sa sarili).

Talakayan at siping-banggit

- Sa palagay ninyo, ano ang kapangyarihan sa sarili?

Magbigay ng ilang minuto para sa mga kuru-kuro, pagkatapos ay ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Russell M. Nelson ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Mayroon kayong dalawang bahagi—ang inyong katawang pisikal, at ang inyong espiritu na nabubuhay sa loob ng inyong katawan. Maaaring narinig na ninyo ang kasabihang 'isip naig sa bagay.' . . . Nais kong ibahin ito nang bahagya: 'espiritu naig sa katawan.' Ito ang kapangyarihan sa sarili" (sa Conference Report, Okt 1985, 38; o *Ensign*, Nob. 1985, 30).

Ipaliwanag na ang kapangyarihan sa sarili ay ang kakayahan ng inyong espiritu na pigilin ang inyong katawan, ang kakayahang gawin ang alam ninyong dapat ninyong gawin kahit na isang bahagi ng inyong katawan ang ayaw na gawin ito. Ipinatutupad ninyo ang kapangyarihan sa sarili kapag ginagawa ninyo ang nais ng Diyos sa halip na ang nais ninyo.

- Paano natutulad ang isang taong walang kapangyarihan sa sarili sa isang kotseng walang preno? Bakit mahalagang isagawa ang kapangyarihan sa sarili?

Ang Kapangyarihan sa Sarili ay Nagdudulot ng mga Pagpapala

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na itinuro sa atin ni Jesus na kailangan nating magkaroon ng kapangyarihan sa ating sarili kung tayo ay magiging mga tagasunod niya.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 16:24.

- Bakit kailangan ng isang tao na "*tumanggi sa kaniyang sarili*" upang maging tagasunod ni Jesucristo?

Bigyang-diin na ang Pagsasalin ni Joseph Smith ng Mateo 16:24 (tingnan ang talababa *d* ng edisyong Mga Banal sa mga Huling Araw ng Biblia) ay nililiwanag na dapat tayong tumanggi sa ating sarili "sa lahat ng kasamaan." Dapat nating talikuran ang masasamang kilos at palitan ang mga ito ng mabubuti. Ang pagsasagawa sa kapangyarihan sa sarili ay nangangahulugan ng paggamit ng ating kalayaang pumili upang mabuhay nang matuwid.

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pagsasagawa sa kapangyarihan sa sarili ay hindi nangangahulugan ng pagtanggi sa ating mga sarili ng lahat ng bagay na kasiya-siya o nakatutuwa. Kapag isinasagawa natin ang kapangyarihan sa sarili, tinatalikuran natin ang ilang bagay o karanasan upang tumanggap ng mga bagay o mga karanasan na higit nating nais. Halimbawa, kapag tayo ay nag-aayuno, tinatalikuran natin sa loob ng ilang oras ang pagkain, na kasiya-siya, upang makatanggap ng lakas at pag-unlad na espirituwal. Sa higit na malaking larawan, tinatalikuran natin ang kasalanan, (na kung minsan ay *tila* kasiya-siya) upang magkaroon ng kapayapaan ng pag-iisip at pagkakataon na muling mabuhay sa piling ng Ama sa Langit at ni Jesucristo.

Pagpapalabas ng video at talakayan

Ipalabas ang bahagi ng video na "Ang mga Kalalabasan ng Ating mga Pinili (Ang Poso)." Pagkatapos ay talakayin ang sumusunod na mga tanong:

- Paano ipinapakita ng karanasan ng lalaking ito ang pangangailangan ng kapangyarihan sa sarili? (Dahil kulang siya sa kapangyarihan sa sarili, pinagbigyan niya ang kanyang pangkasalukuyang hangarin sa halip na paghandaan ang kinabukasan.)
- Paano maaaring naging iba ang kanyang karanasan kung nagkaroon siya ng kapangyarihan sa sarili? (Kung binuhay muna niya ang poso bago siya uminom, nakuha niya sana ang lahat ng tubig na kailangan niya.)
- Paano natutulad ang pasiya ng taong ito (kung iinumin ang tubig sa bote o gagamitin iyon upang buhayin ang poso) sa mga pasiyang espirituwal na kailangang gawin ng bawat isa sa atin?

Maaari Nating Isagawa ang Kapangyarihan sa Sarili

Talakayan sa pisara

- Anu-ano ang ilang mga paraan ng pagpapakita ninyo ng kapangyarihan sa sarili? (Kung nahihirapan ang mga miyembro ng klase na sumagot, bigyang-diin na ipinakikita nila ang kapangyarihan sa sarili kapag sila ay nag-aayuno para sa espirituwal na lakas kahit na nagugutom sila o kapag sila ay bumabangon sa oras kahit gusto pa ng kanilang katawan na manatili sa kama.)

Ipaliwanag na ang kapangyarihan sa sarili, kagaya ng iba pang kasanayan, ay napapaunlad sa pamamagitan ng pagsasanay. Sa ilang pagkakataon, nagkakaroon tayo ng kapangyarihan sa sarili sa pamamagitan lamang ng paggawa ng nararapat na pagkilos sa bawat araw hanggang sa mabuo ang isang kaugalian. Ang kapangyarihan sa sarili sa ibang bagay, gayunman, ay maaaring mangailangan ng higit na pagsusumikap.

Isulat ang pamagat na *Kapangyarihan sa Sarili* sa pisara.

- Anu-anong pagkilos ang makatutulong sa atin na maisagawa ang kapangyarihan sa sarili?

Itala sa pisara ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa ilalim ng *Kapangyarihan sa Sarili*, at talakayin ang bawat mungkahi. Maaari ninyong naising ibilang ang mga sumusunod na mungkahi sa talakayan:

1. Gumawa upang matamo ang naaangkop na mga mithiin.

Kung nababatid natin ang mga aspeto sa ating buhay na nangangailangan ng higit na malakas na kapangyarihan sa sarili, maaari tayong magtakda ng mga mithiin na may maliwanag na mga hakbang na magagawa para makatulong sa atin. Halimbawa, kung kailangan natin ang higit na malakas na kapangyarihan sa sarili sa paghahanda upang huwag mahuli sa pagsisimba, maaari tayong magplano kung anu-anong bagay ang kailangang gawin tuwing Sabado upang matamo natin ang mithiing ito.

2. Palitan ang masasamang ugali ng mabubuti.

Higit na madaling talikuran ang isang masamang ugali kung mapapalitan ito ng isang higit na mabuting ugali o gawain. Halimbawa, ang taong nagsisikap

madaragdagan ang kapangyarihan sa sarili laban sa pagpapaliban ay maaaring palitan ang ugaling pag-iwan sa mga takdang-araling hindi pa natatapos ng higit na mabuting ugali nang paggawa nito sa isang tiyak na oras bawat araw.

3. Hilingin sa mga kaibigan o kamag-anak na tumulong.

Kung minsan ang pagsasabi lamang sa iba tungkol sa isang mithiin na ating itinakda o sa ugali na pinagsisikapan nating paunlarin ay makapagbibigay sa atin ng sigla na magpunyagi. Ang mga kaibigan at mga kamag-anak ay maaaring makapagbigay din sa atin ng lakas ng loob at tulong habang nagsusumikap tayo na magkaroon ng higit na malakas na kapangyarihan sa sarili.

4. Manalangin at magbasa ng banal na kasulatan.

Kapag tayo ay nananalangin, maaari nating hilingin sa Ama sa Langit na bigyan tayo ng lakas na kailangan natin upang matamo ang ating mga mithiin o mabago ang ating mga ugali. Habang pinag-aaralan natin ang banal na kasulatan, maaari tayong magabayan ng payo ng Panginoon at ng halimbawa ng iba na nagkaroon ng kapangyarihan sa sarili, kagaya ni Daniel o Jose ng Ehipto. Kung tumatanggap tayo ng impluwensiya ng Espiritu Santo, matutulungan din niya tayo na makapagtamo ng kapangyarihan sa sarili.

Maaari Tayong Makapagpagawa ng Dakilang mga Bagay sa Pamamagitan ng Kapangyarihan sa Sarili

Kuwento at talakayan

Isalaysay sa sarili ninyong mga salita ang sumusunod na kuwento tungkol sa isang taong nagkaroon ng kapangyarihan sa sarili:

“Maraming taon na ang nakararaan [si Roger Bannister] ay lumahok sa Palarong Olimpiyada bilang kampeon sa takbuhang isang milya. Inaasahan siyang mananalo, ngunit pumang-apat lamang siya. Umuwi siya mula sa Olimpiyada na pinanghinaan ng loob, nagbago ang pananaw, at nahihiya.

“Inisip niya na tumigil na sa pagtakbo. Isa siyang estudyante ng medisina nang panahong iyon, at lubos na nangangailangan ng panahon ang kanyang pag-aaral. Ipinasiya niyang magpatuloy na lamang sa pag-aaral at gugulin ang buong panahon niya sa paghahanda sa medisina at kalimutan na ang kanyang hangarin na makamit ang rekord sa daigdig sa pagtakbo ng isang milya sa loob ng wala pang apat na minuto. Pumunta siya sa kanyang tagasanay at sinabi sa kanya na, ‘Coach, ayoko na. Gugugulin ko na lamang ang lahat ng aking panahon sa pag-aaral.’ Sinabi ng kanyang tagasanay, ‘Roger, sa palagay ko ay ikaw lamang ang taong maaaring makatamo ng rekord na isang milya sa loob ng wala pang apat na minuto. Sana ay bigyan mo ito ng isa pang pagsubok bago ka umayaw.’

Umuwi si Roger . . . na hindi alam kung ano ang sasabihin o gagawin. Ngunit bago mag-umaga, nakumbinsi niya ang sarili na magkakaroon siya ng kaloobang kasing tigas ng bakal bago siya umayaw sa pagtakbo. Kakamtin niya ang rekord na isang milya sa loob ng wala pang apat na minuto.

“Alam niya ang ibig sabihin nito. Kailangan niyang magkaroon ng isang panukala at ipamuhay ito. Napagtanto niyang dapat siyang mag-aral sa loob ng pito, walo, o kahit na siyam na oras bawat araw upang makatapos ng medisina. Kailangan niyang magsanay ng hindi kukulangin sa apat na oras bawat araw. . . .

Alam niyang kailangan niyang kumain ng pinakamasustansiyang mga pagkain. Alam niyang kailangan niyang matulog nang maaga gabi-gabi at matulog nang siyam o sampung oras, upang makabawi ang kanyang katawan at patuloy na lumakas para sa dakilang araw. Ipinasiya niya sa sarili na kanyang susundin ang mahigpit na panukalang ito na alam niya at ng kanyang tagasanay na kinakailangan para sa pagwawagi at pagkakamit ng tagumpay.

"Noong ika-6 ng Mayo 1954, ang rekord na isang milya sa loob ng apat na minuto ay nakamit ni Roger Bannister, . . . isang taong matapat sa isang panukalang magpapanalo na nagdulot sa kanya ng katanyagan sa buong mundo . . . Ginawa ni Roger Bannister ang panukala maraming taon na ang nakaraan at sinunod ito nang may ganap na katapatan, disiplina sa sarili, at isang kaloobang kasing tigas ng bakal" (Marvin J. Ashton, sa Conference Report, Okt. 1990, 25–26; o *Ensign*, Nob. 1990, 22).

- Ano ang ginawa ni Roger para magkaroon ng kapangyarihan sa sarili?
- Paano maaaring naging iba ang buhay ni Roger kung hindi siya nagkaroon ng kapangyarihan sa sarili?

Mga pansariling karanasan

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng ilang minuto upang mag-isip ng mga halimbawa kung paano nila, o ng isang taong kilala nila, natamo ang isang bagay na nangailangan ng kapangyarihan sa sarili, kagaya ng paglaban sa isang kapansanan o pansariling suliranin, pag-aaral na makatugtog ng isang instrumentong musikal, pagpapaunlad ng kaloob na espirituwal, pagkakaroon ng kakayahan sa palakasan, o pagkakamit ng natatanging karangalan sa paaralan. Mag-anyaya ng ilang miyembro ng klase na ibahagi ang kanilang mga halimbawa, at itanong sa mga miyembrong ito ng klase ang sumusunod:

- Paano ninyo (o ng taong kilala ninyo) natamo ang tagumpay na ito?
- Gaano katagal na panahon ang kinailangan? Gaano kadaming gawain at pagsusumikap ang kinailangan?
- Ano ang nadarama ninyo tungkol sa tagumpay na ito? Ito ba ay sulit sa panahon at pagsusumikap na kinailangan?

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang kapangyarihan sa sarili ay maaaring mangangailangan ng pagpupunyagi, ngunit nagdudulot din ng dakilang mga pagpapala.

Talakayan sa banal na kasulatan

Basahin kasama ng mga miyembro ng klase ang Lucas 22:39–46.

- Paano nagkaroon ang Tagapagligtas ng kapangyarihan sa sarili? (Ginawa niya ang nais ng Ama sa Langit, hindi ang nais niyang gawin.)
- Anu-ano ang kinalabasan ng kanyang kapangyarihan sa sarili? (Nagdusa siya para sa ating mga kasalanan at ginawang posible para sa atin ang kaligtasan kapag nagsisisi tayo.)

Bigyang-diin na habang nagkakaroon tayo ng kapangyarihan sa sarili, nagkakaroon tayo ng higit na dakilang kakayahan na sabihin, kagaya ng sinabi ni Jesus na, "Ama. . . . huwag mangyari ang aking kalooban, kundi ang sa iyo."

Kailangan Tayong Magpasiya Ngayon na Magkaroon ng Kapangyarihan sa Sarili

Siping-banggit

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag:

Hinikayat tayo ni Pangulong David O. McKay na alalahanin na ang "pinakadakilang tunggalian ng buhay ay ginaganap sa tahimik na mga bahagi ng inyong sariling kaluluwa" (sa Conference Report, Abr. 1969, 95; o *Improvement Era*, Hun. 1969, 30).

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng pahayag na ito?

Gawain

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng mga bolpen o lapis at papel at ipasulat ang kanilang mga sagot sa kasunod na tanong (tiyakin sa kanila na walang ibang makakakita sa kanilang mga sagot):

- Ano ang isang bagay na magagawa ninyo sa linggong ito upang madagdagan ang inyong kapangyarihan sa sarili?

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ilagay ang kanilang mga papel sa isang lugar kung saan mapapaalalahanan sila ng mga papel na isagawa ang bagay na kanilang isinulat.

Patotoo

Ibigay ang inyong patotoo tungkol sa mga gantimpalang natanggap ninyo habang natututuhan ninyong magkaroon ng kapangyarihan sa inyong sarili.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na manalangin para matulungan sa pagkakaroon ng kapangyarihan sa sarili. Ipaalala sa kanila na ang lahat ng pagpapalang ipinangako sa matatapat sa plano ng kaligtasan ay dumarating sa mga natututong itanggi ang kanilang mga sarili sa lahat ng kasamaan at sumunod sa Panginoon.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Mag-anyaya sa klase ng isang miyembro ng purok o sangay na hindi pa nagtatagal ay nagtamo ng isang kahanga-hangang mithiin, kagaya ng pagiging mahusay sa palakasan; pagganap sa konsiyerto o teatro; o pagtatapos sa mataas na paaralan, seminaryo, o kolehiyo. Bigyan ang panauhin ng ilang minuto upang sabihin sa mga miyembro ng klase kung paano nakatulong sa kanya ang kapangyarihan sa sarili upang matamo ang kanyang mithiin.

2. Ipaliwanag na maraming sinaunang lungsod ang napapaligiran ng pader upang pangalagaan ang mga naninirahan doon. Ang lungsod na wala o mahina ang pader ay madaling lusubin.

   Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Kawikaan 25:28.

   - Paanong ang isang taong "hindi pumipigil ng kaniyang sariling diwa," ibig sabihin, isang taong walang kapangyarihan sa sarili, "ay parang isang lungsod na nawasak at walang pader"? (Ang taong ito ay walang pananggalang laban sa tukso at bukas sa mga pagsalakay ni Satanas.)

Hatiin ang klase sa maliliit na pangkat at bigyan ang bawat pangkat ng isang pirasong papel at isang bolpen o lapis. Pagawin ang mga miyembro ng bawat pangkat ng isa o higit pang mga kawikaan, kagaya ng Mga Kawikaan 25:28, na nagpapakita ng panganib ng pamumuhay nang walang kapangyarihan sa sarili. (Isa pang halimbawa ang paghahalintulad na nasa simula ng araling ito: "Ang isang taong walang kapangyarihan sa sarili ay tulad ng isang kotseng walang preno."

Kapag natapos na ang lahat ng pangkat, hilingin sa isang miyembro ng bawat pangkat na basahin at ipaliwanag ang mga kawikaan na isinulat ng pangkat.

3. Gumawa para sa bawat miyembro ng klase ng kard na may nakasulat na ganitong pahayag:

   Huwag ipagpapalit ang talagang nais ninyo para sa nais ninyo sa ngayon.

   Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kard, at talakayin kung ano ang ibig sabihin ng pahayag at kung paano ito nauugnay sa kapangyarihan sa sarili. Maaari ninyong naising bigyang-diin na ang lalaki sa palabas sa video na ginamit sa araling ito ay ipinagpalit ang talagang nais niya (ang mabuhay) para sa kailangan niya sa kasalukuyan (ang makainom ng tubig.)

Pagpipigil ng Ating Galit

Aralin
25

Layunin

Turuan ang mga miyembro ng klase na makilala at mapagtagumpayan ang mga damdamin ng pagkagalit.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mga Kawikaan 16:32; Mateo 5:43–44; Marcos 11:15–17; Mga Taga Efeso 4:31–32; Mga Taga Colosas 3:8; Santiago 1:19–20; 2 Nephi 1:26; 3 Nephi 11:29–30; Doktrina at mga Tipan 60:2; 63:32; 84:24.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Larawan ng isang taong galit (gumupit mula sa magasin o pahayagan o gumuhit kayo).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Si Pangulong Howard W. Hunter, ang panlabing-apat na Pangulo ng Simbahan, ay nagsabi: "Kailangan nating maging higit na mabagal sa pagkagalit at higit na mabilis sa pagtulong. Kailangan nating iabot ang kamay ng pakikipagkaibigan at pigilan ang kamay ng paghihiganti. Sa madaling salita, kailangan nating ibigin ang bawat isa ng dalisay na pag-ibig ni Cristo . . . sapagkat ganito ang paraan ng pagmamahal sa atin ng Diyos" (sa Conference Report, Abr. 1992, 84; o Ensign, *Mayo 1992, 61). Sa araling ito, ang mga miyembro ng klase ay maaaring matuto ng mga paraan upang makilala at mapagtagumpayan ang mga damdamin ng pagkagalit. Tayong lahat ay maaari at kailangang pigilin ang makapangyarihang mga damdaming ito kung nais nating magkaroon ng puwang sa kaharian ng Diyos.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ano ang Galit?

Talakayan sa larawan

Ipakita ang larawan ng isang taong galit.

- Sa palagay ninyo, ano ang nadarama ng taong ito?
- Anong uri ng mga bagay ang nagpapagalit sa inyo? (Magbigay lamang ng isa o dalawang minuto para sa talakayan ng tanong na ito.)
- Ano ang saloobin ng mundo tungkol sa galit?

Sa paggamit ng mga kilalang aklat, awitin, pelikula, o palabas sa telebisyon bilang mga halimbawa, kung maaari, bigyang-diin na maraming tao sa mundo ang naniniwala na ang galit ay katanggap-tanggap na tugon sa mga situwasyon na hindi natin nais at ang karahasan at paghihiganti ay katanggap-tanggap na mga paraan ng pagdadala ng galit.

Talakayan sa banal na kasulatan

- Ano ang saloobin ng Panginoon tungkol sa galit?

Upang masagot ang tanong na ito, ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 3 Nephi 11:29–30 at Mga Taga Efeso 4:31–32. Ipabasa nang malakas sa isa o dalawang miyembro ng klase ang mga talatang ito.

Bigyang-diin na sa 3 Nephi 11:29–30, sinasabi ni Cristo na ang galit ay hindi bahagi ng kanyang ebanghelyo at "dapat na maiwaksi." Sa Mga Taga Efeso 4:31–32, binibigyang-diin ni Apostol Pablo na ang galit at katulad na mga damdamin ay dapat na "mangaalis."

Talakayan

- Paano makapipinsala sa atin ang galit? (Talakayin kasama ng mga miyembro ng klase kung paano nakakaapekto ang galit sa atin sa pisikal, emosyonal, at espirituwal.)

- Ano ang magiging kalagayan ng mundo kung hindi magagalit ang mga tao?

Hayaang talakayin ng mga miyembro ng klase ang tanong na ito sa loob ng ilang minuto. Maaaring kabilang sa mga sagot ang mga hindi pagkakaunawaan ay madaling malulutas; magkakaroon ang mga tao ng higit na kapayapaan at lakas na espirituwal; at magkakaroon ng higit na masasayang mag-anak at magkakapitbahay, higit na kaunting mararahas na krimen, kakaunting pang-aabuso, bihira o walang diborsiyo, at maaaring higit na kaunting suliranin sa pagitan ng mga bansa.

Ipaliwanag na ang galit ay isang likas na pagtugon ng tao, ngunit isang bagay na dapat nating mapagtagumpayan upang maging katulad ng Ama sa Langit at ni Jesucristo. Ang pagkakatuto na makilala ang galit at mailagay ito sa lugar ay makatutulong sa atin na mapagtagumpayan ito.

Pagkilala sa mga Dahilan ng Galit

Kuwento at talakayan

Isulat sa pisara (nang mga ilang dali mula sa itaas) ang *Nagagalit tayo dahil:* at pagkatapos ay ikuwento ang sumusunod na pangyayari:

Sina Joan at Dina ay kapwa nasa isang samahan sa paaralan at naging magkaibigan. Isang araw, nabanggit ni Joan kay Dina na siya ay naaakit sa pangulo ng samahan. Si Dina, na naaakit din sa lalaking ito at naghahangad ng kanyang pansin, ay nagsimulang magsalita ng hindi mabuti tungkol kay Joan sa ibang miyembro ng samahan, gayundin sa pangulo, sa pag-asang mapapasama si Joan.

- Sa palagay ninyo, ano ang nadarama ni Joan? Sa palagay ba ninyo ay may karapatang magalit si Joan? Bakit o bakit wala?

Sa ilalim ng unang parirala sa pisara, isulat ang *Nadarama natin na hindi makatarungan ang naging pagtrato sa atin.*

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag:

"Ang galit ay [ginagamit] upang supilin ang iba. Sanay na sanay na ang ibang tao sa paraang ito. Nakukuha nila ang kanilang nais sa pamamagitan ng pagiging maingay at galit. . . . Ang galit, samakatuwid, ay may hindi matuwid na mithiin na tangkaing mabawasan ang kalayaan ng iba" (Burton C. Kelly, "The Case Against Anger," *Ensign*, Peb. 1980, 10).

Idagdag sa talaan sa pisara ang *Nais nating makuha ang ating gusto.*

Kuwento at talakayan

Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Nang pumunta ang limang taong gulang na si Tomtom sa tindahan kasama ng kanyang ina, nakita niya ang lalagyan ng mga kendi at kaagad silang nagtungo sa mga ito. Humingi siya ng kendi sa kanyang ina, ngunit sinabi nito na hindi maaari. Kaagad na nagalit si Tomtom at nagsimulang humiyaw, umiyak, at ipadyak ang kanyang mga paa. Napahiya ang kanyang ina at binigyan siya ng kendi upang tumahimik na. Ipinangako niyang hindi na muling isasama si Tomton sa tindahan.

- Bakit nag-alboroto si Tomtom? (Upang mapilit ang kanyang ina na ibili siya ng kendi.)
- Nagpapakita ba ng galit kung minsan ang kabataan at mga taong may sapat nang gulang para sa mga dahilang makasarili? Maaari ba kayong magbigay ng halimbawa?

Kuwento at talakayan

Isalaysay ang sumusunod na kuwento upang ilarawan ang pangatlong dahilan kung bakit nagagalit tayo kung minsan:

Mahal ni Teroy ang kanyang maliit na kapatid na lalaki ngunit kung minsan ay naiisip niyang nakayayamot siya. Isang araw, habang nasa paaralan si Teroy, pumasok ang kanyang kapatid sa silid niya at inilabas ang lahat ng bagay mula sa maliit na kabinet at isinalansan ang mga ito sa kama.

Nang umuwi si Teroy at makita ang kalat, lubha siyang nagalit. Galit na galit niyang nilibot ang buong kabahayan. Nang hindi niya makita ang kanyang kapatid, lalo siyang nagalit. Sa wakas, natagpuan niya ang kanyang kapatid na naglalaro sa bakuran ng kapitbahay. Sinigawan niya ito, "Pumasok ka ba sa silid ko at ginulo ito?"

Ang kanyang maliit na kapatid na nanginginig sa takot ay nagsabi, "Hindi ko ginulo ang iyong silid. Nililinis ko ang kabinet para sa iyo."

Idagdag sa talaan sa pisara ang *Nagkakamali tayo ng akala.*

- Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Teroy matapos ipaliwanag ng kanyang maliit na kapatid kung ano ang ginawa niya?
- Ano ang maaaring naging reaksiyon ni Teroy sa kalat sa kanyang silid kung nalaman niya ang tunay na situwasyon? (Maaaring naisin ninyong bigyang-diin na ang pagkakaalam sa tunay na situwasyon ay hindi nangangahulugan na magiging tama na ang situwasyon, ngunit makatutulong ito na mapakitunguhan natin ang pangyayari sa isang higit na mabuting paraan.)
- Nagalit na ba kayo dahil hindi ninyo naunawaan ang layunin ng ibang tao?

Maaari Nating Pigilin ang Ating Galit

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na anupaman ang dahilan ng ating galit, maaari nating supilin ang ating pagtugon sa ating galit. Sa pisara, sa ibabaw ng talaan ng mga dahilan kung bakit tayo nagagalit, isulat sa malalaking titik ang *Pumipili tayo kung paano tutugon.*

Ipahanap at ipabasa sa bawat miyembro ng klase ang isa sa mga talata sa ibaba. Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang bawat talata, at talakayin sa mga miyembro ng klase kung ano ang itinuturo sa atin ng bawat talata tungkol sa pagpipigil sa ating galit.

1. Mga Kawikaan 16:32
2. Mga Taga Colosas 3:8
3. Santiago 1:19–20

Talakayan sa pisara

Ipaalala sa mga miyembro ng klase ang kuwento tungkol kay Joan at Dina.

- Paano maaaring tumugon si Joan sa hindi mabuting ginawa ni Dina? (Hilingin sa mga miyembro ng klase na ibigay ang lahat ng posibilidad na maiisip nila.)
- Ano ang maaaring maging kalabasan ng bawat isa sa mga tugon na ito? Aling tugon ang pinakamainam para kay Joan? para kay Dina?

Bigyang-diin na ang ilang maaaring maging tugon, kagaya ng paghahangad na makapaghiganti, ay maaaring makapinsala nang pisikal at espirituwal kapwa kina Joan at Dina.

- Ano ang ilang mga positibong paraan sa pagdadala ng galit?

Talakayin ang sumusunod na mga positibong paraan sa pagdadala ng galit at iba pang mga paraan na imumungkahi ng mga miyembro ng klase. Isulat ang bawat paraan sa pisara habang tinatalakay ninyo ito.

1. Pag-usapan ito.

Kapag nagagalit tayo sa isang tao, makipag-usap tayo sa taong iyon, kung maaari. Habang nag-uusap tayo, dapat tayong maging mahinahon at tuwiran. Ang pagtalakay sa suliranin nang mahinahon at tuwiran ay makatutulong na maparam ang tensiyon at makatutulong sa atin na higit na maunawaan ang ginawa ng ibang tao.

2. Maghintay.

Dapat nating antalahin ang anumang hakbang hanggat hindi pa tayo nakakakita ng positibong paraan sa pagdadala ng ating galit. Halimbawa, ang pakikipag-usap sa taong nagpagalit sa atin ay maaaring isang mabuting ideya, ngunit maaaring kailangan nating maghintay muna hanggang sa huminahon tayo. Kung minsan, nakatutulong ang magbilang hanggang sampu (o higit pa) bago magsalita o gumawa ng anumang bagay.

3. Manalangin.

Sa pamamagitan ng panalangin, mahihiling natin sa Ama sa Langit na tulungan tayong pakitunguhan ang isang tanging situwasyon na nagpapagalit sa atin. Maaari din nating hilingin sa kanya na pawiin ang ating galit at tulungan tayong magpatawad.

4. Mag-ehersisyo.

Ang pagkakaroon ng aktibong gawaing pisikal na malayo sa matensiyong kapaligiran ay nakatutulong na mailabas ang tensiyon na bunsod ng galit.

Talakayan

• Paano makapagdudulot sa inyo ng higit na kasiyahan ang pagpipigil sa inyong mga damdamin ng pagkagalit kaysa sa paghahangad na makapaghiganti o pagpapakita ng galit sa iba pang paraan?

Ipaalala sa mga miyembro ng klase na ang ating pananagutan ay ang pigilin ang ating sariling pag-uugali, kabilang na ang naaangkop na pagdadala sa ating galit. Dapat nating ipabahala na lamang sa Panginoon ang mga taong tunay na nagkasala sa atin.

Ang Pagtatagumpay sa Ating Galit ay Nakatutulong sa Atin na Maging Higit na Katulad ni Jesucristo

Talakayan

Ipaliwanag na ang pag-aaral na mapigil ang ating mga kilos kapag nagagalit tayo ay isang panimulang hakbang sa pagkatuto na mapagtagumpayan ang galit. Ang ating pangunahing mithiin ay matuto unang-una na hindi na tayo magalit.]”

• Nagagalit ba ang Panginoon?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na ipaliwanag kung bakit sila sumagot ng oo o hindi.

Maaaring banggitin ng mga miyembro ng klase na ang mga banal na kasulatan ay nagsasabi tungkol sa poot (o galit) ng Diyos at na si Cristo ay nagalit nang itaboy niya ang mga mamamalit ng salapi mula sa templo (tingnan sa Marcos 11:15–17). Bigyang-diin na ang Panginoon ay hindi galit na tulad nang karaniwan nating pagpapalagay sa galit. Hindi siya nakikipaglaban; hindi siya nagpakita ng poot o paghahangad na makapaghiganti; hindi siya nawalan ng pagpipigil. Ang kanyang galit ay madalas na tinatawag na makatwirang galit. Ang nagbunsod nito ay ang paghahangad na pagpalain ang mga anak ng Diyos, ipakita ang katotohanan, at wasakin ang kasamaan (tingnan sa 2 Nephi 1:26; Doktrina at mga Tipan 60:2; 63:32; 84:24).

Siping-banggit

Bigyang-diin na nagbigay si Cristo sa atin ng mga panuntunan kung paano tayo dapat kumilos kapag nahaharap sa isang situwasyon na kung saan galit ang pangkaraniwang tugon. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder ElRay L. Christiansen, na naging Katulong sa Labindalawa:

“Nagpakita si Jesus ng halimbawa sa pansariling asal tungkol sa galit noong, kahit na siya ay maling pinaratangan at ginawang tampulan ng panunukso at pangungutya, siya ay tumayong tulad ng hari at lubusang mahinahon sa harap ng nalilitong si Poncio Pilato. Hindi siya gumanti nang pagalit. Bagkus, siya ay tumayo nang tuwid, matatag, walang kibo. Ang kanyang asal ay banal. Tunay na isang halimbawa para sa ating lahat!

“Makinig sa mga kagila-gilalas na salitang ito ng Tagapagligtas, ang Maestro:

“ ‘Narinig ninyong sinabi, Iibigin mo ang iyong kapuwa, at kapopootan mo ang iyong kaaway.

“ ‘Datapuwat sinasabi ko sa inyo, Ibigin ninyo ang inyong mga kaaway, basbasan silang sumusumpa sa inyo, gumawa ng mabuti sa kanila na nasusuklam sa inyo, at idalangin ninyo ang sa inyo’y gumagamit at nagsisiusig. (Mateo 5:43–44.) “ (sa Conference Report, Abr. 1971, 28; o *Ensign*, Hun. 1971, 38).

Talakayan

- Paano tayo makapagpapakita ng pag-ibig sa mga nagmamaltrato sa atin?
- Paano magagawa ng pagpipigil sa una, at pagkatapos ay pagtatagumpay sa galit na maging higit tayong katulad ni Cristo?

Patotoo

Magpatotoo na kailangan nating matutuhang mapagtagumpayan ang galit kung nais nating umunlad sa espirituwal at maging higit na katulad ng Ama sa Langit at ni Jesucristo. Ipaalala sa mga miyembro ng klase na maaari tayong manalangin para sa tulong ng Ama sa Langit sa pagtatagumpay sa galit. Maaari ninyong naising magbahagi ng pansariling karanasan kung saan tinulungan kayo ng Ama sa Langit na mapagtagumpayan ang inyong galit.

Habang tinutukoy ang talaan sa pisara, hikayatin ang mga miyembro ng klase na gamitin ang isa sa mga positibong tugon na ito sa susunod na pagkakataong magalit sila.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kung makakukuha ng *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893), ipalabas ang "Komunikasyon sa Mag-anak," isang limang-minutong bahagi.

2. Ipaliwanag na sa pamamagitan ng pagpipigil sa ating galit, matutulungan natin ang iba na mapigil din ang kanilang galit. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Kawikaan 15:1.

   Pagparis-parisin ang mga miyembro ng klase at ibigay sa bawat pares ang isa sa mga pahayag sa ibaba upang talakayin (maaaring kailanganin ninyong gumawa ng karagdagang pahayag kung malaki ang klase). Hilingin sa mga miyembro ng klase na mag-isip ng dalawang tugon para sa kanilang pahayag: isang tugon na naglalaman ng 'mabigat na salita' na makalilikha ng higit na galit at isang "malumanay na sagot" na makapaparam sa galit. Kapag nakapag-isip na ang bawat pares ng dalawang sagot, hilingin sa bawat paris na ipakita ang kanilang mga sagot sa isang maikling palabas para sa buong klase.

   a. "Bakit hindi ka tumitingin sa iyong dinaraanan? Muntik mo na akong mapatid."

   b. "Ang pangit ng kamiseta ng kapatid mo."

   c. "Hindi ko ibinoto ang kapatid mo sa pagka-pangulo ng klase."

   d. "Hindi ba tayo maaaring manood ng ibang palabas sa telebisyon? Walang kuwenta ang isang ito."

   e. "Bakit hindi mo pa rin nililinis ang kalat na iyan?"
   f. "Sinuway mo ang isang patakaran sa bahay, kaya't hindi ka makapupunta sa sayawan."

Ang Karunungan ng Salita ng Karunungan

Aralin
26

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pagsunod sa Salita ng Karunungan ay nagdudulot ng mga pagpapalang espirituwal at ng mabuting kalusugan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Doktrina at mga Tipan 10:4; 88:124; 89.
2. Gumawa para sa bawat miyembro ng klase ng kopya ng bigay-siping "Mga Pagpapalang Dulot ng Pagsunod sa Salita ng Karunungan," na makikita sa katapusan ng aralin (pahina 182).
3. Gumawa ng kopya ng kuwento tungkol kay Erroll Bennett na nasa aralin sa susunod na linggo. Sa pagtatapos ng klase, ibigay ang bawat bahaging may bilang sa iba't-ibang miyembro ng klase. Hilingin sa mga miyembrong ito ng klase na maghanda na isalaysay ang bahagi nila ng kuwento, sa sarili nilang mga salita, sa klase sa susunod na linggo.
4. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Manwal ng may-ari ng isang sasakyan o kagamitan (opsiyonal).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Lahat ng tao, kahit na ang mga may bahagya o walang kaalaman tungkol sa mga makabagong paghahayag, ay magiging higit na malusog sa pamamagitan ng pagsunod sa mga alituntunin ng Salita ng Karunungan. Ang pagsunod sa Salita ng Karunungan ay humuhubog at nagpapalakas sa katawan at sa isipan, at ang mga alituntunin nito ay patungkol sa lahat. Ngunit ang Salita ng Karunungan ay higit pa sa isang plano ng kalusugan. Ang mga masunurin dito ay pinangangakuan ng "mga kayamanan ng kaalaman, kahit na nakatagong mga kayamanan" (Doktrina at mga Tipan 89:19). Tulungan ang mga miyembro ng klase na makilala ang mga kayamanan, o mga pagpapala, na para sa atin kung sumusunod tayo sa Salita ng Karunungan.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Isang Plano sa Pag-iingat ng Ating Katawan

Paggamit ng mga bagay sa pagtuturo ng aralin

Ipaliwanag na kapag ang isang tao ay bumibili ng isang bagong sasakyan o kagamitan, ang tagagawa ay nagbibigay ng mga tagubilin sa pangangalaga at pagmamantini ng makina. (Kung nakapagdala kayo ng manwal ng may-ari,

ipakita ito sa klase nang may maikling paliwanag kung anu-ano ang nilalaman nito.) Sa pamamagitan ng pagsunod sa mga iminungkahing tagubilin, ang isang tao ay makaaasa sa higit na maayos na pagtakbo at higit na mahabang panahong paggamit ng sasakyan o kagamitan.

- Ano ang maaaring mangyari kung ipagwawalang-bahala ng may-ari ang mga tagubilin ng tagagawa? (Ang makina ay maaaring masira o maaaring maging mapanganib pa.)

Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang bawat isa sa kanila ay may kahanga-hangang mekanismo. Ang mekanismong ito ay nagagawang ayusin ang sarili kung nagkakaroon ito ng maliliit na sira, ito ay may awtomatikong "panlinis ng salamin [windshield wipers]" at awtomatikong sistema ng pagpapalamig, at ito ay karaniwang tumatakbo nang higit na maganda kapag madalas na ginagamit.

- Ano ang kahanga-hangang mekanismong ito? (Ang katawan ng tao.)
- Anong paghahayag ang maituturing na "manwal ng may-ari" para sa ating mga katawan? (Ang Salita ng Karunugan.)

Ipaliwanag na tulad ng pagbibigay ng tagagawa ng mga tagubilin sa pangangalaga ng isang makina, ang Manlilikha ng ating katawan ay nagbigay ng mga tagubilin kung paano pangangalagaan ang mga katawang ito. Kung susundin natin ang mga tagubiling ito, na karamihan ay kabilang sa Salita ng Karunungan, makaaasa tayo ng higit na mabuting pagtakbo ng ating mga katawan at isipan. Hindi ito nangangahulugan na hindi na tayo magkakasakit o hindi na kakailanganin ng ating mga katawan ng pagkukumpuni, ngunit pagpapalain tayo ng Panginoon habang nagsisikap tayo na panatilihin ang ating mga katawan sa maayos na kundisyon.

Talakayan sa banal na kasulatan at sa pisara

Ipabasa nang malakas sa isang miyembro ng klase ang pamagat at buod ng Doktrina at mga Tipan 89 habang sumusunod ang iba sa sarili nilang mga banal na kasulatan.

- Kailan tinanggap ang paghahayag na ito? Paano ito natanggap? (Nagtanong ang Propetang Joseph Smith sa Panginoon hinggil sa paggamit ng tabako, at ibinigay ng Panginoon ang paghahayag na ito bilang kasagutan.)

Isulat sa pisara ang *Ang Salita ng Karunungan*, at isulat ang mga pamagat na *Gamitin:* at *Huwag Gagamitin:* sa ilalim nito.

- Ano ang itinuturo sa atin ng Salita ng Karunungan tungkol sa pangangalaga ng ating mga katawan? (Kung batid na ng mga miyembro ng klase ang mga alituntuning nilalaman sa Salita ng Karunungan, isang maikling pagbabalik-aral lamang ang kailangan dito. Kung hindi pa batid ng mga miyembro ng klase ang mga alituntunin, basahin at talakayin ang Doktrina at mga Tipan 89:5–17.)

Isulat o ipasulat sa mga miyembro ng klase ang kanilang mga sagot sa ilalim ng angkop na pamagat sa pisara.

ANG SALITA NG KARUNUNGAN

Gamitin:	Huwag Gagamitin:
Mga butil	Alak o matatapang na inumin (alkohol)
Mga bungang kahoy	Tabako
Mga dahon (mga tanim, lalo na ang mga gulay)	Maiinit na inumin (tsaa at kape)
Karne (pakonti-konti)	

Bigyang-diin na hindi lahat ng nakapipinsala ay binabanggit sa Doktrina at mga Tipan 89. Halimbawa, ang mga talatang ito ay hindi tiyakang bumabanggit sa mga droga, ngunit itinuturo sa atin ng properta at mga dalubhasa sa medisina na ang mga droga ay nakapipinsala kapag ginagamit nang hindi alinsunod sa tiyakang mga layuning pang-medisina. Ipaliwanag na ang mensahe ng Salita ng Karunungan ay iwasan ang lahat ng bagay na makapipinsala sa ating katawan. Idagdag sa hanay sa pisara ng "Huwag Gagamitin" ang "droga" at iba pang nakapipinsalang bagay na babanggitin ng mga miyembro ng klase.

Ipaliwanag na nagbigay ang Panginoon ng iba pang mga paghahayag sa makabagong panahon tungkol sa pangangalaga sa kalusugan. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 88:124 at 10:4.

- Anu-anong karagdagang tuntunin ng mabuting kalusugan ang ibinibigay sa mga talatang ito?

Idagdag ang mga bagay na ito sa naaangkop na hanay sa pisara.

Susunod Tayo sa Panginoon, Hindi sa Nagsasabwatang mga Tao

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 89:4.

- Ano ang ibig sabihin ng "nagsasabwatang mga tao"? (Sinungaling na mga tao na umaakit sa iba na gumawa ng mga gawaing nakapipinsala o masama.)
- Alinsunod sa banal na kasulatan, kailan magtatangka ang mga taong ito na akitin ang ibang tao sa kasamaan? (Sa mga huling araw, na ngayon na.)

Paglalahad ng guro

Sabihin sa mga miyembro ng klase na bagamat ang paghahayag sa bahagi 89 ay ibinigay nang mahigit 150 taon na ang nakararaan, ito ay tuwirang nauukol sa ating panahon. Noong 1833, ang mga paraan ng pagpapatalastas na alam natin ngayon ay hindi pa kilala. Walang mga radyo o telebisyon, at iilan lamang ang mga inililimbag na babasahin. Mula ng panahong iyon, ang pagpapatalastas ay naging pangkaraniwan. Ang mga taong ang hangarin lamang ay kumita ng salapi ay madalas na gumagamit ng makamundong patalastas upang makapagbenta ng masasama at mabubuting produkto. Ang karamihan sa mga patalastas ay tahasang nakatuon sa mga kabataan, na nagtatangkang kumbinsihin sila na ang mga nakapipinsalang bagay at produkto ay pangkaraniwan at katanggap-tanggap.

Talakayan

Bumanggit ng nakapipinsalang produkto na karaniwang ipinatatalastas sa inyong lugar, at hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang tungkol sa mga patalastas na nakita nila para sa produktong ito.

- Anu-anong paraan ang ginagamit ng mga tagapagpatalastas upang tangkain na makumbinsi kayo na kanais-nais ang produktong ito? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pagpapakita ng mga sikat na tao at lugar o pangangako sa mga gagamit ng produkto na sila ay tatanggapin ng iba o magiging sikat. Halimbawa, maraming patalastas ng serbesa ay nagpapakita ng mga guwapo at magagandang tao na masasaya, na nagpapahiwatig na masasaya ang mga tao dahil umiinom sila ng serbesa.)

Bigyang-diin na ang mga patalastas ay madalas magwalang-bahala sa mga nakapipinsalang epekto ng mga produktong ibinebenta nila. Halimbawa, ang mga patalastas ng serbesa ay hindi nagpapakita kailanman ng mga taong nalalasing at sinasaktan ang kanilang sarili o ang iba.

- Paano natin mapaglalabanan ang pagsusumikap ng mga taong nagnanais na gumamit tayo ng mga bagay na nakapipinsala sa ating katawan at espiritu?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na matanto nang ihayag ng Panginoon ang Salita ng Karunungan noong 1833, alam niya ang mga kaugalian na mangyayari sa ating panahon. Ibinigay niya sa atin ang paghahayag na ito upang matulungan tayo na malaman ang katotohanan tungkol sa mga bagay na mabuti at hindi mabuti sa ating katawan at espiritu.

May mga Kayamanang Ipinangako sa mga Masunurin

Talakayan

Ipaliwanag na paminsan-minsan, may mga balita na nag-uulat sa pagkakatuklas ng isang "nakatagong kayamanan," kagaya ng mahalagang aklat o obra ng sining na naitago sa kisame, isang lumubog na barko na may kargang ginto, o isang sinaunang libingan na puno ng pambihirang mga bagay at mahahalagang hiyas.

- Nais ba ninyo na makatuklas ng isang mapa na nagtuturo sa inyo sa isang nakatagong kayamanan? Ano ang gagawin ninyo kung may ganito kayong mapa?

Bigyang-diin na binigyan tayo ng ganitong mapa, ngunit ito ay nagtuturo ng nakatagong mga kayamanang espirituwal, hindi materyal.

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 89:18–19.

- Anu-anong pagpapala ang ipinapangako sa mga sumusunod sa Salita ng Karunungan?
- Anu-anong "kayamanan ng kaalaman" at "nakatagong kayamanan" ang maaaring mabilang sa pangakong ito?

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bolpen o lapis at isang kopya ng bigay-siping "Mga Pagpapalang Dulot ng Pagsunod sa Salita ng Karunungan."

Talakayin ang bawat "kayamanan," o pagpapala na nakatala at kung paano ito makakamtan bilang resulta ng pagsunod sa Salita ng Karunungan.

Bigyang-diin na sa panahong inihayag ang Salita ng Karunungan, karamihan sa tao ang hindi nakababatid ng tungkol sa masamang epekto ng mga produktong kagaya ng tabako at alkohol. Ngayon, pinagtitibay ng mga siyentipiko ang sinabi ng Panginoon.

kay Joseph Smith mahigit 150 taon na ang nakararaan, at maraming tao ang umiiwas sa mga produktong ito upang mabuhay nang higit na malusog. Ipaliwanag na ang mga kapakinabangang pisikal ng pagsunod sa Salita ng Karunungan ay magkatulad para sa mga naniniwala o hindi sa paghahayag. Gayunpaman, ang mga sumusunod sa Salita ng Karunungan dahil isa itong kautusan mula sa Diyos ay nakatatanggap ng karagdagang mga pagpapalang espirituwal.

Patingnan sa mga miyembro ng klase ang kanilang bigay-sipi at ipatukoy ang mga kayamanan na dulot ng pagsunod lamang sa matalinong kaugaliang pangkalusugan at ang dulot ng pagsunod sa mga kautusan ng Diyos.

Pagkatapos ng talakayan, papiliin ang bawat miyembro ng klase ng apat na kayamanan na pinakananais niya sa ngayon at pamarkahan ang mga ito sa bigay-sipi. Ipauwi sa mga miyembro ng klase ang mga bigay-sipi, at hikayatin sila na talakayin ito sa kanilang mga mag-anak, maaaring sa gabing pantahanan ng mag-anak o sa oras ng hapunan.

Patotoo

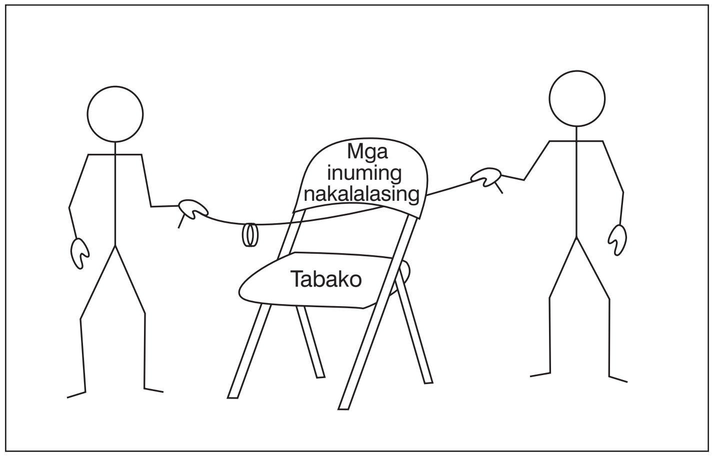
Magbigay ng patotoo tungkol sa kahalagahan ng Salita ng Karunungan sa pagpapanatili sa atin na malusog sa pisikal at espirituwal. Maaari ninyong naising sabihin sa mga miyembro ng klase ang tungkol sa epekto ng Salita ng Karunungan sa inyong buhay o sa buhay ng isang tao na kilala ninyo.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na sundin ang Salita ng Karunungan upang matanggap nila ang mga ipinangakong pagpapalang pisikal at espirituwal.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Gawin ang larong "Huwag Kang Palalason." Maglagay ng isang silyang natitiklop sa gitna ng silid-aralan. Sa isang pirasong papel, isulat ang *mga inuming nakalalasing*, at sa isa pang pirasong papel, isulat ang *tabako*. Idikit sa pamamagitan ng teyp ang nakasulat na "mga inuming nakalalasing" sa itaas ng silya at ang nakasulat na "tabako" sa upuan. Ipasok ang taling anim na talampakan ang haba sa butas sa pagitan ng sandalan at upuan (tingnan ang larawan sa susunod na pahina), at isuot ang isang singsing sa tali. Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang layunin ng larong ito ay ang maitawid ang singsing mula sa isang dulo ng tali hanggang sa kabila nang hindi nasasanggi ang mga lason na "mga inuming nakalalasing" at "tabako."



Mag-anyaya ng isang miyembro ng klase na subuking gawin ito nang nag-iisa. Kung nais ng iba pang miyembro ng klase na sumubok, hayaan sila. Pagkatapos ay papiliin ang unang miyembro ng klase ng katambal, at silang dalawa ang paglaruin nito. (Malamang na higit na madali nilang magagawa ito kaysa sa taong walang katulong). Itanong sa naunang miyembro ng klase:

- Higit bang madali na gawin ang bagay na ito kung ikaw ay nag-iisa, o kung may kasama kang iba?

Bigyang-diin na ang pagtupad sa Salita ng Karunungan ay higit na madali kung mayroon kayong tulong at suporta ng ibang tao. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na suportahan ang bawat isa sa kanilang pangakong pagtupad sa Salita ng Karunungan. Maikling talakayin ang mga paraan kung paano nila maaaring magawa ito.

Paalala sa guro: Para sa impormasyon sa iba pang laro na nagtuturo, tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin, 181–183.

2. Kung ang *Gabing Pantahanan ng Mag-anak Karagdagang Video* (53736 893) ay makukuha, ipalabas ang "Tapat sa Pananampalataya," isang siyam na minutong bahagi (huwag ipalalabas ang bahaging ito kung nagamit na ito sa ibang aralin).

   Pagkatapos na maipalabas ang bahagi ng video, talakayin kung paano naaapektuhan ng pagpiling sundin o hindi sundin ang Salita ng Karunungan ang kalayaan ng isang tao na gumawa ng mga pagpili sa hinaharap (tingnan sa aralin 2).

3. Bago magklase, idikit ang isang pirasong kendi, pera, o iba pang kanais-nais na bagay sa lalagyan ng pain ng isang bitag ng daga. Sa klase, ihanda ang bitag at ipakita ito sa ibabaw ng mesa o kahon.

   - Ilan sa inyo ang nais na magtangkang kunin ang pain? (Huwag hahayaan ang sinuman na talagang gawin ito.)

   Bigyang-diin na ang bagay ay nakadikit sa bitag.

   - Ilan sa inyo ang nais pa ring magtangkang kunin ang pain mula sa bitag? Bakit ayaw ninyo?

Ipaliwanag na si Satanas ay naglalagay ng espirituwal na mga bitag para sa atin. Upang maakit tayo sa mga bitag na ito, ipapangako niya sa atin ang lahat ng nais natin, ngunit wala siyang balak na tuparin ang kanyang mga pangako. Marami sa mga bitag ni Satanas ay kinapapalooban ng Salita ng Karunungan. Upang madala tayong lumabag sa Salita ng Karunungan, ipinapangako ni Satanas sa atin na ang paggawa nito ay magdudulot ng mga bagay na kanais-nais. Halimbawa, sasabihin niya sa atin na ang pag-inom o paggamit ng mga droga ay magpapaganda o magpapatanyag sa atin, o magpapasarap sa ating pakiramdam. Ngunit ang paglabag sa Salita ng Karunungan ay hindi kailanman magdudulot ng kagandahan, katanyagan, o kaligayahang tumatagal. Ito ay isang bitag na sa katapusan ay magdudulot ng sakit at kalungkutan.

Mga Pagpapalang Dulot ng Pagsunod sa Salita ng Karunungan

Kalusugang pisikal:	Magiging higit na matibay ang inyong katawan laban sa sakit at panghihina.
Kalusugang emosyonal:	Magkakaroon kayo ng kakaunting pag-aalala at damdaming nagkasala at higit na kapayapaan ng isip.
Kalusugan para sa mga anak ninyo:	Magiging ligtas ang inyong mga anak mula sa mga kapansanang namamana at kahinaan dahil sa pagkagumon sa droga, paninigarilyo, at pag-inom.
Pananampalataya:	Lalakas ang inyong pananampalataya habang nakikita ninyong pinagpapala ng Panginoon ang mga sumusunod.
Katalasang espirituwal:	Higit na mabuti ninyong matatanggap at masusunod ang inspirasyon mula sa Espiritu Santo.
Kalayaan:	Hindi kayo magiging sugapa sa droga o iba pang mga nakagugumong bisyo.
Karunungan at kaalaman:	Magkakaroon kayo ng malinaw na pag-iisip, ng paghahangad na matuto, at ng kakayahang makilala ang katotohanan mula sa kasinungalingan; higit na magiging mabuti ang inyong paggawa sa trabaho at paaralan.
Disiplina sa sarili:	Mapipigil ninyo ang inyong sarili at mapapalakas ang inyong kakayahang magsabi ng "hindi" sa mga tao o bagay na makapipinsala sa inyo.
Kapakinabangang pinansiyal:	Hindi kayo gugugol ng salapi sa sigarilyo, alak, o iba pang mga nakapipinsalang bagay; hindi ninyo kakailanganing magbayad ng mga gastusin sa pagpapagamot dahil sa paggamit ng mga bagay na ito.
Kakayahang maglingkod:	Hindi kayo makakaperhuwisyo sa ibang tao (dahil sa pagmamaneho nang lasing, paninigarilyo sa tabi nila, at iba pa); magkakaroon kayo ng kalusugan at lakas na kailangan upang makapaglingkod sa iba.

Hindi Makamundo

Aralin
27

Layunin Tulungan ang mga miyembro ng klase na mamuhay nang matwid sa kabila ng mga makamundong pamimilit.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Samuel 8; I Kay Timoteo 4:12; Alma 5:57; Doktrina at mga Tipan 3:5–8.
2. Isang linggo bago ibigay ang aralin, gumawa ng kopya ng kuwento tungkol kay Erroll Bennett at ibigay ang bawat bahaging may bilang sa magkakaibang miyembro ng klase. Hilingin sa mga miyembrong ito ng klase na maghandang isalaysay ang bahagi nila ng kuwento sa sarili nilang mga salita.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis at isang pirasong papel para sa bawat pangkat sa gawaing pampangkat (tingnan sa pahina 186).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro *Iniwan natin ang ating tahanan sa langit upang mamuhay dito sa mundo at umunlad ayon sa plano ng kaligtasan. Habang ibinibigay sa atin ang pagkakataong ito, ang mundo ay nagbibigay din sa atin ng maraming hamon, tukso, at pamimilit. Ang mga tin-edyer, lalo na, ay nahaharap sa matinding pamimilit mula sa isang makamundong lipunan. Habang natututo silang humarap sa mga hamon ayon sa mga alituntunin ng ebanghelyo, napalalakas sila at nagpapatuloy sa kanilang walang-hanggang pag-unlad. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na may kahalagahang pang-walang-hanggan na matuto tayong maging nasa mundo, ngunit hindi makamundo.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Pagkilala sa mga Makamundong Impluwensiya

Talakayan sa pisara

Ipaalala sa mga miyembro ng klase ang naunang aralin sa Salita ng Karunungan.

- May kakilala ba kayong sinuman na nagtangka nang kumbinsihin kayong labagin ang Salita ng Karunungan? Nakadama na ba kayo ng pamimilit mula sa mga kaibigan o kakilala na gumawa ng iba pang mga bagay na alam ninyong mali?
- Anu-anong kadahilanan ang madalas gamitin ng mga tao kapag nagtatangka silang himukin ang iba na gumawa ng bagay na mali?

Isulat ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa pisara (huwag buburahin ang talaang ito sa pisara para sa gawaing pampangkat sa ikatlong bahagi ng

aralin). Maaari ninyong naising gamitin ang sumusunod na mga halimbawa upang makatulong sa pag-iisip ng mga miyembro ng klase:

1. ”Walang sinumang makaaalam.”

2. ”Ginagawa ito ng lahat.”

3. ”Ang minsan lang ay walang masama.”

- Bakit madalas na maging mabisa ang mga kadahilanang ito?

Bigyang-diin na nais nating lahat na kagiliwan at tanggapin. Hindi ito masama, ngunit ang pagnanais na kagiliwan at tanggapin ay maaaring magdala sa atin sa gulo kapag nais natin na tanggapin tayo ng ibang tao nang higit sa pagnanais natin na tanggapin tayo ng Panginoon.

Ipaliwanag na bahagi ng pagkabuhay sa lupa ang pagkakatuto sa matagumpay na pagharap sa mga hindi matwid na impluwensiya. Higit na madaling harapin ang mga impluwensiyang ito kapag nakikilala natin ang mga ito at nauunawaan ang mga kahihinatnan na maidudulot ng pagpapadala sa kanila.

Pamimilit ng mga Kauri at ang Pagnanais na Maging Tulad ng Iba

Paglalahad ng guro

Ipaliwanag na ang impluwensiya na gumawa ng ilang bagay ay madalas na nagmumula sa ating mga kauri—mga tao sa ating paligid na kaedad natin at nasa mga kalagayang katulad natin. Ang ganitong klase ng impluwensiya ay malimit na tawaging “pamimilit ng kauri.” Ang pamimilit ng kauri ay maaaring maging positibo o negatibo, batay sa kung ang inyong mga kauri ay iniimpluwensiyahan kayong gumawa ng matwid o hindi matwid na mga bagay.

Bigyang-diin na kung minsan, ang ating mga kauri ay sadyang gumagawa ng mga pagsusumikap na maimpluwensiyahan ang ating pag-uugali, at kung minsan ay naiimpluwensiyahan tayo ng ating mga kauri dahil lamang sa nais natin na matulad sa mga hinahangaan natin. Alinman dito, kailangan nating pag-aralan nang inaalam kung ano ang ipinagagawa sa atin ng impluwensiya at kung ang mga ito ay mga bagay na tamang gawin o hindi.

Kuwento sa banal na kasulatan at talakayan

Ipaliwanag na si Satanas ay gumamit ng negatibong pamimilit ng kauri at ng paghahangad na matanggap bilang mga kasangkapan niya sa buong panahon. Sa panahon ng Lumang Tipan, ang mga anak ni Israel ay nakaranas ng paghahangad na maging tulad ng mga taong nakapaligid sa kanila. Talakayin sa mga miyembro ng klase ang situwasyon na matatagpuan sa 1 Samuel 8.

Upang masagot ang sumusunod na mga tanong, ipahanap at ipabasa ang nasabing mga banal na kasulatan. Maaaring naisin ninyong hilingin sa mga miyembro ng klase na maghali-halili sa pagbabasa nang malakas sa mga talata habang sumusunod nang tahimik ang iba.

- Hiniling ng mga anak ni Israel sa propetang si Samuel na magtalaga ng isang hari upang mamuno sa kanila. Bakit nais ng mga anak ni Israel ng isang hari? (1 Samuel 8:4–5; nais nilang matulad sa “lahat ng mga bansa.”)

- Ano ang ginawa ni Samuel nang humiling ng isang hari ang mga tao? (1 Samuel 8:6.) Ano ang sinabi ng Panginoon na gawin ni Samuel? (1 Samuel

8:7, 9; sinabi niya kay Samuel na ipaliwanag sa mga tao kung ano ang magiging uri ng buhay kung mayroon silang isang hari.)

- Ano ang sinabi ng Panginoon, sa pamamagitan ni Samuel, sa mga Israelita tungkol sa mga magiging bunga ng pagkakaroon ng isang hari? (1 Samuel 8:10–11, 13–18.)
- Gugustuhin niyo bang magkaroon ng isang hari kung alam ninyong aalipinin niya ang inyong mga anak at aangkinin ang inyong ari-arian? Sa palagay ninyo, nagbago ba ng isip ang mga Israelita tungkol sa pagkakaroon ng isang hari? (1 Samuel 8:19–22.)
- Sa palagay ninyo, bakit nagnais pa rin ang mga Israelita ng isang hari, kahit na pinagsabihan na sila kung gaano kasama ang magiging buhay sa ilalim ng isang hari?

Ipaliwanag na ang mga bunga na ipinropesiya ni Samuel ay dumating sa mga anak ni Israel. Ang unang hari na namuno sa kanila ay tumulong sa kanila na maging isang bansang malakas, ngunit ang mga sumunod na hari ay umalipin sa kanila, kinuha ang kanilang ari-arian, at sa kalaunan ay tumulong sa pagbagsak ng buong bansa.

- Tayo ba ay katulad ng mga Israelita, na hindi tinatanggap ang payo ng mga tagapaglingkod ng Panginoon upang sa gayon ay lalo tayong matulad sa lahat ng iba pa?
- Ano ang matututuhan natin sa karanasan ng mga Israelita?

Bigyang-diin na ang hindi matwid na mga impluwensiya ay maaaring maging malakas at magkaroon ng nakapipinsalang mga kahihinatnan. Upang tayo ay umunlad sa buhay, kailangan nating matutuhan kung kailan tayo pinipilit sa maling patutunguhan at kung paano mapaglalabanan ang pamimilit na iyon.

Paglaban sa mga Pamimilit ng Mundo

Talakayan

Bigyang-diin na samantalang ang ating mga kauri ay madalas na magkaroon ng malakas na impluwensiya sa ating pag-iisip at kinikilos, ang pamimilit na gumawa ng mali ay maaari ding magmula sa iba pang mga dako.

- Anu-ano pang ibang tao o bagay ang maaaring makaimpluwensiya sa atin na gumawa ng mga bagay na alam nating mali? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sikat na mga personalidad sa pelikula, musika, o palakasan; mga awitin o panitikan na laban sa mga pamantayan ng Simbahan; o mga patalalastas na nag-uudyok sa atin na magkasala.)

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 5:57. Ipaliwanag na ang talatang ito ay bahagi ng mga turo ni Alma sa mga tao sa Zarahemla na nais maging mga tagasunod ni Cristo (“ang mabuting pastol”).

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ni Alma nang banggitin niya sa mga tao na “lumabas kayo mula sa masasama, at humiwalay, at huwag hipuin ang kanilang maruruming bagay”?
- Paano tayo mabubuhay sa mundo ngayon at patuloy na susundin pa rin ang payo ni Alma?

Pagkatapos na matalakay ng mga miyembro ng klase ang tanong na ito, ipaliwanag na sa ngayon, hindi maaari o hindi kanais-nais na lubos nating ihiwalay ang ating sarili sa mga tao na hindi naniniwala sa pinaniniwalaan natin. Ngunit sa pamamagitan ng pagpapanatili sa ating mga pamantayan at sa pagpupunyagi na mabuhay nang matwid, maaari nating makayanan ang mga pamimilit ng mundo at makapagbigay ng positibong impluwensiya sa mga nasa paligid natin. Ang pariralang madalas na gamitin upang ilarawan ang kalagayang ganito ay "nasa mundo ngunit hindi makamundo." Nangangahulugan ito na nakatira tayo sa mundo, ngunit hindi tayo nabubuhay ayon sa mga makamundong pamantayan at paniniwala.

Gawaing pampangkat

Ipaliwanag na ang isang paraan upang madagdagan ang ating kakayahang mapaglabanan ang mga makamundong pamimilit ay ang maagang paghahanda sa ating pakikipaglaban. Hatiin ang mga miyembro ng klase sa maliliit na pangkat at bigyan ang bawat pangkat ng bolpen o lapis at isang pirasong papel para sa pagsusulat ng mga paalaala. Italaga ang bawat pangkat sa isa o higit pa sa mga bagay mula sa talaan ng mga kadahilanan na isinulat ninyo sa pisara sa pagsisimula ng aralin. Hilingin sa mga miyembro ng pangkat na magtulungan upang makabuo ng mga paraan kung paano sila tutugon kung may sinumang gagamit ng mga kadahilanang ito upang subukin na mahikayat silang gumawa ng isang bagay na mali. Kapag tapos na ang lahat ng pangkat, hilingin sa bawat pangkat na ibahagi ang kanilang mga tugon sa ibang mga miyembro ng klase. (Tingnan ang pangatlong gawaing nakapagpapaunlad para sa naiibang paraan ng gawaing ito.)

Talakayan

- Ano ang nakatulong sa inyo na gawin ang tamang bagay nang makadama kayo ng pamimilit na gawin ang kabaligtaran?

Kuwento

Ipaliwanag na habang nagpupunyagi tayo na mapaglabanan ang mga makamundong impluwensiya, dapat nating alalahanin na hinahangad ng Diyos ang ating tagumpay at siya ay nakahandang tumulong sa atin. Hilingin sa miyembro ng klase na nabigyan ng unang bahagi ng kuwento ni Erroll Bennett na isalaysay na ito ngayon:

1. Nabahala ang ama ni Erroll Bennett nang kanyang malaman na nagbabalak si Erroll na magpabinyag sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Nagtanong siya:

   " 'Nababaliw ka na ba? Kailangang isuko mo ang lahat—*ang lahat ng bagay* na pinaghirapan mo. . . . Kung gagawin mo ito, ayaw ko nang makilala ka pa. Dalhin mo ang lahat na pag-aari mo sa bahay na ito at huwag ka nang muling papasok sa pintuang ito kailanman.'

   "Hindi ito ang unang pagkakataon . . . na ang matinding pag-aalinlangan ng magulang ay naging isang hadlang sa pagtanggap ng ebanghelyo. Ngunit may higit pa sa pagsalungat na ito kaysa sa mga pagtutol sa mga bagong doktrina ng relihiyon. Para kay Erroll Bennett, ang pagsapi sa Simbahan ay nangangahulugan ng katapusan ng kanyang kahanga-hangang matagumpay na karera bilang nangungunang manlalaro ng saker sa Tahiti."

   "Si Erroll Bennett at ang kanyang asawa ay ipinakilala sa Simbahan ng isang kaibigan. Nakilala nila ang katotohanan ng ebanghelyo at nagpasiyang magpabinyag. Batid ni Erroll na bilang miyembro ng

Simbahan, kakailanganin niyang panatilihing banal ang araw ng Sabbath, ngunit ang lahat ng laro ng kanyang liga sa saker ay ginaganap kung Linggo. Si Erroll ay isang napakahalagang manlalaro, at nang malaman ng pangulo ng liga na si Erroll ay sasapi na sa Simbahan, tinawagan niya ang pangulo ng istaka upang itanong kung maaaring makakuha si Erroll ng isang tanging pahintulot na makapaglaro kung Linggo. Sinabi ng pangulo ng istaka sa pangulo ng liga na ang pasiya kung dapat na maglaro o hindi kung Linggo ay nasa kay Erroll.

Talakayan

Tanungin ang lahat ng miyembro ng klase:

- Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Erroll tungkol sa pamimilit na tinatanggap niya mula sa kanyang mag-anak, mga kasama sa koponan, at mga pinuno ng liga? Kung kayo si Erroll, ano ang gagawin ninyo?

Pagpapatuloy ng kuwento

Hilingin sa mga naatasang miyembro ng klase na isalaysay ang ikalawa at ikatlong bahagi ng kuwento:

2. Si Erroll ay muling nakipag-usap sa kanyang ama tungkol sa kanyang pasiya na sumapi sa Simbahan at muling tinanggihan, ngunit matibay ang pagkapangako ni Errol sa Simbahan. Nagpasiya siyang humingi ng payo sa kaibigang nagpakilala sa kanya sa Simbahan. Binanggit ng kaibigang ito sa kanya ang tungkol sa basbas ng pagkasaserdote, at isa pang kaibigan ang nagbigay kay Erroll ng isang pagbabasbas na nangako na malulutas ang kanyang suliranin at matatanggap ng kanyang ama ang pagbibinyag sa kanya.

   "Nang sumunod na araw, si Erroll ay muling nagtungo sa bahay ng kanyang ama. Habang palapit siya sa bahay, nakita niya ang kanyang ama na nakatayo sa tabi ng tarangkahan sa halamanan sa harapan. May mga luha sa kanyang mga mata. 'Nais kong patawarin mo ako, Erroll, 'sinabi niya. 'Hindi ako nakatulog kagabi sa pag-iisip tungkol dito. . . . ' Pagkatapos ay nagpatuloy siya: 'Alam mo na libu-libong tao ang mabibigo sa iyo. Ito ay mangangahulugan ng katapusan ng iyong karera kung hindi ka maglalaro kung Linggo. Alam mo na hindi babaguhin [ng pangulo ng liga] ang buong takdang mga araw ng laro ng liga [ng soccer] upang mapagbigyan ka lamang. Gayunman, ito ay pasiya mo. . . . ' "

3. Tumanggap si Erroll ng pamimilit mula sa mag-anak at mga kaibigan hanggang sa araw ng kanyang pagbibinyag. " 'Naaalala ko ang aking damdamin noong araw na iyon,' sabi ni Kapatid na Bennett ngayon. . . . 'Dumanas kami ng maraming pamimilit, at alam namin kung ano ang dapat naming gawin. Ngunit gayunman, nadama ko na kailangan ko ng isang huling pagpapatibay, isang huling palatandaan mula sa Panginoon na ang lahat ay maayos at dapat na magpatuloy kami.

   " 'Naaalala ko ang aking pag-akyat sa gilid ng bundok na malapit sa aking bahay kung saan hilig kong tumakbo, at pagbubuhos nang sarilinan ng aking damdamin sa aking Ama sa Langit. Humingi ako ng pagpapatibay, marahil ay ilang mensahe na tamang hakbang ang gagawin ko. Sa kalagitnaan pababa sa bundok sa daang pauwi, ako ay naghandog muli ng gayunding panalangin.

“ ‘Habang papalapit ako sa aking bahay, may isang kotse na nakaparada sa labas. Ito ay pag-aari ni Gabriel Vaianui, isang kasapi [na hindi gaanong naging aktibo] sa loob ng mga sampung taon, na dumadalo sa simbahan nang patigil-tigil. Nanggaling si Gabriel sa palengke at naulinigan ang isang taong nagsabi na si Erroll Bennett ay nagpasiyang hindi sasapi sa Simbahan ng Mormon sa kabila ng lahat. Kaagad ay nagmaneho siyang papunta sa aking bahay upang alamin para sa kanyang sarili.

“ ‘Nakilala ni Erroll si Kapatid na Vaianui bilang mensahero na hinahanap niya at agad ay tinanong niya, ‘Gabriel, dapat ba akong mabinyagan ngayon?’ Nang walang pag-aalinlangan, ang sagot ay dumating: ‘Erroll, anuman ang ginagawa mo, kailangan kang mabinyagan. Huwag kang tatalikod sa Simbahan.’ “

Lubos na nagpasalamat si Erroll sa payong ito. Sabi niya, “ ‘Iyon lamang ang aking kailangan—iyong kaunting patibay pa upang mabigyan ako ng lakas ng loob na kailangan ko.’ ”

Talakayan sa pisara

- Paano natagpuan ni Erroll ang lakas ng loob na paglabanan ang pamimilit mula sa labas at gawin ang tama?

Itala ang mga tugon ng mga miyembro ng klase sa pisara. Ang talaan ay maaaring kabilangan ng:

1. Humingi siya ng tulong mula sa mga namumuno sa pagkasaserdote at sinunod ang kanilang payo.
2. Humiling siya at binigyan ng basbas ng pagkasaserdote.
3. Nanalangin siya nang mataimtim.
4. Nanatili siyang nakatuon ang kalooban sa Espiritu Santo upang makilala niya ang sagot sa kanyang panalangin.

Bigyang-diin na ang bawat isa sa atin ay maaaring tumulad sa halimbawa ni Erroll kapag nadarama natin ang pamimilit na gumawa ng bagay na mali. Tutulungan tayo ng Diyos na mapaglabanan ang mga pamimilit ng mundo.

Pagtatapos ng kuwento

Tapusin ang talakayan sa pamamagitan ng pagpapaalala na kung minsan, ang matatag na paglaban sa mga pamimilit ng mundo ay nagkakaroon ng kamangha-manghang bunga. Hilingin sa naatasang miyembro ng klase na isalaysay ang katapusan ng kuwento ni Erroll Bennett:

4. ”Natuloy ang pagbibinyag ayon sa pagkakatakda, at pagkatapos ay nagkaroon ng panahon si Erroll Bennett upang makapag-isip. . . . Hindi makabubuti na magpakahirap sa kaiisip sa paghahanap ng posibleng kalutasan sa suliranin. . . . Hindi siya maglalaro sa mga araw ng Linggo. Kinabukasan ay kakausapin niya ang [pangulo ng kanyang koponan] at titigil siya sa pagiging aktibo sa saker, at iiwanang bukas ang kanyang puwesto sa ibang umaasa.

   “Ang reaksiyon [ng pangulo] ay kagulat-gulat. ‘Maghintay ka nang ilang araw,’ sinabi niya. ‘Maghintay ka hanggang sa matapos ang pulong ng liga sa pagtatapos ng linggong ito.’

"Nang marinig ni Erroll ang balita pagkatapos ng ilang araw, hindi siya halos makapaniwala. [Ang pangulo ng koponan] ay nagpasabi sa mga pinuno ng liga na ang samahang Sentral ay nagpasiyang hindi maglalaro sa mga araw ng Linggo. . . . Nagkaroon ng botohan, at iisa ang naging pasiya. Mula ngayon, ang lahat ng laro sa Dibisyong Honours ay gagawin sa mga gabi ng karaniwang araw" (Michael Otterson, "Erroll Bennett, Tahitian Soccer Star: His Courage Changed the Rules," *Ensign*, Okt. 1982, 15–17).

Bigyang-diin na naging maganda ang mga pangyayari para kay Erroll Bennett, ngunit ginawa ni Erroll ang pasiya na mabinyagan nang hindi alam kung ano ang kalalabasan ng mga pangyayari. Nagpasiya siyang gawin ang tama kahit anupaman ang maging kalabasan nito sa kanyang sarili. Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang pagpili ng tama ay magdadala ng mga pagpapalang walang hanggan, kahit na ang kagyat na situwasyon ay hindi lumalabas na naaayon sa nais natin.

Pagpapakita ng Mabuting Halimbawa

Talakayan sa banal na kasulatan at kuwento

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na sa pagharap nila sa mga makamundong impluwensiya, maaaring kailanganin nilang hanapin ang damdamin ng kalungkutan at di-pagtanggap. Ngunit mapapawi nila ang mga damdaming ito sa pamamagitan ng paghanap ng mga paraan upang makapagbigay ng "positibong pamimilit ng mga kauri," na makakaimpluwensiya sa kanilang mga kaibigan na gawin kung ano ang tama.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang I Kay Timoteo 4:12.

- Paano kayo magiging "mga uliran ng mga nagsisisampalataya"?

Talakayin sa mga miyembro ng klase ang mga paraan kung paano sila makapagpapakita ng magagandang halimbawa, tinutulungan ang bawat isa at ang kanilang mga kaibigan na mamuhay ayon sa mga pamantayan ng Panginoon. Maaari ninyong naising hilingin sa isang miyembro ng klase na basahin ang sumusunod na paglalarawan kung paano humaharap ang ilang estudyanteng Banal sa mga Huling Araw sa mga hindi matwid na pamimilit:

"Isa ako sa apat na Mormon sa 1,055 estudyante sa aming mataas na paaralan at nalaman namin na ang tanging paraan upang mapaglabanan ang kalungkutan tuwing Biyernes ng gabi ay magkaroon ng gawaing nakatutuwa bilang alternatibo sa pag-iinuman at hindi tamang mga ginagawa ng marami sa aming mga kamag-aral.

"Nag-anyaya kami ng mga kaibigan na pumunta sa aming bahay at maghanda ng rut bir at donat, at pitsa, matamis na tinapay at kendi. Naglalaro kami sa loob at labas ng bahay, nagsasayaw, umaawit, at nagkakaroon pa ng paligsahan sa pagkain ng pitsa at pagtatayo ng mga bilding blak.

Nalaman namin na marami sa aming mga kaibigan sa mga kaibigan nila ang nasiyahan sa alternatibong 'katuwaan' na ito at nagpasalamat kami sa pagkakataon na makapagpakita ng magandang halimbawa at maging lihim na mga misyonero" (Leslie E. Hartstock, sa "How to Keep Sabbath Despite Temptations," *Church News*, ika-30 ng Ene. 1982, 15).

Ang Pakikipaglaban sa Makamundong mga Impluwensiya ay Nagdudulot ng mga Gantimpalang Walang Hanggan

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na sa unang bahagi ng kanyang paglilingkod sa Panginoon, ang Propetang Joseph Smith ay pumayag sa paulit-ulit na pakiusap ni Martin Harris na mahiram ang 116 na pahina ng pagsasalin sa Aklat ni Mormon. Tinagubilinan ng Panginoon si Joseph Smith na huwag ibibigay ang mga pahinang ito kay Martin Harris, ngunit patuloy na nagtanong si Joseph Smith sa Panginoon hanggang sa bandang huli ay pumayag Siya. Kasunod nito, nawala ang mga pahinang ito. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 3:5–8, ang payo ng Panginoon kay Joseph Smith tungkol sa pagpapaimluwensiya sa ibang tao.

- Ano ang sinabi ng Panginoon kay Joseph Smith tungkol sa "[pagkaka]takot sa tao nang higit sa Diyos"? Ano ang ipinangako ng Panginoon kay Joseph kung magiging matapat siya?
- Bakit sulit ang pagsusumikap na mapaglabanan ang mga negatibong impluwensiya ng daigdig at panindigan ang ating mga pinaniniwalaan?

Patotoo

Magpatotoo na ang pagbibigay-kasiyahan sa Diyos ay higit na mahalaga kaysa sa pagbibigay-kasiyahan sa ibang tao. Ang pagbibigay-kasiyahan sa Diyos ay magdudulot ng mga gantimpalang walang hanggan, kahit na magdudulot ito ng pagkawala ng kasikatan. Maaari ninyong naising ibahagi ang isang karanasan kung saan nilabanan ninyo ang makamundong mga impluwensiya at sinunod ang mga kautusan ng Diyos.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na maging nasa mundo ngunit hindi makamundo at magpakita ng magagandang halimbawa sa kanilang mga kauri.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang pamimilit ng mga kauri ay maaaring hindi mahalata. Kung minsan, hindi tayo tiyakang hinihilingan na gumawa ng mali ngunit ipinadadamang tayo ay mahina o hindi sikat dahil ginagawa natin ang tama. Basahin ang sumusunod na mga situwasyon at ipatalakay sa mga miyembro ng klase kung paano sila tutugon kung sila ay nasa ganitong mga situwasyon:

   a. Si Joey at isang kaibigan ay naglalakad papalapit sa isang pulutong ng kabataang lalaki na tumitingin sa isang magasin. Nang makita ng mga kabataang lalaki na dumarating si Joey, itinago nila ang magasin at nagsabi, "Masyadong garapal ang bagay na ito para kay Joey! Kapag nakita niya ito, kailangan pa niyang mangumpisal sa kanyang obispo!" Nagtawanan silang lahat.

      - Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Joey? Ano ang maaari niyang gawin? Ano ang dapat niyang gawin?
      - Kung kayo ang kaibigan ni Joey, ano ang sasabihin ninyo kay Joey?

b. Pumasok si Michelle sa silid-aralan kung saan maingay na nagtatawanan ang ibang mga kabataang babae. May narinig siyang nagsabi, "Masyado siyang matwid sa sarili. Kung manamit siya ay parang ang kanyang ina ang pumipili ng kanyang isusuot." Nang makita ng mga kabataang babae si Michelle, bigla silang tumahimik at tumingin sa malayo.

   - Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Michelle? Ano ang dapat niyang gawin?

2. Isalaysay ang sumusunod na kuwento upang paalalahanan ang mga miyembro ng klase na maaari silang makapagpakita ng magagandang halimbawa para sa iba:

   "Napakaganda ng taong ito para sa akin, at ngayon ay patapos na ang mga taon ko sa mataas na paaralan. Nakatayo ako sa gitna ng pangkat ng maiingay, at tuwang-tuwa na [mga estudyante] na nagsisisulat sa mga aklat ng pagtatapos nang isang babaing hindi ko kilala ang lumapit sa akin at humiling kung maaari siyang sumulat sa aking aklat. Naisip ko na tila kakaiba ang ganito, ngunit aking . . . ibinigay [ang aklat] sa kanya. Ngumiti siya sa akin at nagmadaling pumunta sa isang mesa sa isa sa mga silid-aralan.

   "Nang gabing iyon, habang tinitingnan ko ang aking aklat ng pagtatapos at nangingiti sa lahat ng mga isinulat ng aking mga kaibigan, nakita ko ang isang maliit na talata na nagsimula sa, 'Hindi mo ako kilala, ngunit palagi kitang pinagmamasdan sa loob ng isang taon.'

   "Nabigla ako. Paulit-ulit kong binasa ang pangungusap na iyon. Hindi ako namuhay na tila may nagmamasid sa akin. Iniisip ko lamang ang masasayang araw ko. Patuloy akong nagbasa. Ang babaing ito . . . ay sumulat rin na napansin niya kung gaano ako kaaktibo sa seminaryo at napagpasiyahan niya na tumulad sa akin.

   "Bagamat nagmamalaki ako na ako ang kanyang napili upang hangaan, ang higit kong nadama sa sandaling iyon ay masidhing pagluwag ng kalooban na hindi ko siya dinala sa maling daan sa pamamagitan ng aking mga kilos nang hindi ko nalalaman. . . .

   "Hindi ko na muling nakita pa ang babaing iyon. Ngunit palagi kong naaalala ang sandaling binago niya ang aking buhay sa pamamagitan ng paghiling na sumulat siya sa aking aklat ng pagtatapos. Pinagsikapan ko mula sa araw na iyon na mabuhay sa bawat sandali na para bang may isang taong nagmamasid sa akin—dahil karaniwang mayroon nga" (Kaye Garner, "Just Like Me?" *New Era*, Okt. 1995, 9).

   Hilingin sa mga miyembro ng klase na pag-aralan nang tahimik ang sumusunod na tanong:

   - Kung malalaman ninyo na may isang taong nagmamasid sa inyo at sumusunod sa inyong halimbawa, matutuwa o mahihiya ba kayo sa halimbawa na inyong ipinakita?

3. Maaari ninyong naising gamitin ang sumusunod na gawaing pampangkat sa halip na ang matatagpuan sa pahina 186:

   Hatiin ang mga miyembro ng klase sa maliliit na pangkat at bigyan ang bawat pangkat ng bolpen o lapis at isang pirasong papel. Ipasulat sa bawat pangkat ang isa o dalawang bagay na maaaring gawin ng kanilang mga kauri upang mapilit silang gumawa ng isang bagay na mali (halimbawa, ang isang pangkat ng mga kaibigan ay maaaring kumbinsihin sila na manood ng isang hindi naaangkop na pelikula).

   Kapag nakapagsulat na ang bawat pangkat ng isa o dalawang halimbawa, sabihin sa mga pangkat na magpalitan ng mga papel. Patingnan sa bawat pangkat ang mga halimbawa sa bago nilang papel at magbigay ng mga paraan kung paano ang isang tao sa ganoong mga situwasyon ay mapaglalabanan ang pamimilit ng mga kauri. Kapag natapos na ang mga pangkat sa pagtalakay, hilingin sa kanila na ibahagi ang kanilang mga mungkahi sa iba pang miyembro ng klase.

   Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang isang paraan upang madagdagan ang ating kakayahan na mapaglabanan ang mga makamundong pamimilit ay ang magpasiya bago pa man natin maranasan ang mga ito kung paano tayo tutugon sa mga ganitong impluwensiya.

Alalahanin ang Araw ng Sabbath, na Panatilihing Banal Ito

Aralin 28

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na panatilihing banal ang araw ng Sabbath.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Exodo 20:8–11; Isaias 58:13–14; Lucas 24:1–3; Doktrina at mga Tipan 59:9–12.
2. Gumawa ng kopya ng "Pansariling Pagmamasid Pang-Sabbath," na matatagpuan sa hulihan ng aralin (pahina 200), para sa bawat miyembro ng klase.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Ang mga larawang Pagpapasa ng Sakramento (62021 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 604) at Panalangin ng Mag-anak (62275 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 606).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Mahirap kung minsan para sa mga kabataan na makadama ng pasasalamat para sa Sabbath. Malimit na iniuugnay lamang nila ito sa mga tuntunin at mga pagbabawal at nakakalimutang ito ay isang pagpapala mula sa isang mapagmahal na Ama sa Langit. Ang pagkakaunawa kung bakit ipinag-utos sa atin ng Ama sa Langit na panatilihing banal ang araw ng Sabbath ay makatutulong sa atin na malugod sa Sabbath at magpasalamat para dito. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na ang paggalang sa Panginoon sa araw ng Sabbath ay magdudulot sa atin ng dakilang mga pagpapala.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Sabbath ay Araw ng Pahinga at Pagsamba

Kuwento

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Isang manlalaro ng putbol si Eli Herring sa koponan ng Mataas na Paaralan ng Springville (Utah). Kapapanalo lamang ng koponan sa kampeonato ng estado, at lumalabas na si Eli ay patungo sa karera sa kolehiyo, o maging sa propesyonal putbol. Habang kinakausap ni Eli ang kanyang mga magulang tungkol sa mga bagay na ito, pinaalalahanan nila siya na tatandaan ang mga aral na itinuro nila sa kanya.

Ilang pamantasan ang nag-anyaya kay Eli na maglaro para sa kanila pagkatapos ng mataas na paaralan, ngunit pinili niyang pumasok sa Pamantasan ng

Brigham Young, sa isang banda sa dahilan na papayagan siya ng mga tagasanay dito na umalis para sa misyon pagkatapos ng unang taon. Pagkatapos bumalik si Eli galing sa kanyang misyon, muli siyang sumapi sa koponan at naging isa sa pinakamagaling na manlalaro ng putbol sa Estados Unidos.

Habang napagtatanto ni Eli na may malaki siyang pag-asa na magkaroon ng karera sa paglalaro ng propesyonal na putbol, pinag-isipan niya kung gaano niya kasisiyahan ito at kung gaanong pera ang kanyang kikitain. Ngunit napagtanto rin niya na bilang isang manlalarong propesyonal ng putbol, kakailanganin niyang maglaro ng putbol sa Sabbath.

Batid ni Eli na makagagawa siya ng mabubuting bagay dahil sa pera na kanyang kikitain bilang manlalarong propesyonal ng putbol. Mababayaran niya ang mga gastusin ng kanyang mga anak sa kolehiyo at sa pagmimisyon; maaari siyang magmisyon kasama ng kanyang kabiyak; magagawa niya anuman ang nais niyang gawain pagkatapos ng kanyang karera sa putbol nang hindi nag-aalala tungkol sa pera.

“Habang nahihirapan si Eli na magpasiya, naalala niya ang nabasa tungkol kay Erroll Bennett (tingnan sa aralin 27). Nang sumapi si Erroll sa Simbahan, nagpasiya siyang hindi na maglaro ng saker kung Linggo, bagamat siya ang pinakasikat na manlalaro ng saker sa Tahiti, at ang hindi paglalaro kung Linggo ay mangangahulugang kakailanganin niyang magbitiw sa kanyang koponan. Lubos na humanga si Eli Herring kay Erroll Bennett. Sabi ni Eli, “Alam kong nais kong maging isang taong katulad nito, na may ganoong pangangako at katapatan sa alam kong tama.”

Ipinaalam ng kanyang mga magulang at ng kanyang kabiyak kay Eli na susuportahan nila siya kung ano man ang kanyang mapagpasiyahan. Nakipag-usap si Eli sa maraming tao at pagkatapos ay nag-ayuno at nanalangin tungkol sa kanyang pasiya. Dibdiban niya ring binasa ang mga banal na kasulatan. Inabot siya ng anim na buwan bago tuluyang nakapagpasiya.

Sa wakas ay ipinasiya ni Eli na para sa kanya, ang pagpapanatiling banal sa Sabbath ay higit na mahalaga kaysa paglalaro sa propesyonal na putbol at pagkita ng maraming pera. “Binasa ko ang aking mga banal na kasulatan, at palaging nakakahanap ako ng higit at higit at higit pang dahilan na nadama ko sa aking puso na kailangan kong ipangilin ang Sabbath nang higit sa aking pangangailangang maglaro ng putbol,” wika ni Eli. Tinanggihan niya ang mga alok mula sa mga koponang propesyonal at ngayon ay nagtuturo at tagasanay sa isang mataas na paaralan. Hindi siya kumikita ng maraming pera, ngunit maligaya siya. Sabi niya: “Ang sahod ko ngayon, kahit na maliit, ay higit sa aming kinikita noong nag-aaral pa kami. Masaya kami na magkaroon ng higit kaysa sa noon. Paminsan-minsan, naiisip kong maaari kaming magkaroon ng bagong kotse o magandang bahay, ngunit hindi ako kailanman nagkaroon ng matinding pag-aalinlangan tungkol sa aking pasiya.” (Tingnan sa Joseph Richardson, “To Keep It Holy,” *New Era*, Okt. 1997, 34–37.)

Ipaliwanag na ang araling ito ay tungkol sa mga pagpapala na ating natatanggap kapag sinusunod natin ang kautusan ng Panginoon na panatilihing banal ang araw ng Sabbath.

Paggalang sa Araw ng Sabbath

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Exodo 20:9–11.

- Kailan unang ginawang banal ang araw ng Sabbath?

Ipaliwanag na matapos likhain ng Panginoon ang “langit at lupa, ang dagat, at lahat ng nangaroon” sa loob ng anim na araw, nagpahinga siya sa ikapitong araw. Kanyang pinabanal ang ikapitong araw. Sa madaling salita, ginawa niya itong banal. Ipaliwanag na hanggang sa Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo, ang Sabbath ay ipinangingilin sa ikapitong araw (Sabado). Ngayon, ang Sabbath ay ipinangingilin kung Linggo bilang pag-alala sa Pagkabuhay na Mag-uli ng Tagapagligtas sa araw na iyon (tingnan sa Lucas 24:1–3).

- Ano ang ibig sabihin ng panatilihing banal ang isang bagay? (Igalang ito, italaga ito sa matuwid na paggamit, panatilihin itong sagrado at karapat-dapat sa pagpipitagan.)
- Bakit dapat nating panatilihing banal ang araw ng Sabbath?

Siping-banggit at talakayan sa pisara

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder James E. Faust, na nang panahong iyon ay miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

“Bakit hinihiling sa atin ng Diyos na igalang ang araw ng Sabbath? Hindi kukulangin sa tatlo ang naiisip kong mga dahilan. Ang una ay may kinalaman sa pangangailangang pisikal na makapagpahinga at makapagpanibago. Malinaw na ang Diyos na siyang lumikha sa atin, ay higit na nakaaalam kaysa sa atin sa hangganan ng ating enerhiya at lakas na pisikal at mental.”

Isulat ang *Pagpapanibagong pisikal* sa itaas sa kaliwa ng sulok ng pisara. Pagkatapos ay hilingin sa isa pang miyembro ng klase na ipagpatuloy ang pahayag ni Elder Faust:

“Ang pangalawang dahilan, sa aking palagay, ay lalong higit na mahalaga. Ito ay may kinalaman sa pagpapanibago at pagpapalakas sa ating kalagayang espirituwal. Alam ng Diyos na kapag tayo ay pinabayaan sa sarili nating mga kagustuhan nang hindi palaging napapaalalahanan sa ating mga pangangailangang espirituwal, marami ang bababa sa pagiging abala lamang sa mga makamundong pagnanasa at layaw. Ang pangangailangang ito sa pagpapanibagong pisikal, mental, at espirituwal ay natutugon higit sa lahat ng matapat na pangingilin sa araw ng Sabbath.”

Sa kanan ng *Pagpapanibagong pisikal*, isulat ang *Lakas na espirituwal*.

- Bakit higit na mahalaga ang biyaya ng lakas na espirituwal kaysa pagpapahinga at pagpapanibagong pisikal?

Ipabasa sa isa pang miyembro ng klase ang natitira pa sa pahayag ni Elder Faust:

“Ang pangatlong dahilan [para sa paggalang sa araw ng Sabbath] ay maaaring siyang pinakamahalaga sa tatlo. Ito ay may kinalaman sa pagsunod sa mga kautusan bilang pagpapahayag ng ating pag-ibig sa Diyos. Pinagpala ang mga hindi nangangailangan ng dahilan para tumupad sa mga kautusan maliban sa kanilang pag-ibig sa Tagapagligtas” (sa Conference Report. Okt. 1991, 46–47; o *Ensign*, Nob. 1991, 35).

Sa kanan ng *Lakas na espirituwal*, isulat ang *Pag-ibig para sa Diyos*.

- Paano isang "pagpapahayag ng ating pag-ibig sa Diyos" ang may pagpipitagang pangingilin sa araw ng Sabbath ? Bakit maaaring ito ang pinakamahalagang dahilan para sa paggalang sa Sabbath?

Talakayan sa banal na kasulatan at sa pisara

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 59:9–12 (ipaliwanag na ang salitang *mga handog* sa talata 12 ay tumutukoy sa mga bagay na ating ginagawa upang maglingkod sa Diyos at ibang tao). Habang binabasa nila ang mga talatang ito, ipahanap sa kanila ang mga pariralang kabilang sa bawat isa sa tatlong kategorya na inyong isinulat sa pisara. Isulat ang kanilang mga sagot sa pisara sa ilalim ng naaangkop na kategorya, kagaya ng ipinakikita sa ibaba:

PAGPAPANIBA-GONG PISIKAL	LAKAS NA ESPIRITUWAL	PAG-IBIG PARA SA DIYOS
"Magpahinga mula sa inyong mga gawain " (talata 10).	"Mapag-ingatan ang inyong sariling walang bahid-dungis mula sa sanlibutan " (talata 9). "Ipinagtatapat ang inyong mga kasalanan " (talata 12).	"Iukol ang inyong mga pananalangin sa Kataas-taasan " (talata 10). "Inyong iaalay ang inyong mga handog at ang inyong mga sakramento sa Kataas-taasan " (talata 12).

Gawing Isang Kaluguran ang Sabbath

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Isaias 58:13–14. Tulungan silang talakayin ang sumusunod na mga parirala at katanungan:

1. "Iurong . . . sa paggawa ng iyong kalayawan."

Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ni Isaias nang sabihin niya ito?

Ipaliwanag na hindi sinasabi ni Isaias na hindi natin dapat kasiyahan ang Sabbath; ang sinasabi niya ay ang araw ng Sabbath ay araw upang kalimutan ang sarili nating mga layaw at sundin ang kalooban ng Diyos.

2. "Tawagin ang sabbath na kaluguran."

- Paano isang kaluguran ang Sabbath?

3. "At iyong pararangalan [ang Panginoon]."

- Paano maaaring maging pamantayan ang parilalang ito ng lahat ng ating gawain sa Sabbath?

4. "Hindi ka lalakad sa iyong mga sariling lakad."

- Paano nagiging babala sa atin ang parilalang ito kapag iniisip natin kung ano ang dapat at kung ano ang hindi dapat gawin sa Sabbath?

5. "Malulugod ka nga sa Panginoon."

- Paano tayo pinaliligaya ng pagsamba sa Diyos?

Siping-banggit at talakayan

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na mga salita mula kay Pangulong Thomas S. Monson ng Unang Panguluhan:

"Ibinigay ng Panginoon ang Sabbath para sa inyong kapakinabangan at inutusan kayo na panatilihing banal ito. Maraming gawain ang naaangkop para sa Sabbath. Itanim sa isip, gayunpaman, na ang Linggo ay hindi piyesta opisyal. Ang Linggo ay banal na araw" (sa Conference Report, Okt. 1990, 61; o *Ensign*, Nob. 1990, 47).

- Ano ang kaibahan ng piyesta opisyal sa banal na araw? Anu-ano ang magagawa natin upang gawing banal na araw ang Sabbath at isang kaluguran para sa atin?

Gawain sa pisara

Ipakita ang mga larawang Pagpapasa ng Sakramento at Panalangin ng Mag-anak. Hilingin sa mga miyembro ng klase na maghali-halili sa pagpunta sa pisara at pagtala ng mga bagay na magagawa nila at sa simbahan at sa tahanan upang mapanatiling banal ang araw ng Sabbath. Kung may mga katanungan ang mga miyembro ng klase tungkol sa mga naangkop na gawaing pang-araw ng Sabbath, tingnan sa pang-apat na gawaing nakapagpapaunlad.

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng bolpen o lapis at isang kopya ng "Pansariling Pagmamasid Pang-Sabbath." Ipasulat sa bawat miyembro ng klase ang kanyang mga sagot sa mga tanong sa pagmamasid. Magbigay ng lima hanggang pitong minuto, at pagkatapos ay talakayin ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa mga tanong 1 hanggang 4 (hayaan silang ilihim ang kanilang mga sagot sa tanong 5).

Patotoo

Magpatotoo sa mga pagpapala at kagalakan na dumating sa inyo sa pamamagitan ng tamang pangingilin sa araw ng Sabbath.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na gawing kalugud-lugod ang bawat Linggo sa pamamagitan ng pagsasagawa sa mga pangangako o mga pangangako na isinulat nila sa kanilang "Pansariling Pagmamasid Pang-Sabbath" (tanong 5).

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Basahin ang sumusunod na mga kuru-kuro:

   "May isang halos nabibingi nang kapatid na babae ang minsan tinanong kung paano niya nagagawang dumalo sa pulong-sakramento bawat linggo [at manatiling] lubos na interesado sa mga sinasabi. . . . [Wika niya]: 'Nananabik akong makihalubilo sa mga minamahal ko at nagmamahal sa ebanghelyo. Nakikibahagi ako sa kanilang diwa nang hindi nakaririnig ng isang salita, at kung tunay na nakatuon ang kalooban ko, bumubulong sa akin ang Panginoon' " (Robert K. Thomas, "Listening with the Spirit," *Ensign*, Ene. 1978, 40).

- Ano ang magagawa natin sa pulong-sakramento upang maging ‘nakatuon ang kalooban’ kagaya ng kapatid na babaing ito?

2. Isalaysay ang sumusunod na kuwento na inilahad ni Elder James E. Faust:

   “Isang . . . himala ang naganap sa Kultihang Pangkawanggawa ng Istaka ng Wells mga ilang taon na ang nakalilipas kung saan ang mga katad ng hayop ay kinukulti upang maging balat. Sa karaniwang mga araw, ang mga katad ay inaalis sa mga tangke at naglalagay ng sariwang apog sa mga tangke, at pagkatapos nito ay ibinabalik ang mga katad sa solusyon ng apog. Kapag hindi nababaligtad ang mga katad kung piyesta opisyal, nabubulok ang mga ito. Ngunit ang pagpapalit na ito ay hindi kailanman ginagawa kung Linggo, ngunit walang bulok na katad pagdating ng Lunes. Paliwanag ni J. Lowell Fox, ang tagapangasiwa ng kultihan nang panahong iyon:

   “ ‘Ito ay nagdulot ng kakaibang katotohanan sa aming mga isipan: ang mga piyesta opisyal ay pinagpapasiyahan ng tao, at sa mga araw na ito, kagaya ng ibang araw sa sanlinggo, nangangailangan ng mga katad ng natatanging pag-aalaga bawat labindalawang oras. Ang Linggo ay ang araw na itinakda ng Panginoon bilang araw ng pahinga, at binibigyan Niya tayo ng pagkakataong makapagpahinga sa ating mga gawain kagaya ng Kanyang ipinag-uutos. Ang mga katad sa kultihan kailanman ay hindi nabubulok kung Linggo. Ito ay isang makabagong himala, isang himalang nagaganap tuwing katapusan ng sanlinggo!’ “ (sa Conference Report, Okt. 1991, 46; o *Ensign*, Nob. 1991, 35).

   Sumangguni sa sumusunod na mga pahayag kung may katanungan ang mga miyembro ng klase tungkol sa mga naaangkop na gawaing pang-Sabbath:

   Mga Bagay na Maaari Nating Gawin sa Sabbath

   Sinabi ni Pangulong Spencer W. Kimball: “Ang Sabbath ang araw kung kailan dapat tayong mag-imbentaryo—suriing mabuti ang ating mga kahinaan, ipagtapat ang ating mga kasalanan sa ating mga kasama at sa Panginoon. Ito ay isang araw kung kailan ay dapat na mag-ayuno. . . . Ito ang araw kung kailan ay dapat na magbasa ng mahuhusay na mga aklat, isang araw upang makapagmuni-muni at makapagnilay-nilay, isang araw upang mag-aral ng mga aralin sa pagkasaserdote at mga pantulong na samahan, isang araw upang mag-aral ng mga banal na kasulatan at maghanda ng mga sermon, isang araw upang umidlip at mamahinga at magpahingalay, isang araw upang dalawin ang maysakit, isang araw upang ituro ang ebanghelyo, isang araw upang mangaral, isang araw upang tahimik na makisalamuha sa mag-anak . . . , isang araw para sa tamang panliligaw, isang araw upang gumawa ng mabuti, isang araw upang uminom sa bukal ng kaalaman at tagubilin, isang araw upang humingi ng kapatawaran sa ating mga kasalanan, isang araw para sa pagpapayaman ng ating espiritu at kaluluwa, isang araw para sa pagpapanumbalik natin sa ating katayuang espirituwal, isang araw para sa pagtanggap ng mga sagisag ng sakripisyo at pagbabayad-sala [ni Jesus], isang araw para pagmuni-munihan ang mga kaluwalhatian ng ebanghelyo at ng mga daigdig na walang-hanggan, isang araw upang umakyat nang mataas sa daang paakyat patungo sa ating Ama sa Langit” (The Teachings of Spencer W. Kimball, inedit ni Edward L. Kimball [1982], 216).

Mga Bagay na Dapat Nating Iwasan sa Sabbath

Si Elder Ezra Taft Benson, na noon ay miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol, ay nagwika:

"Para sa akin, ang mga sumusunod ay dapat iwasan sa Sabbath:

"Pagtatrabaho nang sobra-sobra at pagpupuyat kung Sabado kung kaya't pagod na kayo sa susunod na araw.

"Pagpuno sa Sabbath ng karagdagang napakaraming pagpupulong kung kaya't wala nang panahon para sa panalangin, pagninilay-nilay, pakikipagkapatiran, at pagpapayo.

"Paggawa sa halamanan at kung anu-anong kakaibang gawain sa bahay.

"Pagbiyahe patungo sa mga bundok o pasyalan, pakikipagsosyalan sa mga kaibigan, pagbubulakbol, pagsasayang ng oras, at pagiging abala sa iba pang libangan. . . .

"Aktibong paglalaro at panonood ng sine.

"Pagiging abala sa palakasan o pangangaso ng 'maiilap na mga hayop' na ginawa ng Diyos para magamit lamang ng tao sa panahon ng kakulangan ng pagkain at mahigpit na taggutom.' (Tingnan sa Doktrina at mga Tipan 89:15.) . . .

"Pagbabasa ng mga lathalain na hindi nakatutulong sa inyong espirituwal na pag-unlad.

"Pamimili o pagtangkilik sa mga negosyong bukas kung Linggo, kagaya ng tindahang groseri, malalaking pamilihan, restoran, o gasolinahan at iba pang gamit-pansasakyan" ("Keeping the Sabbath Day Holy," *Ensign*, Mayo 1971, 6–7).

Pagtatrabaho sa Sabbath

Si Elder Earl C. Tingey ng Pitumpu ay nagsabi: "Batid natin na may mahahalagang negosyo na dapat na nakabukas kung Linggo. Ito ay mga paglilingkod pang-kagipitan, medikal, transportasyon, at iba pang uri ng gawaing pang-proteksiyon, kagaya ng pulisya at pamatay-sunog" (sa Conference Report, Abr. 1996, 12; o *Ensign*, Mayo 1996, 10–11).

Ang mga empleyado ng "mahahalagang negosyo" na ito ay maaaring magpanatiling banal ang Sabbath kahit kinakailangan ang kanilang paglilingkod sa araw ng Linggo. Halimbawa, maaari nilang basahin ang mga banal na kasulatan sa oras ng breyk sa trabaho, at dumalo sa mga pagpupulong sa Simbahan bago o pagkatapos ng trabaho.

Pansariling Pagmamasid Pang-Sabbath

1. Aling mga layunin at pagpapala ng Sabbath ang mahalaga sa inyo?

2. Anu-anong gawain ang tila nag-aalis sa layunin ng Sabbath para sa inyo?

3. Anu-anong gawain ang nakatutulong sa inyo na madama ang Espiritu sa Sabbath?

4. Ano ang magagawa ninyo bago mag-Linggo upang magawang lalong kalugud-lugod na araw ang Sabbath?

5. Ano ang gagawin ninyo upang mapanatiling banal ang araw ng Sabbath at lalong kasiyahan ito?

Pagbabayad ng Ikapu nang may Tamang Saloobin

Aralin **29**

Layunin — Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magbayad ng ikapu nang may kagalakan at pananampalataya.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Malakias 3:8–12; II Mga Taga Corinto 9:6–7; Moroni 7:6–8; Doktrina at mga Tipan 104:14–15; 119:4.
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro — *Ang pagbabayad ng ikapu ay isang pribilehiyo. Binibigyan tayo nito ng pagkakataon na ipakita ang ating pasasalamat at pagmamahal sa Panginoon. Kailangan nating magbayad ng ikapu nang higit na labis kaysa sa pangangailangan ng Panginoon na gawin natin ito, gayunpaman, lubos siyang nagagalak kapag nagbabayad tayo nang may pananampalataya at may nakahanda at masayang puso. Ang diwa kung paano tayo nagbibigay, sa katunayan, ay kasing halaga ng gawaing pagbibigay. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pagbabayad ng ikapu ay higit pa sa pagbibigay ng salapi, ito ay pagpapakita ng pananampalataya, pasasalamat, at mapagpakumbabang pagsunod.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Pagbabayad ng Ikapu ay Nagpapakita ng Pananampalataya at Pagsunod

Kuwento — Isalaysay ang sumusunod na kuwento na ibinahagi ni Elder Joe J. Christensen ng Pitumpu:

"Malinaw kong naaalala ang isang karanasan ko sa pagtatapos ng aking misyon. . . .

"Sa panahong iyon ay naglilingkod ako sa tahanan ng misyon kasama ang pangulo ng Misyon ng Mehiko at Gitnang Amerika. Tinawag niya ako at ang aking kasama sa kanyang tanggapan isang araw at sinabi sa amin na ipadadala niya kami sa Oaxaca. Binigyan niya kami ng talaan ng mga pangalan ng lahat ng taong sumapi sa Simbahan sa loob ng maikling panahong naglingkod ang mga misyonero doon; sila ay inalis doon mga ilang buwan na ang nakalilipas. Ang aming tungkulin ay hanapin ang bawat isa sa talaan, alamin kung ano ang nangyayari sa kanila, at, kung maaari, magdaos ng pulong-sakramento upang ang mga miyembro ay makapagtipon at makatanggap ng sakramento. Pagkatapos ay mag-uuwi kami ng ulat.

"Nagawa namin ang magdamag na paglalakbay sa maliit at makitid na daang-bakal, at dumating nang maagang-maaga kinabukasan. Pagkababang-pagkababa namin sa tren, nagsimula kaming maghanap ng mga tirahan.

"Ang unang lugar na aming pinuntahan ay isang daan na nababakuran ng mahabang pader na adobe na may mga pintuan. Nang matagpuan namin ang tirahan na aming hinahanap at pumasok sa pintuan, natagpuan namin ang maraming bahay sa loob. Sa isang sulok ay ang bahay ng isang babaing aming hinahanap. Nakatira siya doon kasama ng kanyang walong-taong-gulang na anak na lalaki at sanggol na babae.

"Sa kanyang paglabas sa kanyang maliit na bahay, nakilala niya kami dahil sa aming pananamit, at nagmadali siya at masigla kaming binati sa salitang Mehikano. Pagkatapos nito, walang imik siyang tumalikod at muling pumasok sa bahay.

"Pagkaraan ng ilang saglit, bumalik siya na may dalang maliit na garapon na yari sa putik. Ipinasok niya ang kamay sa garapon at dumukot ng ilang peso at sentabo (mga salaping Mehikano). Sinabi niya sa amin na ang kanyang mag-anak ay nagtabi ng sampung porsiyento ng kung anuman ang kinita nila. Ang karamihan sa ikapung iyon ay nagmula sa kanyang anak na lalaki, na nagtatrabaho sa plasa sa gitna ng lungsod, bilang limpiya-bota. Sa kanyang pag-uwi araw-araw, kaagad niyang inilalagay ang kanyang ikapu sa maliit na garapon upang ang pera ay maibigay sa mga misyonero kailanman sila bumalik.

"Naaalala ko ang aking nadama habang iniaabot sa akin ng babae ang pera. Nakatayo siya roon sa kupasing damit at nakayapak, at ang kanyang mga anak ay ganoon din ang kalagayan. Batid kong may mga bagay na nais niyang bilhin para sa kanyang mga anak. Batid kong kailangang-kailangan nila ng pera para sa maraming bagay.

"Sa simula ay nais kong ibalik ang pera sa kanya at himukin siya na gugulin ito sa mga bagay na kailangan niyang lubos. Ngunit natanto ko na wala akong karapatan na gawin ang ganito. Siya at ang kanyang anak na lalaki ay masikap na itinabi ang pera, nalalamang ito ay sa Panginoon, at nagnanais na matanggap Niya ito. Napagtanto ko rin, na pagpapalain sila dahil dito.

"Natuto ako ng dakilang aral nang araw na iyon tungkol sa kahalagahan ng pagbabayad ng ikapu at mga pagpapalang idudulot nito. Natuto rin ako ng aral tungkol sa pananampalataya. Ang batang lalaking iyon at ang kanyang ina ay hindi nakatitiyak kung babalik pa ang mga misyonero sa kanilang tahanan, ngunit nakapangako sila sa mga alituntunin ng ebanghelyo, at may pananampalataya sila, na kapag sila ay masunurin, pagpapalain sila ng Panginoon" (sinipi ni Kellene Ricks, sa "Friend to Friend," *Friend*, Ene. 1991, 6).

Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang araling ito ay tungkol sa ikapu. Ipaliwanag na ang aralin ay sumasagot sa tatlong tanong tungkol sa ikapu:

Ano ang ikapu?

Anu-anong pagpapala ang tatanggapin natin kapag nagbabayad tayo ng ikapu?

Ano ang dapat na maging saloobin natin tungkol sa pagbabayad ng ikapu?

Ano ang Ikapu?

Talakayan at siping-banggit

- Ano ang ibig sabihin ng pagbabayad ng tamang ikapu?

Ibahagi ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"May mga katanungang natatanggap sa tanggapan ng Unang Panguluhan paminsan-minsan mula sa mga pinuno at mga kasapi ng Simbahan na humihiling ng kaalaman kung ano ang maituturing na tamang ikapu.

"Kami ay sumagot nang pare-pareho na ang pinakamadaling pahayag na alam namin ay ang pahayag ng Panginoon mismo, na ang mga kasapi ng Simbahan ay dapat magbayad ng 'ikasampung bahagi ng lahat ng kanilang tinubo bawat taon' na alam nating nangangahulugan ng kita (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 119:4)" (sa Conference Report, Okt. 1980, 113; o *Ensign*, Nob. 1980, 77).

Ipaliwanag na kailanman na tayo ay tumanggap ng pera, hinihiling sa atin na magbayad ng ikapu sa pamamagitan ng pagbibigay ng sampung porsiyento ng salaping ito sa Panginoon.

Banal na kasulatan at talakayan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Malakias 3:8–9.

- Paano nagagawa ng mga tao na "nakawan ang Diyos" sa pamamagitan ng hindi pagbabayad ng ikapu?

Talakayan at siping-banggit

- Saan ginagamit ang mga pondo ng ikapu?

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng pagkakataong makatugon. Pagkatapos ay basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang Panginoon ay nagbigay ng tagubilin sa pamamagitan ng paghahayag na ang paggugol sa kanyang ikapu ay pangangasiwaan ng kanyang mga tagapaglingkod, ang Unang Panguluhan, ang Korum ng Labindalawang Apostol, at ang Namumunong Pamunuang Obispado (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 120). Ang mga pondong ito ay ginugugol sa pagtatayo at pangangalaga ng mga templo at mga bahay sambahan, sa pagpapatakbo ng ating pandaigdigang gawaing misyonero, sa pagsasalin at paglalathala ng mga banal na kasulatan, sa pagbibigay ng panustos upang matubos ang mga patay, sa pagbibigay ng pondo sa edukasyong pang-relihiyon, at sa pagbibigay ng tulong sa iba pang mga layunin ng Simbahan na pinili ng mga itinalagang tagapaglingkod ng Panginoon" (sa Conference Report, Abr. 1994, 46; o *Ensign*, Mayo 1994, 35).

Anu-anong Pagpapala ang Tatanggapin Natin Kapag Nagbabayad Tayo ng Ikapu?

Talakayan sa banal na kasulatan

Bigyang-diin na tumatanggap tayo ng mga pagpapala kapag nagbabayad tayo ng ikapu. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Malakias 3:10.

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng Panginoon nang sabihin niyang "Subukin ninyo ako ngayon"? (Magbayad ng ikapu at tingnan na tinutupad niya talaga ang kanyang mga pangako. Pansinin na sa talatang ito, ang salitang *subukin* ay nangangahulugan ang patunayan.)

- Paano maaaring "gawin ng Panginoon na "buksan] . . . ang mga durungawan sa langit" upang pagpalain tayo kapag nagbabayad tayo ng ikapu?

Ipaliwanag na ang mga pagpapalang maaaring ibigay ng Panginoon sa mga taong nagbabayad ng ikapu ay kinabibilangan ng kakayahang kumita ng sapat na salapi upang matustusan ang kanilang mga pangangailangan, kakayahang gugulin ang salapi sa matalinong pamamaraan, pangangalaga laban sa mga kapahamakang gugugulan nang malaki, at kagalakan ng pagbabahagi at pagbibigay. Ang pagsunod sa batas ng ikapu, katulad ng pagsunod sa ibang pang mga kautusan, ay nakatutulong din sa atin na madama ang impluwensiya ng Espiritu Santo sa ating buhay.

Siping-banggit at talakayan

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong David O. McKay, ang pangsiyam na Pangulo ng Simbahan:

"Ang ikapu ay gumagawa ng pinakadakilang pagsusumamo sa matapat na kaisipan dahil sa espirituwal na kahalagahan nito. Ito ay isang maaasahang pinagkukunan ng kapangyarihang espirituwal. Ang tapat at palagiang pagsunod sa batas na ito ay magbibigay ng labis na pag-unlad na espirituwal katulad rin ng pagsunod sa anumang iba pang alituntunin ng ebanghelyo" (*Gospel Ideals* [1953], 199).

- Nangako ang Panginoon na pagkakalooban tayo ng mga pagpapalang espirituwal at materyal kapag nagbabayad tayo ng tamang ikapu. Paano kayo pinagpala ng Panginoon, o ang isang taong kilala ninyo, dahil sa matapat na pagbabayad ng ikapu? (Maaari ninyong ibahagi ang isang karanasan sa iyong sariling buhay.)

Ano ba ang Dapat Nating Maging Saloobin Tungkol sa Pagbabayad ng Ikapu?

Kuwento at talakayan

Bigyang-diin na hindi tayo dapat magbayad ng ikapu upang makatanggap lamang ng mga pagpapala. Dapat tayong magbayad ng ikapu nang may tamang saloobin—maluwag sa loob, may kagalakan, at may pananampalataya.

Ipaliwanag na noong mga nakaraang panahon, ang ikapu ay karaniwang binabayaran ng "bagay." Sa madaling salita, ang mga miyembro ng Simbahan ay nagbibigay ng ikasampung bahagi ng kanilang kinitang mga bagay, kagaya ng mga pananim at hayop. Isalaysay ang sumusunod na kuwento ng isang tao na noong bata pa ay natutong magbayad ng ikapu sa bagay:

"Ang espirituwalidad ni Lolo Vanisi ay nakapagpahanga sa akin noong bata pa ako. Naaalala kong sumusunod ako sa kanya sa kanyang taniman araw-araw. Palagi niyang itinuturo sa akin ang pinakamaganda niyang mga gabi, saging, o ube, at magsasabing: 'Para sa ating ikapu ang mga ito.' Ang pinakamaingat niyang pangangalaga ay ibinibigay sa mga 'piniling' ito. Sa panahon ng pag-aani, ako ang malimit na maatasang magdala ng aming hahakuting ikapu sa pangulo ng sangay. Naaalala ko ang pagsakay sa kabayo ng mag-anak. Binubuhat ni Lolo at isinasakay sa likod ang isang sako ng piniling gabi na binabalanse ko naman sa aking harap. Pagkatapos nito, sasabihin niya sa akin na may kataimtiman sa kanyang mga mata, 'Simi, lubos kang mag-iingat dahil ito ang ating ikapu.' Mula sa aking lolo ay natutuhan ko nang bata pa ako na ang ibinibigay mo lamang sa Panginoon ay ang pinakamainam" (sinipi ni Dallin H. Oaks, sa Conference Report, Abr. 1994, 46; o *Ensign*, Mayo 1994, 35).

- Ano ang saloobin ni Lolo Vanisi tungkol sa pagbabayad ng ikapu?
- Ngayon na karaniwang ibinabayad natin sa ikapu ay salapi, paano natin maibibigay ang pinakamainam sa Panginoon? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng makapagbabayad tayo nang may tamang saloobin, at bayaran muna ang ikapu bago natin gamitin ang ating salapi upang bumili ng mga bagay na ating nais o kinakailangan.)

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang II Mga Taga Corinto 9:6–7.

- Paano maiuugnay ang pagbabayad ng ikapu sa "nagbibigay na masaya"?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moroni 7:6–8.

- Ano ang ibig sabihin ng mag-alay ng handog na "may tunay na layunin"? (Ialay ito nang may katapatan, na tunay na nagnanais ibigay ito.)
- Ano ang ibig sabihin ng mag-alay ng handog na laban sa kalooban? (Nagbibigay ng handog ngunit hindi tunay na nais ibigay ito.)
- Kapag tayo ay nagbabayad ng ikapu, nagbibigay ba tayo ng handog sa Diyos? Bakit o bakit hindi?

Bigyang-diin na ang lahat ng nasa atin ay pag-aari ng Diyos (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 104:14–15). Bagamat ang mga salita sa II Mga Taga Corinto 9:6–7 at Moroni 7:6–8 ay maaaring iugnay sa paraan ng ating pagbabayad ng ikapu, mahalagang tandaan na kapag nagbabayad tayo ng ikapu, ibinabalik lamang natin ang ikasampung bahagi ng naibigay na sa atin ng Panginoon.

- Sa palagay ninyo, bakit mahalaga ang ating saloobin at layunin kapag nagbabayad tayo ng ikapu sa Panginoon?

Kuwento at talakayan

Ipaliwanag na ang pagkakaroon ng pananampalataya ay isa pang bahagi ng pagbabayad ng ikapu nang may tamang saloobin. Pagkatapos ay ibahagi ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Elder Dallin H. Oaks:

"Ang aking saloobin sa batas ng ikapu ay nailagay sa lugar sa pamamagitan ng halimbawa at mga salita ng aking ina, na ipinakikita sa isang pag-uusap na naaalala ko noong aking kabataan:

"Noong Ikalawang Digmaang Pandaigdig, tinustusan ng aking balong ina ang kanyang tatlong batang anak sa pamamagitan ng maliit na sahod ng isang guro. Nang aking mapansin na nabubuhay kaming kulang sa kanais-nais na mga bagay dahil wala kaming sapat na pera, tinanong ko ang aking ina kung bakit ibinabayad niya ang malaking bahagi ng kanyang sahod sa ikapu. Hindi ko kailanman makakalimutan ang kanyang paliwanag: 'Dallin, maaaring may mga taong nabubuhay nang hindi nagbabayad ng ikapu, ngunit hindi maaari sa atin. Pinili ng Panginoon na kunin ang inyong ama at iwanan ako upang palakihin kayo mga anak. Hindi ko ito magagawa nang wala ang pagpapala ng Panginoon, at natatamo ko ang mga pagpapalang iyon sa pamamagitan ng pagbabayad ng tapat na ikapu. Kapag nagbabayad ako ng aking ikapu, nasa akin ang pangako ng Panginoon na pagpapalain niya tayo, at kailangan nating matanggap ang mga pagpapalang iyon upang makuha ang mga kailangan natin' " (sa Conference Report, Abr. 1994, 43–44; o *Ensign*, Mayo 1994, 33).

- Paanong isang pagpapakita ng pananampalataya sa Panginoon ng Kapatid na Babaeng Oaks ang pagbabayad ng ikapu?
- Ano ang magagawa natin upang magbayad ng ikapu nang may tamang saloobin—maluwag sa loob, may kagalakan, at may pananampalataya?

Patotoo

Ibigay ang inyong patotoo tungkol sa ikapu. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magbayad ng ikapu nang maluwag sa loob, may kagalakan, at may pananampalataya sa Panginoon.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kung ang *Inspirational Video* (53670 893) ay makukuha, ipalabas ang "Mga Durungawan ng Langit," isang labing-isang minutong bahagi. Sa bahaging ito ay maliwanag na ipinakikita ang isang panahon nang si Pangulong Lorenzo Snow, ang panlimang Pangulo ng Simbahan, ay nagturo ng mga pagpapala ng ikapu sa mga miyembro ng Simbahan na nakararanas ng matinding tagtuyot.

2. Magdala sa klase ng pormularyo ng Ikapu at Iba pang mga Handog. Ipakita sa mga miyembro ng klase kung saan nila isusulat ang halaga ng ikapu na ibabayad nila. Maaari din ninyong naising ituro ang mga puwang para sa handog-ayuno at iba pang mga donasyon at ipaliwanag kung bakit ibinibigay ang mga donasyon na ito. Ipaliwanag na ibinibigay natin ang pormularyong ito at ang ating ikapu at mga handog sa obispo (o pangulo ng sangay) dahil siya ang kinatawan ng Panginoon sa ating purok (o sangay).

3. Basahin ang sumusunod na kuwento:

   Si Pangulong George Albert Smith, ang pangwalong Pangulo ng Simbahan, ay nakikipag-usap sa isang matagal nang kaibigan pagkatapos nilang dumalo sa isang pagpupulong ng Simbahan. Ipinaliwanag ng kaibigan kay Pangulong Smith kung paano siya nagbabayad ng ikapu.

   " 'Buweno, sabi niya, 'kung kumikita ako ng sampung libong dolyar sa isang taon, inilalagay ko ang isang libong dolyar sa bangko para sa ikapu. Alam ko kung bakit naroon ito. Pagkatapos kapag dumarating ang obispo at ibig niya akong magbigay ng abuloy para sa kapilya o bigyan siya ng tseke para sa isang misyonero . . . , kung sa palagay ko ay kailangan niya ng salapi, bibigyan ko siya ng tseke. . . . Unti-unti ay nauubos ko ang isang libong dolyar, at ang bawat dolyar ay napunta sa kung saan ay alam kong nakagawa ito ng mabuti. Ngayon, ano ang palagay mo doon?' "

   - Nagbayad na ba ang taong ito ng kanyang ikapu? Bakit o bakit hindi?

   Sinagot siya ni Pangulong Smith: "Sa palagay ko ay isa kang taong lubos na bukas-palad sa pag-aari ng iba. . . . Hindi ka pa nagbayad ng anumang ikapu. Sinabi mo sa akin kung ano ang ginawa mo sa pera ng Panginoon. . . .

Kinuha mo ang salapi ng iyong pinakamabuting kasama, at ipinamigay ito" ("The Story of a Generous Man," *Improvement Era*, Hun. 1947, 357; tingnan din sa *Sharing the Gospel with Others*, tinipon ni Preston N. Nibley [1948], 44–47).

- Sino ang "pinakamabuting kasama" ng taong ito? (Ang Panginoon.)

Bigyang-diin na ang pagbabayad ng ikapu nang matapat ay kinabibilangan ng paggawa nito sa paraan na itinalaga ng Panginoon. Hindi natin pananagutan na pagpasiyahan kung paano gagamitin ang ikapu.

Aralin
30

Ang mga Pagpapala ng Paggawa

Layunin Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang paggawa ay humuhubog sa asal, nagpapayaman sa ating buhay, at tumutulong sa atin na magtiwala sa sariling kakayahan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mga Kawikaan 14:23; Mga Salita ni Mormon 1:18; Mosias 2:14; 27:5–7; Moises 4:25.

2. Kopyahin ang mga siping-banggit bilang 1 hanggang 4 sa pahina 211. Pagkaraan ay gupitin ang papel sa apat na piraso upang ang bawat siping-banggit ay nasa isang hiwalay na papel. (Kung wala kayong magagamit na makinang pang-kopya, isulat ang mga siping-banggit sa apat na magkakahiwalay na papel.)

3. Hilingin sa ilang miyembro ng klase na magdala ng isang bagay na kakatawan sa gawain na kanilang natapos. Halimbawa, ang isang miyembro ng klase na nagpinta kasama ng kanyang mag-anak sa kanilang bahay ay maaaring magdala ng brotsang pampintura. Ang isang miyembro ng klase na gumawa upang mahubog ang kanyang kakayahan sa sining ay maaaring magdala ng isang larawan na iginuhit niya o isang tula na sinulat niya. Paghandain ang mga miyembro ng klase na sagutin ang mga tanong sa pahina 211–212 ng araling ito sa ilalim ng pamagat na "Pagtatanghal ng mga miyembro ng klase."

4. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang larawang Mag-anak na Sama-samang Gumagawa (62313).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro *Maraming tao ang hindi nakauunawa na ang paggawa ay isang pagpapala. Ang makabagong mundo ay palaki nang palaki ang pagbibigay-diin sa kaginhawaan at paglalaro. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita ang kahalagahan ng paggawa sa paghubog ng asal at pagpapaunlad sa ating buhay. Iilang bagay lamang ang maihahalintulad sa diwa ng katuparan at kagalingan sa sarili na dumarating sa isang tao na nagsumikap sa paggawa at maayos na natapos ang isang gawain.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Lubhang Kailangan ang Paggawa

Talakayan Itanong sa mga miyembro ng klase ang sumusunod:

- Nais ba ninyong gumawa? Bakit o bakit hindi?

Ang mga sagot ng mga miyembro ng klase ay maaaring negatibo o katawa-tawa. Tanggapin ang anumang sabihin nila, na ginagamit ang talakayan upang makuha ang kanilang pansin at mahikayat ang paglahok.

- Ano ang magiging kalagayan ng mundo kung hihinto sa paggawa ang lahat?

Hayaang magkaroon ng katuwaan ang mga miyembro ng klase sa talakayang ito. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sumusunod: Matatambak ang basura at mga pinggang hindi nahugasan; walang mga guro; magsusuot tayo ng maruruming damit; magiging kakaunti o mawawala ang ating pagkain. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na bagamat tila masarap sa simula sa isang mundo na walang gawain, kapag walang gawain, hindi magiging kaaya-ayang lugar ang mundo upang tirahan.

Inaasahan Tayo ng Diyos na Gumawa

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mga Kawikaan 14:23 hanggang sa salitang *pakinabang*.

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng pahayag na "Sa lahat ng gawain ay may pakinabang."? (Nakikinabang tayo sa ating paggawa.)

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moises 4:25 hanggang sa salitang *tinapay*. Ipaliwanag na ang talatang ito ay naglalaman ng ilan sa mga salita ng Panginoon kay Adan bago itaboy sina Adan at Eva mula sa Halamanan ng Eden.

- Ano ang ibig sabihin ng Panginoon nang sabihin niya ito kay Adan? (Ibig niyang sabihin na kailangan ni Adan na gumawa upang magkaroon ng pagkain.) Paano ito nakatutulong kina Adan at Eva? Paano makatutulong sa atin ang paggawa?

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Marion G. Romney, na naging Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan:

"Sa Eden, sinabi ng Panginoon kay Adan:

" 'Sapagkat . . . kumain ka ng bunga ng punungkahoy na aking iniutos sa inyo, nagsasabing—Huwag kang kakain niyon, sumpain ang lupa dahil sa iyo; sa dalamhati kakain ka sa kanya sa pamamagitan ng iyong pagpapagal sa lahat ng araw ng iyong buhay.

" 'Sa pamamagitan ng pawis ng iyong mukha, ay kakain ka ng tinapay, hanggang ikaw ay mauwi sa lupa . . . '. (Moises 4:23, 25.)

"Ngayon, hindi ito isang mapaghiganting batas. Hindi naghihiganti ang Panginoon kay Adan. Inilalagay lamang niya si Adan sa isang kalagayan kung saan kailangan niyang gumawa upang mabuhay.

"Isinumpa ang lupa sa paraang itinakda para sa kabutihan ni Adan, hindi sa kanyang kapinsalaan. Kung si Adan at ang kanyang mga anak ay nabuhay nang hindi gumagawa, hindi maaaring mabuhay ang lahi ng tao" (sa Conference Report, Okt. 1973, 105; o *Ensign*, Ene. 1974, 89).

Talakayan sa banal na kasulatan

Bigyang-diin na inaasahan ng Panginoon na gagawa ang lahat ng kanyang anak. Ang matuwid na mga pinunong politikal at pangrelihiyon sa Aklat ni Mormon ay gumawa upang matustusan ang kanilang sarili bagamat ang mga hari at iba pang mga pinuno ay karaniwang nabuhay dahil sa mga buwis na ibinabayad ng kanilang mga tao. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mosias 2:14, na naglalaman ng mga salita ni Haring Benjamin, at Mosias 27:5, na tungkol sa mga saserdote at gurong Nephita.

- Sa palagay ninyo, paano tumugon ang mga tao nang makita nila ang kanilang mga pinuno na gumagawa kasama nila?
- Sa palagay ninyo, anu-ano ang kinalabasan ng mga pagsisikap ng mga pinunong ito? (Tingnan sa Mga Salita ni Mormon 1:18; Mosias 27:6–7. Pansinin na bagamat maraming dahilan para sa kapayapaan at kaunlaran ng mga tao, ang kahandaan ng mga pinuno na gumawa kasama ng mga tao ay nakadagdag nang napakalaki sa tagumpay ng mga Nephita sa panahong iyon.)

Ang Paggawa ay Humuhubog sa Asal

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball, ang panlabindalawang Pangulo ng Simbahan:

"Iilang himala sa kasaysayan ng ating [Simbahan] ang nakahihigit sa pagtatatag ng mga panirahanan sa isang mapanglaw na lupain na walang nagnais, at pagkaraan ay pamukadkarin ang disyerto na kagaya ng rosas. Hindi lamang naligtas ang ating mga tao kundi umunlad pa dahil sa kanilang pananampalataya at sa pagkakaisa ng kanilang mag-anak. Ang ating katangiang tagabunsod ay hinubog [ng] masikap na paggawa, sakripisyo, sama-samang pagkilos, at pananalig sa Panginoon.

"Naaalala ko pang mabuti ang mga taon ng aking kabataan sa Arizona. Ang aming ikinabubuhay ay nagmumula sa lupa. Kaunti lamang ang salapi at kung minsan ay kasya lamang upang makatawid-buhay. Ang mabuhay nang naghihikahos at pagkasya sa kung ano ang mayroon ang paraan ng aming pamumuhay. Natuto kaming magbigayan: naghahati-hati kami sa gawain" (sa Conference Report, Abr. 1981, 107; o *Ensign*, Mayo 1981, 79).

- Anu-anong positibong epekto ang idinulot ng masikap na paggawa sa mga tagabunsod at sa batang si Spencer Kimball?
- Paano "nahuhubog [ng] masikap na paggawa" ang ating asal? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng ang masikap na paggawa ay nakatutulong sa atin na madisiplina ang sarili, tapusin ang mga gawain na ating nasimulan, at gumawa ng matalinong mga pagpapasiya.)

Mga siping-banggit at talakayan sa pisara

Ipakita ang larawan ng mag-anak na sama-samang gumagawa. Pagkatapos ay ipamahagi ang mga papel na naglalaman ng mga siping-banggit sa ibaba. Ipaliwanag na ang mga ito ay mga pahayag na ginawa ng apat na magkakapatid na lalaki na madalas na gumagawa kasama ng kanilang mag-anak (sinipi ni Dean Jarman, sa Conference Report, Okt. 1982, 126; o *Ensign*, Nob. 1982, 87).

Habang binabasa ng isang miyembro ng klase ang bawat siping-banggit, ipasulat sa pisara sa isa pang miyembro ng klase ang mga nababanggit na kapakinabangan ng paggawa.

1. "Sumulat ang isang labingwalong taon na batang lalaki, 'Sa abot ng aking naaalala, tinuruan na ako ng kahalagahan ng masikap na paggawa at ng paggalang sa lahat ng iyong pananagutan at sa pangalan ng iyong mag-anak. Habang nagbabalik-tanaw ako sa aking mga karanasan sa mga proyekto ng mag-anak, nakikita ko kung paano nila hinubog ang aking asal at pagkatao sa pamamagitan ng pagpapagawa sa akin ng maraming mahahalagang desisyon. Nagkaroon ako ng tiwala sa sarili sa pamamagitan ng pagkakaroon ng bagong mga kakilala at naging higit na may kakayahan sa pagsasabi ng nasa aking kalooban. Ngunit ang pinakamahalagang bagay tungkol sa mga gawaing proyekto ng mag-anak ay nagiging malapit ang inyong mag-anak sa isa't isa nang may pagmamahalan at paggalang.' "
2. "Sumulat ang isang labintatlong-taong-gulang na apat na taon nang nagtatabas ng damo sa mga bakuran, "Ang mga proyekto ng mag-anak ay totoong nakatulong sa akin na maunawaan kung paano gumawa. Habang lalo kang nagpupunyagi, lalong gumaganda ang iyong pakiramdam. Nagpapasalamat ako sa pagiging malapit sa aking mga kapatid at magulang.' "
3. "Sinabi ng isang labing-anim na-taong-gulang, 'Ang paggawa sa mga proyekto ng mag-anak ay nagturo sa amin ng kahalagahan ng pagiging matapat at maaasahan. Tinuruan kami nito na gumawa ng maraming sakripisyo upang mapanatiling mabuti ang pangalan ng aming mag-anak.' "
4. "Sinabi ng isang labinlimang-taong-gulang, 'Ang mga gawaing proyekto ng mag-anak ay nakatulong sa akin na pamahalaan ang aking pera. Kapag bumibili ako ng mga damit at iba pang mga bagay, iniingatan ko ang mga ito dahil alam ko kung magkano ang mga ito at kung gaanong paggawa ang kailangan upang mabili ang mga ito. Kapag ang aking mga magulang ang bumibili ng aking mga gamit, totoong iniisip ko na may sobra-sobrang salapi, kung kaya't hindi ko iniingatan ang mga ito. Isa pa, ang paggawa ay nagbibigay sa akin ng kasiyahan.' "

Patingnan sa mga miyembro ng klase ang talaan sa pisara at ipakuwento ang tungkol sa mga karanasan sa paggawa na nakatulong sa kanila na magtamo nang ganoon ding mga kapakinabangan. Upang simulan ang talakayang ito, maaaring naisin ninyong itanong ang mga sumusunod:

- Paano nakatulong ang paggawa na maging mas mabuting tao kayo? Paano naapektuhan ang inyong ugnayan sa mga kaibigan at kamag-anak sa pamamagitan ng paggawa kasama nila upang matamo ang iisang mithiin?

Ang Paggawa ay Nagbibigay ng Diwa ng Katuparan

Pagtatanghal ng mga miyembro ng klase

Anyayahan ang mga inatasang miyembro ng klase na ipakita at maikling talakayin ang mga bagay na dinala nila sa klase. Pagkatapos ay tanungin sila ng sumusunod:

- Ano ang pinakamahirap na bagay habang ginagawa ninyo ang proyektong ito?

- Anong bahagi ng paggawa sa proyektong ito ang nagbigay sa inyo ng pinakamalaking kasiyahan? (Pansinin na ang sagot sa tanong na ito ay maaaring siya ring sagot sa naunang tanong.)
- Habang ginagawa ninyo ito, nakadama ba kayo ng panghihina ng loob o pagkapagod? Paano ninyo napagtagumpayan ang ganoong mga damdamin?
- Paano magiging iba ang inyong madarama sa proyektong ito kung ito ay ginawang lahat ng isang tao para sa inyo?

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Brigham Young:

"Naniwala ako sa buong buhay ko, na ang karapat-dapat na gawin ay karapat-dapat na gawing mabuti, at itinuring ko na bahagi ng aking relihiyon ang paggawa nang matapat, mapagkakatiwalaang gawain, iyong uri na magtatagal, para sa mga nagpapatrabaho sa akin, kagaya rin ng pagdalo sa mga serbisyo ng pagsamba sa Diyos sa Sabbath" (sinipi ni Dean C. Jessee, sa "The Prophet's Letters to His Sons, " *Ensign*, Mar. 1974, 68).

- Ano ang sinabi ni Pangulong Young tungkol sa kahalagahan ng uri ng ating paggawa? Paano nakapagdudulot sa atin ng diwa ng katuparan ang paggawa na natapos sa ganitong saloobin?

Patotoo

Sabihin sa klase ang gawain na inyong natapos na nagdulot ng kagalakan at diwa ng katuparan sa inyong buhay.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na pumili ng isang trabaho na ginagawa lamang nila dahil sa tungkulin nila ito at gawin ang pinakamabuti nilang magagawa upang magkaroon ng mabuting saloobin tungkol sa paggawa ng trabahong ito sa darating na linggo. Hikayatin sila na alalahanin ang kahalagahan ng paggawa, na palaging nagpupunyagi na gawin ang abot nang makakaya nila.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ang ilang himno, kagaya ng "Lakas Mo'y Idagdag" (*Mga Himno*), ay nagtuturo ng pangangailangan at kaligayahan sa paggawa. Awitin o basahin ang mga salita sa isa o higit pa sa mga himnong ito.
2. Isalaysay ang sumusunod na kuwento na sinabi ni Elder Loren C. Dunn ng Pitumpu:

   "Habang lumalaki kami sa isang maliit na komunidad, nakita ng aking ama ang pangangailangan para sa akin at sa aking kapatid na lalaki na matutuhan ang alituntunin ng paggawa. Dahil dito, pinagawa niya kami sa isang maliit na sakahan sa hangganan ng bayan kung saan siya lumaki. Pinamamahalaan niya ang lokal na pahayagan, kung kaya't hindi siya makagugol nang maraming oras sa amin. . . . At kung minsan ay nagkakamali kami.

   "Napapaligiran ang aming sakahan ng iba pang mga sakahan, at isa sa mga magsasaka ang pumunta sa aking ama isang araw upang sabihin sa kanya kung ano sa palagay nito ang mga bagay na ginagawa naming mali. Matiim

na pinakinggan siya ng aking ama at pagkaraan ay nagsabi, 'Jim, hindi mo nauunawaan. Alam mo, nagpapalaki ako ng mga bata at hindi mga baka' " (sa Conference Report, Okt. 1974, 12; o *Ensign*, Nob. 1974, 11).

- Ano ang ibig sabihin ng ama ni Elder Dunn nang sabihin niya na, "Nagpapalaki ako ng mga bata at hindi mga baka"? (Ang kanyang pangunahing layunin sa pagkakaroon ng sakahan ay ang mabigyan ang kanyang mga anak ng pagkakataon na gumawa.) Sa palagay ninyo, ano ang maaaring naidulot sa kanyang mga anak ng karanasang ito?

Aralin
31 May Malaking Magagawa ang Inyong Saloobin

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang malaking bahagi ng kanilang kaligayahan ay nakasalalay sa kanilang saloobin.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 1 Nephi 2:16; 3:4–7; Helaman 15:7.
2. Gumawa ng kopya ng "Tagapagpahiwatig ng Saloobin" na matatagpuan sa hulihan ng aralin (pahina 220), para sa bawat miyembro ng klase.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Dahil may kaalaman tayo sa ebanghelyo ni Jesucristo at alam natin na tayo ay mga espiritung anak ng Diyos, tayo ang mga tao na dapat magkaroon ng pinaka-positibong pag-iisip sa mundo. Alam natin na inilagay tayo sa lupa ng ating mapagmahal na Ama sa Langit upang magtagumpay, hindi upang mabigo. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pamumuhay sa ebanghelyo ni Jesucristo ay makatutulong sa atin na magkaroon ng positibong saloobin at makalikha ng kaligayahan, kapayapaan, at kasiyahan sa ating buhay at sa buhay ng iba.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Saloobin ay Isang Makapangyarihang Lakas

Talakayan sa pisara

Hilingin sa mga miyembro ng klase na mag-isip ng dalawa o tatlong bagay na alam nilang dapat nilang gawin ngunit hindi nila nadaramang nais nilang gawin. Hilingin sa isang miyembro ng klase na itala ang mga bagay na ito sa pisara habang ibinabahagi ng mga miyembro ng klase ang kanilang mga ideya. Pagkatapos magkaroon ng mga miyembro ng klase ng pagkakataon na makatugon, itanong ang sumusunod:

- Paano natamo ng sangay na ito ang ganitong kagila-gilalas na paglago?
- Ano ang maaaring nangyari kung ang inisip lamang ng pangulo ng sangay at ng kanyang mag-anak ay ang tungkol sa kung gaano kahirap ang kanilang gagawin? Paano naapektuhan ng kanilang saloobin ang bagay na kanilang natamo?

Bakit kung minsan ay mahirap gawin ang mga bagay na ito? Anu-anong pagpapala ang natatanggap ninyo kapag ginagawa ninyo ang mga bagay na ito?

Ano ang makatutulong sa inyo na gawin ang mga bagay na alam ninyong dapat ninyong gawin?

Paano nakaaapekto ang inyong saloobin tungkol sa isang gawain sa kung gaano ninyo kahusay o kabilis nagagawa ito?

Ipaliwanag na kapag pinipili natin na magkaroon ng positibong saloobin, karaniwang nagagawa natin ang ating gawain nang mas mahusay at mas mabilis, at karaniwang higit nating kinasisiyahan ito. Ang isang positibong saloobin ay nakatutulong din sa atin na magpunyaging ipamuhay ang ebanghelyo ni Jesucristo.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Pangulong Spencer W. Kimball:

"Pinaaalalahanan ko kayo . . . na anuman ang inyong edad sa ngayon, kayo ay nagbubuo ng inyong buhay; . . . maaari itong mapuno ng kagalakan at kaligayahan, o maaari itong mapuno ng kalungkutan. Ito ay nakasalalay lahat sa inyo at sa inyong saloobin, sapagkat ang inyong iuunlad, o ang taas na inyong maaakyat, ay nakasalalay sa inyong saloobin o sa inyong mga tugon sa mga sitwasyon" (sa Conference Report, Okt. 1974, 112–13; o *Ensign*, Nob. 1974, 80).

Ipaliwanag na ang aralin sa araw na ito ay tumatalakay sa kahalagahan ng saloobin at kung paano magkakaroon ng higit na positibong saloobin.

Kuwento at talakayan

Isalaysay sa sarili ninyong mga salita ang sumusunod na kuwento na ibinigay ni Elder Thomas S. Monson noong siya ay miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Sa misyon kung saan ako namumuno, ay may isang maliit na sangay; ito ay binubuo ng dalawang mag-anak. Ako ay naanyayahan na maging tagapagsalita sa isa sa mga pulong. Hindi ako sanay sa ganoong maliliit na mga sangay; ang purok na pinanguluhan ko ay may 1,050 katao. Nang Linggong iyon ay nagpunta kami sa pook kung saan ay nagpulong ang mga Banal. Ito ay isang inuupahang bulwagan. Hindi kami nagpulong sa pangunahing palapag; kami ay nagpulong sa isang silid [sa] silong, mga siyam na tao lahat.

"Pagkatapos ng pulong, humiling ang pangulo ng sangay kung maaari siyang makipag-usap sa akin. Sinabi niya, 'Ibig po naming magkaroon ng kapilya sa aming sangay.' Sinabi ko, 'Balang araw.' Pagkatapos ay binuklat niya ang kopya ng isa sa mga magasin ng Simbahan at ipinakita sa akin ang mga larawan ng mga kapilya ng Australia at New Zealand. Sinabi niya, 'Ito ang nais naming ipatayo,' at itinuro niya ang isang gusali na maaaring maglaman ng mga apat na raang tao, na magkakahalaga ng higit na salapi kaysa sa salapi na mayroon sila.

"Sinabi ko, 'O, hindi ninyo makakaya iyan hangga't hindi kayo nagkakaroon ng mga ilang daang miyembro.' Sinabi niya, 'Naglalayon kami na magkaroon ng daan-daang miyembro.' At pagkatapos ay hiniling niya sa akin kung maaari akong magpadala ng anim na misyonero sa kanyang sangay. Ipinahiwatig niya na ang kanyang mag-anak mismo ay magbabahagi ng ebanghelyo sa lungsod, at ito ay ginawa niya.

"Isang araw, habang nasa kanyang maliit na tindahan ang mga misyonero ay sinabi niya, 'Mga elder, manalangin tayo.' At sila ay lumuhod at nanalangin. Pagkatapos ay sinabi ng pangulo ng sangay na ito, 'Ito ang pinakadakilang araw sa lungsod ng Santo Tomas. Ito ang araw kung kailan ang ebanghelyo ay tunay

na sisimulang ipangaral nang may bisa sa lungsod na ito. Ito ang araw kung kailan magsisimula kaming magtayo ng bagong kapilya.'

"Nagtanong ang mga misyonero, 'Sino ang aming tuturuan? Wala tayong mga nagsisiyasat.' Sinabi ng pangulo ng sangay, 'Iabot mo sa akin ang direktoryo ng telepono.' At binuklat niya ang likod ng direktoryo kung saan nakatala ang mga tao sa lahat ng propesyon. Sinabi niya, 'Kung magpapatayo tayo ng bagong kapilya, kailangan natin ng arkitekto na isang Mormon. At dahil wala tayong isang arkitekto na miyembro ng sangay na ito, kailangang makapagpabalik-loob tayo ng isa.' Pagkatapos ay tumingin siya sa listahan at nagsabi, 'Sino ang magiging unang arkitektong Mormon sa Santo Tomas?' At tinukoy niya ang isang pangalan. Pagkatapos ay nagpatuloy siya sa isang kontratista o tagatayo, at isang tubero, at isang elektrisista, at isang manggagamot, at isang abogado. Pagkatapos ay pinuntahan niya ang bawat isa at inanyayahan ito sa kanyang tahanan upang ang mga misyonero ay makapagbigay ng mensahe at siya at ang kanyang mag-anak ay makapagbigay ng patotoo pagkabigay ng mga misyonero ng kanilang mensahe.

"Ano ang naging bunga ng pagbabahaging iyon? Ako ay saksi ng Diyos na sa loob ng tatlong taon na naglingkod ako sa silangang Canada, nakita kong lumaki ang sangay na iyon mula sa dalawang mag-anak hanggang sa maging sangay na may halos tatlong daang miyembro. Naipatayo nila ang kanilang magandang kapilya. Dumalo ako sa pulong kung saan ang gusaling iyon ay naglaman marahil ng apat na raang tao. Ano ang lihim? Ito ay ang saloobing 'maaari nating makamit ang ating layunin' " (sa Conference Report, Amsterdam Area Conference, Ago. 1976, 8–9).

Ang Ating Kaligayahan ay Naaapektuhan ng Ating Saloobin

Kuwento at talakayan

Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Dalawang magkaibigan ang naghahanda para sa iisang pangtag-araw na kampo sa loob ng isang buwan. Iniisip ni Tibo na ang pangtag-araw na kampo ay pagsasayang lamang ng panahon at ang lahat ng sikat na kabataan ay nasa bahay lamang, natutulog hanggang tanghali, at naglalaro ng video. Wala siyang nakikitang dahilan para dumalo sa mga klase at lumahok sa mga gawain, ngunit binayaran na ng kanyang mga magulang ang kampo at pinipilit na sumali siya. Si Cardo naman na, kabaliktaran niya, ay matagal na nag-ipon para sa kampo, naglinis ng mga bakuran at gumawa ng kung anu-anong mga trabaho para kumita ng pera. Mahilig siyang matuto ng mga bagong bagay at makipagkaibigan. Inimpake niya ang kanyang mga gamit tatlong araw bago siya umalis, at habang papalabas siya ng pinto, ipinangako niya na magpapadala siya ng mga kard sa bawat miyembro ng mag-anak.

- Kung tatanungin ninyo sina Tibo at Cardo tungkol sa kanilang mga karanasan sa pagkakampo sa kanilang pag-uwi, ano sa palagay ninyo ang sasabihin nila? Paano maaaring magkaiba ang kanilang mga tugon? Bakit?
- Paano makakaapekto ang ating saloobin tungkol sa buhay sa kung gaano tayo kasaya?

Gawain

Mamigay ng bolpen o lapis at isang kopya ng "Tagapagpahiwatig ng Saloobin" sa bawat miyembro ng klase. Ipaliwanag na ang bawat bahagi ng

“Tagapagpahiwatig ng Saloobin” ay naglalaman ng dalawang magkasalungat na saloobin na may tatlong blangkong kahon sa gitna nila. Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang bigay-sipi at pagpasiyahin kung aling saloobin ng bawat pares ang tumutukoy sa kanila nang pinakatumpak.

Halimbawa, sa unang bahagi, kung madalas nilang bilangin ang kanilang mga pagpapala, dapat nilang markahan ang kahon na katabi ng bahaging ito. Kung higit na tumpak na tumutukoy sa kanila ang kabilang bahagi (kung madalas nilang isipin ang tungkol sa mga bagay na wala sila), dapat nilang markahan sa halip ang bahaging ito. Kapag nadarama nila kung minsan ang alin man sa dalawang ito, dapat nilang markahan ang kahon sa gitna. (Maaari ninyong naising ipaalala sa mga miyembro ng klase na tayong lahat ay may magkakaibang saloobin sa iba‘t ibang panahon. Bigyang-diin na hindi sila ginagawang mabuti o masamang tao ng mga kahon na minarkahan nila.)

Pagkatapos na makumpleto ng mga miyembro ng klase ang “Tagapagpahiwatig ng Saloobin,” talakayin sa kanila ang ilang bahagi. Hilingin sa mga miyembro ng klase na ipaliwanag kung bakit higit silang magiging maligaya kung mayroon sila o magkakaroon sila ng mga saloobin na nakatala sa kaliwang bahagi ng bigay-sipi.

Maaari Tayong Pumili na Magkaroon ng Positibong Saloobin

Talakayan

• Anu-anong hamon mayroon kayo ngayon na maaaring naging madali kung nagkaroon kayo ng positibong saloobin tungkol sa mga ito? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng paggawa ng takdang-aralin, pakikisama sa mga kapatid, pagsunod sa mga magulang, paggawa ng mga trabaho sa bahay, pagdalo sa mga pagpupulong sa Simbahan, at pamimili ng mabubuting kaibigan.)

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na maaari silang pumili kung ano ang magiging saloobin nila. Ang bawat isa sa atin ay maaaring magkaroon ng positibong saloobin na magdadala sa atin ng kaligayahan at tagumpay.

Talakayan sa banal na kasulatan at sa pisara

Isulat ang *Mga Paraan upang Mabago ang Inyong Saloobin:* sa pisara.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 3:4–7.

- Ano ang naging saloobin nina Laman at Lemuel tungkol sa mga tagubilin na tinanggap ni Lehi mula sa Panginoon? Ano ang naging saloobin ni Nephi?
- Saan ibinatay ni Nephi ang kanyang positibong saloobin tungkol sa pagkuha sa mga lamina? (Sa kanyang pananampalataya na magtatagumpay siya dahil hindi hihilingin sa kanya ng Panginoon na gawin ang isang imposibleng bagay; tingnan sa 1 Nephi 3:7.)
- Paano nakatulong kay Nephi ang kanyang saloobin? (Nanalig siya sa Panginoon at nakuha niya ang mga lamina.)

Isulat ang *Manalig sa Panginoon* sa pisara sa ilalim ng *Mga Paraan upang Mabago ang Inyong Saloobin.* Ipaliwanag na ang pagkakaroon ng pananampalataya na hindi hihilingin sa atin ng Panginoon na gumawa ng bagay na imposible ay makatutulong sa atin na mapanatili ang isang mabuting saloobin habang naghahanap tayo ng paraan na magampanan kung ano ang ipinagagawa niya sa atin.

- Anu-ano pang ibang bagay ang magagawa ninyo upang magkaroon ng higit na positibong saloobin?

Maikling talakayin ang bawat sagot at idagdag ito sa talaan sa pisara. Maaaring naisin ninyong gamitin ang sumusunod na mga sagot upang matulungan ang mga miyembro ng klase na makapagsimula:

1. Manalangin (tingnan sa 1 Nephi 2:16).

- Paano nakatutulong ang panalangin sa atin na mapanatili ang isang positibong saloobin?

2. Magbasa ng banal na kasulatan (tingnan sa Helaman 15:7).

- Kung nadadala tayo ng mga negatibong saloobin, paano makapagdudulot ng pagbabago sa ating buhay ang pagbabasa ng banal na kasulatan?

Sa pagtatapos ninyo sa talakayang ito, bigyang-diin na ang isang positibong saloobin ay hindi palaging natural na dumarating sa atin. Maaari nating gamitin ang mga mungkahing ito habang nagsusumikap tayo na mapaunlad ang ating saloobin.

Patotoo

Magpatotoo sa mga miyembro ng klase na magiging higit silang maligaya kapag napananatili nila ang isang positibong saloobin. Maaaring naisin ninyong magbahagi ng pansariling karanasan kung saan nabiyayaan kayo sa pagkakaroon ng isang positibong saloobin. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na gamitin ang mga mungkahing tinalakay habang nagsusumikap sila para sa higit na dakilang kaligayahan.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Ipakita sa klase ang iba't-ibang uri ng buto (mula sa mga bulaklak, gulay, damo, at iba pa). Bigyang-diin na maliliit ang buto ngunit tutubo sa isang higit na malaking bagay kapag itinanim ang mga ito at hinayaang mag-ugat.

   Ipaliwanag na ang ating mga saloobin ay mga buto kung saan nagmumula ang ating mga kilos, at kagaya ng mga buto, umaani tayo ng higit kaysa sa ating itinanim. Ang isang positibong saloobin ay lumalaki at namumunga ng higit na maraming positibong saloobin, para sa ating sarili at sa mga nakapaligid sa atin. Ang isang negatibong saloobin ay namumunga ng higit na maraming negatibong saloobin.

   Ilagay ang isang namumukadkad na bulaklak o ibang magandang tanim sa mesa sa silid-aralan at itabi dito ang isang pangit na damo (o ipakita ang mga larawan ng mga tanim na ito).

   - Kung patuloy na tumutubo ang inyong "mga buto ng saloobin", ano ang kahihinatnan ng mga ito—magagandang bulaklak o pangit na mga damo? Paano tayo makapagtatanim ng mabubuting buto?

2. Awitin kasama ng mga miyembro ng klase o basahin ang mga salita sa "Ibahagi ang Liwanag" (*Mga Himno*). Talakayin ang mensahe ng himno tungkol sa kung paano makakaapekto sa iba ang ating mga saloobin.

3. Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

   Ayaw ni Suzanne ng klase sa palakasan. Matangkad siya at kulang sa liksi, at sa pakiramdam niya ay hindi siya magtagumpay sa palakasan. Isang araw, humiling ang guro ng isang magpiprisinta upang turuan ang isang batang lalaki na lumangoy sa klase ng palakasan. Naisip ni Suzanne na mabuti na ito kaysa maglaro ng basketbol, kung kaya't nagprisinta siya.

   Ang pagtuturo kay Henry, isang batang lalaking may kapansanan sa isip, ay naging isang tunay na hamon. Habang nagpapatuloy ang mga aralin, lalong nasiraan ng loob si Suzanne dahil ayaw makinig ni Henry sa kanya. Nagsimula siyang maging bastos at masungit sa bata. Isang gabi, nanalangin si Suzanne at hiniling sa Ama sa Langit na palambutin ang puso ni Henry upang sumunod ito sa kanya. Ganoon pa rin ang ipinakita ni Henry nang sumunod na ilang araw. Gayunpaman, napansin ni Suzanne na mayroon itong matamis na ngiti. Pagkatapos ay tinawanan niya ang isang ginawa ng bata. Nagsimula siyang kausapin ang bata sa halip na sigawan ito. Habang nagsisimula si Suzanne na maging positibo at mabait kay Henry, naging higit itong nakahanda na makinig at sumunod sa kanyang mga tagubilin. Sa pagtatapos ng semestre, natutuhan niyang languyin ang kalaparan ng languyan. Natanto ni Suzanne na ang nangangailangan pala ng pagpapalambot ay hindi ang puso ni Henry, kundi ang sa kanya. (tingnan sa Suzanne C. Stewart, "Sink or Swim," *New Era*, Ene. 1994, 44–45.)

   - Paano naapektuhan ang pag-uugali ni Henry ng saloobin ni Suzanne tungo sa kanya?
   - Paano makakaapekto ang ating saloobin sa mga nasa paligid natin?
   - Kailan napagbago ng inyong saloobin ang isang negatibong kalagayan sa inyong buhay tungo sa pagiging positibong kalagayan?

Tagapagpahiwatig ng Saloobin

Madalas kong bilangin ang aking mga pagpapala.				Madalas kong isipin ang tungkol sa mga bagay na wala ako.
Matiwasay ako kapag ako ay may sapat na salapi at mga ari-arian para sa aking mga pangangailangan.				Madalas kong inaasam ang maraming kayamanan at maraming ari-arian.
Masaya ako kapag ako ay abala.				Madalas akong dumaing na marami akong gagawin.
Tinatrato ko nang may paggalang ang iba.				Nararamdaman kong higit akong magaling kaysa iba.
Nakahanda akong tumanggap at sumubaybay sa mga pananagutan.				Higit kong nanaisin na akuin ng iba ang pananagutan.
Nasisiyahan ako sa paglilingkod sa iba.				Lubos akong abala upang makatulong sa iba.
Nagsisikap ako na makakita ng mabuti sa iba.				Madalas kong punahin at hanapan ng mali ang iba.
Sinisikap kong mapaunlad ang aking mga kaloob at talino.				Madalas akong maawa sa aking sarili.
May pananampalataya ako sa Panginoong Jesucristo.				Hindi ko tiyak kung mahalaga si Jesucristo sa akin mismo.
Ang ebanghelyo ni Jesucristo ang gumagabay sa aking buhay.				Sa palagay ko ay walang kaugnayan sa aking buhay ang ebanghelyo ni Jesucristo.

Ang Kahalagahan ng Isang Kaluluwa

Aralin **32**

Layunin

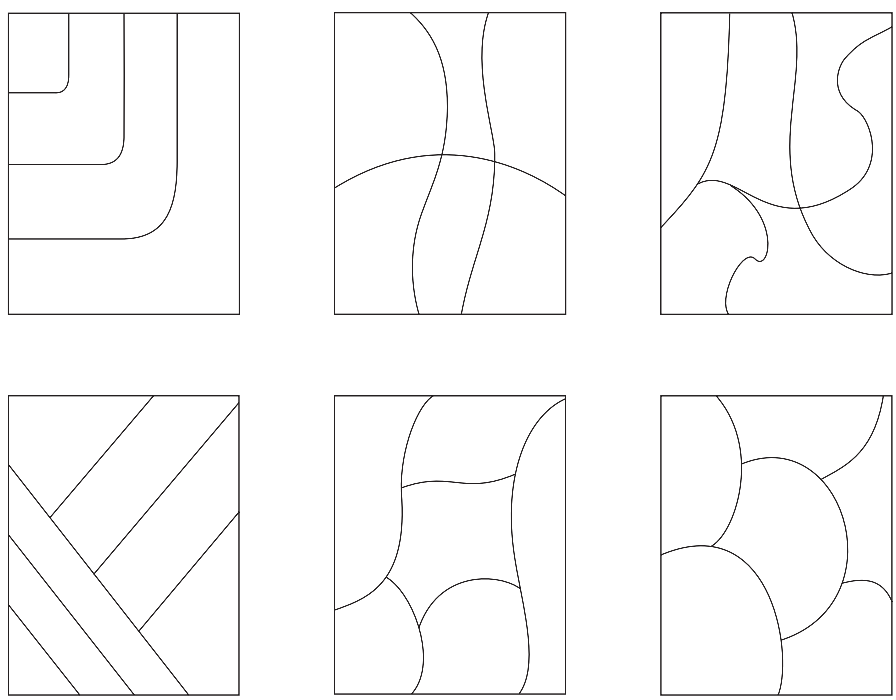
Ipadama sa mga miyembro ng klase ang kanilang walang hanggang kahalagahan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Eter 12:27; Doktrina at mga Tipan 18:10; 46:11–26; Moises 1:39.

2. Para sa bawat miyembro ng klase, gumawa ng kopya ng bigay-siping naglalaman ng Doktrina at mga Tipan 18:10, na matatagpuan sa hulihan ng aralin (kung hindi maaaring gumawa ng mga kopya, isulat ang talata sa kapirasong papel para sa bawat miyembro ng klase). Gupitin ang bawat kopya sa anim na bahagi upang makabuo ng isang palaisipan. Gupitin ang mga palaisipan sa paraang walang dalawang palaisipan ang magkatulad at walang bahagi ng isang palaisipan ang maaaring magamit sa ibang palaisipan.

   Ang sumusunod ay ilan sa mga posibleng paraan ng paggupit ng mga palaisipan:

   Ilagay ang bawat palaisipan sa isang hiwalay na sobre.

3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ilang yesong iba’t-iba ang kulay, kung maaari, para sa gawain sa pisara (tingnan sa pahina 223).

b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

May ilang kabataan ang hindi nakadarama na sila ay may halaga o mahalaga. Sa pagtatangkang makadama ng halaga, ang ilan sa kanila ay sumusunod sa uso at estilo ng mundo. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makilala at ikalugod ang kanilang kahalagahan bilang mga anak ng ating Ama sa Langit. Tulungan din sila na makilala na ang bawat isa sa kanila ay may mga talino at kakayahan na makapagpapala sa kanilang buhay at sa buhay ng iba.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Bawat Anak ng Ama sa Langit ay May Dakilang Halaga

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng sobre na naglalaman ng anim na bahagi ng palaisipan, at ipaliwanag na bawat sobre ay naglalaman ng isang tanging mensahe mula sa Panginoon. Hatiin ang klase sa mga pangkat na binubuo ng tatlo o apat na katao. Ipalagay sa bawat miyembro ng pangkat ang lahat ng bahagi, maliban sa dalawang piraso, sa isang salansan ng pangkat (nakabukod ang salansan ng bawat pangkat). Ipabalasa sa mga miyembro ng klase ang mga bahagi na nasa kanilang salansan. Pagkatapos ay ipahanap sa kanila ang sarili nilang mga bahagi ng palaisipan at buuin ang kanilang palaisipan, na sisimulan sa dalawang pirasong kanilang itinabi.

Kapag natapos na ang mga miyembro ng klase, magtanong:

- Ano ang nakikita ninyo kapag inihahambing ninyo ang inyong palaisipan sa iba? (Lahat ng mga ito ay may magkakatulad na mensahe: "Tandaan na ang kahalagahan ng mga kaluluwa ay dakila sa paningin ng Diyos.")
- Ano ang ibig sabihin ng magkahalaga? (Maging mahalaga o may halaga.)
- Kung ang mensahe sa bawat palaisipan ay iisa, paano ninyo nalaman kung aling mga piraso ang para sa inyong palaisipan?

Ipaliwanag na ang bawat palaisipan ay may iisang mensahe sapagkat ang bawat isa sa atin ay may magkakatulad na walang hanggang halaga para sa ating Ama sa Langit at sa ating Tagapagligtas, si Jesucristo. Ang bawat palaisipan ay ginawa na may magkakaibang hugis ang mga bahagi sapagkat bawat isa sa atin ay bukod-tangi na may magkakaibang mga lakas at kahinaan.

Tipunin ang mga palaisipan o ipatabi sa mga miyembro ng klase kung nais nilang itago ito.

Bawat Isa sa Atin ay may mga Lakas at Kahinaan

Paalala sa guro

"Ang isang salita ng kabaitan ay lumilikha ng mainit at positibong mga damdamin. Ang pagiging masigasig ay nakakahawa. Alam ng mga miyembro ng klase kapag kayo ay nagmamalasakit para sa kanila, at sila ay tutugon sa mainit at magiliw na paraan" (Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin, p. 215).

Talakayan

- Ano ang isang bagay na gumagawa sa inyo na naiiba sa mga miyembro ng klase? (Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng pagkakataong tumugon.)

Bigyang-diin na bagamat tayo ay magkakaiba sa hitsura, pagsasalita, o paggalaw, mahalaga tayong lahat sa paningin ng Diyos. Binigyan ang bawat isa sa atin ng kakaibang kombinasyon ng mga lakas at kahinaan.

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 46:11–12.

- Bakit binigyan ang bawat isa sa atin ng magkakaibang kaloob? (Upang maibahagi natin ang mga ito at mapagpala ang buhay ng isa't-isa.)

Ipabasa nang sarilinan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 46:13–26, na minamarkahan ang mga talata na makahulugan sa kanila.

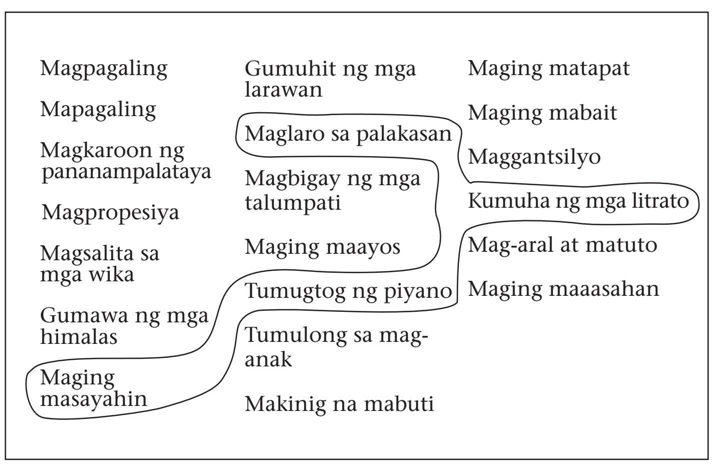
- Anu-ano ang kaloob ng Espiritu na binabanggit sa mga talatang ito?

Habang binabanggit ang mga kaloob, itala ang mga ito sa pisara.

Gawain

Ipaliwanag na bilang karagdagan sa mga kaloob ng Espiritu na binabanggit sa banal na kasulatang ito, maaaring mayroon pa tayong ibang lakas. Pag-isipin ang mga miyembro ng klase ng iba pang mga talino at kakayahan na maidaragdag sa talaan ng mga kaloob na nasa pisara na. Kapag puno na ang pisara o naibigay na ang lahat ng mungkahi, anyayahan ang isang miyembro ng klase na bilugan ang ilan sa mga kaloob o lakas na mayroon siya. (Kung tila ayaw ng mga miyembro ng klase na pag-usapan ang sarili nilang mga lakas, pabilugan sa kanila ang para sa ibang miyembro ng klase.)

Halimbawa:



Hilingin sa isa pang miyembro ng klase na bilugan ang kanyang mga kaloob at lakas (sa pamamagitan ng paggamit ng yeso na iba ang kulay, kung maaari). Ulitin hanggang sa hindi kukulangin sa tatlong miyembro ng klase ang nakagawa nito. Bigyang-diin na bagamat may dalawang set na maaaring maglaman ng ilang magkakatulad na kaloob, walang dalawang set ang ganap na magkatulad.

Talakayan sa banal na kasulatan

Bigyang-diin na bilang karagdagan sa mga talino at kaloob, bawat isa sa atin ay may mga kahinaan. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Eter 12:27.

- Bakit binibigyan tayo ng Panginoon ng mga kahinaan?
- Ano ang magagawa natin upang matanggap ang tulong ng Panginoon na mapagtagumpayan ang ating mga kahinaan?

Kuwento at talakayan

Upang ilarawan ang kahalagahan ng masikap na paggawa upang mapagtagumpayan ang ating mga kahinaan at mapaunlad ang ating mga talino, ikuwento sa mga miyembro ng klase ang tungkol kay Demosthenes [*dih MAHS thuh neez*], na isang dakilang mananalumpati sa sinaunang Gresya. Bagamat ipinanganak si Demosthenes na may malubhang pagkautal, nais niyang maging dakilang mananalumpati. Upang mapagtagumpayan ang kanyang kahinaan sa pagsasalita, pumupunta siya sa tabing dagat at pinupuno ng maliliit na bato ang kanyang bibig. Pagkatapos ay sumisigaw siya nang mas malakas pa sa ingay ng mga alon. Sa pamamagitan ng palagiang pagsasanay, natuto siyang magsalita nang napakahusay kung kayat dumayo ang mga tao mula sa malalayong pook upang marinig ang dakilang mga talumpating binigkas niya.

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magkuwento ng tungkol sa sinumang kakilala nila na napagtagumpayan ang isang kahinaan upang mabuo ang isang lakas. Hilingin sa mga miyembro ng klase na tukuyin mula sa talaan sa pisara ang mga kaloob o talino na naging mga kahinaan para sa kanila bago nila napaunlad ang mga ito upang maging mga lakas.

Paunlarin at Ibahagi ang Inyong mga Kaloob

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Gordon B. Hinckley noong siya ay miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang gawain ng mundo ay hindi gawa ng mga henyong intelektuwal. Ito ay gawa ng kalalakihan [at kababaihan] na may pangkaraniwang kakayahan na gumagamit ng kanilang mga kakayahan sa isang pambihirang paraan" (sa Conference Report, Okt. 1972, 107; o *Ensign*, Ene. 1973, 92).

Talakayan sa pisara

- Ano ang magagawa natin upang matuklasan ang ating mga kaloob at talino at magamit ang mga ito nang lubos?

Burahin ang pisara, at itala ang mga sagot na ibinigay. Talakayin kung paano makatulong sa atin ang bawat bagay sa talaan na matuklasan at magamit ang ating mga kaloob at talino.

Ang talaan ay maaaring kabilangan ng sumusunod:

Maghanda para sa pagtanggap at tumanggap ng pagbabasbas ng patriyarka.
Mabuhay nang karapat-dapat sa pagsama ng Espiritu Santo.
Tuparin ang mga tungkulin at pananagutan sa Simbahan.
Mag-aral ng banal na kasulatan.
Makinig sa propeta at sa ibang mga namumuno sa Simbahan.
Makinig sa mga magulang.
Subukin ang mga bagong kasanayan.

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moises 1:39.

- Ayon sa banal na kasulatang ito, ano ang pangunahing layunin ng Ama sa Langit?
- Paano natin magagamit ang ating mga kaloob at talino upang makatulong sa gawaing ito?
- Paano makadaragdag ang ating pagpapahalaga sa sarili ang paggamit ng ating mga kaloob at talino nang lubos? (Kung gagamitin natin ang mga kakayahang ito nang matuwid, maaari tayong maging kasangkapan sa mga kamay ng Panginoon sa pagtulong sa iba na makabalik sa kanya. Ang pagkakaalam na nakatutulong tayo sa gawain ng Panginoon ay makadaragdag sa ating diwa ng kahalagahan.)
- Paano tayo makatutulong sa iba na maunawaan kung sino sila at kung ano ang kanilang maaaring maiambag sa kanilang mag-anak, sa Simbahan, at sa komunidad? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pagbabahagi ng ating mga kaloob sa kanila; pagkilala o pagbibigay-papuri sa kanila dahil sa kanilang mga kaloob at talino; pagbibigay ng pagkakataon sa kanila na maibahagi ang kanilang mga kaloob at talino sa iba.)

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula kay Elder Marvin J. Ashton, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Bilang mga anak ng Diyos, tayo ay may halaga. Pauunlarin niya tayo, huhubugin, at palalakihin kung ititingala lamang natin ang ating mga ulo, iuunat ang ating mga kamay, at lalakad na kasabay niya. Anong dakilang pagpapala ang lalangin sa kanyang wangis at malaman ang tunay nating kakayahan dahil sa kanya at sa pamamagitan niya!" (sa Conference Report, Abr. 1973, 21; o *Ensign*, Hulyo 1973, 24).

Patotoo

Habang ginagabayan ng Espiritu, ibahagi ang inyong patotoo tungkol sa kahalagahan ng bawat tao at sa plano ng Diyos para sa bawat isa sa atin. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magsumikap na makita ang kanilang sariling kahalagahan at ang kahalagahan ng ibang tao sa paningin ng Diyos.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Bago magklase, gumawa ng kani-kaniyang talaan ng mga kaloob at talino na nakikita ninyo sa bawat miyembro ng klase. Kung maaari, tawagan ang mga magulang ng bawat miyembro ng klase sa loob ng sanlinggo upang malaman ang iba pa. Ibigay sa bawat miyembro ng klase ang kanyang talaan sa oras ng klase.

   - Ano ang palagay ninyo sa inyong talaan? Naglalaman ba ito ng higit pa sa mga talino na inaakala ninyong mayroon kayo? Anu-ano pa ang maaari ninyong maidagdag sa talaan?

   Hilingin sa bawat miyembro ng klase na pumili ng isa sa mga talino sa talaan at ilarawan kung paano niya ito magagamit upang makapaglingkod sa iba.

2. Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

“Naaalala ko ang unang pagkakataon na pumasok si Jenni sa aking klase sa seminaryo at magsabi sa akin ng kumusta. Lubha siyang hirap na magsalita, bulol at mahirap maunawaan, at siya ay iika-ika at papilay-pilay habang nagsisikap na madala ng kanyang mga paa ang kanyang katawan patungo sa upuan. Sa unang linggo ni Jenni . . . sa aking klase, tila ba nasisiyahan na siya na huwag pansinin ng kanyang mga kamag-aral, na pawang tila nahihirapang isipin kung paano siya pakikitunguhan.

“Sinusubok ni Jenni na magsalita, at iilang mag-aaral lamang ang nakauunawa sa kanya. . . . Ang karamihan sa kanila ay nilayuan na siya sa paraang pisikal at sosyal at, dahil dito, ay tuluyan nang magalang na iniwasan siya.

“Gayunpaman, hindi nila nababatid na sa loob ng may kapansanang katawan ni Jenni ay may matalas na isip, ginintuang puso, at isang matatag na kalooban na humihiyaw upang marinig, maunawaan, matanggap, at mahalin. Hindi siya maaaring hindi pansinin, maging magalang man o hindi.

Isang araw, hiniling ni Jenni sa kanyang guro kung maaari siyang makapagsalita sa klase. Humiling siya ng isang kaibigan na tatabi sa kanya sa pagkain ng tanghalian. Naging tahimik ang klase sa loob ng mahabang saglit, at pagkatapos nito, isang babaing nangngangalang Treasure ang nagprisinta.

“ ‘Ako ang magiging kaibigan mo, Jenni.’ . . . Ito . . . ang nagbigay ng lakas ng loob sa kaibigan ni Treasure na si Wendy na magtaas ng kamay at sabihin kay Jenni na magiging kaibigan din niya siya at tatabihan siya sa pagkain ng tanghalian araw-araw. . . .

“Napansin ko na sa pagtakbo ng mga araw patungo sa mga linggo na nagsimula nang maisalin nina Treasure at Wendy ang salita ni Jenni kapag hindi namin siya maunawaan.

“Habang nagsisimulang makita ng mga mag-aaral kung gaano kaganda at katalinong tao si Jenni, nagsimula silang anyayahan siya sa mga gawain [at] tulungan siya sa kanyang mga paghihirap. . . . Tinulungan si Jenni ng mga kamag-aral na malaman kung gaano kahanga-hanga siyang tao. Ibinilang [nila] siya sa kanilang barkada at tinulungan siyang madama na siya ay kabilang sa kanila; nakita [nila] sa kanyang kapansanan ang natatanging mga pangangailangan ng kanyang puso—isang kabataang babae na nagnanais na matanggap at maunawaan’ (Victor W. Harris, “The Miracle of Jenni,” *New Era*, Mar. 1996, 12–14.

- Bakit hindi pinansin ng klase si Jenni sa simula?
- Ano ang natuklasan ng klase nang makilala nila si Jenni?
- Paano tayo matututo na tumingin sa kabila ng mga kaibahang pisikal upang maunawaan ang kahalagahan ng bawat tao sa paningin ng Diyos? (Tingnan sa 1 Samuel 16:7.)

Tandaan na ang kahalagahan ng mga kaluluwa ay dakila sa paningin ng Diyos.

Doktrina at mga Tipan 18:105

Aralin
33 Iibigin Mo ang Iyong Kapwa

Layunin

Bigyang sigla ang mga miyembro ng klase na sundin ang kautusan ng Panginoon na "iibigin mo ang iyong kapwa" (Mateo 22:39).

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 22:35–39; Marcos 6:30–44; Lucas 10:25–37; Juan 19:25–27; 1 Juan 4:20–21; 3 Nephi 17:7–13, 17–23; Moroni 7:46–48.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang mga larawang Pinagagaling ni Jesus ang mga Nephita (62541 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 317); Nananalangin si Jesus Kasama ng mga Nephita (62542); Ang Mabuting Samaritano (62156 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 218); at Panalangin sa Higaan (62217).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ipinag-utos sa atin ng Panginoon na ibigin natin ang ating kapwa (tingnan sa Mateo 22:39). Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng pag-ibig para sa lahat ng tao sa pamamagitan ng pagsunod sa halimbawa ni Jesus at sa pamamagitan ng panalangin upang mapuspos ng pag-ibig sa kapwa-tao, ang dalisay na pag-ibig ni Cristo.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Pag-ibig: Ang Pinakadakilang Kautusan

Talakayan sa banal na kasulatan

Bago sabihin ang paksa ng aralin, itanong ang sumusunod:

- Sa lahat ng kautusan ng Diyos, ano sa palagay ninyo ang pinakadakila?

Hayaan ang mga miyembro ng klase na magbigay ng mga kasagutan sa tanong na ito. Pagkatapos ay ipaliwanag na minsan ay may isang tao na nagtangkang lansihin si Jesus sa pamamagitan ng pagbibigay ng ganito ring katanungan (tingnan sa Mateo 22:35–36). Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang tugon ni Jesus sa Mateo 22:37–38.

Isulat ang *Ibigin ang Panginoon* sa pisara. Pagkatapos ay ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 22:39.

Isulat ang *Ibigin ang iyong kapwa* sa pisara.

- Sa palagay ninyo, bakit ang dalawang ito ang pinakadakilang mga kautusan?
- Paano magiging higit na madali ang pagsunod sa ibang mga kautusan sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusang ito?

- Paano ang kautusang ibigin ang ating kapwa “katulad sa” kautusang ibigin ang Panginoon?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Juan 4:20–21.

- Bakit imposibleng ibigin ang Diyos at kapootan ang ibang tao?

Ipaliwanag na ang propetang si Mormon ay nagturo din na dapat tayong mag-ibigan sa isa’t-isa. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moroni 7:46–47.

- Ano ang pag-ibig sa kapwa-tao? (Ang dalisay na pag-ibig ni Cristo.)
- Sa inyong palagay, bakit sinabi ni Mormon na “kung wala [tayong] pag-ibig sa kapwa-tao, wala [tayong] kabuluhan”?
- Bakit mahirap kung minsan ang magkaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao para sa lahat ng tao?

Ipaliwanag na tinatalakay ng araling ito ang tatlong bagay na maaari nating gawin na makatutulong sa atin na magkaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao?

Nagpakita ang Tagapagligtas ng Ganap na Halimbawa ng Pag-ibig

Talakayan sa pisara at banal na kasulatan:

Isulat ang sumusunod sa pisara:

Magkakaroon tayo ng pag-ibig sa kapwa-tao sa pamamagitan ng:

1. Pagsunod sa halimbawa ng Tagapagligtas

Basahin kasabay ng mga miyembro ng klase ang mga talata sa banal na kasulatan na nakatala sa ibaba. Pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang mga parirala sa mga talata na nagpapakita ng ganap na pag-ibig ng Tagapagligtas para sa lahat ng tao. Pagkatapos ninyong basahin ang bawat talata, hilingin sa mga miyembro ng klase na ibahagi ang mga parirala na minarkahan nila at sabihin kung bakit pinili nila ang mga pariralang iyon.

1. 3 Nephi 17:7–13, 17–23. Binasbasan ni Jesus ang mga Nephita. (Ipakita ang mga larawang pinagagaling ni Jesus ang mga Nephita at nananalangin si Jesus kasama ang mga Nephita habang tinatalakay ninyo ang talatang ito.)
2. Marcos 6:30–44. Kapag sumusunod ang mga tao kay Jesus at sa kanyang mga Apostol, tinuturuan sila ni Jesus sa halip na itaboy sila, kagaya ng pakiusap ng mga Apostol. Kapag nagugutom ang mga ito, mahimalang pinakakain niya sila.
3. Juan 19:25–27. Si Jesus, habang nasa krus, ay humiling na maalagaan ang kanyang ina.

- Paano tinrato ni Jesucristo ang ibang tao? Anu-ano ang ilang bagay na magagawa natin upang masunod ang kanyang halimbawa?

Ang Paglilingkod sa Iba ay Nakatutulong sa Atin na Magkaroon ng Pag-ibig sa Kapwa-tao

Talakayan sa pisara at banal na kasulatan

Idagdag ang *2. Paglilingkod* sa pisara.

Ipaliwanag na minsan makaraang ipaliwanag ni Jesus ang kautusan na ibigin ang ating kapwa, may isang taong nagtanong sa kanya, "Sino ang aking kapwa-tao?" (tingnan sa Lucas 10:25–29). Sumagot si Jesus sa pamamagitan ng pagsasalaysay ng isang talinghaga, o isang kuwento na nilayong magturo ng isang aral.

Ipakita ang larawan ng mabuting Samaritano, at ipabasa sa mga miyembro ng klase ang talinghaga ng mabuting Samaritano sa Lucas 10:30–35. Pagkatapos ay ipasagot sa kanila ang tanong ng Tagapagligtas:

- "Sino sa tatlong ito . . . ang kapwa-tao sa nahulog sa kamay ng mga tulisan?" (Lucas 10:36).

Pagkatapos na matugon ng mga miyembro ng klase ang tanong, ipabasa sa kanila ang sagot sa Lucas 10:37. Bigyang-diin na ang lahat ng tao ay ating kapwa-tao. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na "Humayo . . . at gayon din ang gawin mo," kagaya ng sinabi ng Tagapagligtas.

- Anu-ano ang ilang bagay na maaari nating gawin upang maging mabuting kapwa-tao sa lahat ng tao? Paano makatutulong sa atin ang pagiging mabuting kapwa-tao sa atin na magkaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao?

Kuwento at talakayan

Isalaysay sa sarili ninyong mga salita ang sumusunod na kuwento:

"Marahang pumapatak ang niyebe sa malamig at mapanglaw na tanawin sa Canada. Sa itaas, ang hugis-simboryo, kulay-abo at walang-buhay na mga ulap ay nakikibagay sa walang dahong mga punong pino sa lupa, na naglalarawan ng kalungkutan. Matamlay akong tumanaw sa labas ng bintana ng aming [sasakyan]. Ang tanawin sa labas ay tumutugma sa aking malungkot na diwa. Ang aking kasamang si Elder Hancock ay humuhuni ng 'O, Magsaya' sa kanyang sarili, na bahagyang nakangiti at magaang na tinatapik ng mga daliri ang manibela. Tatlong araw na lamang at Pasko na at ito ang kauna-unahang Pasko na malayo ako sa aming tahanan. Lagi akong nasisiyahan sa mga Paskong kinaugalian taun-taon sa amin. Ngunit nakaraan na iyon at malayo na tulad ng aking mag-anak. Ibig kong ang Paskong ito ay maging gayon din ngunit batid kong hindi ito mangyayari. . . .

" . . . Ang aming inuupahang bahay ay walang anumang palatandaan ng Pasko. Hindi man lamang kami nagka-panahon upang maglagay ng puno. Noong una ay napagkasunduan naming gugulin ang buong araw ng Pasko sa gawaing misyonero, ngunit kapagdaka ay nahalata ni Elder Hancock ang kawalan ko ng sigla kung kaya't nakipag-ayos na makipaghapunan kami sa ilang miyembro sa gabi ng Pasko.

" 'Elder,' sabi niya habang pumapasok kami sa bayan, 'ang higit mong kailangan kaysa sa pabong hapunan ay kaunting ADNPNC sa iyong buhay.' Napangiti siya sa sarili na tila ba nakapagbitiw siya ng isang nakatatawang puna. Tumitig ako sa labas ng bintana, nagkunwaring hindi ko siya pinapansin. Palagi kong pinagtakhan kung paano siya nanatiling napakamasayahin. Ang pagsisikap na

maturuan ako ng mga talakayan, kasama ang pagsubaybay sa purok na aming binuksan, ay tiyak na mahirap para sa kanya; ngunit kailanman ay hindi ko siya narinig na dumaing o nasiraan ng loob. Kung sabagay, sapat na ang ginagawa ko nito para sa aming dalawa. Inisip ko kung ano ang ibig sabihin niya sa ADNPNC. Marahil ay isang bagong terminong pang-misyonero na walang nag-abalang magsabi sa akin."

Isulat ang ADNPNC sa pisara. Pagkatapos ay ipagpatuloy ang pagkukuwento:

"Huminto kami sa isang malapad na kalye sa lumang bahagi ng bayan, ipinarada ang aming sasakyan, at nagsimulang maghanap ng mga taong matuturuan. Ang mga tablang-lakaran na nakataas sa nagyeyelong lupa ay naglalagutukan bilang pagtutol sa aming pagyapak dito. Ang mga bahay sa kalyeng ito ay sira-sira, walang pintura, at tila walang buhay. . . . Ang ilang bahay ay walang tao. Sa unang kanto ay natagpuan namin ang isang dampa, na kung ihahambing, ay pinagmukhang maayos ang ibang mga bahay sa kalyeng iyon.

"Makikitang ang bahay na ito kailanman ay hindi napinturahan. Walang nakakabit na saksakan ng kuryente; dito ay wala kaming matatagpuang kuryente. Kumatok sa pinto ang kasama ko. . . . May maliliit at mahihinang yabag na nagmula sa may likuran ng bahay ang pasulong na lumapit sa pintuan. Lumalangitngit itong bumukas, at napagmasdan ko ang tila isang buhay na museo.

"Ang babae ay may taas na apat at kalahating talampakan. Ang mukha niya ay puno ng kulubot kaya't halos hindi ko na makita ang dalawang matatalim at maiitim na mga mata. Inanyayahan niya kaming pumasok. Tulad ng inaasahan ko, ang tahanan niya'y wala ring laman at sira-sira ngunit ito ay napakalinis.

"Ang pangalan niya ay Gng. Ivar, at siya ay 98 taong gulang na dayuhang mula sa Poland. Sinikap naming magturo ng talakayan ngunit mahirap—siya'y napakalungkot. Kaaalam lamang niyang walang sinumang anak niya ang makauuwi para sa Pasko, kaya't mag-iisa lamang siya. Nalungkot ako para sa matanda, ngunit may gawain kaming dapat gampanan. Nag-usap kami ng ilan pang sandali at umalis na kami.

"Kinabukasan ay natapos namin ang aming mga paghahanda para sa Pasko. Nakiusap kami sa Samahang Damayan na ipagluto kami ng ilang keyk para sa aming mga tinuturuan. Marami silang tumugon at hindi nagtagal ay sari-saring keyk ang nakahanay sa aming maliit na inuupahang bahay. Isang kapatid ang nagdala sa amin ng tatlo. Sinabi niyang ibig niyang ipagluto kami ng isa, ngunit naisip niya na kung dalawa ang iluluto niya ay pareho naming ipamimigay ang mga ito, kaya't tatlo ang kanyang dinala. Ngumiti ako dahil dito, ngunit hindi pa rin maalis sa isip ko kung gaano walang kagayak-gayak tingnan ang aming bahay na walang puno.

"Madaling dumating ang Pasko, sa isang araw na maliwanag at maaliwalas. May kakatwang pakiramdam sa sikmura ko sa pag-aalalang basta papasok na lamang kami sa bahay ng mga tinuturuan sa araw ng Pasko. Kung si Elder Hancock man ay nag-aalala, magaling niya itong naitago. Halos buong araw ang aming ginugol sa paghahatid ng mga keyk. Natuwa ang mga tao na makita kami, lahat sila, maging ang isang lalaki na noong una ay itinaboy kami. Nang sumapit ang dapithapon ay iisang keyk na lamang ang natira sa amin, ang keyk na para sa

amin, at kalahating oras na lamang ay oras na ng aming hapunan. Habang sumasakay kami sa sasakyan ay nakikini-kinita ko ang mainit-init na relyenong pabo na punong-puno ng sarsa. Tumigil sandali si Elder Hancock upang tumingin sa isang bagay habang pumapasok siya. Tumingin ako ngunit walang nakita—maliban sa hanay ng mga lumang bahay na aming pinuntahan noong isang araw. Nakahapay ang mga ito sa hindi maintindihang mga anggulo, lalung-lalo na ang kay Gng. Ivar.

" 'Ang bahay na iyon na tinitingnan niya,' ang sabi ko sa aking sarili. Kilalang-kilala ko ang aking kasama. Ibig niyang huwag na kaming tumuloy sa aming usapan para sa isang hapunan at ibigay ang aming natitirang keyk sa matandang babaeng iyon. Lumingon siya at nakita akong nakatingin din sa bahay na iyon. Nagkatinginan kami, at siya'y naghintay; kilalang-kilala rin niya ako. Nasa akin ang pagpapasiya.

"Naisip ko ang tahanan ng miyembrong naghihintay sa amin—kahali-halina, masigla, puno ng buhay. Hindi namin kasalanan kung walang isa man sa mga anak ng matandang babae ang makauuwi. Ni hindi namin siya mabigyan ng talakayan, kaya't bakit kami mag-aabala sa kanya?

"Pumihit ako ng pag-upo at inisip ang aming tahanan. Ang kapatid kong babae ay makauuwi na mula sa paaralan, at ang kapatid kong lalaki ay paroroon kasama ng kanyang mag-anak. Subalit paano kaya, kung sa di-inaasahang dahilan, ay walang makararating sa amin? Ano kaya kung iyon ang aking ina na nag-iisa sa Paskong iyon? Isang bagay na kasinlaki ng ubas ang tila bumara sa aking lalamunan.

"Sinulyapan ko si Elder Hancock at sinabi, 'Hindi naman ako gaanong mahilig sa keyk.'

"Ngumiti siya. Huminto kami upang tumawag sa telepono at sabihin sa miyembrong mag-anak na hindi kami makararating at pagkatapos ay mabilis na tumakbo upang gugulin ang nalalabing araw sa piling ng isang kahanga-hangang babae. Nagkuwento siya sa amin tungkol sa kanyang bayan at mga Pasko niya noong siya ay bata pa. . . . Bago kami umalis, nagkaroon si Gng. Ivar ng bagong salansan ng panggatong para sa kanyang kalan at kalahating keyk sa kanyang paminggalan.

"Noong pabalik na kami sa aming inuupahang bahay, sinikap kong sabihin kay Elder Hancock ang aking nararamdaman, ngunit walang lumabas na mga salita. Tumutunog ang telepono pagpasok namin. Si Elder Hancock ang sumagot dito habang naghahanda ako ng mainit na tsokolate.

" 'Alam mo?' wika niya pagkaraan ng maikling talakayan. 'Inilipat na ako.'

"Hindi ko malaman kung ano ang sasabihin, napakarami nito. Sa wakas ay bigla kong sinabi, 'Buweno, bago ka umalis ay may isang bagay na nais kong malaman. Ano ang kahulugan ng ADNPNC?'

" 'Iyan ang kumakatawan sa damdaming nadama mo ngayon, Elder Johnson. Ang ibig sabihin ng ADNPNC ay "Ang Dalisay na Pag-ibig ni Cristo." At higit na masarap ito kaysa hapunang pabo.' Pagkasabi nito ay nagsimula na siyang mag-empake ng mga gamit" (Kelly Johnson, "The Secret of TPLOC," *New Era,* Ago. 1979, p. 40–42).

- Anong mahalagang aral ang natutuhan ni Elder Johnson? Paano natin magagamit ito?

Bigyang-diin na habang tumutulong tayo sa ibang tao, lumalaki ang ating pag-ibig sa kanila.

Tutulungan Tayo ng Ama sa Langit na Magkaroon ng Pag-ibig sa Kapwa-tao

Talakayan sa pisara at banal na kasulatan

Ipaliwanag na nagsabi si Mormon tungkol sa isa pang bagay na maaari nating gawin upang magkaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Moroni 7:48.

Ipakita ang larawang Panalangin sa Higaan. Idagdag ang *3. Pananalangin para matulungan* sa talaan sa pisara.

- Sa palagay ninyo, bakit mahalaga ang panalangin sa ating pagsusumikap na magkaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao?

Ipaliwanag na kailangan natin ang tulong ng Ama sa Langit upang mapuspos ng ganitong uri ng pag-ibig. Pupuspusin niya tayo ng pag-ibig sa kapwa-tao kung matapat tayong hihiling ng pagpapalang ito at gagawa ng pagsusumikap na sumunod sa halimbawa ng Tagapagligtas sa ating mga pakikipag-ugnay sa iba.

Patotoo

Ibahagi ang inyong pasasalamat para sa pag-ibig ng Ama sa Langit at ni Jesucristo para sa atin, at magpatotoo sa kagalakan na dumarating sa atin kapag mayroon tayong pag-ibig sa kapwa-tao para sa iba.

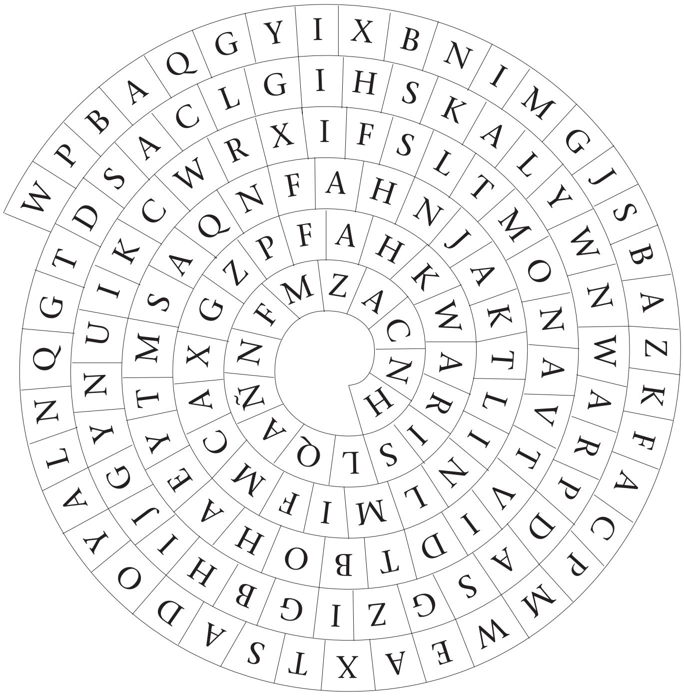
Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng pag-ibig sa kanilang kapwa sa pamamagitan ng pagsunod sa halimbawa ni Jesucristo, paglilingkod, at pananalangin upang mapuspos ng "dalisay na pag-ibig ni Cristo" (Moroni 7:47).

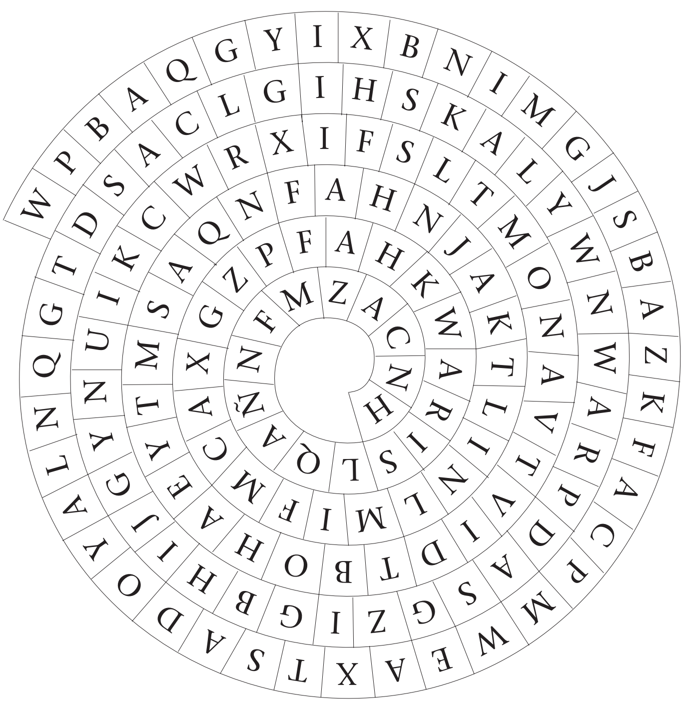
Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Awitin kasabay ng mga miyembro ng klase ang "Mahalin ang Bawat Isa" (*Aklat ng Mga Awiting Pambata*).

2. Gumawa ng kopya ng palaisipan sa susunod na pahina para sa bawat miyembro ng klase. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kopya ng palaisipan at ng bolpen o lapis. (Kung hindi magagawang makapagkopya, ihanda ang palaisipan sa isang kartolina at ipasagot nang sabay-sabay sa mga miyembro ng klase.) Ipaliwanag na isa sa mga mensahe sa banal na kasulatan na tinatalakay sa araling ito ang nakatago sa palaisipan. Sabihin sa mga miyembro ng klase na magsimula sa pangalawang titik sa palaisipan, *P*, at isulat ang bawat ikalawang titik sa mga patlang hanggang sa mabuo ang mensahe ("Pag-ibig sa kapwa tao ang dalisay na pag-ibig ni Cristo, at ito ay mananatili magpakailanman").





Pagpapatawad sa Iba

Aralin
34

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na makasumpong ng kapayapaan na idinudulot ng pagpapatawad sa iba.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 45:1–15; Mateo 5:43–45; 18:21–22; Lucas 15:11–32; 1 Nephi 7:8–21; Moroni 6:8; Doktrina at mga Tipan 64:9–10.
2. Isulat ang bawat isa sa sumusunod na mga sangguniang banal na kasulatan sa magkakahiwalay na piraso ng papel: Moroni 6:8; Mateo 18:21–22; Doktrina at mga Tipan 64:9–10; Mateo 5:43–45.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang pirasong papel upang magawang eroplano (tingnan sa pahina 237).
   b. Pandikit na teyp.
   c. Isang barya, maliit na bato, o anumang maliit na pabigat.
   d. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Kapag dinadala natin sa ating sarili ang galit, pagkapoot, at paghihiganti, isinusuko natin ang mga pagpapala ng pagkakaroon ng patnubay ng Banal na Espiritu. Inaanyayahan natin ang espiritu ng kalaban sa ating buhay, kung kaya't nilalagyan natin ng hangganan ang ating pag-unlad patungo sa kadakilaan kapag hindi tayo nagpapatawad. Inaanyayahan natin ang Banal na Espiritu sa ating buhay kapag tinutularan natin ang halimbawa ni Jesucristo at tunay na nagpapatawad.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Inuutusan Tayo na Patawarin ang Lahat ng Tao

Talakayan at siping-banggit

• Ano ang ibig sabihin ng patawarin ang isang tao?

Pagkatapos magkaroon ang mga miyembro ng klase ng pagkakataon na makatugon, hilingin sa isang miyembro ng klase na basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Richard G. Scott ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang pagpapatawad . . . ay nagpapahintulot sa pag-ibig ng Diyos na alisin mula sa inyong puso at isipan ang lason ng pagkapoot. Nililinis nito ang inyong kamalayan sa paghahangad na makapaghiganti. Lumilikha ito ng puwang para sa pagpapadalisay, pagpapahilom, pagpapanumbalik ng pag-ibig ng Panginoon" (sa Conference Report, Abr. 1992, 45; o *Ensign*, Mayo 1992, 33).

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na ang pagpapatawad sa iba ay hindi nangangahulugan ng pagsang-ayon sa kanilang pagkakamali o kasalanan. Ang pagpapatawad ng isang tao ay nangangahulugan na sa pamamagitan ng tulong ng ating Ama sa Langit, maaari nating linisin ang ating mga puso sa galit o pagkapoot sa nagkasala, kalimutan na ang pagkakasala, at makadama ng kapayapaan. Ang prosesong ito ay hindi palaging madali o mabilis, ngunit tutulungan tayo ng Ama sa Langit habang nagsisikap tayo na magpatawad.

Gawain sa banal na kasulatan at talakayan

Bigyan ang bawat miyembro ng klase (o maliit na pangkat ng mga miyembro ng klase) ng tig-iisang piraso ng papel na inihanda ninyo na may sangguniang banal na kasulatan dito.

Ipahanap at ipabasa sa mga miyembro ng klase ang kanilang mga sanggunian. Magbigay nang sapat na panahon para sa bawat miyembro ng klase na maunawaan ang mensahe ng banal na kasulatan. Pagkatapos ay itanong ang sumusunod, at ipasagot sa mga miyembro ng klase sa pamamagitan ng pagbabasa nang malakas sa mga banal na kasulatan na sumasagot sa tanong:

1. Gaano kadalas na nakahanda ang Panginoon upang magpatawad? (Moroni 6:8.)

    - Bakit mahalaga para sa atin na magkaroon ng ganito ring kahandaan na magpatawad? (Bigyang-diin na upang maging higit na katulad ng Panginoon, kailangan natin magpunyagi na sumunod sa kanyang halimbawa, kahit maaaring mahirap ito kung minsan.)

2. Gaano kadalas na dapat tayong magpatawad sa iba? (Mateo 18:21–22. Maaari ninyong naising bigyang-diin na si Jesucristo ay hindi nagsasaad ng tiyak na bilang ng kung ilang ulit tayong dapat magpatawad; gumagamit siya ng malaking bilang upang ipakita na dapat tayong magpatawad nang kasing dalas ng kinakailangan.)

    - Gaano kadalas nating hinihiling sa Panginoon na patawarin tayo? (Ipaalala sa mga miyembro ng klase na tayong lahat ay may pangangailangan na humiling sa Panginoon ng kapatawaran. Dapat tayong magsumikap na magpakita ng katulad ding kabutihan at habag na ipinakita sa atin ng Panginoon.)

3. Bakit dapat tayong magpatawad sa iba? (Doktrina at mga Tipan 64:9–10.)

    - Paano magiging higit na malaking kasalanan ang pagtanggi na magpatawad sa ibang tao? (Kapag tumatanggi tayo na magpatawad sa ibang tao, maaari tayong mapuno ng galit, pagkapoot, at paghahangad na makapaghiganti. Ang mga damdaming ito ay maaaring maging sanhi ng pagkawala ng pagsama ng Espiritu Santo at gawing lalong mahirap para sa atin na ipamuhay ang iba pang mga alituntunin ng ebanghelyo. Gayundin, kapag hindi natin pinatatawad ang isang tao, magiging higit na mahirap para sa taong iyon na mabuo ang proseso ng kanyang pagsisisi.)

4. Anu-anong pagpapala ang ipinangangako sa atin ng Panginoon kung mapagpatawad tayo sa iba? (Mateo 5:43–45.)

    - Paano tayo ginagawang “mga anak ng ating Ama sa Langit” ng pagpapatawad sa iba?

Ang Pagpapatawad sa Iba ay Nagdudulot sa Atin ng Kapayapaan

Paggamit ng mga bagay sa patuturo ng aralin

Hilingin sa isang miyembro ng klase na gumawa ng eroplanong papel, o ikaw mismo ang gumawa. Idikit sa pamamagitan ng teyp ang isang barya, bato, o pabigat sa isang gilid ng eroplano. Tumayo sa bahagi ng silid kung nasaan ang mga miyembro ng klase, at hilingin sa isang miyembro ng klase na paliparin ang eroplano patungo sa kabilang bahagi ng silid. Pagkatapos nito, damputin ang eroplano at alisin ang nakadikit na pabigat. Muling ipahagis ito sa miyembro ng klase. Pagkaraang gawin ito ng miyembro ng klase nang ilang ulit, itabi ang eroplano, at itanong ang sumusunod:

- Paano pinipigilan ng isa lamang maliit na pabigat ang maayos na paglipad ng eroplano?

Ipaliwanag na ang pagdidikit ng pabigat sa pakpak ng eroplano ay katulad ng pagkikimkim ng galit. Kapag tumatanggi tayong magpatawad sa iba, dinadala natin ang isang pabigat na pumipigil sa atin na tumahak sa matuwid at makitid na landas na ninanais para sa atin ng Ama sa Langit. Mahalaga na mapatawad natin ang iba upang matamasa natin ang pagsama ng Banal na Espiritu at espirituwal na umunlad.

Siping-banggit at talakayan

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Gordon B. Hinckley noong siya ay miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Walang kapayapaan sa pagkikimkim ng dati nang mga galit. Walang kapayapaan sa pag-iisip sa sakit ng dating mga sugat. May kapayapaan lamang sa pagsisisi at pagpapatawad. Ito ang matamis na kapayapaan ni Cristo, na nagsabing, 'Mapapalad ang mga mapagpayapa; sapagkat sila'y tatawaging mga anak ng Dios' (Mateo 5:9)" (sa Conference Report, Okt. 1980, 88; o *Ensign*, Nob. 1980, 63).

- Bakit mahirap makasumpong ng kapayapaan kapag hindi tayo nagpapatawad sa iba?
- Paano makatutulong sa atin na maging mapagpayapa ang pagpapatawad sa iba?

Paalala sa guro

Upang maging mabisa ang mga kuwento, kailangan ninyong insayuhin upang mabasa ninyo ang mga ito nang maayos o maisalaysay ang mga ito sa sarili ninyong mga salita. Ang Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, p. 119–22 ay naglalaman ng ilang mungkahi sa pagkukuwento.*

Kuwento at talakayan

Basahin ang sumusunod na kuwento, na isinalaysay sa pangkalahatang komperensiya ni Obispo H. Burke Peterson noong siya ay Unang Tagapayo sa Namumunong Pamunuang Obispado:

"Noong Ikalawang Digmaang Pandaigdig ay may mga kakila-kilabot na halimbawa ng kalupitan ng tao sa kapwa. Nang matapos ang digmaan at ang mga kampo ng mga bihag ay mabuksan, nag-uumapaw ang poot sa mga mahihina at payat na payat na mga nakaligtas. Sa isang kampo, napansin ng mga tagamasid ang isang Polako na tila malusog at mapayapa kung kaya't inakala nilang hindi pa ito nagtatagal na nakakulong. Nagulat sila nang malamang anim na taong mahigit na ito sa kulungan! Kaya, idinahilan nila,

marahil ay hindi siya nakaranas ng mga katakut-takot na kasamaang ginawa sa kanyang mag-anak na dinanas ng karamihan sa mga bilanggo. Ngunit nang tanungin siya, nalaman nila kung paano dumating sa kanyang lungsod ang mga sundalo, inihanay sa dingding ang kanyang asawa, dalawang anak na babae at tatlong maliliit na anak na lalaki, at pagkatapos ay pinagbabaril sila. Bagama't nakiusap siyang pataying kasama nila, siya ay pinanatiling buhay dahil marunong siyang magsalin sa wika ng mga ito.

"Ang amang Polako na ito ay nagsabi: 'Kinailangan kong magpasiya noon din . . . kung kamumuhian ko ang mga sundalong gumawa nito. Napakadaling pagpapasiya nito, talaga. Isa akong abugado. Nakita ko sa aking trabaho . . . kung ano ang nagagawa ng poot sa isipan at katawan ng tao. Poot ang pumatay sa anim na taong pinakamahalaga sa akin sa mundo. Nagpasiya ako noon na gugugulin ko ang natitirang sandali sa aking buhay—maging ito man ay ilang araw o maraming taon—sa pagmamahal sa bawat taong makakaharap ko' (George G. Ritchie at Elizabeth Sherrill, *Return from Tomorrow,* [Waco, Texas: Chosen Books, 1978], p. 116)" (sa Conference Report, Okt. 1983, 84–85; o *Ensign,* Nob. 1983, 60).

- Anu-anong dahilan ang maaaring naibigay ng taong ito kung pinili niyang hindi maging mapagpatawad?
- Ano ang maaaring nangyari sa taong ito kung ginugol niya ang lahat ng panahon niya sa pagiging galit at pagpaplano na makapaghiganti?
- Paano gumawa ng kaibahan sa kanyang buhay ang kanyang pasiya na magpatawad?

Naglalaman ang mga Banal na Kasulatan ng Maraming Halimbawa ng Pagpapatawad

Talakayan sa banal na kasulatan

Basahin at talakayin kasama ng mga miyembro ng klase ang sumusunod na mga pangyayari sa banal na kasulatan na naglalarawan sa konsepto ng pagpapatawad:

1. Paghimok ni Nephi sa kanyang mga kapatid na magkaroon ng pananampalataya sa Panginoon (1 Nephi 7:8–21).
   - Ano ang ginawa nina Laman at Lemuel na kailangang patawarin ni Nephi?
   - Gaano katagal nagpasiya si Nephi bago napatawad ang kanyang mga kapatid?
2. Pagpapakilala ni Jose ng kanyang sarili sa kanyang mga kapatid na nagbenta sa kanya sa Ehipto (Genesis 45:1–15).
   - Nang ipakilala ni Jose ang kanyang sarili sa kanyang mga kapatid, sino ang una niyang inalala? (Ang kanyang ama at mga kapatid.)
   - Paano ipinakita ni Jose sa kanyang mga kapatid na pinatawad na niya sila? (Inalagaan niya sila at ang kanilang mga mag-anak sa panahon ng taggutom.)
3. Ang pag-uwi ng anak na alibugha (Lucas 15:11–32).

- Ano ang naging reaksiyon ng ama ng anak na alibugha nang magbalik ang kanyang anak?
- Ano ang naging reaksiyon ng nakatatandang kapatid nang magbalik ang anak na alibugha? Ano ang matututuhan natin sa tugon ng ama sa kanyang nakatatandang anak?

Siping-banggit at talakayan

- Sino ang nagbigay sa atin ng pinakamagandang halimbawa ng pagpapatawad upang tularan? (Ang Tagapagligtas.)

Basahin ang sumusunod na pahayag tungkol sa mapagpatawad na pagmamahal ni Cristo:

"Sa buong buhay niya siya ay naging biktima ng kapangitan. Bilang isang bagong silang na sanggol siya ay palihim na itinakas upang mailigtas ang kanyang buhay sa tagubilin ng isang anghel sa isang panaginip. . . . Sa wakas ng nakapapagod na buhay ay nanatili siyang tahimik, mahinahon, at may banal na dangal. . . .

"Siya ay hinagupit, pinarusahan na may pahintulot ng pamahalaan. Nagsuot siya ng koronang tinik. . . . Nilibak siya at kinutya. Nagdusa siya ng lahat ng paghamak sa kamay ng kanyang sariling mga tao. . . . Iniutos sa kanyang dalhin ang kanyang sariling krus. . . . Sa wakas, nang kawal at ang mga nagparatang sa kanya ay nasa kanyang paanan, tumingin siya sa mga kawal Romano at sinabi ang walang-kamatayang mga katagang ito: *'Ama, patawarin mo sila; sapagkat hindi nila nalalaman ang kanilang ginagawa.'* (Lucas 23:34)" (*Spencer W. Kimball, The Miracle of Forgiveness* [1969], 279–80).

- Mag-isip ng ilang bagay na ginawa sa inyo ng iba na nakasakit o nakaagrabiyado sa inyo. Paano makatutulong sa inyo ang halimbawa ng Tagapagligtas na mapatawad ang iba?

Bigyang-diin na kahit hindi tayo makararanas ng anumang bagay na kasintindi ng dinanas ng Tagapagligtas, tayong lahat ay may pagkakataon na makapagpatawad sa iba. Ang kautusan ng Panginoon na magpatawad sa iba ay nakapatungkol sa lahat.

Magpatotoo sa kahalagahan ng pagpapatawad sa iba sa pagdudulot sa atin ng kapayapaan at pagtulong sa atin na matamasa ang pagsama ng Espiritu. Kung naaangkop, maaaring naisin ninyong magbahagi sa mga miyembro ng inyong klase ng karanasan mo tungkol sa pagpapatawad.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tularan ang halimbawa ng Panginoon sa pagpapatawad sa iba. Anyayahan sila na hilingin ang kanyang tulong sa pagpapatawad upang madama rin nila ang kapayapaan na dumarating sa pamamagitan ng pagpapatawad sa iba.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Awitin o basahin kasama ng mga miyembro ng klase ang ikalwang talata ng "Naisip Mo Bang Manalangin" (*Mga Himno*).

- Bakit mahalaga na manalangin tayo kapag sinisikap nating magpatawad sa iba?
- Paano makatutulong magdulot sa atin ng kapahingahan ang pananalangin para sa tulong ng Panginoon sa pagpapatawad sa isang tao?

2. Basahin sa klase ang sumusunod na mga pahayag. Pagkatapos ng bawat pahayag, hilingin sa mga miyembro ng klase na magpasiya kung ang pahayag ay nagpapakita ng saloobing nagpapatawad o hindi nagpapatawad? Hiilingin sa kanilang ipaliwanag ang kanilang mga napili?

   a. Hindi niya ako inanyayahan sa kanyang handaan, kaya't hindi ko rin siya aanyayahan.

   b .Hindi niya ako pinansin nang humingi ako ng tulong sa kanya. Maaaring may isang bagay na bumabagabag sa kanya.

   c. Pinagtawanan niya ang aking buhok, kung kaya't pinagtawanan ko rin ang kanyang pananamit.

   d. Sa palagay ko ay patatawarin ko siya, ngunit hindi ko siya kakausapin.

   e. Hindi siya kailanman umuupo sa aking tabi o kumakausap sa akin sa klase. Nagtataka ako kung nahihiya siya.

3. Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

   "Parang isang kalokohan iyon upang pag-awayan, at ayaw ng 12 taong gulang na si Ava Rosenberg na makipag-away. Ngunit ang isa pang 12 taong gulang sa paaralan ay patuloy sa pagpupumilit na ninakaw ni Ava ang kanyang pluma."

   "Ang batang babaing ito at ang kanyang kapatid na babae ay gumawa ng nakatatakot na mga pagbabanta laban kay Ava. Isang araw, habang papunta si Ava sa inumang bukal sa paaralan, may grupo ng mga taong lumapit sa kanya, at isang babae ang lumusob sa kanya. Sinipa niya at sinuntok si Ava at iniuntog ang kanyang ulo sa lupa.

   "Dumating ang ina ni Ava sa paaralan upang pag-usapan ang mga banta laban sa kanyang anak. Nang dumating siya, natagpuan niya si Ava sa tanggapan na nasa isang kakila-kilabot na pagkasindak—nangingitim ang kanyang mukha, na namamaga at dumudugo, at ang kanyang panga ay matinding nalinsad.

   " 'Nagpalipas kami ng maraming oras sa pagamutan, 'sabi ng Kapatid na Babaing Rosenberg. Ang sumunod ay tila bangungot ng bigong mga operasyon, na natapos sa pagtanggap ni Ava ng butong tinapyas mula sa kanyang panga sa ibaba at ikinabit sa kanyang panga sa itaas, na ikinapit sa pamamagitan ng lamina at tornilyo na yari sa titanium. Bilang resulta, lubhang nasaktan ang kanyang mukha at siya ay nagdanas ng labis na sakit."

   - Ano ang inyong nadarama tungkol sa batang babae na umaway kay Ava? Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Ava tungkol sa kanya?

   Ipagpatuloy ang kuwento:

   "Sa wakas ay nailabas si Ava mula sa pagamutan isang Sabado. Kinabukasan ay Linggo ng ayuno, at sa loob ng pulong-patotoo, tumayo si Ava upang

magsalita. Napakahirap na bumuo ng mga salita, at napuno ng luha ang kanyang mga mata. Ngunit may mahalagang sasabihin si Ava. Hiniling niya sa kongregasyon na mag-ayuno at manalangin—na pagpalain ng Panginoon ang batang babae na gumawa ng ganito sa kanya.

" 'Ang pilat dahil sa aking mga sugat ay maghihilom,' wika ni Ava. 'Ngunit ang batang sumalakay sa akin ay may malalim na mga pilat sa loob. Mayroon akong mapagmahal na mag-anak at ebanghelyo na makakatulong na malagpasan ito. Ngunit siya ay wala ni isa man sa mga ito. Ipanalangin n'yo siya. Ipanalangin n'yo na matagpuan at maturuan siya ng mga misyonero, upang siya ay mabaling mula sa pagkapoot tungo sa pag-ibig.'

"Marami sa nasa kongregasyon ang naantig sa halimbawa ng pagpapatawad ni Ava. Para sa kanya, gayunpaman, ito ay paggawa lamang ng itinuturo ng Panginoon. 'Dapat nating ibigin ang ating mga kaaway,' sinabi niya nang buong katotohanan. 'Noong nasa pagamutan ako, hindi ako makapagsalita dahil sa labis na sakit. Ngunit nakapag-iisip ako, at naaalala kong iniisip ko sa aking sarili, Ano ang gagawin ng Tagapagligtas?'

Sa kabila ng patuloy na mga pagbabanta laban sa kanya, paulit-ulit na mga operasyon nang malayo sa tahanan, walang tigil na kirot, at kung minsan ay nakasisira ng loob na pagpapahilom, nagpapatunay ang mga kaibigan at mag-anak ni Ava na kailanman ay wala siyang sinabing isang salita man laban sa batang babae na nanakit sa kanya.

" 'Marahil ay magkakaroon ako ng lamina sa aking panga sa buong buhay ko,' wika niya. 'Ngunit hindi mahalaga sapagkat alam kung mapapahilom ako sa kahariang selestiyal. Umaasa at nanalangin na lamang ako na [ang batang babaing sumalakay sa akin] ay mapapahilom din' " (Richard M. Romney, "Pray for Her," *New Era*, Okt. 1994, 44–45).

- Nang tumayo si Ava sa pulong-patotoo, hiniling niya sa kongregasyon na manalangin para sa batang babae na sumalakay sa kanya. Kung ginawa ni Ava ang karaniwang ginagawa ng mga tao sa kanyang kalagayan at nagpadala sa galit, pagkapoot, at hangarin na makapaghiganti, ano ang maaaring naging epekto nito sa kanya?
- Ano ang palagay ninyo tungkol sa pagtugon ni Ava sa mga pangyayari?

Aralin
35 Ibigay ang Inyong Sarili

Layunin Hikayatin ang mga miyembro ng klase na ibigay ang kanilang sarili sa pamamagitan ng paglilingkod.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Mateo 25:34–40; Mosias 2:17.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang pirasong papel at isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro *Ang pag-ibig sa kapwa-tao, ang dalisay na pag-ibig ni Cristo, ay kinabibilangan ng paghahangad na makapaglingkod. Upang tayo ay maging higit na katulad ni Cristo, bawat isa sa atin ay kailangang nakahandang maglingkod sa iba. Itinuro ni Jesus na, "Sinomang maibig na maging una sa inyo ay magiging alipin ninyo" (Mateo 20:27). Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na mayroon silang kakayahan na maglingkod, at hikayatin sila na maghanap ng mga pagkakataon upang makatulong sa iba.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Kahihinatnan ng Paglilingkod ay Maaaring Maging Pangmatagalan

Kuwento at talakayan

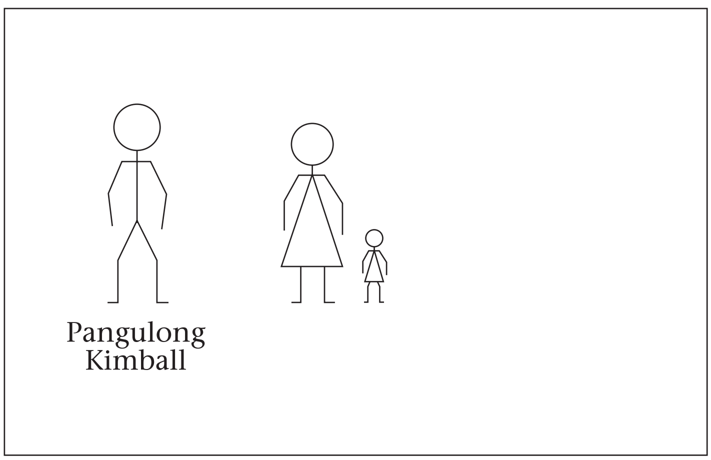
Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

"Isang kabataang ina na nasa magdamagang biyahe kasama ang isang dalawang taong gulang na anak na babae ang nabinbin sa paliparan sa Chicago dahil sa kasamaan ng panahon na walang pagkain, o malinis na damit para sa bata at walang salapi. Siya ay buntis ng dalawang buwan at nanganganib na makunan, kaya't siya ay tinagubilinan ng doktor na huwag bubuhatin ang bata maliban kung ito ay kailangang-kailangan. Oras-oras siyang nagpalipat-lipat sa mga pila, nagsisikap na makakuha ng biyaheng patungong Michigan. Maingay ang paliparan, puno ng mga pagod, bigo, at maiinit na ulong mga pasahero, at nakarinig siya ng mga pamimintas tungkol sa umiiyak niyang anak at sa kanyang pagtulak nang pausad sa bata sa sahig sa pamamagitan ng kanyang paa habang gumagalaw ang pila nang pasulong. Walang sinumang nag-alok ng tulong para sa basang-basa, gutom, at patang-patang bata. Pagkatapos, sinabi ng babae pagkaraan, 'May isang taong lumapit sa amin at may mabait na ngiting nagsabi, "Mayroon ba akong maitutulong sa iyo?" May buntong-hininga ng pasasalamat na tinanggap ko ang kanyang alok. Binuhat niya ang umiiyak kong anak mula sa malamig na sahig at buong pagmamahal na niyakap habang

marahang tinatapik-tapik ang likod. Itinanong niya kung maaari itong ngumuya ng babolgam. Nang mapanatag na ang bata, binuhat niya ito at magiliw na sinabi sa ilang nakapila sa dakong unahan, na nangangailangan ako ng tulong nila. Tila sumang-ayon sila at pagkatapos siya'y pumunta sa bilihan ng tiket (sa unahan ng pila) at nakipag-ayos sa kawani na mailagay ako sa eroplanong lilipad sa loob ng madaling panahon. Lumakad kami patungo sa isang bangko, kung saan nag-usap kaming sandali, hanggang matiyak niyang maayos na ako. Lumakad na siya. Makalipas ang isang linggo ay nakakita ako ng larawan ni Apostol Spencer W. Kimball at nakilala ko siya bilang ang di-kilalang tao sa paliparan' " (Edward L. Kimball at Andrew E. Kimball, Jr., *Spencer W. Kimball* [Bookcraft, 1977], 334).

- Ano ang mga agarang epekto ng paglilingkod ni Pangulong Kimball? (Nabigyang kapahingahan ang mag-ina at mas mabilis na nakasakay sa eroplano.)

Gumuhit ng payak na pigura ng tao sa kaliwang bahagi ng pisara. Markahan ito ng *Pangulong Kimball*. Gumuhit ng dalawa pang pigura ng tao sa kanang bahagi ng naunang guhit. Ipaliwanag na ang mga ito ay kumakatawan sa ina at sa kanyang anak.



Ipaliwanag na ang mga gawa ng paglilingkod ay maaaring magkaroon din ng pangmatagalang mga epekto. Pagkatapos ay ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na sulat, na ipinadala kay Pangulong Kimball maraming taon na ang nakalipas matapos na tulungan niya ang babae sa paliparan:

"Mahal na Pangulong Kimball:

"Isa akong mag-aaral sa Pamantasan ng Brigham Young. Kararating ko lamang mula sa aking misyon sa Munich, Kanlurang Alemanya. Maganda ang aking misyon at marami akong natutuhan. . . .

"Nakaupo ako sa pulong pang-saserdote noong isang linggo, nang isalaysay ang isang kuwento tungkol sa mapagmahal na paglilingkod na inyong ginampanan may 21 taon na ang nakalilipas sa paliparan ng Chicago. Sinabi sa kuwento kung paano ninyo nakilala ang isang batang inang buntis na may isang batang nagsusumigaw sa . . . isang [kalagayan ng] pagkabagabag sa paghihintay sa mahabang pila para sa kanyang mga tiket. Siya ay nanganganib na makunan kaya't hindi niya mabuhat ang anak niya upang aliwin ito. Apat na ulit na

siyang nakunan na nagbigay ng karagdagang dahilan upang ipagbawal ng doktor ang pagyuko at pagbubuhat.

" . . . Inaliw ninyo ang batang umiiyak, at ipinaliwanag ang suliranin sa ibang mga pasahero na nasa pila. Ang gawang ito ng pag-ibig ay nakapawi sa pag-aalala at paghihirap ng aking ina. Ipinanganak ako pagkaraan ng ilang buwan sa Flint, Michigan.

"Ibig ko po lamang *pasalamatan kayo* sa inyong pagmamahal. *Salamat po* sa inyong halimbawa!" (sinipi ni Gordon B. Hinckley, sa talumpati sa Pamaskong Debosyonal, ika-18 ng Dis. 1983).

Talakayan sa pisara

- Nang tulungan ni Pangulong Kimball ang babae sa paliparan, ang taong sumulat ng liham na ito ay hindi pa ipinapanganak. Paano nakaimpluwensiya ang gawa ng paglilingkod ni Pangulong Kimball sa buhay ng taong ito?

Hilingin sa isang miyembro ng klase na gumuhit sa pisara ng isang payak na pigura na kumakatawan sa kabataang lalaki na sumulat ng liham. Pagkatapos ay magtanong:

- Sino pa ang maaaring naimpluwensiyahan ng gawang ito ng kabutihan?

Para sa bawat tao o pangkat ng mga tao na binanggit, hilingin sa miyembro ng klase na magdagdag ng isa pang pigura sa mga nakaguhit. Talakayin kung paano maaaring naimpluwensiyahan ng paglilingkod ni Pangulong Kimball ang mga taong binanggit.

Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng mga sumusunod:

Ang iba pang mga tao na nakatayo sa pila sa paliparan

Ang mga empleyado sa bentahan ng tiket

Ang mga kamag-anak at kaibigan ng ina at ng kanyang anak na babae

Ang mga tao sa Alemanya na naturuan ng ebanghelyo ng kabataang lalaki na sumulat ng liham

Si Pangulong Kimball at ang kanyang mag-anak (pansinin na ang unang kuwento ay itinala ng isang anak na lalaki at isang apo ni Pangulong Kimball)

Ang mga miyembro ng klaseng ito at iba pa na maaaring nakarinig sa kuwento

Bigyang-diin na ang isang gawa ng paglilingkod ay may kakayahan na makaimpluwensiya sa buhay ng maraming tao.

Ang Paglilingkod sa Iba ay Paglilingkod sa Panginoon

Kuwento

Ipabasa sa isang tao ang sumusunod na kuwento na isinalaysay tungkol kay Emma Somerville McConkie, isang balo na sa kabila ng kanyang karamdaman, ay nagkaroon pa rin ng panahon at lakas upang makapaglingkod sa ibang naghihirap (ang karanasan ay ikinuwento ni Oscar McConkie, ang anak na lalaki ni Emma Somerville McConkie:

"Ang Nanay ang pangulo ng Samahang Damayan ng [purok]. . . . [Isang hindi

miyembro na sumasalungat sa Simbahan] ang nakapangasawa ng isang babaing Mormon. Nagkaroon sila ng ilang anak; at ngayon ay may bagong sanggol sila. Napakahirap nila at pumupunta ang Nanay araw-araw upang alagaan ang sanggol at dalhan sila ng mga bayong ng pagkain. . . . Ang Nanay mismo ay may karamdaman, at mahigit sa isang ulit ay hindi halos nakauwi pagkatapos gumawa sa tahanan [ng mag-anak na ito].

"Isang araw ay umuwi siyang pagod na pagod at hapung-hapo. Nakatulog siya sa kanyang upuan. Nanaginip siyang pinapaliguan niya ang isang sanggol na natuklasan niyang ang Batang si Cristo. Naisip niya, O, napakalaking karangalan ang makapaglingkod kay Cristo mismo! Habang kinakandong niya ang sanggol, siya ay napuspos. . . . Hindi maipaliwanag na katuwaan ang nag-umapaw sa kanyang buong pagkatao. Nag-aalab ang kanyang puso sa kaluwalhatian ng Panginoon. Tila matutunaw ang pinakautak ng kanyang mga buto. Sa laki ng kanyang katuwaan ay nagising siya. Sa paggising niya, binigkas ang mga salitang ito sa kanya, 'Yamang inyong ginawa sa isa dito sa aking mga kapatid, kahit sa pinakamaliit na ito, ay sa akin ninyo ginawa' " (sinipi ni Bruce R. McConkie, sa "Charity Which Never Faileth," *Relief Society Magazine,* Mar. 1970, 169).

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 25:34–40. Tiyakin na nauunawaan nila na "ang Hari" sa mga talatang ito ay si Jesucristo.

- Ano ang ibig sabihin ni Jesus nang sabihin niyang, "Yamang inyong ginawa sa isa dito sa aking mga kapatid, kahit sa pinakamaliit na ito, ay sa akin ninyo ginawa"?

Kung kailangan ng mga miyembro ng klase ng tulong upang masagot ang tanong na ito, ipabasa at pamarkahan sa kanila ang Mosias 2:17.

- Paanong ang paglilingkod sa iba ay paglilingkod rin sa Diyos?

Talakayan

Muling tukuyin ang kuwento ng Kapatid na Babaeng McConkie, at itanong ang sumusunod:

- Sa palagay ninyo, bakit pinaglingkuran nang buong sigasig ng Kapatid na Babaeng McConkie ang batang mag-anak na ito? Sa anu-anong paraan ipinakita ng kanyang mga kilos na naglilingkod siya nang higit sa kanyang tungkulin lamang bilang pangulo ng Samahang Damayan? Paano ipinakita ng paglilingkod na ito ang kanyang pag-ibig sa Panginoon?
- Sa palagay ninyo, paano naimpluwensiyahan ng kanyang mga kilos ang kanyang mga damdamin sa mag-anak na ito? Paano nila maaaring naapektuhan ang kanyang pag-ibig sa Panginoon?
- Sa pamamagitan ng pagtulong sa asawang lalaki sa mag-anak, naipakita niya na nakahanda siyang maglingkod sa isang tao na sumasalungat sa Simbahan. Bakit hindi dapat na nakatuon lamang sa mga miyembro ng Simbahan, mag-anak, at mga kaibigan ang ating paglilingkod?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang ilang tao ay naglilingkod lamang sa kinagigiliwan nilang kasama at umiiwas na sa lahat ng iba, nagpapakita na limitado ang kanilang pag-ibig sa iba. Iniutos sa atin ni Jesus na ibigin at paglingkuran ang bawat isa. Ipinapakita natin ang ating kahandaan

na ibigay ang ating sarili kapag iniibig at pinagmamalasakitan natin ang lahat ng tao.

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Hans B. Ringger ng Pitumpu:

"Kailangan nating tumingin sa ating paligid, at kung hindi tayo makakita ng karukhaan, karamdaman, at kawalang-pag-asa sa sarili nating kapitbahayan o purok, kailangan nating tumingin pa nang higit na mabuti. At tandaan, hindi tayo maaaring matakot na lumagpas sa sarili nating mga hangganang sosyal o kultural. Dapat nating alisin sa ating mga sarili ang mga di-matwid na pagpapalagay na pangrelihiyon, panglipi, o pangsosyal, at palawakin ang mga hangganan ng ating paglilingkod. Ang paglilingkod ay hindi dapat na namimili at hindi kailanman madali. Hindi ba nakisalamuha si Jesus Mismo sa mga tinaguriang hindi karapat-dapat ng mapagmapuring mga Fariseo? At hindi ba ang mga taong iyon ang lubos na nangangailangan sa Kanya?" (sa Conference Report, Abr. 1990, 33; o *Ensign,* Mayo 1990, 26).

Dapat Tayong Maghanap ng mga Pagkakataon upang Makapaglingkod

Siping-banggit at talakayan

Ipabasa sa isang tao ang pahayag na ito ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"Napapansin tayo ng Diyos, at tayo ay binabantayan niya. Ngunit kalimitan ay sa pamamagitan ng ibang tao niya tinutugunan ang ating mga pangangailangan. Samakatuwid, napakahalagang maglingkod tayo sa bawat isa sa kaharian. Ang mga tao sa Simbahan ay nangangailangan ng lakas, pagtataguyod, at pamumuno. . . . Napakalimit na ang ating mga gawa ng paglilingkod ay binubuo ng payak na pagpapasigla o pagbibigay ng karaniwang tulong sa karaniwang gawain, ngunit anong maluwalhating mga bunga ang maaaring dumaloy mula sa karaniwang mga gawa at sa maliliit ngunit kusang mga gawa!" ("Small Acts of Service," *Ensign,* Dis. 1974, 5).

- Paano ipinakikita ng mga simpleng gawa ng paglilingkod ang pag-ibig? Anu-ano ang ilang simpleng bagay ang maaari nating gawin upang ipakita ang ating pag-ibig sa iba?

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag na ginawa ni Elder M. Russell Ballard sa isang talumpati sa pangkalahatang komperensiya:

"Nasasaksihan natin ang malalaki, at malalawak na mga pangyayari sa mundo; gayunpaman, kailangan nating tandaan na ang mga layunin ng Panginoon sa ating pansariling buhay ay karaniwang natutupad sa pamamagitan ng maliliit at mga simpleng bagay at hindi ng mga napakadakila at kahanga-hanga."

Kinalaunan, sa nasabing talumpati, bumanggit si Elder Ballard tungkol sa maliliit at mga simpleng bagay na maaari nating gawin upang makatulong sa iba, sa pagtatapos ng:

"Kailangang hindi natin dapat balewalain kailanman o palampasin ang paggabay ng Espiritu na makapaglingkod sa isa't-isa" (sa Conference Report, Abr. 1990, 4, 7; o *Ensign*, Mayo 1990, 6, 8).

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng isang pirasong papel at bolpen o lapis.

Ipatala nang palihim sa bawat tao ang mga gawa ng paglilingkod na maaari niyang gawin sa bahay, sa paaralan, sa kapitbahayan, sa simbahan, o sa komunidad.

Patotoo

Ibahagi ang inyong patotoo sa kagalakan ng paglilingkod at sa mga pagpapala ng pag-ibig at pag-unlad na idinudulot ng paglilingkod sa iba.

Hilingin sa bawat miyembro ng klase na pumili ng isang bagay sa kanilang mga talaan at gawin ang paglilingkod na natukoy nila. Hikayatin sila na maghanap ng iba pang mga pagkakataon na makapaglingkod sa iba.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

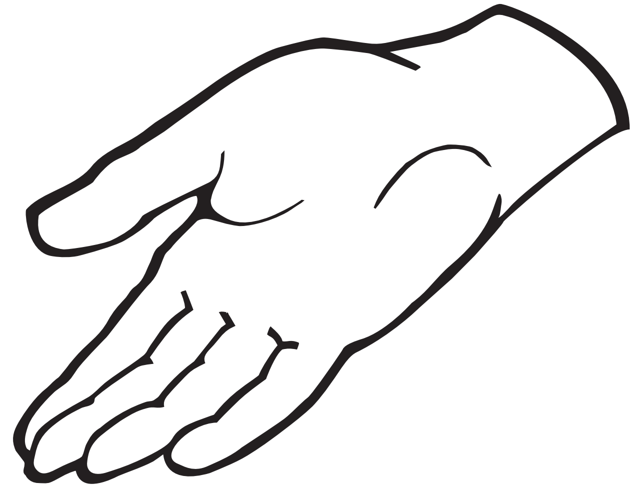
1. Ipaalala sa mga miyembro ng klase ang aralin 33, na tungkol sa pag-ibig sa kapwa-tao, ang dalisay na pag-ibig ni Cristo. Kagaya ng natalakay sa araling iyon, ang isang paraan ng pagkakaroon ng pag-ibig sa kapwa-tao ay ang paglilingkod sa iba. Kapag tayo ay naglilingkod sa iba, ipinakikita natin ang ating pag-ibig sa kanila at sa Ama sa Langit at kay Jesucristo. Pinalalago nito ang ating pag-ibig sa Ama sa Langit at kay Jesus, at ang ating pagnanais na maglingkod sa kanila ay nadaragdagan. Nakikita ang pagnanais na ito sa nakahihigit na paghahangad na maglingkod sa iba. Habang naglilingkod tayo sa iba, patuloy na lumalago ang ating pag-ibig.

   Sa magkakahiwalay na piraso ng papel, isulat ang mga pangalan ng mga miyembro ng inyong klase, kabilang ang mga pangalan ng mga hindi madalas dumalo sa klase. Ilagay ang mga piraso ng papel sa isang mangkok, at pipiliin ang bawat miyembro ng klase ng tig-iisang papel at tahimik na ipabasa ang pangalan na nakasulat dito. (Tagubilinan ang mga miyembro ng klase na kumuha ng ibang papel kung nakuha nila ang kanilang pangalan. Kung higit ang mga papel sa bilang ng mga miyembro ng klase, ang ilang miyembro ng klase ay kailangang kumuha nang higit sa isang pirasong papel.)

   Anyayahan ang mga miyembro ng klase na gumawa ng isang mabuting bagay sa loob ng darating na linggo para sa mga taong napili nila ang pangalan. Magpatotoo na habang ginagawa nila ito, ang kanilang pag-ibig sa taong pinaglilingkuran nila at para sa Ama sa Langit at kay Jesucristo ay madaragdagan.

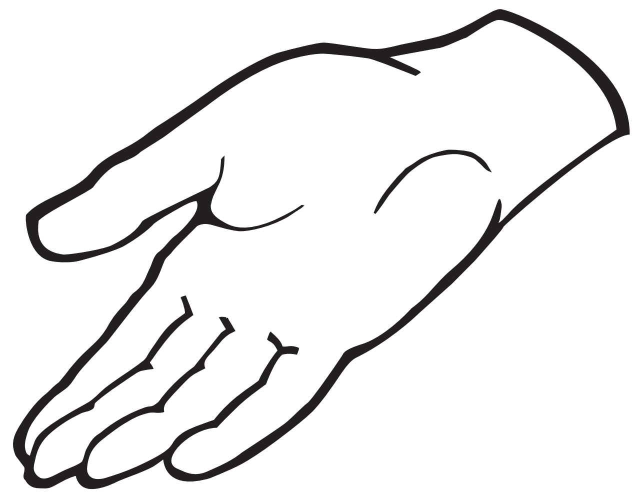
2. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng ilang hugis-kamay na papel, kagaya ng makikita sa pahina 248, upang maiuwi. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na maghanap ng mga pagkakataon na makatulong sa kanilang mga miyembro ng mag-anak nang hindi nalalaman ng mga ito, at mag-iwan ng matulunging kamay kapag nakagawa sila ng paglilingkod. Maaari silang mabigla kung gaano kabilis magiging uso ang ganitong gawain sa kanilang mga miyembro ng mag-anak.

Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.

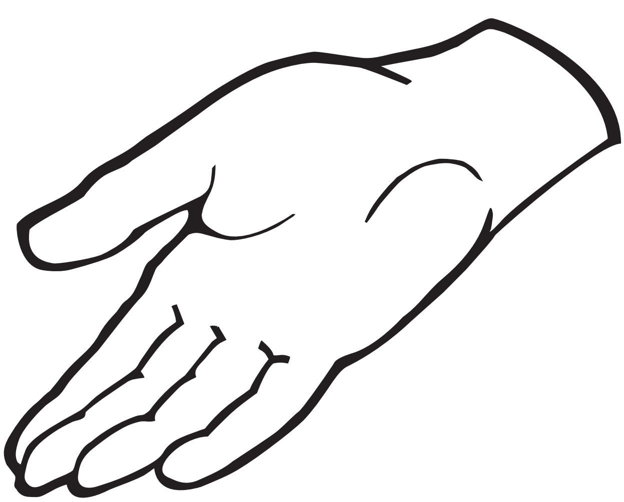


Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.

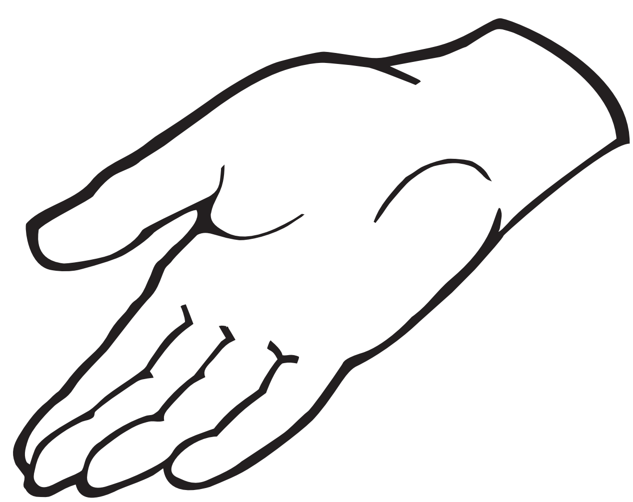
Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.



Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.



Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.



Natulungan kayo ng matulunging kamay. Ngayon ay pagkakataon ninyo na wanan ang matulunging kamay na ito pagkatapos na gumawa nang mabuti para sa isang miyembro ng mag-anak.

Alalahanin ang Iba

Aralin
36

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na higit silang mapapalapit sa Panginoon sa pamamagitan ng pag-aalala sa mga pangangailangan ng iba bago ang sa kanilang sarili.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Ruth 1–2; 1 Samuel 19–20; Lucas 23:34.
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalaala sa guro

Ayon sa isang sinaunang kasabihan, "Ang pinakamaliit sa mga balutan ay ang isang taong binalot ng kanyang sarili." Maraming tao sa mundo ang nagbibigay ng bahagyang pagpapahalaga sa kung ano ang iniisip at nadarama ng iba. Ang pagiging makasarili ay tila madali at likas na lumalabas, at ito ang sanhi ng maraming suliranin sa mundo. Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na ang pag-aalala sa iba ay siyang paraan ng Panginoon.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Isipin Muna ang Iba

Kuwento at talakayan

Isulat sa pisara ang *1+1=0* at *1-1=2*. Hilingin sa mga miyembro ng klase na pagsikapang isipin kung paano magiging totoo ang mga pormulang ito sa matematika.

Pagkatapos na magkaroon ang mga miyembro ng klase ng pagkakataon na makatugon, ikuwento sa kanila ang sumusunod na talinghaga:

Isang Lunes nang umaga, nang dumating sina Rob at Janet sa paaralan, napansin nila na ang kanilang gurong, si G. Mayo ay may nakakahalinang ngiti sa kanyang mukha. "Iniisip ko kung ano ang gagawin ni G. Mayo ngayon," bulong ni Janet kay Rob. Ang iba pang mga estudyante sa klase ay nagtataka din kung ano ang nasa likod ng nakaiintrigang ngiti ni G. Mayo.

Tila napakatagal mag-umpisa ng klase. Nang tumunog ang timbre bilang hudyat sa pagsisimula ng klase, sinabi ni G. Mayo, "Ngayon, bibigyan ko ang bawat isa sa inyo ng tatlong regalo. Maaari ninyong gawin ang nais ninyo sa mga regalo. Ngunit ang layunin ng pagtanggap sa mga regalong ito ay ang makakuha ng marami pang mga regalo sa pagtatapos ng linggong ito."

Nang matapos ang maikling paliwanag na ito, binigyan ni G. Mayo ang bawat estudyante ng tatlong maliliit na piraso ng papel. Mabilis na tiningnan

ni Rob ang bawat isa. Sa isa sa mga papel ay ang salitang "Ngiti." Sa pangalawang papel ay mababasa ang "Matapat na papuri." Ang pangatlong papel ay payak na nagsasaad ng "Tulong."

Isang estudyante ang nagtaas ng kamay at nagtanong, "Ano ang kailangan naming gawin sa mga ito?"

Muling ngumiti si G. Mayo, "Malalaman ninyo iyan," wika niya.

Dahil sa paghahangad na makakuha ng marami pang regalo, isinilid ni Rob ang mga piraso ng papel sa kanyang bulsa upang walang sinumang makakuha nito mula sa kanya. Pagkaraan ay ginugol niya ang buong linggo sa pagtatangka na makakuha ng mga regalo mula sa ibang tao. Tinudyo niya ang isa sa mga estudyante sa klase at pagkatapos ay tumingin sa paligid upang makita kung ilang tao ang ngumiti sa kanya. Nang makakuha siya ng mataas na marka sa isang pagsusulit sa pagbabaybay, ipinakita niya ang marka sa ilang tao na umaasang may magbibigay sa kanya ng matapat na papuri. At pinaalalahanan niya si Tom tungkol sa isang tulong na nagawa niya dito noon, at nagsabing, "Magiging amanos na tayo kapag tinulungan mo ako sa aking pag-uulat." Sa pagtatapos ng linggo, ang tanging nasa kay Rob ay tatlong piraso ng lukot na papel sa kanyang bulsa, at isang hindi magandang pakiramdam.

Si Janet ay hindi gaanong inisip ang itinakda ni G. Mayo. Basta ginawa niya lamang nang linggong iyon ang palagi niyang ginagawa. Binati niya nang may ngiti ang lahat. Nang mapansin niyang napakagaling ni Emily sa isang maikling pagsusulit sa matematika, binati niya ito. Kinalaunan nang linggong iyon, napansin niyang nahihirapan si Loren sa kanyang proyekto sa agham. Tinulungan niya ito sa suliraning bumibigo rito. Sa pagtatapos ng linggo, higit na masaya si Janet kaysa sa dati, kahit na nakalimutan na niya ang tungkol sa hamon ni G. Mayo na makakuha ng higit na maraming regalo.

Naguluhan si Rob. Nagsikap siyang mabuti na makakuha ng higit na maraming regalo, ngunit nabigo siya. Samantala, napansin niya na kahit na walang ginawang anumang kakaiba si Janet, ngumingiti sa kanya ang lahat. Ang mga tao ay palaging nagbibigay sa kanya ng matapat na papuri. At kapag kinailangan niya ng tulong sa anumang bagay, palaging may nakapapansin sa kanya at nag-aalok ng tulong.

Para kay Rob, paano ang isa dagdagan ng isa ay naging wala? (Pagkatapos na magtangka sa buong linggo na madagdagan ang kanyang mga "regalo," tila kumunti pa ito kaysa noong magsimula ang linggo.) Paano ang isa bawasan ng isa ay naging dalawa para kay Janet? (Sa halip na subuking makakuha ng mga ngiti, papuri, at tulong mula sa iba, siya ang namigay ng mga regalong ito. Gayunpaman, sa paggawa nito, tumanggap siya ng mga regalong ito mula sa iba at nakadama ng higit na kaligayahan kaysa sa nadama niya sa pagsisimula ng linggo.)

Ipaliwanag na tumugon si Rob nang may pagkamakasarili sa itinakda ni G. Mayo ngunit naging mapagbigay si Janet, na ginugol ang linggo sa pag-aalala sa iba. Bagamat ipinamigay niya ang kanyang mga regalo, walang anumang bagay ang nawala sa kanya (halimbawa, hindi nawala ang kanyang ngiti nang ngumiti siya sa iba). Gayundin, kapag ipinamimigay natin ang ating sarili, madalas nating malaman na hindi tayo nawawalan ng anuman. Sa halip, nakatatanggap tayo ng mga regalo ng pag-ibig, pakikipagkaibigan, at higit na dakilang kaligayahan.

- Ano ang ibig sabihin sa inyo ng salitang *makasarili*?

Pagkatapos ng talakayan, basahin ang kahulugan ng *makasarili:* "Paghahangad o pagtutuon sa sariling kapakanan, kasiyahan, o kagalingan nang walang pag-aalala sa iba."

- Anu-ano ang ilang katangian ng taong makasarili?

Itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase, kabilang ang sumusunod na mga katangian:

MAKASARILI

Makasarili
Sakim
Masungit
Walang pakiramdam
Mapagnasa
Hindi kanais-nais

- Anu-ano ang ilang resulta ng pagiging makasarili?

Isulat sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sumusunod:

MGA BUNGA NG PAGKAMAKASARILI

Pagiging hindi tapat (pagsisinungaling, pandaraya, pagnanakaw)
Paninibugho
Hindi mabubuting ugnayan ng mag-anak
Kawalang-kahandaan na maglingkod sa Simbahan
Kahalayan
Digmaan at krimen

- Paano naidudulot ng pagiging makasarili ang mga bungang ito?

Bigyang-diin na ang kabaligtaran ng pagiging makasarili ay ang pagiging mapagbigay. Ang mga taong mapagbigay ay iniisip ang iba bago nila isipin ang kanilang sarili.

- Anu-ano ang ilang katangian ng taong mapagbigay?

Maaari ninyong naising itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase, o maaaring tulungan na lamang ninyo sila na makita na ang taong mapagbigay ay magkakaroon ng mga katangiang kabaligtaran ng mga nasa taong makasarili. Halimbawa, ang isang taong mapagbigay ay bukas-palad at mabait sa halip na sakim at masungit.

- Anu-ano ang ilang bunga ng pagiging mapagbigay?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na kagaya ng mga katangian ng pagiging mapagbigay na kabaligtaran ng mga katangian ng pagiging makasarili, gayundin namang ang mga bunga ng pagiging mapagbigay ay kabaligtaran ng mga bunga ng pagiging makasarili. Ang pagiging mapagbigay ay nagbibigay-daan sa pag-ibig, paglilingkod, at kapayapaan.

Mga situwasyon at talakayan

Talakayin kasama ng mga miyembro ng klase ang sumusunod na mga situwasyon:

1. Alam ni Max na naghanda ang kanyang ina ng isang pastel na panghimagas. Dahil nagugutom siya sa pag-uwi galing sa paaralan, hiniwa niya ang pastel at kinain ang halos kalahati nito. Nang harapin siya ng kanyang ina, sinabi niyang ginusto niyang kainin ang kanyang bahagi sa pastel nang maaga at dahil siya ang pinakamalaki sa mag-anak dapat din na siya ang may pinakamalaking bahagi.

   - Sino ang inaalala ni Max?
   - Ano ang maaaring nagawa niya na iba?

2. Isang Sabado ng hapon, napagkayarian ng anim na kabataang babae na magkakasamang mananghalian at manonood ng sine. Ang lima sa kabataang babae ay pumili ng palabas sa isang sine, ngunit ipinilit ni Joan na doon sila manood sa karatig bayan kung saan palabas ang paborito niyang artista. Nang ang nakararami sa mga kabataang babae ay nagkaisa at natalo si Joan, sinabi niya na kung hindi sila magsisisama sa gusto niyang palabas, hindi na lamang siya manonood. Galit siyang lumabas sa silid.

   - Ano ang palagay ninyo sa ikinilos ni Joan?
   - Paano maaaring naging higit na maunawain si Joan sa damdamin ng kanyang mga kaibigan?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na tahimik na isipin ang tungkol sa sumuusunod na mga tanong:

Ano ang gagawin ninyo sa katulad na situwasyon nina Max at Joan? Sa anu-anong paraan kayo isang makasarili o mapagbigay na tao?

Pagiging Mapagbigay

Siping-banggit at talakayan

Ginugol ni Pangulong Spencer W. Kimball ang kanyang buhay sa pag-iisip sa iba at sa Panginoon sa halip na sa kanyang sarili. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na payo sa kabataan mula kay Pangulong Kimball:

"Upang magawa ang mga natatanging bagay na ibinigay sa salinlahing ito, kakailanganin ninyong mag-ingat laban sa pagkamakasarili. Ang isa sa mga ugaling mayroon ang karamihan ng tao na tunay na kailangang mapagtagumpayan ay ang ugaling pagiging makasarili. Ang lahat ng maaari ninyong gawin ngayon habang bata pa kayo at madali pang hubugin upang maging hindi gaanong makasarili at higit na mapagbigay ay magiging mahalaga at pangmatagalang ambag sa uri ng inyong buhay sa darating na panahon, sa katunayan sa kawalang-hanggan. Kayo ay magiging higit na mabuting asawa, isang higit na mabuting ina o ama, kung mapipigil ninyo ang ugaling maging makasarili" ("President Kimball Speaks Out on Planning Your Life," *New Era,* Set. 1981, p. 51).

- Bakit binigyang-diin ni Pangulong Kimball ang kahalagahan ng pagkatuto na maging mapagbigay "habang bata pa kayo at madali pang hubugin"? (Ang *madaling hubugin* ay nangangahulugan ng "madaling maimpluwensiyahan."

Sinasabi ni Pangulong Kimball na higit na madaling magbago kapag tayo ay bata kaysa kung tayo ay matanda at maaaring nagkaroon na ng mga masasamang ugali.)

- Paano mapapaunlad ng pagiging mapagbigay ang ating buhay sa ngayon at sa kawalang-hanggan?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Mateo 7:12. Ipaliwanag na maraming tao ang tumutukoy sa araling ito bilang Ginintuang Tuntunin.

- Paano makatutulong ang aralin na ito sa atin na maging higit na mapagbigay?
- Anu-ano ang ilang tiyak na bagay na maaari nating gawin upang mapagtagumpayan ang pagiging makasarili?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na makitang magagawa natin ang mga bagay na tulad ng:

Magpakita ng paggalang at kabaitan.
Magbigay ng matapat na papuri sa ibang tao.
Iwasan ang panunuya.
Ilagay ang ating sarili sa katayuan ng ibang tao.
Iwasan ang pag-iisip ng pagkapoot, pagkainggit, o paninibugho.
Matutong magmalasakit nang tapat sa ibang tao.
Magpakita ng pag-ibig sa ibang tao.

Pagtulad sa mga Halimbawa ng mga Taong Mapagbigay

Mga kuwento sa banal na kasulatan at talakayan

Sabihin sa klase na maraming dakilang halimbawa sa mga banal na kasulatan ng mga lalaki at babae na hindi naging makasarili. Sa halip na isipin ang kanilang sarili, inisip nila ang iba. Marami sa mga taong ito ang nakaranas ng panganib, pagkaligalig, sakit, at pagkabigo upang makatulong sa iba.

Isalaysay ang sumusunod na mga kuwento sa banal na kasulatan. Pagkatapos ng bawat kuwento, ipatalakay sa mga miyembro ng klase ang halimbawa ng pagiging hindi makasarili ng taong kasangkot.

Jonathan

Si Jonathan ay anak ni Haring Saul. Siya, sa karaniwang kalagayan, ang dapat na humalili bilang hari. Gayunpaman, hinirang ng propetang si Samuel si David upang pumalit kay Saul bilang hari. Sa 1 Samuel, kabanata 19 at 20, mababasa natin na iningatan ni Jonathan ang kanyang kaibigang si David nang tangkain ni Saul na patayin si David.

- Ano ang maaaring ikinilos ni Jonathan kung naging makasarili siya? Paano ipinakita ni Jonathan na hindi siya makasarili?

Ruth

Nang mamatay ang asawa ni Ruth, ipinasiya niyang iwanan ang bayang tinubuan at pumunta sa Betlehem kasama ng kanyang biyenang babae, si Noemi, na isa ring balo. Nang dumating sila sa Betlehem, tinustusan ni Ruth

ng pagkain si Noemi sa pamamagitan ng pagpulot, o pagsimot, ng mais o mga butil na naiwan sa mga sakahan pagkatapos ng anihan. (Tingnan sa Ruth 1–2.)

- Anu-anong dahilan ang maaaring gamitin ni Ruth upang manatili sa bayang tinubuan sa halip na sumama kay Noemi?
- Paano ipinakita ni Ruth na hindi siya makasarili?

Joseph Smith

Ang Propetang si Joseph Smith ay dumanas ng kahihiyan at pang-aabuso mula sa mga kalaban ng Simbahan habang isinasalin niya ang Aklat ni Mormon at itinatatag ang ipinanumbalik na Simbahan ni Jesucristo. Ibinigay niya kinalaunan ang kanyang buhay para sa kanyang patotoo.

- Anu-anong pagpapala ang tinanggap natin dahil sa pagiging mapagbigay ni Joseph Smith?
- Paano tayo, katulad ni Joseph Smith, makapagbibigay nang higit ng ating sarili sa paglilingkod sa Panginoon?

Jesucristo

Itinuro sa atin ni Jesucristo na maging mapagbigay, at palagi niyang ginawa ang kanyang itinuro, na nagbibigay sa atin ng halimbawa na matutularan. Ang isang dakilang halimbawa ng kanyang pagiging mapagbigay ay ipinakita sa krus. Tinutukoy ang mga sundalong Romano na nagpako sa kanya sa krus, sinabi niyang, “Ama, patawarin mo sila; sapagkat hindi nila nalalaman ang kanilang ginagawa” (Lucas 23:34).

- Sino ang iniisip ni Jesus sa sandaling iyon ng pansariling paghihirap?
- Anu-ano ang ilang iba pang halimbawa ng pagiging hindi makasarili mula sa buhay at mga turo ni Jesus? Paano naging isang gawaing mapagbigay ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo?

Patotoo

Magpatotoo na ibinigay sa atin ni Jesucristo ang ganap na halimbawa ng pagiging mapagbigay. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tularan ang halimbawa na iyon, at magsumikap na mabawasan ang pagiging makasarili sa darating na sanlinggo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

Paupuin ang mga miyembro ng klase sa isang bilog. Ipaliwanag na ang pagkakakita ng mabuti sa ibang tao ay bahagi ng pagiging mapagbigay. Pagkatapos ay hilingin nang isa-isa sa mga miyembro ng klase na ibahagi ang isang bagay na hinahangaan nila tungkol sa taong nasa kaliwa nila.

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na magsalita tungkol sa nadama nila nang gumawa sila ng paglilingkod katulad ng hiniling sa kanila sa aralin 35. Tiyakin na magsasalita sila tungkol sa mga bagay na *nadama* nila sa halip na sa mga tiyak na bagay na ginawa nila.

Kasabay ng mga miyembro ng klase, awitin o basahin ang mga salita sa "Ako Ba ay May Kabutihang Nagawa?" (*Mga Himno*). Pagtuunan ng pansin ang mga salita sa koro: "Kumilos at h'wag mangarap ng biyayang naghihintay." Itanong sa mga miyembro ng klase ang mga sumusunod:

- Bakit makasarili na pagtuunan ng pansin lamang ang sarili nating kaligtasan sa "mga biyayang naghihintay"? Paano makahahadlang sa atin ang saloobing ito na makamit ang mga biyayang iyon?

Aralin
37

Matapat sa Lahat ng Bagay

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na mangako na gumawa ng palagian at sadyang pagsusumikap na maging matapat sa lahat ng bagay.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Exodo 20:16; Eclesiastes 5:4–5; 1 Nephi 4:31–33, 35–37; Alma 27:26–27; Doktrina at mga Tipan 3:5; 14:7; 20:77; 82:10; 89:19; 124:15; Moises 4:4; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13.
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang katapatan ay kinabibilangan ng pagiging totoo sa sarili kagaya din naman ng pagiging matapat sa iba at sa Panginoon. Ito ay isang alituntunin ng ebanghelyo na nakaaapekto sa iba pang mga alituntuning pangwalang-hanggan. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na marami ang pagpapala ng katapatan: paggalang sa sarili, pagmamahal sa iba, at kinalaunan ang lahat ng pagpapala na maipagkakaloob ng Panginoon.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Katapatan sa Salita at Gawa

Kuwento at talakayan

Isalaysay ang sumusunod na kuwento sa klase:

Kahit na ang mga gawi ni Tony sa pag-aaral ay hindi maganda, nakapapasa siya. Inakala ng bawat isa na mahusay siya sa pagkuha ng mga pagsusulit. Ngunit, sa katotohanan, natuto na lamang siyang mandaya.

Ibig ng mga magulang ni Tony na pumasok siya sa kolehiyo, ngunit nag-aalala sila dahil tila hindi siya nag-aaral o gumagawa ng mga takdang-aralin. Madalas nilang itinatanong kung ano ang nadarama niya tungkol sa pag-aaral. Lagi niyang isinasagot sa kanila na maayos naman siya.

Isang araw, tinanong si Tony ng kanyang ama ng ilang katanungan na nangangailangan ng kaalaman sa simpleng algebra. Hindi nakasagot si Tony, ngunit sinabi niya na yayamang tumanggap siya ng mga pasadong marka sa kanyang klase sa algebra, marahil ay lubhang mahirap ang mga tanong para sa isang mag-aaral sa mataas na paaralan.

Nang magtanong ang lola ni Tony sa kanya tungkol sa mga aklat na binabasa niya sa kanyang klase sa panitikan, natuklasan niya na babahagya o walang nauunawaan si Tony sa mga ito. Inusisa niya si Tony tungkol dito, ngunit sumagot siya na dahil naipasa niya ang kanyang klase sa panitikan, alam na niya ang mga dapat niyang malaman.

Isang araw, tinanong si Tony ng kanyang mga magulang kung inaakala ba niya na handa na siya sa pagpasok sa kolehiyo. Sumagot siya na sa pakiramdam niya ay magiging ayos naman siya. Ipinilit niya na patutunayan ng kanyang mga pasadong marka na nakahanda siya. Hinamon niya ang kanyang mga magulang na maghintay at tingnan kung gaano kagaling siyang mag-aral sa kolehiyo.

Pagkatapos ng talakayan, si Tony ay nakadama ng hungkag na damdamin. Ganap siyang nasanay sa pandaraya na hindi kailanman bumigo sa kanya na makalusot sa kanyang mga klase, ngunit alam niyang hindi siya nagsikap mag-aral para sa kanyang mga marka at halos walang natutuhan sa paaralan. Iniisip niya kung makatatagpo siya ng isang kolehiyo na kung saan makapandaraya siya at makakalusot sa kanyang mga klase katulad nang nagawa na niya.

- Kanino hindi naging matapat si Tony? (Sa kanyang mga guro, kanyang mga kamag-aral, kanyang mga magulang, kanyang lola at sa kanyang sarili.)

- Anu-ano pang uri ng kawalang-katapatan mayroon bukod sa pandaraya? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pagnanakaw, pagsisinungaling, paglalahad ng bahagi lamang ng katotohanan, pananahimik kapag may isang taong nagsasabi ng isang bagay na hindi totoo, at iba pa.)

Siping-banggit

Ipaliwanag na bagamat halata ang hindi pagiging matapat ni Tony, ang ilang uri ng kawalang-katapatan ay higit na naitatago. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Elder Marvin J. Ashton, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"[Pagkaraan] ng 50 taon . . . naaalala ng ilang dating mag-aaral nang may walang-katapusang pagpapahalaga ang mga kataga na ipinauulit ng isang guro sa kanyang klase sa pagsisimula ng klase bawat araw. Bawat umagang may klase, itinatanim ng [gurong] ito ang kahulugan ng katapatan sa aming mga isipan sa pamamagitan ng pagpapabigkas sa amin ng 'Ang kasinungalingan ay anumang pakikipagtalastasan na ibinibigay sa iba na may hangaring manlinlang.' Ang kasinungalingan ay maaaring maipahatid nang mabisa nang walang salitang binibigkas. Kung minsan, ang pagtango o katahimikan ay maaaring makalinlang" (sa Conference Report, Abr. 1982, 10; o *Ensign*, Mayo 1982, 9).

Bigyang-diin na anumang sandali na sinasadya o hinahayaan natin ang isang tao na maniwala sa isang bagay na hindi totoo, tayo ay hindi nagiging matapat. Upang dakilain sa kahariang selestiyal, kailangan nating matutuhan na maging matapat sa ating sarili, sa ibang tao, at sa Panginoon.

Pagiging Matapat sa Ating Sarili

Talakayan

Muling tukuyin ang kuwento tungkol kay Tony, at itanong ang sumusunod:

- Sino ang ganap na nasaktan sa hindi pagiging matapat ni Tony? (Si Tony mismo.) Paano siya nasaktan?

- Paano si Tony hindi naging matapat sa sarili? (Sinubok niyang paniwalain ang sarili na ang pandaraya ay hindi maselan sapagkat ang mga bagay na hindi niya alam ay hindi naman mahalaga.)

- Kung ang kawalang-katapatan ni Tony ay magpapatuloy, sa palagay ninyo, paano ito makaaapekto sa kanyang buhay?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Moises 4:4. Ipaliwanag na sa talatang ito, ang Panginoon ang nagsasalita.

- Sa anu-anong paraan naapektuhan ng impluwensiya ni Satanas si Tony? (Si Tony ay nalinlang o "nabulagan" na isiping ang hindi niya pagiging matapat ay hindi maselang suliranin. Ang kanyang hindi pagiging matapat sa sarili ang nagbunsod sa kanya na linlangin din ang iba.)

Talakayan sa pisara

Isulat ang *Katapatan sa sarili* sa kaliwang bahagi ng pisara.

- Ano ang ibig sabihin ng pagiging matapat sa sarili? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pagtanggap ng pananagutan sa ating mga kapasiyahan sa halip na sisihin ang ibang tao o kalagayan; pagkilala na ang ating mga kapasiyahan ay may ibubunga; at pagiging handa na kilalanin ang ating mga kalakasan at kahinaan.)
- Bakit mahalagang maging matapat sa ating sarili? (Kapag matapat tayo sa ating sarili tungkol sa ating mga pag-iisip at kilos, malalaman natin ang kailangan nating gawin upang maging lalong katulad ng Panginoon. Maaari nating hilingin ang kanyang tulong sa pagtatagumpay sa ating mga kahinaan, at mapapasalamatan natin siya sa ating mga pagpapala.)
- Paano tayo makabubuo ng ganitong uri ng katapatan?

Pagiging Matapat sa Iba

Talakayan sa pisara

- Paano makatutulong sa atin ang pagiging matapat sa ating sarili na maging matapat sa iba? (Kapag tayo ay matapat sa ating sarili, nakabubuo tayo ng diwa ng karangalan at paggalang sa sarili. Maaari nating magamit ang ganito ring paggalang sa mga pakikipag-ugnayan natin sa iba.)

  Isulat ang *Katapatan sa iba* sa ilalim ng *Katapatan sa sarili* sa pisara.

- Anu-ano ang mga bagay na pumipigil sa atin na maging matapat sa iba?

Isulat ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa kanang bahagi ng pisara. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng:

Kapalaluan
Kasakiman
Pagmamanipula
Pagkapoot
Pagbibigay katwiran
Pagkatakot na matuklasan ang kamalian

- Paano pumipigil sa atin ang mga bagay na ito na maging matapat sa iba? (Kapag puno tayo ng kapalaluan, halimbawa, maaaring sobrang aalalahanin natin ang ating pangalan kung kaya't handa tayong magsinungaling upang maging mataas ang pagtingin ng iba sa atin.)

Talakayan sa banal na kasulatan

Hilingin sa mga miyembro ng klase na balikan ang Moises 4:4 at muling basahin ang talatang ito.

- Paano magagawa ng pagsisinungaling na maging mga bihag tayo?

Bigyang-diin na kapag tayo ay hindi matapat at hindi nagsisisi, maaari tayong magpatuloy sa lalong hindi matapat na pag-uugali. Halimbawa, isipin na ninakaw ng isang tao ang bisikleta ng isang kapitbahay. Nang magtanong ang kapitbahay kung may nakakita nito, ang taong nagnakaw sa bisikleta ay maaaring aminin na ninakaw niya ito o sabihing hindi (isa pang gawang hindi matapat). Upang mapanatili ang bisikleta, ang taong nagnakaw nito ay itatago ito sa may-ari o ipagbibili ito sa ibang tao (iba pang mga gawing hindi matapat). Kung kaya't kapag tayo ay nakagagawa ng isang bagay na hindi matapat at hindi nagsisisi, madalas na magpapatuloy tayo sa pagiging hindi matapat upang maiwasang mahuli. Ang ganitong takbo ng kawalan ng katapatan ay maaaring labis na makapinsala sa ating mga pakikipag-ugnayan sa iba at sa Panginoon.

Ipabigkas o ipabasa sa isang tao ang ikalabintatlong saligan ng pananampalataya.

- Paano makatutulong sa atin ang pagiging matapat sa "paggawa ng kabutihan sa lahat ng tao"?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 4:31–33.

- Sa palagay ninyo, bakit nagsalita si Nephi kay Zoram, ang tagapaglingkod ni Laban, na may panunumpa o pangako? Sa palagay ninyo, sinadya ba niyang tuparin ang kanyang pangako?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 1 Nephi 4:35–37.

- Ano ang nangyari nang tumugon si Zoram sa pangako ni Nephi nang sarili niyang pangako?

Ipaliwanag na noong panahon nina Nephi at Zoram, ang panunumpa ay banal at hindi sinisira. Kaya nang mangako si Zoram na lisanin ang Jerusalem at sumunod kay Nephi at sa kanyang mag-anak patungo sa ilang, hindi nangamba si Nephi na tatangkain ni Zoram na tumalilis at bumalik sa kanyang tahanan. Gayundin, ang panunumpa ni Nephi ay nagbigay katiyakan kay Zoram na siya ay tatratuhing mabuti at may katarungan ni Nephi at ng kanyang mag-anak.

- Anu-ano ang ilang pangako na ginagawa natin sa iba? (Tuparin ang mga gawain sa Simbahan, gawin ang mga trabaho sa bahay, umuwi sa takdang oras, o gawin ang sarili nating takdang-aralin sa eskuwela.)
- Kung ang ating mga pangako sa iba ay tinutupad nang buong katapatan tulad ng kina Nephi at Zoram, paano mapabubuti ang ating pakikipag-ugnayan sa iba? Paano mapabubuti ang ating mga komunidad, at kahit na ang mundo? (Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Alma 27:26–27.)
- Anu-ano ang naging karanasan ninyo kung saan pinagpala kayo sa pagiging matapat sa ibang tao?

Pagiging Matapat sa Diyos

Talakayan sa banal na kasulatan at sa pisara

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Eclesiastes 5:4–5. Ipaliwanag na ang panata ay isang taimtim na pangako.

Isulat ang *Katapatan sa Diyos* sa ilalim ng *Katapatan sa iba* sa pisara.

- Anu-ano ang ilang panata na ginawa natin sa Diyos?

Burahin ang kanang bahagi ng pisara, at itala ang mga tugon sa itaas ng kanang bahagi. Ang talaan ay dapat na kabilangan ng:

1. Taglayin natin sa ating sarili ang pangalan ni Cristo.
2. Lagi siyang alalahanin.
3. Sundin ang kanyang mga kautusan.

Basahin ang Doktrina at mga Tipan 3:5, at pabigyang pansin sa mga miyembro ng klase ang pariralang, "ang mga pangako." Ipaliwanag na ang Diyos ay nagbigay sa atin ng kagila-gilalas na mga pangako.

- Anu-ano ang ilan sa mga pangako na ibinigay sa atin ng Diyos kung ipamumuhay natin ang ebanghelyo?

Isulat ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa ibabang gawing kanan ng pisara. Kung sila ay nahihirapan sa pagsagot, ipabasa sa kanila ang mga sangguniang banal na kasulatan sa ibaba. Ang talaan sa pisara ay dapat na kabilangan ng:

1. Ang Espiritu ng Panginoon ay laging mapasaatin (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 20:77).
2. Labis na kayamanan ng kaalaman (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 89:19).
3. Buhay na walang-hanggan (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 14:7).

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 82:10.

- Bakit mahalaga na maging tapat sa pagtupad sa ating mga tipan sa Diyos?

Patotoo

Ibigay ang inyong patotoo tungkol sa mga pagpapala at kahalagahan ng katapatan sa lahat ng bagay.

Himukin ang mga miyembro ng klase na palaging maging matapat sa kanilang sarili, sa iba, at sa Panginoon. Hikayatin silang alalahanin ang mga pangako na ginawa ng Panginoon sa mga matapat at nananampalataya. Magtapos sa pamamagitan ng pagbabasa ng Doktrina at mga Tipan 124:15 sa mga miyembro ng klase at paghamon sa kanila na magkaroon ng uri ng kalinisang-budhi (katapatan) na taglay ni Hyrum Smith.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

   Isang guro sa seminaryo ang nagtuturo sa kanyang klase ng kahalagahan ng katapatan at binigyang-diin na kalimitan ay hindi natin nalalaman kapag sinusubok ang ating katapatan. Isang araw ay nagbigay siya ng maikling pagsusulit at kinolekta ang mga papel. Binigyan niya ng grado ang mga ito sa bahay kinagabihan at itinala ang nakuhang mga marka, ngunit hindi inilagay

sa alin man sa mga papel. Nang sumunod na araw, ibinalik niya ang mga papel sa mga estudyante at hiniling sa mga estudyante na bigyan ng grado ang kanilang mga papel at iulat ang kanilang mga marka. Ang karamihan sa estudyante ay nag-ulat ng matataas na grado. “John?” “85.” “Susan?” “95.” “Harold?” “80.” “Arnold?” “90.” “Mary? . . . Mary?” Lubhang mahina ang tugon: “45.” Matapos na maitala ang mga marka, ang kaibahan sa dalawang marka ay kapansin-pansin. Maraming estudyante ang nag-ulat ng higit na mataas na marka kaysa naitala ng guro nang siya mismo ang magbigay ng grado sa pagsusulit.

May kakaibang katahimikan na bumalot sa klase nang ipaliwanag ng guro ang kanyang ginawa: “Ito ay ibang uri ng pagsusulit. Ito ay isang pagsusulit sa katapatan. Napansin kong marami sa inyo ang tumingin kay Mary nang sabihin niyang ang kanyang markang 45. Nais kong malaman ninyong lahat na sa aking aklat si Mary ang nakakuha ng pinakamataas na marka sa klase” (*Family Home Evening Resource Book* [1983], 195).

2. Awitin kasama ng mga miyembro ng klase o basahin ang mga salita sa “Tapat sa Pananampalataya” (*Mga Himno*). Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin kung paano nakatutulong sa atin ang katapatan na ipagtanggol ang “katotohanan at tama” (taludtod 1).

3. Bago magsimula ang klase, makipag-ayos sa isang miyembro ng klase tungkol sa sumusunod na pagsasadula:

   Ipaliwanag na tatanungin ninyo siya kung bakit nahuli siya sa pag-uwi sa bahay mula sa paaralan. Sabihin sa kanya na mag-isip ng anumang dahilan upang hindi ninyo malaman na pumunta muna siya sa bahay ng isang kaibigan sa halip na tumuloy kaagad sa bahay kagaya ng tagubilin sa kanya. Mangangailangan kayo ng mahabang pisi o sinulid para sa gawaing ito.

   Simulan ang pagsasadula sa pamamagitan ng pagtatanong ng isang simpleng katanungan kagaya ng “Bakit nahuli ka sa pag-uwi ngayon mula sa eskuwela?” Habang sumasagot ng kasinungalingan ang miyembro ng klase, itali paikot sa kanya nang isang ulit ang pisi o sinulid. Magbigay ng susunod na katanungan (halimbawa, “Bakit kailangan mong magtagal sa eskuwela pagkatapos ng klase?”) Sa muli niyang pagsagot ng kasinungalingan, muling itali nang paikot sa kanya ang pisi o sinulid. Magpatuloy sa pagtatanong, at italing paikot sa kanya ang pisi o sinulid sa bawat pagsagot niya ng kasinungalingan.

   Ipaliwanag sa klase na hiniling ninyo sa miyembro ng klase na magbigay ng maling mga sagot upang makatulong sa pagpapakita kung paano ang isang pagsisinungaling ay humahantong sa isa pa at kung gaano kabilis tayo nasisilo ng ating mga pagsisinungaling. (Para sa mga mungkahi sa mabibisang pagsasadula at pagdadrama, tingnan sa *Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin*, [178–80].)

4. Ipalarawan sa mga miyembro ng klase ang ilang situwasyon kung saan napakadaling maging hindi matapat at ipatala ang mga dahilan kung bakit tila nakatutuksong hindi maging matapat sa bawat isa sa mga situwasyong ito. (Ang mga dahilan ay maaaring kabilangan ng pag-iwas na mapahiya, makalamang, makasakit sa iba, at mabigyang-katwiran ang hindi mahusay na

trabaho.) Pagkatapos ay talakayin ang mga kapinsalaang maaaring maidulot ng kawalang-katapatan sa bawat situwasyon at ang mga pagpapala na maaaring idulot ng pagiging matapat. Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na kahit ang katapatan ay tila lumilikha ng kagyat na mga suliranin (halimbawa, mababa ang inyong marka sa isang pagsusulit dahil hindi kayo nag-aral), nagdudulot ito ng gantimpalang walang-hanggan.

5. Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento na ibinahagi ni Elder Jeffrey R. Holland noong siya ay pangulo pa ng Pamantasan ng Brigham Young:

   "Isang gabi, gabing-gabi na nang umuwi ako galing sa trabaho. Ang aking siyam na taong gulang na anak na babae . . . ay halatang nag-aalala. . . . Marahan siyang pumunta sa salas at nagsabing, 'Tatay, kailangan ko po kayong kausapin.' Hinawakan ko siya sa kamay at nagsimula siyang umiyak. . . .

   " 'Pumunta ako [sa tindahan] kaninang umaga at nakakita ng isang salaming maliit na alam kong magugustuhan ni Nanay. Alam kong mahal ito, ngunit hinawakan ko ito upang makita ang kagandahan nito. . . . Nabitiwan ko ito at bumagsak sa sahig. Kaagad ko itong dinampot, ngunit Tatay, nabasag ang salamin. Hindi ko alam ang gagawin! Wala akong sapat na pera upang bayaran ito, at nag-iisa lamang ako. . . . Mabilis kong ibinalik ang salamin sa istante at lumabas sa tindahan. O, Tatay, sa palagay ko ay hindi ako naging matapat.' At siya ay umiyak nang umiyak.

   "Niyakap ko siya habang ang maliit na siyam na taong gulang na katawan ay nanginginig sa sakit ng kasalanang iwinawaksi. Sinabi niya, 'Hindi ako makatulog at hindi ako makakain at hindi ako makapagdasal. Ano ang gagawin ko? Ayaw itong maalis sa aking isip.'

   "Dumating si Nanay, at nag-usap kami nang may katagalan nang gabing iyon. Sinabi namin sa kanya na labis-labis naming ipinagmamalaki ang kanyang katapatan . . . at naging masama sana ang aming loob kung siya ay nakakain o nakatulog nang maayos. Sinabi ko sa kanya . . . ang salamin ay maaaring hindi naman *labis* na mahal, at babalikan namin ang namamahala sa tindahan, sasabihin sa kanya ang nangyari, at sa aming dalawa, paghahatian namin ang halaga ng salamin. Kung naroroon pa ang salamin, [maaari naming] bilhin ito para sa Nanay. Ang maliit na basag na salamin na ito ay magiging isang tagapagpaalaala sa Nanay hanggat nasa kanya ito na ang kanyang maliit na anak na babae ay ganap na matapat at may damdaming espirituwal. . . .

   "Dahan-dahang tumigil ang pagdaloy ng mga luha, nagsimulang mamahinga ang kanyang maliit na katawan, at sinabi [niyang], 'Sa palagay ko, maaari na ako ngayong magdasal' " (sinipi ni J. Richard Clarke, sa Conference Report, Abr. 1984, 86; o *Ensign*, Mayo 1984, 63–64).

   - Ganito ba ang inyong nadarama kapag kayo ay hindi naging matapat?
   - Paano natin madaragdagan ang ating pagkasensitibo sa pagiging matapat?

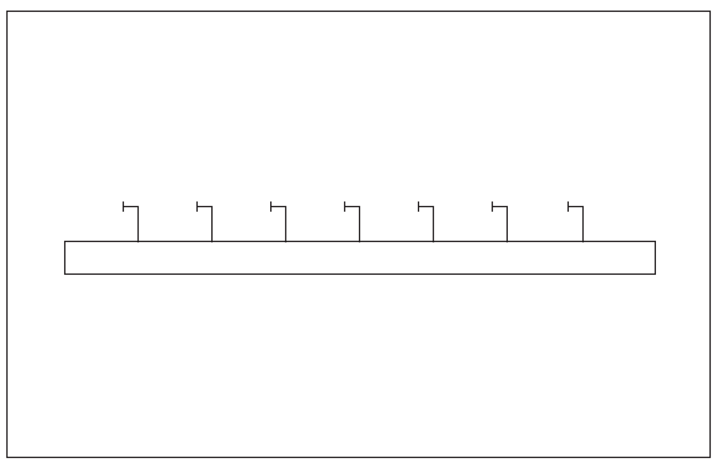
Maging Malinis Kayo

Aralin
38

Layunin Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan ang kahalagahan ng pagiging malinis ang puri.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 39:1–20; I Mga Taga Corinto 6:19–20; 2 Nephi 28:8, 20–22; Moroni 7:16–17; Doktrina at mga Tipan 98:11; 133:5; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13.
2. Karagdagang babasahin:
   a. *Para sa Lakas ng Kabataan* (34285 893). Maaari ninyong naising sangguniin ang obispo tungkol sa pagkuha ng mga kopya ng polyetong ito para sa mga miyembro ng klase na wala pa nito.
3. Maghanda ng bitag para sa pawikan: Ibaon ang ilang pako sa pagitang tatlo o apat na pulgada mula sa isa't-isa sa isang kapirasong tabla na dalawang talampakan ang haba. Baluktutin ang ulo ng mga pako sa anggulong 90 digri (tingnan sa paglalarawan). Kung hindi maaaring gumawa ng ganitong bitag, iguhit ang larawan nito sa pisara.



4. Mga kailangang kagamitan:
   a. Isang tsart na naglalaman ng ikalabintatlong saligan ng pananampalataya (gumawa ng sarili ninyo o gamitin ang tsart 65013 mula sa aklatan ng bahay-pulungan).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro *Para sa kabataan, may iilang hamon na kasing halaga, kasing hirap, o kasing lawak ng epekto sa pagpapanatiling malinis ng puri. Si Satanas ay nakikihalubilo sa ating kabataan "gaya ng leong umuungal . . . na humahanap ng masisila niya" 1 Pedro 5:8).*

Gumamit ng mahusay na pakikitungo at pagkasensitibo habang tinutulungan ninyo ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang intimasiyang sekswal ay isang kaloob mula sa Diyos na makapagdudulot ng dakilang pagkaganap at kasiyahan ngunit kailangang gamitin sa loob ng mga panuntunan na itinakda ng Diyos. Binigyan niya tayo ng tagubilin na ang intimasiyang ito ay dapat lamang na maganap sa loob ng kasal. Sinusubok ni Satanas na makumbinsi tayo na ang kaloob na ito ay maaaring gamitin nang malaya, ngunit ang pagsunod sa kanyang mga panunukso ay magdudulot ng pagsisisi, sakit, kalungkutan, at pagkawasak. Turuan ang mga miyembro ng klase tungkol sa kaligayahan at kapayapaan ng isipan na mapapasakanila kung matatag silang maninindigan laban kay Satanas at panatilihin ang mga pamantayan ng Panginoon sa kalinisang-puri.

Maaaring naisin ninyong gumugol ng dalawang linggo upang ituro ang araling ito. Kung ituturo ninyo ang buong aralin sa loob ng isang linggo, talakayin nang maikli lamang ang tungkol sa media at pananamit, o pagtuunan ang mga bahagi ng aralin na sa palagay ninyo ay pinakakailangan para sa inyong klase.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Kalinisang-Puri ay Isang Mahalagang Kaloob

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"Maaari bang kausapin ko kayo ng isa o dalawang sandali tungkol sa pinakatampok at pinakamahalaga sa lahat ng bagay. Maiisip ba ninyo kung ano ito? Ito kaya ay mga bono, salaping-puhunan o brilyante? Ito kaya ay mga kawan? Ito kaya ay mga kotse at bahay? Ito kaya ay mga medalya sa palakasan?"

- Sa palagay ninyo, ano ang tinutukoy ni Pangulong Kimball?

Bigyan ang mga miyembro ng klase ng ilang sandali para makatugon, pagkatapos ay ipagpatuloy ang pahayag:

"Hindi ito mabibili ng salapi, ngunit maaaring tamasahin ng lahat, maging ng mga mabababa ang kalagayan tulad din ng mga sagana, gayon din ng mga mag-aaral sa mataas na paaralan gaya rin ng nagtapos ng pinakamataas na titulo sa larangan ng edukasyon. . . . Ang aking tinutukoy ay ang kalinisang-puri at kadalisayan" (sa Conference Report, Sydney Australia Area Conference, 1976, 54).

- Ano ang kalinisang-puri?

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pagiging malinis ang puri ay nangangahulugan ng pagtupad sa pamantayan ng Panginoon sa kalinisang moral (sekswal). Ipinag-utos ng Ama sa Langit na magpigil tayo sa anumang uri ng intimasiyang sekswal bago ang kasal at maging ganap na matapat sa ating kabiyak pagkatapos ng kasal. Ipinag-utos din niya na umiwas tayo sa anumang anyo ng dibersiyong imoral at panatilihing dalisay ang ating mga pag-iisip.

- Sinabi ni Pangulong Kimball na ang kalinisang-puri ay higit na mahalaga kaysa pera, ari-arian, o gantimpala. Sa palagay ninyo, bakit masyado niyang dinibdib ang hinggil sa kalinisang-puri?

Kuwento sa banal na kasulatan at talakayan

Bigyang-diin na ang banal na kasulatan ay naglalaman ng maraming halimbawa ng mga tao na nakaunawa sa kahalagahan ng kalinisang-puri. Ang isa sa kanila ay si Jose, na ipinagbili bilang alipin ng kanyang mga kapatid at naging tagapaglingkod ni Potiphar, isang mayamang taga-Ehipto (tingnan sa Genesis 37; 39).

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Genesis 39:7–12. Ipaliwanag na alam ni Jose ang pamantayan ng Panginoon ng kalinisang puri at nahalata na ang asawa ni Potiphar ay nagtatangkang akitin siya na labagin ang pamantayang iyon (tingnan sa Genesis 39:9).

- Ano ang ginawa ni Jose nang mapasapanganib ang kanyang kalinisang-puri? (Genesis 39:12). Ano ang inilagay niya sa panganib sa paggawa nito?

Ipaliwanag na humahawak si Jose ng mataas na katungkulan sa pamamahay ni Potiphar. Gayunpaman, nang magsinungaling ang asawa ni Potiphar tungkol sa pangyayari at magsabi na nagtangka si Jose na halayin siya, itinapon sa bilangguan si Jose (tingnan sa Genesis 39:13–20).

- Sa palagay ninyo, bakit nakahanda si Jose na lubhang malagay sa panganib mapanatili lamang ang pagiging malinis ang puri?

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin ang sumusunod na mga katanungan nang hindi sinasagutan nang malakas ang mga ito:

- Ano ang maaari ninyong ginawa sa ganoon ding kalagayan? Gaano kahalaga ang kalinisang-puri sa inyo?

Kailangan Nating Paglabanan ang mga Panunukso ni Satanas

Pakay-aralin

Ipakita ang bitag para sa pawikan (o tukuyin ang larawang-guhit sa pisara).

- Sa palagay ninyo, ano ang bagay na ito?

Pagkatapos na magkaroon ang mga miyembro ng klase ng pagkakataon na makatugon, ipaliwanag na ito ay isang bitag sa panghuhuli ng mga pawikan. Ibigay ang sumusunod na kaalaman sa sarili ninyong mga salita:

Masarap na sopas ang magagawa mula sa karne ng pawikan. Gayunpaman, ang mga pawikan ay lubhang marunong at mautak kung kaya't mahirap silang mahuli. Kapag sila ay nasa tubig, magagamit nila ang kanilang bibig na tila tuka upang makuha ang pain na ginamit upang akitin sila nang hindi man lamang nasasagi ang kawil na kinasasabitan ng pain. Sa tubig, ligtas sila at lubos na nakakikilos. Kung maaakit ninyo sila na umahon sa tubig, higit na madali silang mahuli.

Hawakan ang isang dulo ng bitag upang nakatuon pataas ang mga nakabaluktot na pako.

Kung maglalagay kayo ng hilaw na karne sa ibabaw ng bitag na ito at ilalagay ang ilalim ng bitag sa tubig, maaamoy ng pawikan ang karne at aakyatin ang bitag upang makain ito. Kapag lumapit kayo sa bitag, ang pawikan, na makakaramdam ng panganib, ay papasok sa kanyang bahay-pagong at tatangkaing bumalik sa tubig. Ngunit sasabit ang kanyang bahay-pagong sa isa sa mga pako at hindi na siya makakaalis. Maaari na ninyo siyang maiuwi upang gawing masarap na sopas.

Ipaliwanag na ang isang tao na nanghuhuli ng pawikan ay inihalintulad ang kaligtasan ng pawikan sa lawa sa ating kaligtasan sa ebanghelyo. Pagkatapos ay nagbigay siya ng sumusunod na pahayag:

"Ang telebisyon, pelikula, magasin, at iba pang media sa ating panahon ay ipinagsisigawan na ang masasayang sandali ay nauugnay sa imoralidad, alkohol, at karahasan. Ang ilang tila mababait na mga bata sa inyong paaralan ay maaaring humihitit ng marihuwana at gumagamit ng droga. Ang magagandang kabataang lalaki at babae sa patalastas ng serbesa ay tila nagkakasayahan.

"Isa itong pain. Kagaya ng maamoy na karne sa kapirasong kahoy sa aking lawa sa Georgia, ang pain na ito ay maaaring gamitin upang lansihin at ipagkanulo kayo. Kung hahayaan nating malansi tayo upang lumayo sa kaligtasan ng Simbahan at ebanghelyo, maaari din tayong mahuli. Huwag ninyong hahayaan na manganib kayong maging sopas na pawikan!" (Ron Whipple, "Catch a Snapping Turtle," *New Era*, Hulyo 1996, 26–27).

Talakayan

- Bakit umaakyat ang pawikan sa bitag?

Bigyang-diin na ang pawikan ay naghahangad ng isang bagay na kanais-nais—pagkain. Sa ibang pagkakataon, mabuti para sa pawikan na makakain ng karne. Sa pagkakataong ito, gayunpaman, ang pagkain ay iniaalok nang hindi tama, at nagdudulot ito ng kamatayan sa pawikan. Katulad din na ang kasiyahang sekswal ay hindi masama mismo, ngunit kapag hinahangad sa maling pagkakataon—sa anumang kalagayan sa labas ng kasal—nagiging mapangwasak ito at maaaring magbunga ng kamatayang espirituwal.

Ipaliwanag na kapag si Satanas ay lumilikha ng pain upang akitin tayong gumawa ng hindi tamang kilos, lubos siyang pulido. Hindi siya nagsisimula kaagad sa pag-akit sa atin sa paggawa ng mabigat na kasalanan. Sa halip, tinutukso niya tayo sa tila inosenteng pag-iisip at gawain na maaaring humantong sa higit na mabigat na mga kasalanan (tingnan sa 2 Nephi 28:8, 20–22).

- Anu-ano ang ilang uri ng pain na ginagamit ni Satanas upang maakit tayo tungo sa imoralidad? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng hindi disenteng pananamit, maruruming pelikula o palabas sa telebisyon, maruruming biro, at imoral na mga tugtugin.)

Ginagamit ni Satanas ang Media upang Akitin Tayo Patungo sa Imoralidad

Siping-banggit at paglalahad ng guro

Ipaliwanag na ang ilan sa mga pain ni Satanas ay nanggagaling mula sa media. Basahin ang sumusunod na pahayag mula sa *Para sa Lakas ng Kabataan* (kung nakapagdala kayo ng mga kopya para sa mga miyembro ng klase, pasundan ito sa kanila sa pahina 13):

"Anuman ang inyong binabasa, pinakikinggan, o pinanonood ay nag-iiwan ng bakas sa inyong pagkatao. Ang pangmadlang libangan at ang media ay nagdudulot sa inyo ng maraming positibong karanasan. Kayo ay maaaring mapasigla at mabigyang-buhay ng mga ito, maturuan ng mabuti at moral na mga alituntunin, at malapit kayo sa kagandahang inihahandog ng mundong ito. Subalit magagawa rin ng mga ito na ang mali at masama ay magmukhang karaniwan, nakatutuwa, at katanggap-tanggap."

Bigyang-diin na maraming sikat na pelikula, palabas sa telebisyon, aklat, magasin at musika ang sumasalamin sa mga pamantayan ng mundo, na ibang-iba sa mga pamantayan ng Panginoon. HIndi lamang isinusulong ng mga pamantayan ng mundo ang paggamit ng alkohol, tabako, at karahasan, kundi iminumungkahi din ng mga ito na ang intimasiyang sekswal ay dapat na magawa ninuman sa lahat ng pagkakataon. Ang media na nagtataguyod sa mga pamantayan ng mundo ay karaniwang nabibigong ipakita ang kapinsalaang pisikal at espirituwal na dulot ng paglabag sa mga kautusan ng Diyos.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"Maraming unos ang nagngangalit sa inyong paligid. Nariyan ang tusong paggamit ng seks at karahasan na makikita sa telebisyon at mga bidyoteyp, [mga pornograpikong] magasin, serbisyo sa telepono, at kahit na sa Internet.

"Ang pakiusap ko sa inyo . . . ay ilayo ang inyong mga sarili sa mga bagay na ito. Maaari ninyong [palitan ang himpilan] ng telebisyon. Maaari ninyong iwaksing parang nakahahawang sakit ang pag-upa o pagkakaroon ng mga bidyoteyp na nilikha upang akitin at akayin kayo patungo sa landas na pagsisisihan ninyo. . . . Hindi ninyo kailangang magbasa ng maruruming babasahin ng anumang uri. Hindi kayo matutulungan nito. Mapipinsala lamang kayo nito" ("True to the Faith," *Ensign*, Hunyo 1996, 4).

Talakayan

- Nasabi na ba ninyo o narinig na ba ninyo ang isang tao na nagsabi na, "AYOS ang pelikulang ito dahil iisa lamang ang masamang eksena" o "Gusto ko ang himig ngunit hindi ko pinakikinggan ang mga salita"? Ano ang mali sa mga pagbibigay-katuwirang ito para panoorin o pakinggan ang mga bagay na imoral?

Bigyang-diin na kahit na ang bahagyang kasamaan ay negatibong makaaapekto sa atin sa pamamagitan ng panandaliang pag-alis sa atin ng kakayahang madama ang mga paggabay ng Espiritu Santo. Ang pagtanggap sa bahagyang kasamaan ay madaling makatutukso sa atin sa higit na malaking kasamaan. Kung panonoorin natin ang isang pelikulang may "iisa lamang" masamang eksena, mababawasan ang pagtutol natin sa mga pelikulang may ilang masasamang eksena at magagawa nating tanggapin sa ating buhay ang higit na maraming imoralidad at kasamaan. Kapag pinakikinggan natin ang himig, kahit na sinasadya nating hindi pansinin ang mga salita, ang isipan sa kabila ng kamalayan ay maaaring nakikinig at itinatala ang mga ito sa ating alaala.

- Paano ninyo matitiyak na ang mga pelikula, palabas sa telebisyon, musika, aklat, magasin, at iba pang media na nakaiimpluwensiya sa inyo ay sumasalamin sa mga pamantayan ng Panginoon, sa halip na sa mga pamantayan ng mundo?

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Moroni 7:16–17 at talakayin kung ano ang itinuturo ng mga talatang ito tungkol sa pagsusuri kung ano ang masama at kung ano ang mabuti.

Pagkatapos ay ipakita ang tsart na naglalaman ng ikalabintatlong saligan ng pananampalataya, at tukuyin ang panghuling pangungusap, na makatutulong sa atin sa pagpili ng pelikula, musika, at iba pang media.

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na may dapat pa tayong gawin kaysa pag-iwas lamang sa kasamaan. Binibigyang-tagubilin tayo na "talikuran ninyo ang lahat ng masama," ngunit kasabay nito ay "mangunyapit sa lahat ng mabuti" (Doktrina at mga Tipan 98:11). Ang ikalabintatlong saligan ng pananampalataya ay nagsasabing dapat nating "hanapin" ang mabubuting bagay—gumawa ng pagsusumikap na masumpungan ang mga ito, pag-aralan, at tuklasin ang kanilang kagandahan. Dapat nating iwaksi ang media na hindi umaabot sa mga pamantayan ng Panginoon, ngunit dapat din nating hanapin ang media na nagtataguyod sa mga pamantayan ng Panginoon.

Anyayahan ang mga miyembro ng klase na sabihin ang mga paraan kung paano sila naghanap at nakatagpo ng karapat-dapat na mga pelikula, musika, aklat, at iba pang media.

Ginagamit ni Satanas ang Uso upang Akitin Tayo Patungo sa Imoralidad

Siping-banggit

Ipaliwanag na isa pang paraan ng pag-akit ni Satanas sa atin patungo sa imoral na pagkilos ay ang paghimok sa atin na magsuot ng mahalay na pananamit. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag mula sa *Para sa Lakas ng Kabataan* (kung nakapagdala kayo ng mga kopya para sa mga miyembro ng klase, pasundan ito sa kanila sa pahina 8–9):

"Ang mga tagapaglingkod ng Diyos ay palaging nagpapayo sa kanyang mga anak na manamit nang disente upang magpakita nang paggalang sa kanya at sa kanilang mga sarili. Sapagkat ang paraan ng inyong pananamit ay naghahatid ng mga kaukulang mensahe tungkol sa inyong sarili sa iba at kadalasang hinihikayat nito ang paraan nang pagkilos ninyo at ng iba, dapat kayong manamit sa paraang maipakikita ninyo ang pinakamabuti sa inyong sarili at sa mga nasa paligid ninyo."

Kuwento at talakayan

Upang ilarawan ang punto na kung paano manamit ang isang tao ay nakaaapekto sa kanyang pagkilos, isalaysay ang sumusunod na kuwento sa sarili ninyong mga salita:

Ang isang tagasanay ng isang propesyonal na koponang pampalakasan ay labis na nag-alala sa kilos at pananalita ng mga miyembro ng koponan kapag sila ay naglalakbay sa pamamagitan ng inuupahang eroplano patungo sa iba't-ibang destinasyon nila. Ginugulo nila ang mga istewardes, itinatapon ang mga pagkain, at nagsisigawan sa isa't-isa sa kahabaan ng eroplano. Nahirapan ang kompanya ng eroplano na makakuha ng mga istewardes na magsisilbi kapag may biyahe ang koponang ito.

Pagkaraan ng mahabang pag-iisip, nakabuo ng solusyon ang tagasanay. Mula noon, ang mga miyembro ng koponan ay pinagsuot ng amerikana, kurbata, at sapatos na balat kapag magbibiyahe, sa halip na kasuotang kaswal na hinahayaang gamitin nila noong nakaraan. Napakalaki ng pagbabago ng kanilang pagkilos. Lumalabas na kapag sila ay nakabihis tulad ng mga maginoo, kumikilos silang tila mga maginoo. Nagsimulang hilingin ng mga istewardes na italaga sila sa mga paglipad na inupahan ng koponang ito.

- Ano ang nakatulong sa mga miyembro ng koponan upang mapabuti ang kanilang pagkilos?

- Paano nagbabago ang inyong pagkilos batay sa kung ano ang inyong kasuotan? Paano kayo kumikilos kapag suot ninyo ang pinakaluma at pinakamarurumi ninyong damit? Paano kayo kumikilos kapag suot ninyo ang pinakamaayos na kasuotang panLinggo?

Ipaliwanag na kapag nagsusuot tayo ng mahahalay na kasuotan—mga kasuotan na labis na maikli o masikip o nakalilikha ng hindi nararapat na atensiyon sa ating mga katawan—tayo man ay maaaring magsimula na ring mag-isip at kumilos nang may kahalayan.

Bigyang-diin na kung paano tayo nananamit ay nakaaapekto rin sa mga nasa paligid natin. Ang mahahalay na kasuotan ay maaaring makahimok sa mga nakakikita sa atin na bigyan ng labis na atensiyon ang ating mga katawan. Maaari din itong magbunsod sa kanila na maniwala sa maling mga bagay tungkol sa ating mga pamantayan at pagkilos.

Talakayan

Maaaring kailanganin mong bigyang-diin na ang mga estilong pinakauso ay hindi palaging disente. Humingi sa mga miyembro ng klase ng mga mungkahi kung ano ang maaari nilang gawin kapag ang kasuotang nauuso ay masagwa. Tulungan silang maunawaan na kung minsan ang nauusong estilo ay maaaring baguhin upang maging disente ang mga ito (halimbawa, ang palda ay maaaring gawing mahaba o ang isang kamiseta ay maaaring gawin mula sa isang katulad ngunit mas makapal na tela). Gayunman, kapag ang estilo ay hindi maaaring baguhin, dapat nating palaging pipiliin ang pagiging mayumi kaysa nauuso.

Muling basahin ang pahayag mula sa pahina 8–9 ng *Para sa Lakas ng Kabataan*.

- Paano ninyo maipakikita ang paggalang sa Diyos at sa inyong sarili sa pamamagitan ng inyong pananamit? Paano kayo "mananamit sa paraang maipakita ninyo ang pinakamabuti sa inyong sarili at sa mga nasa paligid ninyo"?

Ginagamit ni Satanas ang mga Pagnanasang Likas upang Akitin tayo Tungo sa Imoralidad

Paglalahad ng guro

Ilahad ang sumusunod na kaalaman sa inyong sariling mga salita, na may pag-aalala sa antas ng kahustuhan ng isip ng mga miyembro ng klase (ang ilang nasa 12 at 13 taong gulang ay ganap na interesado sa mga miyembro ng kabilang kasarian at nangangailangan ng patnubay sa pagbuo ng tamang pakikipag-ugnayan sa mga ito, samantalang ang ibang nasa ganitong gulang ay maaaring walang interes o nahihiya maski sa mungkahi ng pagkakainteres sa kabilang kasarian):

Ang pisikal na pagkaakit sa mga kasapi ng kabilang kasarian ay likas at normal. Ipinagkaloob sa atin ng Ama sa Langit ang mga damdaming ito, ngunit tinagubilinan din niya tayo na supilin ang mga ito hanggang sa tamang panahon at pagkakataon ng pagpapahayag sa mga ito.

Upang matulungang masupil ang mga damdaming ito, pinapayuhan ng mga namumuno sa Simbahan ang kabataan na huwag makikipagtipanan hanggat sila ay hindi pa umaabot sa 16 na taong gulang. Ang ilang pisikal na pagpapahayag ng pagmamahal ay maaaring naaangkop sa mga pakikipagtipanan, ngunit dapat

ilaan ang mga ito para sa natatangi at piling tao sa naaangkop na panahon ng inyong buhay, at hindi dapat na gawin nang basta-basta. Ang mga pagpapahayag na ito ay hindi naaangkop hanggat wala pa kayo sa gulang upang makipagtipan nang nararapat.

Ang ibang pagpapahayag ng pagmamahal ay naaangkop lamang para sa inyong kabiyak pagkatapos na kayo ay makasal. Ang mga pagpapahayag na ito ay kinabibilangan ng ugnayang sekswal at anumang kilos na humahantong dito, kagaya ng mainit na paghahalikan, paghipo sa anumang bahagi ng katawan ng ibang tao sa ilalim ng kanilang kasuotan, o paghipo sa "maseselang bahagi" ng katawan ng ibang tao sa ibabaw o sa ilalim ng kanilang kasuotan. Ang isang mainam na gabay ay ang anumang kaisipan o kilos na makapagdaragdag sa inyong interes o pagnanasa sa katawan ng ibang tao ay hindi wasto. Ang mga bagay ito ay makasalanan sa labas ng ugnayan ng kasal.

Paalalahanan ang mga miyembro ng klase na kung lumahok na sila sa hindi naaangkop na kilos, dapat silang makipag-usap sa obispo. Mapapayuhan niya sila tungkol sa kung paano magsisisi. Kung may katanungan ang mga miyembro ng klase sa kung ano ang naaangkop at kung ano ang hindi, hikayatin sila na makipag-usap nang sarilinan sa kanilang mga magulang o sa obispo.

Ang Kagalakan ay Naghihintay sa Dalisay

Kuwento at talakayan

Bigyang-diin na ang pagtupad sa mga pamantayan ng Panginoon sa kalinisang-puri ay hindi nangangahulugang magiging sikat tayo. Ngunit aakayin tayo nito sa kaligayahang walang-hanggan, na mas higit na mahalaga kaysa sa pagsang-ayon ng mundo.

Isalaysay ang sumusunod na kuwento sa sarili ninyong mga salita:

Palaging ginagawa ni Hal ang kanyang pinakamahusay sa paglilingkod sa Panginoon. Sinikap niyang sundin ang mga kautusan at gawin ang ipinagagawa sa kanya ng Panginoon. Kung minsan, hindi madali ito.

Marami sa mga kaibigan at kakilala ni Hal ay walang pakialam sa relihiyon at nabubuhay sa paraang tila tinutuya ang mga turong Kristiyano. Alam ng lahat na si Hal ay isang Banal sa mga Huling Araw, at kung minsan, nililibak siya ng kanyang mga kasama dahil sa kanyang mga paniniwala. Madalas na hindi pansinin ni Hal ang kanilang pagbibiro, ngunit kung minsan ay nadarama niyang nag-iisa siya at hindi tinatanggap. Nag-iisip siya kung minsan kung ang pagsusumikap ba niya na matupad ang mga kautusan at mapanatili ang kanyang katapatan ay sulit.

Sa mga taon ng kanyang pakikipagtipanan, nai-deyt ni Hal ang ilang babaeng magaganda at nabawasan ang kanyang damdamin ng pag-iisa at kalungkutan. Nang mapagtanto niya na ang mga babaeng ito ay naghahanap ng pisikal na pagmamahal mula sa kanya, madalas niyang maisip, "Naiiba ba ako talaga? Bakit kailangang manatili akong malinis ang puri? Napakadaling huwag gawin ito." Ngunit batid ni Hal ang inaasahan sa kanya ng Panginoon. Alam niyang dapat niyang ipagpatuloy ang huwaran ng pagkamatwid na kanyang nasimulan sa buhay. Ipinamuhay niya ang batas ng kalinisang-puri bagamat

masakit kapag tila nawawalan ng interes sa kanya ang mga babae dahil sa pagpapanatili niya sa mga pamantayan ng Panginoon.

Nang matagpuan ni Hal ang kabataang babae na tama para sa kanya, karapat-dapat siya upang pakasalan ito sa templo para sa kawalang-hanggan. Pagkaraan ng mga taon, nagbalik-tanaw si Hal sa kanyang buhay noon at napagtanto na ang lahat ng nagpapaligaya sa kanya—ang kanyang kabiyak, ang kanyang mag-anak, ang Simbahan—ay nasa kanya dahil pinanatili niya ang kanyang mga pamantayan at nagpunyaging mabuhay nang matwid. Nagpasalamat siya sa Ama sa Langit sa pagbibigay sa kanya ng lakas upang gawin ang tama. Ngayon ay nauunawaan niya kung ano ang kaligayahang makakamtan sa pagpapanatili niya sa sarili na malinis ang puri.

- Ano ang maaaring nangyari kay Hal kung hindi siya nanatiling malinis ang puri?
- Anu-anong pagpapala ang natatanggap natin sa buhay na ito dahil sa pananatiling malinis ang puri?
- Anu-anong pagpapala ang matatanggap natin sa kawalang-hanggan dahil sa pananatiling malinis ang puri?

Patotoo

Ipaliwanag na ang ating mga katawan ay mga templo at ipinag-utos sa atin ng Panginoon na panatilihing malinis ang templong ito (tingnan sa I Mga Taga Corinto 6:19–20; Doktrina at mga Tipan 133:5), na sumasaklaw sa pagiging malinis sa katawan, pag-iisip, at espiritu. Ibahagi ang inyong patotoo sa kahalagahan ng pagpapanatili ng kalinisang-puri.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tuparin ang mga pamantayan ng Panginoon at maging dalisay at malinis ang puri.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Hilingin sa obispo na magrekomenda ng isang kabataang may sapat na gulang na maaaring gawing huwaran ng mga miyembro ng klase. Ang taong ito ay maaaring isa na katatanggap lamang ng tawag sa misyon o naghahanda para sa pagpapakasal sa templo. Anyayahan siya na pumunta sa klase at ibahagi ang kanyang mga damdamin tungkol sa pamumuhay nang malinis at sa kapayapaan at kagalakan na nakakamtan dahil sa pagtupad sa batas ng kalinisang-puri.
2. Kung makakukuha ng sumusunod na bahagi ng video, ipalabas ito sa kanila:
   a. "Moralidad para sa Kabataan," isang 22 minutong bahagi ng *Inspirational Video I* (53670 893).
3. Ipaliwanag na sa mundo sa ngayon, madalas tayong paniwalain na ang mahahalagang pagpapakita ng pagmamahal ay dapat na palaging pisikal. Gayunman, maraming paraan ng pagpapahayag ng pagmamahal o pagpapahalaga nang hindi nilalabag ang mga pamantayan ng Panginoon. Hilingin sa mga miyembro ng klase na magmungkahi ng mga matwid at kanais-nais na mga paraan ng pagpapahayag ng pagmamahal o pagpapahalaga para sa mga miyembro ng kabilang kasarian. Itala ang mga tugon sa pisara.

Aralin
39

Lakasan Ninyo ang Loob

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maiwasang masiraan ng loob at sumunod sa payo ng Tagapagligtas na "lakasan ninyo ang loob" (Juan 16:33).

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Juan 16:33; 1 Pedro 1:7; 2 Nephi 2:17–18, 27; Eter 12:6; Doktrina at mga Tipan 121:1–9; 122:5–9.

2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Dalawa hanggang apat na himnaryo para sa gawain sa pahina 274–75.
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Sa ating buhay bago pa ang buhay sa mundo, sumigaw tayo sa galak dahil sa pagkakataong sumulong sa ating ikalawang kalagayan (tingnan sa Job 38:4, 7). Batid natin na sa ating mortalidad ay daranas tayo ng kalungkutan, kirot, kabiguan, mga suliranin, at mga pagsubok, gayon din ng kaligayahan at kagalakan. Dahil sa lahat ng kaalamang ito, nadama natin ang kapayapaan at katiwasayan sapagkat alam natin na ang ating Ama sa Langit ay palagi tayong aalalahanin. Tulungan ang mga miyembro ng klase na ituring ang panghihimok ni Cristo na "lakasan ninyo ang loob" bilang isang paalaala na, anuman ang mga kalagayan natin, maaari nating matagpuan ang katahimikan at kagalakan sa buhay.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Pagsubok ay Bahagi ng Plano ng Kaligtasan

Talakayan

Hilingin sa mga miyembro ng klase na isiping nasa buhay sila bago pa ang buhay na ito at sila ay malapit nang isilang sa lupa. Nag-uusap-usap sila tungkol sa kung ano ang maaaring mangyari sa kanila, dahil alam nilang ang buhay sa lupa ay magdudulot ng maraming pagkakataon at hamon. Pagkatapos ay basahin ang mga pahayag sa ibaba, isa-isa, at ipatalakay sa mga miyembro ng klase ang kanilang mga damdamin tungkol sa bawat pahayag habang naghahanda sila sa pagbaba sa lupa.

1. Magkakaroon kayo ng mga kabiguan, pagsubok, at suliranin habang nasa mortalidad.

2. Makararanas din kayo ng kagalakan.

3. Tutuksuhin kayo ni Satanas.

4. Nais ng ating Ama sa Langit na magtagumpay at maging maligaya kayo.

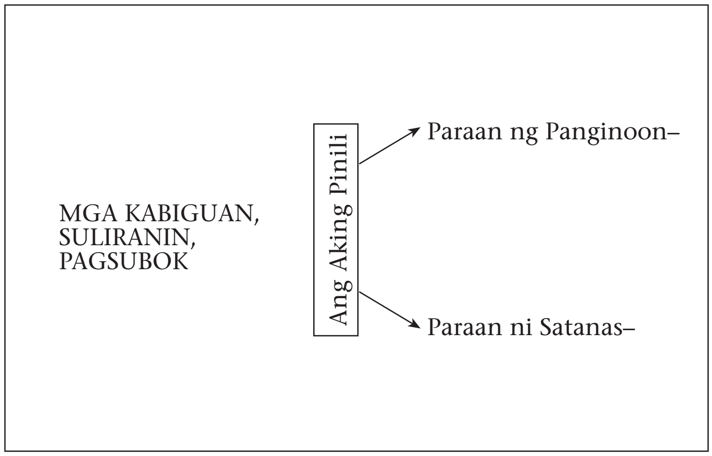
Talakayan sa banal na kasulatan

Itanong ang sumusunod, habang hinahayaan ang mga miyembro ng klase na mahanap ang mga naaangkop na banal na kasulatan upang matulungan silang masagot ito:

- Bakit bahagi ng plano ng kaligtasan ang mga kabiguan, suliranin, at iba pang mga pagsubok? (Tingnan sa 1 Pedro 1:7; Eter 12:6; Doktrina at mga Tipan 122:7.)

Paglalahad sa pisara

Iguhit ang sumusunod na paglalarawan sa pisara:



Bigyang-diin na bawat isa ay nakararanas ng mga pagsubok at kabiguan. Ang malaking bahagi ng ating tagumpay sa buhay ay nakasalalay sa kung paano tayo tumutugon sa mga pagsubok. Maaari tayong pumili ng isa sa dalawang pangunahing tugon sa mga pagsubok: ang paraan ng Panginoon o ang paraan ni Satanas.

Nais ni Satanas na Masiraan Tayo ng Loob

Siping-banggit at talakayan sa banal na kasulatan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Marvin J. Ashton, na naging miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang isa sa mga pinakamakapangyarihang kagamitan ni Satanas ay ang pagkasira ng loob" (sa Confererence Report, Abr. 1988, 73; o *Ensign*, Mayo 1988, 63).

Idagdag ang *Masiraan ng loob* sa pisara pagkatapos ng *Paraan ni Satanas—.*

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 2 Nephi 2:17–18, 27.

- Paano nakatutulong kay Satanas ang pagkasira ng loob na matamo ang kanyang minimithi na gawin tayong "kaaba-abang katulad ng kanyang sarili"? Paano naaapektuhan ang inyong mga pagpupunyagi na sundin ang mga kautusan at maging mahusay sa pag-aaral at sa iba pang mga gawain kapag kayo ay nasisiraan ng loob?

Basahin ang pagpapatuloy ng pahayag ni Elder Ashton:

"Ang mga pagbulong na 'hindi mo kaya iyan,' 'hindi ka magaling,' 'huli na,' 'para ano pa?' o 'wala nang pag-asa ang mga bagay' ay mga kagamitan ng pangwawasak. Nais ni Satanas . . . na huminto kayo sa pagsisikap. Mahalagang maalis sa [ating buhay] ang pagkasira ng loob. Maaari itong mangailangan ng malaking halaga ng pagsusumikap at lakas, ngunit maaari itong makamtan" (sa Confererence Report, Abr. 1988, 73; o *Ensign*, Mayo 1988, 63).

Tinuruan Tayo ng Panginoon na Lakasan ang Loob

Siping-banggit at talakayan sa banal na kasulatan

- Anu-anong pagsubok ang naranasan ng Tagapagligtas?

Bigyang-diin na dumanas ang Tagapagligtas ng higit na matitinding mga pagsubok kaysa sa mararanasan natin kailanman, gayon pa man ay hindi siya nasiraan ng loob. Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol:

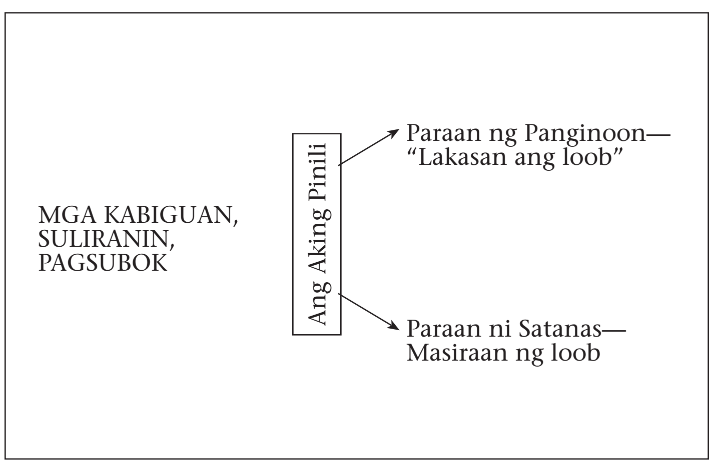
"Kahit ganoon kataimtim ang misyon na ibinigay sa Kanya, nakakita pa rin ang Tagapagligtas ng kagalakan sa buhay; Nalugod siya sa mga tao at sinabi sa kanyang mga disipulo na lakasan ang loob. . . .

"Tandaan ang malupit na pagtrato na tinanggap Niya, ang di-pagtanggap na naranasan Niya, at ang kawalang-katarungan na . . . tiniis Niya. Kapag tayo, gayon din, ay humaharap ng ilan sa mga ganito sa buhay, maaari nating alalahanin na si Cristo din ay nabagabag sa bawat dako, ngunit hindi nanghina; nagulumihanan, ngunit hindi nawalan ng pag-asa; inusig ngunit hindi tumalikod; inapi ngunit hindi nasira (tingnan sa II Mga Taga Corinto 4:8–9)" (sa Conference Report, Okt. 1995, 90–91; o *Ensign*, Nob. 1995, 68–69).

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Juan 16:33.

- Ano ang ninanais ng Panginoon na madama natin kapag tayo ay may mga kabiguan, suliranin, at pagsubok?

Idagdag ang *"Lakasan ang loob"* sa pisara pagkatapos ng *Paraan ng Panginoon—*. Ang pisara sa ngayon ay dapat na makitang ganito:



- Paano "napagtagumpayan ang mundo ng Tagapagligtas"?
- Paano nakatutulong sa atin ang kaalamang ito na "lakasan ang loob"?

Maaari Nating Lakasan ang Loob Kahit sa Panahon ng Kahirapan

Gawain

Hatiin ang klase sa apat na pangkat, na may pinuno sa bawat pangkat, at bigyan ang bawat pangkat ng himnaryo. Itakda sa bawat pangkat ang isa sa mga talata ng himnong "Mga Pagpapala ay Bilangin Mo" (*Mga Himno*; na makikita rin sa ibaba). Kung maliit lamang ang inyong klase, maaari ninyong naising hatiin ito

sa dalawang pangkat at itakda sa bawat pangkat ang dalawang talata. Ipahanap sa bawat pangkat ang mensahe ng kanilang talata (o mga talata). Hikayatin sila na mag-isip ng mga halimbawa mula sa mga kuwento sa banal na kasulatan, kasaysayan ng Simbahan, o mga pansariling karanasan na nagtuturo ng ganoon ding mensahe. Pagkatapos na ang bawat pangkat ay magkaroon ng panahong makapag-isip ng mga ideya, ipabasa sa pinuno ang talata sa klase at ipabahagi ang mga ideya na tinalakay ng pangkat. (Maaari ninyong naising gamitin ang unang gawaing nakapagpapaunlad bilang kapalit o karagdagan sa gawaing ito.)

"Kung ang buhay mo'y puspos ng pighati,
Kawalang-pag-asa ay naghahari.
Mga pagpapala ay bilangin mo;
Mamamangha ka sa kaloob sa 'yo.

"Pag-aalala ba ay nadarama?
Kay bigat na ba ng 'yong dinadala?
Mga pagpapala ay bilangin mo;
Mapapawi mga alinlangan mo.

"Kung makitang iba'y may kayamanan,
Pangako ni Cristo sa iyo'y tingnan.
Mga pagpapala ay bilangin mo;
'Di mabibili ang gantimpala mo.

"Sa munti ma't malaking suliranin,
H'wag manghihina; D'yos ay nasa atin.
Mga pagpapala ay bilangin mo;
Anghel sa kalangita'y karamay mo."

Kuwento at talakayan

Basahin ang sumusunod na kuwento na isinalaysay ni Pangulong Gordon B. Hinckley tungkol sa unang mga linggo ng kanyang misyon sa Inglatera. Hilingin sa mga miyembro ng klase na pakinggan ang mga bagay na nakatulong sa kanya na mapagtagumpayan ang pagkasira ng loob.

"Hindi maganda ang aking pakiramdam nang dumating ako. Sa mga unang linggong iyon, dahil sa karamdaman at sa pagsalungat na nadama namin, nasiraan ako ng loob. Sumulat ako sa aking butihing ama at sinabi ko na sa pakiramdam ko ay sinasayang ko lamang ang aking panahon at ang kanyang salapi. Siya ang aking ama at pangulo ng aming istaka, at siya ay marunong at inspiradong tao. Sumulat siya ng napaikling liham sa akin na nagsasaad, 'Mahal na Gordon, Natanggap ko ang huli mong sulat. May isang mungkahi lamang ako: kalimutan mo ang iyong sarili at gumawa ka.' Bago dito, nang umagang iyon, sa aming klase sa banal na kasulatan, nabasa ko at ng aking kasama ang mga salitang ito ng Panginoon: 'Ang sinomang magibig iligtas ang kaniyang buhay ay mawawalan nito: at ang sinomang nawalan ng kaniyang buhay dahil sa akin at sa ebanghelyo ay maililigtas yaon.' (Marcos 8:35.)

"Ang mga salitang iyon ng Maestro, na sinundan ng liham ng aking ama na kalakip ang kanyang payo na kalimutan ko ang aking sarili at gumawa, ay tumimo sa aking pagkatao. Hawak ko sa aking kamay ang liham ng aking ama, pumasok ako sa aming silid sa bahay sa 15 Daang Wadham, kung saan kami nakatira, at lumuhod at gumawa ng pangako sa Panginoon. Nakipagtipan ako na sisikapin kong kalimutan ang aking sarili at ibuhos ang aking sarili sa paglilingkod sa Kanya.

"Ang araw na iyon noong Hulyo 1933 ang araw ng aking pagpapasiya. Isang bagong liwanag ang dumating sa aking buhay at bagong galak ang nadama ko sa aking puso. Ang ulap sa Inglatera ay tila lumisan, at nakita ko ang sinag ng araw. Nagkaroon ako ng kapakipakinabang at napakagandang karanasan sa misyon, na kung saan ay palagi akong magpapasalamat" ("Gospel to Great Britain," *Ensign*, Hul. 1987, 7).

- Anu-ano ang ilang bagay na nakatulong kay Elder Hinckley na mapagtagumpayan ang pagkasira ng loob? Anu-ano pang ibang bagay ang nakatulong sa inyo na mapagtagumpayan ang pagkasira ng loob?

Isulat ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pisara sa ilalim ng *"lakas ng loob."* Ang mga sagot ay dapat kabilangan ng sumusunod:

Sumunod sa payo ng mga magulang
Magbasa ng banal na kasulatan
Kalimutan ang ating sarili (maging hindi makasarili)
Magbigay ng paglilingkod
Manalangin

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang Propetang Joseph Smith ay humarap sa mga pagsubok na higit pa sa mga naranasan ni Elder Hinckley sa Inglatera. Sa loob ng isang napakahirap na panahon, nang si Joseph ay isang bilanggo sa piitan sa Liberty, Missouri, umiyak siya sa Diyos, na nagtatanong kung hanggang kailan papayagan ng Diyos na usigin ang mga Banal (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 121:1–6).

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang tugon ng Panginoon sa panalangin ni Joseph sa Doktrina at mga Tipan 121:7–9 at 122:5–9. Hikayatin sila na markahan ang mga salita at parirala sa mga talatang ito na mahalaga sa palagay nila.

- Anu-anong salita o parirala ang minarkahan ninyo? Bakit minarkahan ninyo ang mga ito?
- Ano ang ibig sabihin ng "lahat ng bagay na ito ay magbibigay sa iyo ng karanasan, at para sa iyong kabutihan"? (Doktrina at mga Tipan 122:7). Paano ninyo nakitang ang mga pagsubok ay maaari ding para sa ating ikabubuti?
- Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Joseph Smith nang sabihin sa kanya, "Huwag katakutan ang magagawa ng tao, sapagkat ang Diyos ang kasama mo magpakailanman at walang katapusan"? (Doktrina at mga Tipan 122:9). Paano makatutulong sa inyo ang pangakong ito upang mapagtagumpayan ang pagkasira ng loob? Paano tayo magiging karapat-dapat sa pangakong ito?

Patotoo

Kung naaangkop, magkuwento tungkol sa panahon na tinulungan ka ng Panginoon na mapagtagumpayan ang mga damdamin ng pagkasira ng loob. Magpatotoo na habang sumusunod tayo sa Tagapagligtas, maaari nating "lakasan ang loob," kahit na sa panahon ng kahirapan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tumugon sa mga pagsubok nang may malakas na loob. Muling tukuyin ang talaan sa pisara ng mga paraan upang mapagtagumpayan ang pagkasira ng loob, at hikayatin ang mga miyembro ng klase na gawin ang isa o higit pa sa mga bagay na ito kung nakadarama sila ng pagkasira ng loob sa linggong ito.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng isang pirasong papel at isang bolpen o lapis. Ipatala sa mga miyembro ng klase ang hindi kukulangin sa tatlong pagpapala na mayroon sila. Tulungan silang maunawaan na ang pasasalamat ay nakatutulong sa pagdudulot ng tunay na kaligayahan. Imungkahi na magkaroon sila ng oras na itala ang kanilang mga pagpapala sa susunod na pagkakataong masiraan sila ng loob. Makatutulong ito sa kanila na "lakasan ang loob" sa pamamagitan ng pagpapaalala sa kanila kung gaano talaga kaganda ang buhay.

2. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kopya ng gawaing pagtutugma ng banal na kasulatan sa pahina 278. Magpaguhit ng linya sa mga miyembro ng klase mula sa bawat banal na kasulatan patungo sa tamang sanggunian nito. Hikayatin sila na markahan ang mga talata sa kanilang mga banal na kasulatan kapag nabuo nila ang gawaing ito.

3. Maghanda para sa bawat miyembro ng klase ng kard na may ganitong pahayag (sinipi ni John Henry Evans sa *Joseph Smith, an American Prophet* [1946], 9).

   "Huwag kailanman masisiraan ng loob. Kung ako ay nakalubog sa pinakamalalim na hukay sa Nova Scotia, na natatabunan ng Bundok Rocky, magtitiis ako, mananampalataya at pananatilihin ang tibay ng loob, at ako ay makakaahon sa pinakatuktok." —Joseph Smith

   Hikayatin ang mga miyembro ng klase na itabi ang mga kard kung saan nila maaaring makita nang malimit ang mga ito. Makatutulong ito sa mga miyembro ng klase na "lakasan ang loob," kahit sa mahihirap na panahon.

“Lakasan Ninyo ang Loob”

Guhitan ng linya mula sa bawat banal na kasulatan patungo sa wastong sanggunian nito.

“Lakasan ninyo ang inyong loob; ako nga; huwag kayong mangatakot.”	Mga Awit 100:2
“Ang masayang puso ay nagpapasaya ng mukha.”	Mateo 14:27
“Magalak, sapagkat akin kayong aakayin.”	Doktrina at mga Tipan 78:18
“Itaas mo ang iyong ulo at magsaya, sapagkat mayroon kang malaking dahilan upang magsaya; sapagkat ikaw ay naging matapat sa pagsunod sa mga kautusan.”	Mga Kawikaan 15:13
“Magalak, at huwag matakot, sapagkat ako ang Panginoon ay kasama ninyo, at tatayo sa tabi ninyo.”	Doktrina at mga Tipan 68:6
“Sa sanglibutan ay mayroon kayong kapighatian: ngunit lakasan ninyo ang loob.”	Alma 8:15
“Magsilingkod kayo na may kasayahan sa Panginoon.”	Juan 16:33

Tahanan: Isang Paaralan para sa Kawalang-hanggan

Aralin 40

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang tahanan ang pinakamainan na lugar upang maghanda para sa mga hamon ng buhay sa lupa at sa mga pagpapala ng buhay na walang-hanggan.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang 4 Nephi 1:2–3, 15–16; Doktrina at mga Tipan 88:119.
2. Isulat ang bawat isa sa mga sumusunod na salita o parilala sa magkakahiwalay na piraso ng pahabang papel:

   Gawain
   Pananampalataya
   Pag-ibig
   Panalangin
   Pagpipigil ng galit
   Paglilingkod
   Pagiging mapagbigay
   Pag-aaral ng banal na kasulatan

3. Isulat ang sumusunod na pahayag sa isang kard o maliit na piraso ng papel para sa bawat miyembro ng klase (mula sa "Blueprint for Family Living," *Improvement Era*, Abr. 1963, 252):

   "Naniniwala ako na ang pinakamainam na lugar upang maghanda para . . . sa buhay na walang-hanggan ay ang tahanan."—Pangulong David O. McKay

4. Gumawa ng kopya ng payak na guhit ng isang tahanan na makikita sa hulihan ng aralin (pahina 285). Pagkatapos ay gupitin ang ibat-ibang bahagi ng guhit upang maging palaisipan.
5. Mga kailangang kagamitan
   a. Ang larawang Mga Propeta sa mga Huling Araw (62575 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 506) at anumang mga larawan ng mga miyembro ng kasalukuyang Unang Panguluhan at Korum ng Labindalawang Apostol (makukuha sa aklatan ng bahay-pulungan o sa pangkomperensiyang labas ng *Ensign*).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Wala tayong ginagawa habang nasa lupa na may hihigit pang kahalagahan kaysa sa ginagawa natin sa ating mga tahanan kasama ng ating mag-anak. Ang ginagawa natin sa ating mag-anak ay mahalaga hindi lamang dahil inihahanda tayo nito para sa kawalang-hanggan, kundi dahil tinutulungan din tayo na harapin ang mga hamon

*ng araw-araw na pamumuhay. Walang mga ugnayan ang kasinghalaga ng mga ugnayan ng mag-anak. Binigyang-diin ni Pangulong Harold B. Lee, panlabing-isang Pangulo ng Simbahan na "ang pinakamahalaga sa mga gawain ng Panginoon na kailanman ay gagawin ninyo ay ang gawain na ginagawa ninyo sa loob ng inyong sariling tahanan" (*Strengthening the Home *[polyeto, 1973], 7).*

Sa araling ito, maging sensitibo sa mga damdamin ng mga miyembro ng klase na hindi nanggaling sa mga tahanang nakatuon sa ebanghelyo. Maaaring naisin mong pagtuunan ang mahahalagang alituntunin na maaaring matutuhan ng mga miyembro ng klase mula sa kanilang mga mag-anak, katulad ng katapatan at masigasig na paggawa, kahit na ang mga miyembro ng mag-anak ay hindi mga kasapi ng Simbahan. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na magpasiya na ngayon na kapag sila ay nasa tamang gulang na, magtatatag sila ng sarili nilang mga tahanan na nakasentro sa ebanghelyo.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Mahalaga ang mga Mag-anak sa Ating Ama sa Langit

Talakayan sa larawan at siping-banggit

Ipakita ang mga larawan ng mga propeta at apostol sa mga huling araw.

- Sinu-sino ang kalalakihang ito? (Kung hindi matukoy ng mga miyembro ng klase ang kalalakihan, sabihin ang kanilang mga pangalan at pagkakatawag sa Simbahan.)
- Anu-ano ang ilan sa pangunahing mga pananagutan ng mga propeta at apostol?

Anyayahan ang isang miyembro ng klase na itala sa pisara ang mga tugon sa tanong na ito. Pagkatapos na magkaroon ang mga miyembro ng klase ng panahon ma maibigay ang kanilang mga sagot, sabihin sa kanila na ang lahat ng dakilang mga pananagutan ng mga propeta at apostol ay may iisang pangunahing layunin. Pagkatapos ay basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Boyd K. Packer ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Ang paglilingkod ng mga propeta at apostol ay humahantong kailanman at palagi sa tahanan at sa mag-anak. . . .

"Ang pangunahing layunin ng lahat ng ating itinuturo ay pag-isahin ang mga magulang at anak sa pananampalataya sa Panginoong Jesucristo, upang sila ay maligaya sa tahanan, pinagbuklod sa isang walang-hanggang kasal, nakakawil sa kanilang mga salinlahi, at nakatitiyak ng kadakilaan sa kinaroonan ng ating Ama sa Langit" (sa Conference Report, Abr. 1995, 8; o *Ensign*, Mayo 1995, 8).

- Ano ang sinasabi ng pahayag na ito tungkol sa kahalagahan ng mga tahanan at mag-anak?

Bigyang-diin na ang pahayag na ito ay nagpapaliwanag kung gaano kahalaga ang mga mag-anak sa ating Ama sa Langit. Sabihin sa mga miyembro ng klase na ang aralin sa araw na ito ay tumatalakay sa kung bakit mahalaga ang mga mag-anak at kung paano tayo makatutulong sa pagsusumikap ng ating mga mag-anak na matututo at maipamuhay ang mga alintuntunin ng ebanghelyo.

Ang Buhay Mag-anak ay Nakatutulong sa Atin na Matutuhan ang mga Alituntunin ng Ebanghelyo

Kuwento

Ipaliwanag na ang tahanan ay isang mahalagang lugar upang matuto tayo ng ebanghelyo. Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento na ibinahagi ng isang kabataang Banal sa mga Huling Araw tungkol sa kung paano nakatulong sa kanya ang isang karanasan sa tahanan na matuto ng mga alituntunin ng ebanghelyo:

"Sa Aklat ni Mormon . . . ay matatagpuan ninyo ang pinakamahusay na pagtalakay sa pagsisilbi ng sorbetes sa isang tunay na matwid na mag-anak. Sa katunayan, hindi ito gaanong nagsasabi tungkol sa sorbetes. . . . Ngunit maraming itinuturo ito tungkol sa wastong pamamaraan ng *pagsisilbi* ng sorbetes.

"Marahil ay higit ninyong mauunawaan kung sasabihin ko sa inyo kung paano ako nagsisilbi ng sorbetes noon at pagkatapos ay ipaliliwanag ang pagkakaiba.

"Dahil ako ay isang tinedyer, kapag inuutusan ako ng ama o ina na magsilbi ng sorbetes sa lahat, ang una kong ginagawa ay humanap ng isang [malaking] mangkok at lagyan ng sorbetes na sukat para sa tinedyer, na humigit-kumulang sa dalawang pulgada ang itaas sa labi ng mangkok. Pagkatapos ay hahatiin ko na ang natitira para sa ibang kasapi ng aking mag-anak. Gayunman, ang mga nakababata kong kapatid ay maliliit kaysa sa akin, kung kaya't siyempre, ang kakaunting takal ay tama lamang para sa kanila. . . .

"Buweno, ipinakita sa akin ng ama kung saan sa Aklat ni Mormon ipinaliliwanag na ang aking paraan [ay hindi tama].

"Sinasabi sa 4 Nephi kung ano ang nangyari pagkatapos na dumalaw ang Tagapagligtas sa Amerika kasunod ng kanyang pagkabuhay na mag-uli. Pagkatapos ng kanyang pagdalaw, ang mga tao ay tunay na namuhay nang matwid. At ang paraan ng kanilang pamumuhay ay makatutulong sa atin na maunawaan kung paano makabubuo ng mga selestiyal na mag-anak. Ito ay nagtuturo pa kung paano magsilbi ng sorbetes."

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang 4 Nephi 1:2–3, 15–16.

- Ano ang maaaring kinalaman ng mga talatang ito sa pagsisilbi ng pagkain sa inyong mag-anak?

Pagpapatuloy ng kuwento

Ipagpatuloy ang kuwento:

" . . . Magiliw na ipinaliwanag sa akin ng aking ama na kapag ako ay may pang-tinedyer na bahagi ng sukatan, ang mga [maliliit kong kapatid na babae] ay nagseselos at naiinggit. Kapag nagkaganoon, nagsisimula silang magbigay sa akin ng lahat ng dahilan kung bakit dapat na kasindami rin ng bahagi ko ang sa kanila. Mangyari pa, kailangang ipaliwanag ko sa kanila, sa malakas na tinig upang maunawaan nila, na ang mga tinedyer ay nangangailangan ng higit na pagkain kaysa 'maliliit na batang babae.' Palagi silang may sagot para doon. At ako naman ay sasagot—siyempre, sa medyo mas malakas na tinig.

"Buweno, nang mabasa ko ang 4 Nephi, nakita ko na kami ay nagkakaroon ng isa sa 'mga alitan' na tinutukoy ni Nephi; at ang alitan ay dahil sa 'pagtatalu-talo'; at ang pagtatalu-talo ay bunga ng 'pagka-inggit.'

"Kung kaya't makikita ninyong may tiyak na paraan kung paano kayo magsisilbi ng sorbetes sa isang mag-anak na naghahangad na maging lalong matwid.

"Binigyang-diin din ng ina ang isa pang bagay. Kung ang bawat isa ay hahayaang magkaroon ng nararapat na bahagi, ayon sa kanilang pangangailangan, samakatuwid ay wala nang masasabing mayaman at mahirap sa pagkain ng sorbetes. Ang hindi pagkakaroon ng mayaman o mahirap ay nangangahulugan na ang bawat isa ay mayroong sapat para sa kanyang pangangailangan, ngunit wala naman siyang higit kaysa [iba] upang sila ay mainggit at maging dahilan ng pagtatalu-talo na hahantong sa alitan.

"Kapag ang mga alitang ito ay naiiwasan, magkakaroon ng 'katahimikan sa buong lupain.' Magkakaroon ng katahimikan man lamang sa [tahanan], at ang bawat isa ay lalong masaya!" (R. Todd Hunt, "Serving Ice Cream in a Celestial Family," *New Era,* Ene.-Peb. 1982, 9).

Talakayan

- Ano ang natutuhan ng may-akda ng kuwento sa pagsisilbi niya ng sorbetes sa kanyang mag-anak? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng natutuhan niya ang nakapipinsalang epekto ng pagtatalu-talo at ang nakatutulong na epekto ng pagmamahalan, at napagtanto niya na ang kanyang mga kilos ay may kinalaman sa antas ng kaligayahan sa kanyang tahanan.)

Gawain

Ipakita ang mga pahabang piraso ng papel na inyong inihanda at ipaliwanag na ang bawat pahabang piraso ng papel ay naglalaman ng isang alituntunin ng ebanghelyo na tinalakay sa klase ng Panlinggong Paaralan sa taong ito. Bigyang-diin na natutuhan din natin ang tungkol sa mga alituntuning ito sa tahanan. Hilingin sa mga miyembro ng klase na magkakasunod silang pumili ng pahabang papel, magbasa ng alituntuning nakasulat doon, at magbalik nito sa inyo. Pagkatapos ay hilingin sa mga miyembro ng klase na magmungkahi ng mga paraan kung paano makatutulong sa atin ang buhay mag-anak na matutuhan ang alintuntuning iyon.

Inihahanda Tayo ng Buhay Mag-anak para sa mga Hamon ng Buhay

Gawain

Ipaliwanag na kapag tayo ay natututo ng mga alituntunin ng ebanghelyo sa tahanan, higit tayong nakapaghahanda na matagumpay na harapin ang mga hamon ng buhay. Halimbawa, kung ang kabataang lalaki sa kuwento ay gagamitin ang aral na natutuhan niya nang siya ay nagsisilbi ng sorbetes, makapagbubuo at makapagpapanatili siya ng mabuting pakikipagkaibigan sa paaralan.

Katulad ng nagawa na, muling ipabasa sa mga miyembro ng klase ang mga alituntuning nakasulat sa mga pahabang papel. Habang binabasa ang bawat alituntunin, tanungin ang mga miyembro ng klase kung paano maaaring gamitin ito upang maharap ang mga hamon na maaari nilang makatagpo sa labas ng tahanan, katulad sa eskuwela o kapag kasama ng mga kaibigan.

Kung naaangkop, ikuwento ang tungkol sa panahong ang isang bagay na natutuhan ninyo sa tahanan ay nakatulong sa inyo na matagumpay na harapin ang isang hamon na inyong naranasan sa labas ng tahanan.

Inihahanda Tayo ng Buhay Mag-anak para sa Buhay na Walang-hanggan

Siping-banggit

Bigyang-diin na inihahanda tayo ng buhay mag-anak sa higit pa kaysa sa mga hamon sa pang-araw-araw na buhay. Ipamigay ang mga kopya na inyong ginawa ng pahayag ni Pangulong David O. McKay, ang pansiyam na Pangulo ng Simbahan, tungkol sa buhay mag-anak na naghahanda sa atin para sa buhay na walang-hanggan. Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang pahayag.

Gawain

Ipaliwanag na ang mga miyembro ng klase ay magkakaroon ng isang gawain na magpapakita kung paano tayo inihahanda ng buhay mag-anak para sa buhay na walang-hanggan. Paghati-hatiin ang mga piraso ng guhit ng bahay sa mga miyembro ng klase at sama-samang ipabuo sa kanila ang palaisipan.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 88:119. Ipaliwanag na ang talatang ito ay bahagi ng isang paghahayag na nagbibigay-tagubilin sa mga naunang Banal sa mga Huling Araw na magtayo ng templo. Bigyang-diin na bagamat ang talatang ito ay tungkol sa templo, maaari din itong ipatungkol sa tahanan, dahil "ang tahanan lamang ang tanging maihahambing sa templo sa kabanalan" (Bible Dictionary, "Temple," 781).

Talakayin sa mga miyembro ng klase kung bakit ang mga katangiang nakatala sa talatang ito ay mahahalagang katangian ng isang "bahay ng Diyos." Halimbawa, maaari ninyong naising alisin ang piraso ng hindi buo na may nakasulat na "Panalangin" at itanong sa mga miyembro ng klase kung bakit palaisipan ang isang tahanan na walang panalangin.

Talakayan sa pisara

- Anu-ano ang ilang pagkilos na magagawa ng ating mga mag-anak upang gawin ang ating mga tahanan na mga bahay ng Diyos?

Isulat ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pisara. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng mga sumusunod:

Magkaroon ng panalanging pangmag-anak.
Tulungan ang isa't isa.
Patawarin ang bawat isa.
Basahin ang mga banal na kasulatan nang sama-sama.
Gumawa nang sama-sama.
Maging mapagbigay sa bawat isa.
Magdaos ng gabing pantahanan ng mag-anak.

- Ano ang magagawa ng kabataan upang makatulong sa kanilang mga magulang na gawin ang kanilang mga tahanan na mga bahay ng Diyos? Ano ang magagawa ng kabataan kung ang kanilang mga magulang ay hindi mga kasapi ng Simbahan o hindi masigasig sa pagdaraos ng panalanging pangmag-anak o gabing pantahanan ng mag-anak o tungkol sa pagdalo sa mga pagpupulong sa Simbahan?

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Elder Boyd K. Packer:

"Ang pinakasagradong lugar sa lupa ay maaaring walang-salang hindi ang templo. Ang kapilya, ang bahay ng istaka, at ang templo ay sagrado dahilan sa ang mga ito ay tumutulong sa pagtatayo ng pinakasagradong institusyon sa Simbahan—ang tahanan—at sa pagbabasbas ng mga pinakasagradong ugnayan sa Simbahan, ang mag-anak" (*That All May Be Edified* [1982], 234–35).

Patotoo

Magpatotoo sa kahalagahan ng tahanan at mag-anak sa pagkakatuto ng mga alituntunin ng ebanghelyo at paghahanda para sa buhay na walang-hanggan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na isipin ang tungkol sa pahayag ni Pangulong McKay (sa kanilang mga papel) at tumulong sa mga pagsusumikap ng kanilang mag-anak na magkaroon ng tahanang nakatuon sa ebanghelyo.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gawin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Kasama ng mga miyembro ng klase, awitin o basahin ang mga salita ng "Tahana'y Isang Langit" (*Mga Himno*).

2. Tulungan ang mga miyembro ng klase na isaulo ang Doktrina at mga Tipan 88:119. Isulat ang talata sa pisara kagaya ng makikita sa ibaba:

   Isaayos ang inyong mga sarili;

   ihanda ang bawat kinakailangang bagay,

   at magtayo ng isang bahay.

   maging isang bahay ng panalangin,

   isang bahay ng pag-aayuno,

   isang bahay ng pananampalataya,

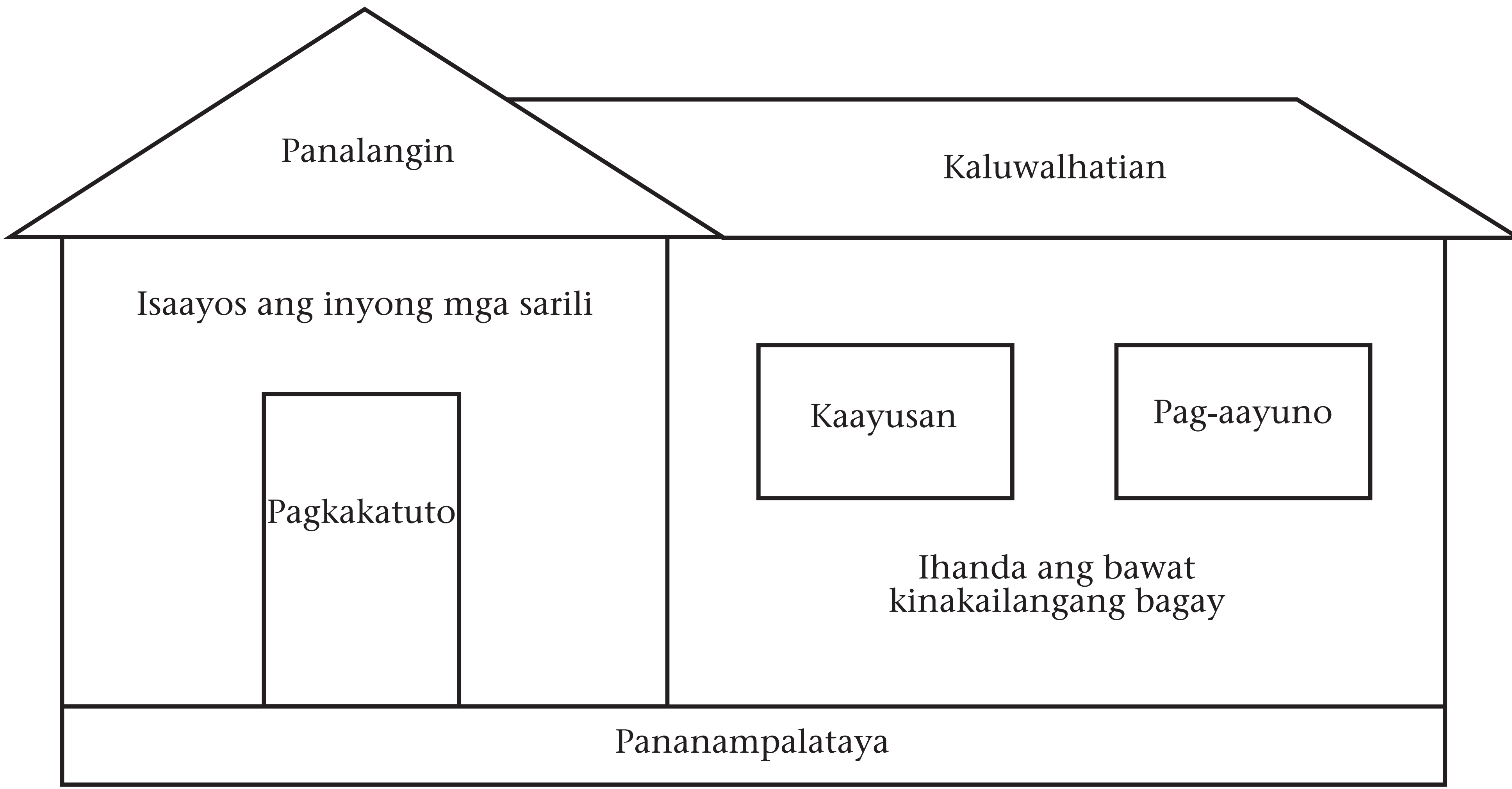
   isang bahay ng pagkakatuto,

   isang bahay ng kaluwalhatian,

   isang bahay ng kaayusan,

   isang bahay ng Diyos.

   Ipaulit sa mga miyembro ng klase nang ilang beses ang talata, na nagbabasa sa pisara sa halip na sa sarili nilang mga banal na kasulatan. Pagkatapos ay burahin ang isang linya at muling ipaulit sa kanila ang talata. Ipagpatuloy ang prosesong ito hanggang sa mabigkas ng mga miyembro ng klase ang buong talata mula sa kanilang memorya.


Panalangin
Kaluwalhatian
Isaayos ang inyong mga sarili
Pagkakatuto
Kaayusan
Pag-aayuno
Ihanda ang bawat
kinakailangang bagay
Pananampalataya

Aralin
41

Walang Hanggang Kasal

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan kung paano makapaghahanda ngayon para sa walang hanggang kasal sa hinaharap.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 2:24; Doktrina at mga Tipan 49:15; 131:1–4; Moises 3:24.
2. Karagdagang babasahin: "Ang Mag-anak: Isang Paghahayag sa Mundo," *Ensign*, Nob. 1995, 102.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang tsart ng plano ng kaligtasan na ginawa ninyo para sa aralin 2 (o kopya ng tsart na matatagpuan sa bahagi ng mga larawan ng manwal).
   b. Ang Mormonad na pinamagatang "Aspire to Something Higher [Maghangad na Matamo ang Isang Bagay]" (larawan 8 sa bahagi ng mga larawan ng manwal).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang kasal sa templo ay nagbubukas ng pinto para sa kadakilaan sa kahariang selestiyal. Makaraang maibuklod sa templo ang isang mag-asawa, kinakailangan nilang tuparin ang mga tipan na ginawa nila at ipamuhay ang mga alituntunin ng pag-ibig at pagsunod upang makamtan ang isang walang hanggang kasal. Ang mga nabubuhay para sa walang hanggang kasal ay makatatamo ng dakilang mga biyaya dito sa lupa at sa susunod na buhay.

Sa oras ng klase, maging sensitibo sa damdamin ng mga miyembro ng klase na ang mga magulang ay hiwalay o hindi ikinasal sa templo.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Mag-anak ay Maaaring Magkasama-sama Magpakailanman

Kuwento at talakayan

Sabihin sa mga miyembro ng klase na sa buong araling ito, ibabahagi ninyo ang totoong kuwento tungkol sa isang kabataang babaeng nagngangalang Chris (mula sa Chris Geilman, "As Long As You Both Shall Live," *New Era*, Ene. 1994, 9–11). Pagkaraan ay basahin ang panimula ng kuwento:

Si Chris at ang kanyang asawa ay unang ikinasal sa isang seremonyang sibil na ginawa ng kanilang pangulo ng sangay. Sabi ni Chris kinalaunan tungkol sa seremonyang iyon: "Wala akong naaalala sa mga sinabi maliban sa pangwakas na mga salita: 'hanggat kapwa kayo nabubuhay.' Nagmamahalan kami, at ang katotohanang hindi kami naikasal sa templo ay tila hindi mahalaga."

Sa panahong iyon ay hindi binalak ni Chris na makasal sa templo. Wika niya: "Sumapi ako sa Simbahan limang taon na ang nakararaan at nakatanggap ng iba't-ibang aralin tungkol sa kahalagahan ng kasal sa templo. Ngunit . . . ang kawalang-hanggan ay tila napakalayo pa. . . . Nadama ko ring ang kasal sa templo ay para sa mga 'sikat' sa Simbahan, at hindi para sa isang kagaya ko na nadadapa pa sa aking murang patotoo."

Limang buwan matapos ang kanilang kasal, napag-alaman ni Chris at ng kanyang asawa na nagdadalantao na siya sa kanilang unang anak.

- Ano ang kinailangang gawin ni Chris at ng kanyang asawa upang magtagal magpakailanman ang kanilang kaligayahan? (Kinailangan nilang makasal sa templo.)

Ipaliwanag na sa templo, sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pagkasaserdote, si Chris at ang kanyang asawa ay maaaring ikasal para sa kawalang-hanggan, hindi hanggang sa kamatayan lamang. Ang kanilang mga anak ay magiging mga "isinilang sa tipan," na ibig sabihin ay mabubuklod sila bilang mag-anak magpakailanman.

Bigyang-diin na maraming tao ang nagtuturing sa kasal bilang isang kaugaliang panlipunan lamang o isang kasunduang legal sa pagitan ng isang lalaki at babae na sila ay magsasama. Ang iba ay nakikita ang kasal bilang laos na at hindi na kailangan. Sa mga Banal sa mga Huling Araw, ang kasal ay lubhang higit pa rito. Itinalaga ng Diyos ang kasal buhat sa pasimula (tingnan sa Genesis 2:24; Doktrina at mga Tipan 49:15; Moises 3:24). Ang kasal ang pinakasagradong ugnayan na maaaring umiral. Binigyan tayo ng ating Ama sa Langit ng walang hanggang kasal upang maging tulad niya tayo.

- Bakit kaya nadama ni Chris noong una na hindi mahalaga ang makasal sa templo? (Nadama niyang "ang kawalang-hanggan [ay] tila napakalayo pa"; inakala niyang ang mga "sikat" na miyembro lamang ng Simbahan ang ibinubuklod sa templo.)
- Ano ang nakakumbinsi kay Chris na mahalaga ang makasal sa templo? (Ang pagmamahal niya sa kanyang asawa ay lumaki, at ninais niyang ang kanilang anak ay maisilang sa tipan. Ninais niya na makasama ang kanyang mag-anak magpakailanman.)

Sa palagay ninyo, paano nakaapekto ang balitang ito sa mga pananaw ni Chris tungkol sa kawalang-hanggan at kasal sa templo?

Ipagpatuloy ang pagbabasa sa kuwento:

Sabi ni Chris: "Ang pinakamalaki kong pagkabigla tungkol sa pagiging malapit ng kawalang-hanggan ay dumating . . . nang matuklasan kong parating na ang una naming supling. Nadama kong ako ay nahilo, nagalak, nanliit, at natakot nang sabay-sabay. Sa paglipas ng mga buwan, isang matinding pagmamahal sa maliit na taong ito sa aking sinapupunan ay nagsimulang lumaki at pumuspos sa aking buong pagkatao. Sa paglaki ng pagmamahal na ito, gayundin naman ang pagkamulat na nais kong mapasaamin ang batang ito sa buong walang hanggan. . . .

"Ang pagmamahal ko sa aking asawa ay lumalago rin nang higit pa sa anumang bagay na inasahan ko. . . . Ang mga salitang 'hanggat kapwa kayo nabubuhay' ay nagsimulang sumagi lagi sa alaala ko. Ang kawalang-hanggan ay gumagapang papalapit, at ninais kong magtagal magpakailanman ang aming kaligayahan.

Ang Walang Hanggang Kasal ay Lubos na Kailangan para sa Kadakilaan

Kuwento at talakayan

Ipagpatuloy ang kuwento tungkol kay Chris:

Ang mga miyembro ng purok kung saan naninirahan sina Chris at ang kanyang asawa ay madalas na pumunta sa templo. Itinala ni Chris kinalaunan ang kanyang nadama nang hindi siya nakakasama sa kanila: "Natutuhan ko na hanggat hindi ko ginagawa ang mga tipan na bahagi ng seremonya sa templo, mananatili akong nasa labas na nakatingin sa loob sa kabuuan ng kawalang-hanggan."

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ni Chris nang banggitin niyang "mananatili akong nasa labas na nakatingin sa loob sa kabuuan ng kawalang-hanggan"? (Siya at ang kanyang asawa ay hindi makatatanggap ng kadakilaan sa pinakamataas na antas ng kahariang selestiyal. Gamitin ang sumusunod na talakayan upang matulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan ito.)

Kuwento at talakayan

Ipakita ang tsart ng plano ng kaligtasan. Saglit na pagbalik-aralan ang plano ng kaligtasan.

Sa bahaging kaliwa sa itaas ng pisara, isulat ang *Kahariang Selestiyal*.

- Anu-ano ang ilang bagay na kailangan nating gawin upang makapasok sa kahariang selestiyal?

Sa ibaba ng mga salitang *Kahariang Selestiyal*, itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa tanong na ito. Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng sumusunod:

Magpabinyag
Tumanggap ng kaloob na Espiritu Santo
Magkaroon ng pananampalataya kay Jesucristo
Sumunod sa mga kautusan

Talakayan sa banal na kasulatan at pisara

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 131:1–4.

Sa kanan ng mga salitang *Kahariang Selestiyal*, isulat ang salitang *Kadakilaan*. Ipaliwanag na ang kadakilaan ay buhay sa pinakamataas sa tatlong antas ng kahariang selestiyal.

- Bilang karagdagan sa mga kinakailangan sa pagpasok sa kahariang selestiyal, anong ordenansa ang kailangan nating tanggapin upang marating ang kadakilaan?

Sa pisara, isulat ang *Magpakasal sa templo* sa ilalim ng *Kadakilaan*. Ang pisara ay dapat magmukhang ganito:

KAHARIANG SELESTIYAL	KADAKILAAN
Magpabinyag	Magpakasal sa templo
Tumanggap ng kaloob na Espiritu Santo	
Magkaroon ng pananampalataya kay Jesucristo	
Sumunod sa mga kautusan	

Magpatotoo na tanging ang mga nakasal sa templo at nabuhay nang karapat-dapat ang makatatanggap ng kadakilaan.

Paghahanda para sa Kasal sa Templo

Siping-banggit

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"Ang kasal marahil ang pinakamahalaga sa lahat ng pasiya at siyang may pinakamalawak na mararating sapagkat ito ay may kinalaman hindi lamang sa kagyat na kaligayahan, kundi sa walang hanggang kagalakan. May kinalaman ito hindi lamang sa dalawang taong sangkot, kundi pati sa kanilang mga anak . . . sa mga anak ng kanilang mga anak hanggang sa pinakahuling mga salinlahi.

"Sa pagpili ng makakasama sa buhay at sa kawalang-hanggan, tiyak na ang pinakamasusing pagpaplano at pag-iisip at pananalangin at pag-aayuno ay dapat na gawin upang makatiyak na sa lahat ng pasiya, ang isang ito ay kailangang hindi mamali. . . .

"Iminumungkahi namin, samakatuwid, na ang lahat ng batang lalaki at babae mula pa sa pagiging sanggol pataas ay magplano na makasal sa templo lamang, na ingatang maging walang bahid ang kanilang mga buhay upang maisakatuparan ito" (*The Matter of Marriage* [talumpating binigkas sa Salt Lake Institute of Religion, ika-22 ng Okt. 1976], 4–5).

Larawan at talakayan

Ipakita ang Mormonad na pinamagatang "Aspire to Something Higher [Maghangad na Matamo ang Isang Bagay]". Ipaliwanag na kapag tayo ay naghahangad na matamo ang isang bagay, nakahanda tayong masikap na gumawa upang makuha ito.

- Ano ang maaari ninyong gawin sa kasalukuyang yugto ng inyong buhay upang makapaghanda na makasal sa templo?

Ipaliwanag na ang paghahanda para sa walang hanggang kasal ay nangangailangan ng pagsunod, pag-iisip, at panalangin. Tanging ang mga miyembro ng Simbahan na namumuhay nang karapat-dapat ang hinahayaang makapasok sa templo.

Kuwento at talakayan

Ipagpatuloy ang kuwento tungkol kay Chris:

Makaraang magpasiya si Chris na nais niyang makasal sa kanyang asawa sa templo, nabago ang kanyang pananaw sa buhay. "Ang lahat ng aking iniisip

ay natuon sa kung ano ang kailangan kong gawin upang maging karapat-dapat na makapasok sa templo," wika niya.

- Sa palagay ninyo, paano nakatulong kay Chris ang pagtuon ng lahat ng kanyang iniisip sa pagiging karapat-dapat na makapasok sa templo?
- Paano nakaimpluwensiya ang madalas na pag-alaala sa templo sa mga bagay na ating ginagawa at sinasabi?

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Howard W. Hunter, ang ikalabing-apat na Pangulo ng Simbahan:

"Inaanyayahan ko ang mga Banal sa mga Huling Araw na ituring ang templo ng Panginoon bilang dakilang sagisag ng inyong pagiging miyembro. Ang pinakataimtim na hangarin ng aking puso ay maging karapat-dapat ang bawat miyembro ng Simbahan na makapasok sa templo. . . . Ang mga bagay na kailangan nating gawin at hindi gawin upang maging karapat-dapat sa isang rekomendasyon sa templo ang siya rin mismong mga bagay na magbibigay katiyakan na tayo ay magiging maligaya bilang mga indibiduwal at bilang mag-anak.

"Tayo nawa ay maging mga taong palapunta sa templo. Dumalo sa templo nang kasindalas ng pahihintulutan ng pansariling kalagayan" (sa Conference Report, Okt. 1994, 8; o *Ensign*, Nob. 1994, 8).

- Sa palagay ninyo, ano ang ibig sabihin ng "ituring ang templo ng Panginoon bilang dakilang sagisag ng inyong pagiging miyembro"?
- Paano ninyo masusunod ang payo ni Pangulong Hunter na maging isang miyembro ng Simbahan na palapunta sa templo?

Ipaliwanag sa mga miyembro ng klase na maaari silang pumunta sa templo upang magsagawa ng pagbibinyag para sa patay (tingnan sa aralin 45, pahina 318).

- Paano makakatulong sa inyo ang paglilingkod sa templo sa ngayon na makapaghanda upang makasal sa templo pagdating ng araw?

Bigyang-diin na ang paglilingkod sa templo ay naghahatid sa atin ng dakilang kagalakan at tumutulong sa atin na higit na mapalapit sa ating Ama sa Langit. Pagkatapos ay paalalahanan ang mga miyembro ng klase na kailangan nila ng rekomendasyon sa templo upang makapasok sa templo at makapagsagawa ng pagbibinyag para sa patay. Upang makakuha ng rekomendasyon sa templo, kailangan nilang magkaroon ng panayam sa kanilang obispo o pangulo ng sangay upang mabatid kung sila ay karapat-dapat na pumasok sa templo. Basahin ang mga tanong na nakatala sa ibaba, na nagbibigay ng pangkalahatang ideya sa mga tanong na ibinibigay sa isang panayam para sa rekomendasyon sa templo. Anyayahan ang mga miyembro ng klase na isipin kung paano nila sasagutin ang bawat tanong:

1. Mayroon ka bang patotoo sa Ama sa Langit, kay Jesucristo, at sa Espiritu Santo?
2. Sinasang-ayunan mo ba ang propeta at iba pang mga pinuno ng Simbahan?
3. Nagsusumikap ka ba na masunod ang mga kautusan?

4. Pinakikitunguhan mo ba nang may pagmamahal at paggalang ang mga miyembro ng iyong mag-anak?
5. Dumadalo ka ba sa iyong mga pulong sa Simbahan?
6. Ikaw ba ay matapat sa mga nakapaligid sa iyo?
7. Sinusunod mo ba ang Salita ng Karunungan?
8. Malinis ba ang iyong puri?

- Sa iyong palagay, bakit kinakailangang ipakita ang pagiging karapat-dapat upang makapasok sa templo?

Mga Katangian ng Walang Hanggang Kasal

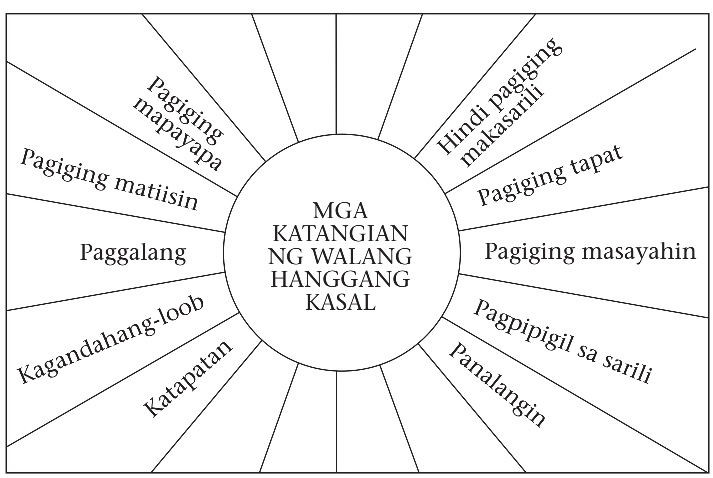
Talakayan sa pisara

Ipaliwanag na upang madakila sa pinakamataas na antas sa kahariang selestiyal, ang mag-asawa ay kinakailangang magpunyagi na mabuhay ayon sa kasal na selestiyal at gayundin naman sa seremonya sa templo. Ang patuloy na pagiging matuwid ng mga ikinasal sa templo ay kasing halaga ng seremonya ng kasal mismo.

Gumuhit ng isang pigura ng sumisikat na araw. Sa gitna, isulat ang *Mga Katangian ng Walang Hanggang Kasal* (tingnan ang paglalarawan sa ibaba).

- Anu-anong katangian ang maaaring makatulong sa isang mag-asawa na makapagpunyaging magkaroon ng ugnayang “selestiyal”? (Kung nahihirapan ang mga miyembro ng klase na sagutin ang tanong na ito, itanong kung anong mga katangian ang nakatutulong sa kanila sa kanilang mga ugnayang pangmag-anak sa ngayon. Pagkatapos ay bigyang-diin na ang ganoon ding mga katangian ang makatutulong sa kanila kapag may asawa na sila.)

Isulat ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa mga guhit na nagmumula sa bilog. Ang nabuong paglalarawan ay lalabas na parang ganito:



Pumili ng tatlo o apat na katangiang nakatala sa pisara, at talakayin bawat isa sa pamamagitan ng pagtatanong ng, “Paano makapagpapalakas sa kasal ang katangiang ito?”

Bigyang-diin na ang mga katangiang ito ay makatutulong sa mga miyembro ng klase sa ngayon, habang nakikitungo sila sa ibang tao. Habang nabubuo ng mga miyembro ng klase ang ganitong mga katangian, higit din silang makapaghahanda na maging mabuti at mapagmahal na asawa sa hinaharap.

Ang Walang Hanggang Kasal ay Nagdudulot ng Tunay na Kaligayahan

Kuwento

Basahin ang patotoo ni Chris tungkol sa kasal sa templo:

“Sa wakas, isang taon at dalawang araw pagkatapos ng aming kasalang sibil, ang aking kahanga-hangang asawa at ako ay magkaharap na lumuhod sa dambana ng Templo ng Ogden, na napapalibutan ng nagngingitiang mga kaibigan at kamag-anak. Minalas namin ang aming ‘walang hanggang’ imahen sa mga salamin, na dumadaloy ang luha sa aming mga pisngi.

“Pagkaraan ng apat na linggo, ang napakaganda naming unang anak ay isinilang sa tipan. Kailanman ay hindi pa kami nakakita ng ganitong buhay na himala, at siya ay amin sa kawalang-hanggan.

“Mahigit 16 na taon na ang lumipas mula ng araw na iyon sa Templo ng Ogden. Ang mga pag-aalinlangan at takot ng aming unang taon ay nahalinhan ng kapayapaan ng kabatirang ang amin ay isang walang hanggang mag-anak. Nanginginig ako sa sa pag-iisip sa sugal na aming ginawa, at kung ano ang maaaring nangyari sa loob ng 16 na taon na ito kung hindi naibuklod sa templo. Marami sa mga mag-asawang nagsimulang katulad namin ay hindi na kailanman nakapunta sa templo.

“Itinatangi ko ang pagkakataong makabalik sa templo nang madalas. Sa loob nito ay napapaalalahanan ako na hawak ko ngayon ang lahat ng kinakailangan ko upang tunay na lumigaya—magpakailanman.”

Patotoo

Magpatotoo sa kagandahan at kahalagahan ng kasal sa templo. Ipahayag ang inyong pasasalamat sa pangako na maaari tayong makasama ng ating mga mag-anak magpakailanman.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na pumili ng isang katangian mula sa talaan sa pisara na maaari nilang mabuo ngayon upang matulungan sila na makapaghanda para sa isang walang hanggang kasal.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Basahin o awiting kasama ng klase ang mga salita ng “Mag-anak ay Magsasama-sama sa Kawalang-hanggan” (*Aklat ng mga Awit Pambata*).
2. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kapirasong papel at isang bolpen o lapis. Pagkatapos ay bigyan ang mga miyembro ng klase ng tatlo o apat na minuto upang isulat ang ilan sa mga katangian na nais nilang magkaroon ang kanilang magiging asawa. Pagkaraan nilang gawin ito, ipasulat sa kanila ang

ilang bagay na maaari nilang gawin upang maihanda silang makapag-asawa ng isang taong katulad ng inilarawan nila.

3. Basahin ang kuwentong "What Is It?" (Laura Gough, *New Era*, Hul. 1994, 26–27). Sa kuwentong ito, isang kabataang babaing naglalakbay sa bus ang nagkukuwento sa kanilang mga kasama tungkol sa layunin ng templo na nadaanan pa lamang nila.

Aralin
42 Igalang ang Iyong Ama at ang Iyong Ina

Layunin

Bigyang-sigla ang mga miyembro ng klase na igalang ang kanilang mga magulang sa pamamagitan ng pamumuhay nang matuwid at sa pamamagitan ng pagpapahayag ng pasasalamat sa kanilang mga magulang.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Exodo 20:12; 1 Samuel 1–4; at 3 Juan 1:4.
2. Mga kailangang kagamitan:
   a. Mga sobre, papel, at isang bolpen o lapis para sa bawat miyembro ng klase (tingnan ang gawain sa pahina 299).
   b. Ang larawang Ang Batang si Samuel na Tinatawag ng Panginoon (62498 893; Pakete ng Larawan ng Sining ng Ebanghelyo 111).
   c. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Ang pagmamahal ng mga magulang para sa kanilang mga anak at ng mga anak para sa kanilang mga magulang ang isa sa pinakamalakas na impluwensiya para sa kabutihan sa mundo. Maraming tao ang naganyak na mamuhay nang mabuti dahil sa pagmamahal nila sa kanilang mga magulang. Tulungan ang mga miyembro ng klase na makita na ang kanilang buhay ay maaaring maghatid ng karangalan o kahihiyan hindi lamang para sa kanilang sarili kundi pati na rin sa kanilang mga magulang. Tulungan silang ipangako sa kanilang sarili na igalang ang kanilang mga magulang sa pamamagitan ng pamumuhay nang matuwid at pagpapahayag ng pasasalamat sa kanilang mga magulang.

Maging sensitibo sa damdamin ng mga miyembro ng klase na patay na ang magulang. Tulungan silang maunawaan ang kahalagahan ng paggalang sa kanilang mga magulang, kahit na hindi nila maipapahayag nang tahasan ang paggalang na ito sa kanila sa ngayon.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang Ating mga Magulang ay Nag-aalala para sa Atin

Pagsasadula at talakayan

Pumili ng dalawang miyembro ng klase upang gumanap na mga magulang at isa naman upang gumanap na anak nilang babae. Nang walang paghahanda, ipasadula sa kanila ang sumusunod na tagpo:

Ang anak na babae ay naanyayahan sa isang pagtitipon ng ilan sa pinakasikat na mga mag-aaral na babae sa kanyang paaralan. Binabalak nilang manood ng isang pelikula na tumanggap ng napakahusay na pagsusuri. Gayunpaman, ang mga magulang ay nag-aalala dahil ang pelikulang ito ay naglalaman ng

malalaswang salita, karahasan, at imoralidad. Palaging itinuturo ng mga magulang sa kanilang anak na babae na iwasan ang mga bagay na ito, ngunit ayaw ng anak na babae na sayangin ang pagkakataon na makaibigan ang sikat na mga kabataang babae.

Paalala sa guro

Para sa tulong tungkol sa pagsasadula, tingnan sa Pagtuturo—Walang Higit na Dakilang Tungkulin, 178–79.

Hayaang isadula ng tatlong miyembro ng klase ang situwasyon nang walang sagabal. Pagkatapos ng pagsasadula, itanong sa lahat ng miyembro ng klase ang sumusnod:

- Paano ninyo kaya haharapin ang situwasyon kung kayo ang anak na babae? Kung kayo naman kaya ang magulang?
- Sa inyong palagay, bakit kaya nag-aalala ang mga magulang tungkol sa kung ano ang ginagawa ng kanilang mga anak?

Kuwento

Isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Si Abraham Lincoln, na naging ikalabing-anim na pangulo ng Estados Unidos, ay naglakbay minsan sa isang karwahe kasabay ang isang sundalo, isang koronel, mula sa estado ng Kentucky. “Pagkatapos ng ilang milyang paglalakbay na magkasama, naglabas ng inuming wiski mula sa bulsa ang koronel, at nagsabi, ‘Ginoong Lincoln, maaari bang makipag-inuman kayo sa akin?’

“Sumagot si G. Lincoln, ‘Hindi, Koronel, salamat, hindi ako kailanman umiinom ng wiski.’

“Naglakbay sila nang ilan pang milya na masayang nag-uusap, nang ang ginoong taga-Kentucky ay dumukot sa kanyang bulsa at naglabas ng ilang tabako, at nagsabing, ‘Ngayon, G. Lincoln, kung hindi kayo makikipag-inuman sa akin, maaari ba namang manabako tayong dalawa? . . . ’

“At si G. Lincoln ay nagsabing, ‘Ngayon Koronel, mahusay at kalugud-lugod kang kasama sa paglalakbay, marahil ay dapat na makisama ako sa iyo sa pananabako. Ngunit bago ko gawin ito, hayaan mong magbahagi ako ng isang maikling kuwento–isang karanasan ko noong ako ay paslit pa.’ At ito ang kuwento:

“ ‘Tinawag ako ng aking ina sa kanyang higaan isang araw nang ako ay siyam na taong gulang. Siya ay may sakit, may malubhang sakit, at sinabi niya sa akin, “Abey, sinasabi sa akin ng manggagamot na hindi na ako gagaling. Gusto kong bago ako pumanaw ay mangako ka sa akin na hindi ka gagamit ng wiski o tabako hangga’t nabubuhay ka.” At nangako ako sa aking ina na kailanman ay hindi ko gagawin ito. Hanggang sa sandaling ito Koronel, tinutupad ko ang pangakong iyon. Ngayon papayuhan mo ba akong sirain ang pangakong iyon sa aking mahal na ina, at manabakong kasama mo?’ . . .

“ ‘Hindi, G. Lincoln, hindi ko kailanman ipagagawa iyan sa inyo. Isa iyan sa pinakamabuting pangakong ginawa ninyo. At magbibigay ako ngayon ng isang libong dolyar kung ako ay nakapangako rin ng ganyan sa aking ina, at tinupad ito tulad ng ginawa ninyo’ “ (“Abraham Lincoln Keeps His Promise,” *A Story to Tell,* tinipon ng Primary Association General Board at Deseret Sunday School Union Board [1945], p. 256-57).

Talakayan

- Sa inyong palagay, bakit hiniling ng ina ni Abraham Lincoln na gumawa ng ganitong pangako ang kanyang anak?
- Kailan nakatulong sa inyo ang payo ng inyong mga magulang upang malaman kung paano humarap sa isang situwasyon?

Bigyang-diin sa mga miyembro ng klase na mahal tayo ng ating mga magulang at ninanais ang pinakamabuti para sa atin. Hilingin sa mga miyembro ng klase na isipin kung gaano kahirap magpalaki ng isang anak. Ang ating mga magulang ay nakapangako na tutulungan tayong magkaroon ng maligaya at malusog na pamumuhay. Kapag sinisikap ng ating mga magulang na gabayan tayo, sinisikap nila na tulungan tayo na maging pinakamabuti at karapat-dapat sa kadakilaan kasama ng ating mag-anak.

Nais ng Ama sa Langit na Igalang Natin ang Ating mga Magulang

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Exodo 20:12.

- Paano ninyo iginagalang ang isang tao? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pagpapakita sa kanila ng respeto, pagsunod sa kanilang kagustuhan, pakikinig sa kanila, paghiling sa kanilang payo, at pagsunod sa kanilang halimbawa.)
- Paano iginalang ni Abraham Lincoln ang kanyang ina?

Siping-banggit at talakayan

Basahin ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"Maging tapat sa inyong mga magulang at inyong pamana. Nakalulungkot na may ilang magulang na kumikilos sa paraang nakapagdudulot ng mabigat na kawalang-katarungan sa kanilang mga anak. Ngunit iilan lamang ang mga ganitong kaso. Walang sinumang may higit na pag-aalala sa inyong kabutihan, sa inyong kaligayahan, sa inyong hinaharap kaysa inyong mga ama at ina. . . . Sila minsan ay nasa gulang kung nasaan kayo ngayon. Ang inyong mga suliranin ay hindi nalalayo sa kanila noon. Kung paminsan-minsan ay pinagbabawalan kayo, iyon ay dahil nakakikita sila ng kapahamakan sa inyong gagawin. Pakinggan sila. Ang hinihiling nilang gawin ninyo ay maaaring hindi ayon sa inyong kagustuhan. Ngunit higit kayong magiging maligaya kung gagawin ninyo ito" ("Stand True and Faithful," *Ensign*, Mayo 1996, 92–93).

- Ano ang kahulugan sa inyo ng maging tapat sa inyong mga magulang?
- Paano makatutulong sa inyo ang paggalang sa inyong mga magulang na matamasa ang higit na dakilang mga biyaya at kaligayahan sa inyong buhay? (Ang ating mga magulang ay makapagtuturo sa atin kung paano tayo magtatagumpay sa ating mga mithiin at kung paano makatatanggap ng mga biyayang tinanggap nila. Dahil sa kanilang karanasan, ang ating mga magulang ay makatutulong din sa atin na makaiwas sa maraming pagkakamali na nagawa nilao nakitang nagawa ng iba.)
- Anu-ano ang ilang paraan upang maigalang ninyo ang inyong mga magulang? (Hilingin sa isang miyembro ng klase na itala ang mga sagot sa pisara.)

Maaari Nating Igalang ang Ating mga Magulang sa Pamamagitan ng Pamumuhay nang Matuwid

Mga Kuwento sa banal na kasulatan

Isalaysay ang kuwento ni Samuel at ang kuwento ni Eli at ng kanyang mga anak na lalaki (1 Samuel 1–4). Hilingin sa mga miyembro ng klase na makinig sa mga paraan kung paano iginalang o hindi iginalang ng mga tauhan sa kuwento ang kanilang mga magulang.

Samuel

Nanirahan si Elcana sa Israel noong panahon na mga hukom. Si Ana, ang isa sa mga asawa ni Elcana ay walang anak. Taun-taon, kapag dinadala ni Elcana ang kanyang mag-anak sa tabernakulo, nananalangin si Ana at humihiling sa Diyos na biyayaan siya ng isang anak. Sa wakas, nangako si Ana sa Panginoon na kung bibiyayaan siya ng isang anak na lalaki, ibabalik niya ang anak na lalaking ito sa Panginoon upang maglingkod sa Panginoon habang buhay niya.

Nang sumunod na taon, nagkaanak ng isang lalaki si Ana at pinangalanan niya itong Samuel. Noong bata pa si Samuel, dinala siya ni Ana sa tabernakulo at pinatigil siya doon at pinanirahan kasama ng mataas na saserdote na si Eli. Lumaki si Samuel sa tabernakulo.

Isang gabi, nang matutulog na si Samuel, narinig niya ang isang tinig na tumatawag sa kanyang pangalan. (Ipakita ang larawan ni Samuel.) Inakala niyang si Eli ito. Bumalikwas siya sa higaan at tumakbo upang malaman kung ano ang gusto ni Eli. Sinabi ni Eli kay Samuel na hindi niya ito tinawag at pinabalik siya sa higaan. Tatlong ulit itong nangyari. Sa wakas ay nadama ni Eli na ang Panginoon ang tumatawag kay Samuel. Sinabi niya kay Samuel na sa susunod na pagkakataon na tumawag ang tinig ay sabihin niya ang, "Magsalita kayo, Panginoon, sapagkat nakikinig ang inyong alagad." Ganito nga ang ginawa ni Samuel. Noon nga, sa panahon ng kanyang kabataan, ay tinanggap ni Samuel ang una sa maraming paghahayag na tinanggap niya sa buong buhay niya. Si Samuel ay naging isang dakilang propeta sa Lumang Tipan.

Ang mga Anak na Lalaki ni Eli

Si Eli ang mataas na saserdote sa Israel noong kabataan ni Samuel. Habang tumatanda si Eli, ang dalawa niyang anak na lalaki ay tumulong sa kanya sa tabernakulo. Kahit na sila ay gumagawa sa tabernakulo, ang mga anak ni Eli ay masasamang tao. Sapilitan nilang kinukuha ang pinakamainam na karne mula sa mga taong pumupunta sa tabernakulo upang maghandog ng mga sakripisyo sa Diyos. At sila ay nakiapid sa mga kabataang babae na pumupunta sa tabernakulo upang sumamba. Ayaw ng mga tao sa Israel na pumunta sa tabernakulo dahil sa mga masasamang bagay na ginagawa ng mga anak na lalaki ni Eli. Bagamat hindi sinasang-ayunan ni Eli ang pag-uugali ng kanyang mga anak na lalaki, hindi niya pinigil sila sa paggawa ng kasamaan sa bahay ng Diyos.

Sa wakas, ipinropesiya ng Panginoon na dahil higit na iginagalang ni Eli ang kanyang mga anak na lalaki kaysa Diyos, siya at ang kanyang mga anak na lalaki ay mamamatay. Walang matitirang saserdote sa mag-anak ni Eli.

Pagkatapos ng maikling panahon makaraan ang propesiyang ito, nagkaroon ng digmaan. Kapwa napatay ang mga anak na lalaki ni Eli at ang Kaban ng Tipan ay

napasakamay ng mga Filisteo. Nang marinig ni Eli ang pagkamatay ng kanyang mga anak at ang pagkawala ng kaban, siya ay nahulog sa kanyang silya. Matanda na siya, at nabali ang kanyang leeg sa pagkakahulog na ikinamatay niya.

Talakayan

- Iginalang ba ni Samuel ang kanyang mga magulang?
- Iginalang ba ng mga anak na lalaki ni Eli ang kanilang mga magulang?
- Paano iginalang ni Samuel ang kanyang mga magulang? (Sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan ng Diyos.)
- Sa palagay ninyo, ano ang nadama ni Ana at ni Eli tungkol sa pag-uugali ng kanilang mga anak?

Isulat sa pisara ang *Maaari nating igalang ang ating mga magulang sa pamamagitan ng pamumuhay nang matuwid.*

Upang mabigyang-diin kung ano ang nadarama ng mga magulang kapag iginagalang sila ng kanilang mga anak sa pamamagitan ng pamumuhay nang matuwid, ipabasa sa mga miyembro ng klase ang 3 Juan 1:4.

Bigyang-diin na kung minsan ang mga magulang ay nagkakamali. Kapag ganito ang pangyayari, ang mga anak ay dapat pa ring gumalang sa kanilang mga magulang sa pamamagitan ng pagrespeto sa kanila, pamumuhay nang marangal, at pagsunod sa mga kautusan.

Maaari Nating Igalang ang Ating mga Magulang sa Pamamagitan ng Pagpapahayag ng Pagpapahalaga para sa Kanila

Talakayan at kuwento

Isulat sa pisara ang *Maaari nating igalang ang ating mga magulang sa pamamagitan ng pagpapahayag ng pagpapahalaga para sa kanila.*

- Sa inyong palagay, kailangan ba ng inyong mga magulang na madama na iginagalang at pinahahalagahan ninyo sila? Bakit?

Basahin ang sumusunod na karanasan ng isang ama at ng kanyang anak na lalaki:

"Nagdaranas ako ng isang matinding kalungkutan. Gaano ko man sikapin, palagi akong nakadarama ng kalungkutan at pagkahapo. Ang aking labing-apat na taong anak na lalaki ay tulad ng liwanag sa dulo ng daan sa ilalim ng lupa. Sa malulungkot na mga araw na iyon na kapag umuuwi ako mula sa trabaho na naiinis at mayayamutin, siya ay kadalasang naroroon na tumutugtog ng piyano. Lagi niya akong binabati ng isang masayang kamusta, yakap, o nakatatawang biro. Palagi niyang pinagaan ang bigat sa aking balikat.

"Wala ni isang kakaibang bagay siyang ginawa upang ipakita ang kanyang pagpapahalaga. Ipinaalam lamang niya sa akin na mahal niya ako, na pinasasalamatan niya ang pagsisikap kong maging mabait at mapagpasensiya, at siya ay nahahandang magtiwala at sumunod sa akin. At lalo pang mahalaga, wari ay palaging tama ang ginagawa niya. Hindi ito madaling gawin. Ako ay hindi madaling pakisamahan noong panahong iyon. Ngunit bilang isang magulang, kailangan ko ang kanyang pagtitiwala. Nagpapasalamat ako sa Diyos na naroroon siya upang mahalin ako.

"Ngayon ay magaling na ang karamadaman ko. Gayunman, may ilang bagay sa mundong ito na nakapagpapatatag ng damdamin ng isang magulang tulad ng pagpapahiwatig ng isang bata ng pagmamahal o pagpapahalaga o ang pagpapasiya niya na gumawa ng bagay na mabuti at tama."

- Paano makatutulong sa ating mga magulang ang pagpapakita ng pagpapahalaga sa kanila?

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"Walang anumang regalo na mabibili sa tindahan ang maaaring magsimulang pumantay sa halaga sa mga magulang ng anumang payak, matapat na salita ng pagpapahalaga. Wala tayong maibibigay sa kanila na higit na mapapahalagahan kaysa matuwid na pamumuhay para sa bawat kabataan" (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, inedit ni Edward L. Kimball, [1982], 348).

Gawain

Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng sobre, isang pirasong papel, at isang bolpen o lapis. Pasulatin ang bawat miyembro ng klase ng isang liham sa isa o kapwa nilang magulang (o mga tagapag-alaga) at ipahayag ang kanilang pagmamahal at pagpapahalaga. Batay sa kani-kanyang kalagayan, maaaring kailanganin ninyong bigyan ang bawat miyembro ng klase ng higit pa sa isang sobre. (Maaari ninyong naising gamitin ang unang gawaing nakapagpapaunlad sa halip na ang gawaing ito.)

Kapag natapos na sila sa pagsusulat ng kanilang mga liham, palagyan ng adres ang mga sobre at sarhan sa loob nito ang mga liham. Tiyakin sa kanila na walang sinuman maliban sa kanilang mga magulang (o mga tagapag-alaga) ang makababasa ng kanilang isinulat. Tipunin ang mga sobre at ihulog sa koreo o ihatid sa mga kinauukulang tao.

Patotoo

Magpatotoo sa kahalagahan ng paggalang sa ating mga magulang at sa mga biyaya na maaari nating matanggap sa paggawa nito. Kung naaangkop, magbahagi ng isang pansariling karanasan na nagturo sa inyo ng kahalagahan ng paggalang sa inyong mga magulang.

Himukin ang mga miyembro ng klase na isaalang-alang ang mga kalalabasan ng kanilang mga kilos at kung paano ang mga ito makaaapekto sa kanilang mga magulang. Hikayatin sila na magpakita ng pagpapahalaga sa kanilang mga magulang at isipin din, kapag binabalak nilang gumawa ng isang bagay, "Ginagawa ko ba ang lahat ng makakaya ko upang igalang ang aking mga magulang?"

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Maaari ninyong naising gamitin ang gawaing ito sa halip na ang gawaing liham sa aralin. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kopya ng Gawad Parangal sa Magulang sa pahina 301. Pasulatan sa kanila ang parangal at ipauwi ito upang ialay sa kanilang mga magulang. (Ang parangal ay ginamitan ng mga katagang aangkop sa mga mag-anak na may iisa o dalawang magulang.)

2. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maghanda ng plano para sa Gabi ng Pagpaparangal sa Magulang para sa sarili nilang mga magulang, na kasali ang kanilang mga kapatid o iba pang miyembro ng mag-anak. (Ang Gabi ng Pagpaparangal sa Magulang na ito ay maaaring ganapin sa gabing pantahanan ng mag-anak o sa iba pang oras na maluwag para sa lahat ng miyembro ng mag-anak.)

   Maaaring gamitin ng mga miyembro ng klase ang isa o higit pa sa mga sumusunod na ideya (o sarili nilang mga ideya) sa pagpaplano ng kanilang Gabi ng Pagpaparangal sa Magulang:

   - Magkunwaring iminumungkahi ninyo ang inyong mga magulang na "Pambansang Magulang ng Taon" at banggitin ang mga dahilan kung bakit karapat-dapat sila sa parangal (ang Gawad Parangal sa Magulang ay maaaring ibigay sa pagkakataong ito).
   - Maghanda ng palabas ng talento at gawin ang inyong mga magulang na mga panauhing pandangal sa teatro ng mag-anak.
   - Magplano at magtaguyod ng isang proyekto sa bahay bilang parangal sa inyong mga magulang.
   - Magkaroon ng "Gabi ng Masasayang Alaala" at sabihin ang ilan sa inyong pinakamagagandang alaala ng inyong magulang.

3. Ipasagot sa mga miyembro ng klase sa kanilang sarili ang sumusunod na mga tanong:

   Iginagalang ko ba ang aking mga magulang?

   1. Magalang ba ako sa paraan ng aking pagtrato sa aking mga magulang? Sa pagpili ng mga salita at tono ng aking tinig kapag nakikipag-usap ako sa kanila? Sa mga ikinukuwento ko sa aking mga kaibigan tungkol sa kanila?
   2. Iginagalang ko ba sila sa paraan ng aking pamumuhay? Mapagkakatiwalaan ba ako? Mabuti ba akong halimbawa?
   3. Tinutulungan ko ba ang aking mga magulang, bago pa man nila hilingin ito? Ginagawa ko ba ang pinakamabuti kong magagawa?
   4. Nagpapasalamat ba ako sa mga ginawa nila para sa akin? Sinasabi ko bang "Salamat sa inyo"? Pinatatawad ko ba ang mga pagkakamaling nagagawa nila? Ipinakikita ko bang nagpapahalaga ako?
   5. Iginagalang ko ba ang aking mga magulang sa pamamagitan ng pamumuhay na katulad ng kay Cristo? Matapat ba ako? Malinis ba ako? Sinisikap ko bang maging katulad ni Jesucristo?

Gawad Parangal sa Magulang

iginagawad kay ______________________________ sa pagiging Pinakamahusay sa

Pinakamahuhusay na mga Magulang saanman

Sa pagbabanggit ng ilan lamang sa marami ninyong marangal na katangian:

____

____

____

Igagalang kayo magpakailanman ng inyong nagmamahal at masunuring anak na si

____

____ .

Nilagdaan at iginawad ngayong ika __________ araw ng ____________________ , ________

Aralin
43

Pagiging Kaibigan ng Ating mga Kapatid

Layunin

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na bumuo ng buklod ng pagkakaibigan at pagmamahalan sa kanilang mga kapatid na lalaki at babae.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Genesis 37:15–30; 45:1–15; 1 Nephi 2:16–17; Doktrina at mga Tipan 135:1, 3.
2. Mga kailangang kagamitan: Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Madalas nating ipagpawalang bahala ang ating ugnayan sa ating mga kapatid. Maaari nating mapinsala ang mga ugnayang ito sa pamamagitan ng pagsasamantala sa isa't-isa at sa pagiging napakasungit sa mga dapat nating lubos na mahalin at igalang. Bumabanggit ang mga banal na kasulatan ng maraming pagkakataon kung saan ang pagmamahalan at paggalang sa pagitan ng magkakapatid ay isang dakilang biyaya sa isa't-isa. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang mag-anak ay maaaring pagmulan ng lakas at tibay ng loob kung ang magkakapatid ay magbubuo ng mga buklod ng pagkakaibigan at pagmamahalan.

Maging sensitibo sa mga damdamin ng mga miyembro ng klase na walang mga kapatid. Maaari ninyong naising palawakin ang paksa ng aralin upang maibilang ang iba pang mga kamag-anak, kagaya ng mga pinsan.

Ang Magkakapatid ay Maaaring Maging Magkakaibigan

Talakayan sa pisara at kuwento

Nang hindi sinasabi ang paksa ng aralin, hilingin sa mga miyembro ng klase na magmungkahi ng mga bagay na magagawa nila upang palakasin ang isang pagkakaibigan. Itala ang kanilang mga tugon sa pisara.

Pagkatapos ay ilahad ang sumusunod na kuwento:

"Nahuli ako ng dating sa pulong-sakramento nang Linggong iyon, at tulad ng kinaugalian sa hanay sa likod ako umupo. Hindi ko pa alam nang oras na iyon, ngunit nang lumabas ako ng pulong na iyon ay nagbago ang aking pagkatao. Hindi isang pangkaraniwang pulong lamang ito—ito ay pagpapaalam para sa kapatid kong nakatatanda ng isang taon sa akin na magmimisyonero. Sa mag-anak namin ay pang-apat na siya na nagmisyon, kaya hindi na bago ito sa akin, ngunit ako ay higit na malapit kay Chuck kaysa sa iba. . . .

"Nang magsimula na ang mga magsasalita sa pulong, naisip ko kung gaano ko madarama ang pagkawala ni Chuck. Sabay kaming lumaki. Sa katunayan, magkasama kami sa iisang silid hanggang noong isang taon nang lumipat siya sa silid-tahian ng aming ina dahil hindi ko mapanatiling malinis ang silid. Magkasama kaming gumagawa halos araw-araw mula pa noong anim na taon

ako. . . . Datapwa't biglang-bigla siyang mawawala. Sa loob ng dalawang araw siya ay pupunta na sa Sentro sa Pagsasanay ng mga Misyonero at mag-aaral ng Kastila, at pagkatapos ay pupunta sa Espanya sa loob ng dalawang taon upang magturo ng ebanghelyo.

"Iniwan ko ang paglipad ng aking diwa nang marinig ko ang tinig ni Chuck sa mikropono. Siya ay laging mapagbiro at sinimulan niya ang pagsasalitang ito ng pagbibiro kaya't ang lahat ay nagtawanan. Pagkatapos ay nagsalita siya ng kaunti tungkol sa Espanya at kung ano ang makakatulad ng kanyang misyon. Pagkaraan ng ilang sandali ay tumahimik ang lahat at ang mukha ni Chuck ay nagpahiwatig ng kalungkutan. At sinabi niya, 'Gusto kong kausapin nang ilang sandali ang aking nakababatang kapatid na si Dean.

" 'Sa buong buhay ko ay ginawa ko ang lahat upang maipagmalaki ako ng aking kapatid. Sinusunod ko palagi ang Salita ng Karunungan at naging mabuting tao sa abot ng aking makakaya. At sa pagtanggap ko sa tawag na ito upang maglingkod sa Panginoon sa misyon, umaasa akong maipagmamalaki niya ako.'

"Hindi ako makapaniwala sa aking naririnig. Nagsisikap siya upang ipagmalaki ko siya? . . . Sa kauna-unahang pagkakataon simula noong ako ay bata pa, napuno ng luha ang aking mga mata at nagsimula akong umiyak. . . .

"Habang nagsasalita si Chuck, binalikan ko sa alaala ang aming buhay. . . . Naging laging tulad ng kay Cristo ang kanyang buhay at naging isang mabuting halimbawa ng isang kasapi ng totoong Simbahan ni Jesucristo. Pagkatapos ay binalikan ko ang aking buhay at kung paano ako nabigong tularan ang kanyang halimbawa. Bagaman, kailanman ay hindi niya ako nilibak sa aking mga pagkukulang. Sa pagkakaupo sa pulong-sakramentong iyon, nangako ako sa aking sarili na balang araw ay ipagmamalaki ako ng aking kapatid.

"Isang taon at kalahati na ang nakalipas mula ng pagpupulong na iyon at hindi ko nakakalimutan ang pangakong ginawa ko. Binago ko ang aking buhay at ngayon ay naglilingkod ng misyon para sa aking Ama sa Langit—ang pinakamabuting pagpapasiya na ginawa ko sa aking buong buhay. Sa aking pagluhod sa panalangin gabi-gabi, nagpapasalamat ako sa Panginoon para sa mga naging dakilang halimbawa ko sa aking buhay, tulad ng kapatid ko, na nagkaroon ng lakas ng loob na ipamuhay ang mga aral ng Simbahan at kumilos na tulad ng mga anak ng Diyos na sila nga" ("My Brother the Example," *New Era,* Nob. 1981, p. 6-7).

Talakayan

- Paano ang pagkakaibigan ng magkapatid na ito pinakinabangan nilang kapwa?
- Anu-anong mga aral ang matututuhan natin sa kuwentong ito?

Balikan ang tanong na inyong ibinigay sa pagsisimula ng aralin at ang mga tugon na nakasulat sa pisara. Itanong ang sumusunod:

- Itinuturing ninyo bang kaibigan ang inyong mga kapatid?
- Magiging iba ba ang inyong kasagutan sa naunang tanong kung tatanungin kayo kung paano magbubuo ng pakikipagkaibigan sa inyong mga kapatid? Bakit?

Bigyang-diin na madalas nating malimutan na ang ating mga kapatid ang siyang maaari nating maging pinakamalapit at pinakamaaasahang mga kaibigan. Kung

pakikitunguhan natin ang ating mga kapatid kagaya ng pakikitungo natin sa pinakamalapit nating mga kaibigan, makalilikha tayo ng higit na pagmamahalan, pagkakaisa, at pagtutulungan sa loob ng ating mga mag-anak.

Ang Magkakapatid ay Maaaring Magtulungan at Magbigay-lakas sa Isa't-isa

Mga kuwento sa banal na kasulatan at talakayan

Ang mga banal na kasulatan ay nagbibigay ng ilang halimbawa ng pagmamahalan at pagkakaibigan sa pagitan ng mga miyembro ng mag-anak. Pumili ng isa o dalawa sa sumusunod na mga kuwento sa banal na kasulatan. Ipabasa at pamarkahan ang mga banal na kasulatan. Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang mga banal na kasulatan. Talakayin ang mga kuwento na ginagamit ang mga tanong.

1. Sina Nephi at Sam (1 Nephi 2:16–17)

   - Ano ang naging epekto ni Nephi sa kanyang nakababatang kapatid na si Sam?
   - Sa palagay ninyo, bakit ibinahagi ni Nephi ang kanyang natutuhan sa kanyang mga kapatid?
   - Paano makatutulong ang inyong pagmamahal at pakikipagkaibigan sa inyong mga kapatid?

2. Sina Ruben at Jose (Genesis 37:15–30)

   - Ano ang ginawa ni Ruben na nagpakitang mahal niya ang kapatid niyang si Jose?
   - Kailan nakatulong sa inyo ang pagmamahal at pakikipagkaibigan ng inyong kapatid?

3. Si Jose at ang kanyang mga kapatid na lalaki (Genesis 45:1–15)

   - Ano ang ginawa ni Jose na nagpakita ng pagmamahal niya sa kanyang mga kapatid na lalaki?
   - Paano nabiyayaan ang kanilang buhay ng pakikipagkaibigan niya?

Kuwento at talakayan

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento mula sa kasaysayan ng Simbahan:

Tumutukoy sa kapatid niyang si Hyrum Smith, isinulat ni Propeta Joseph Smith:

"Kapatid na Hyrum, isang matapat na puso ang mayroon ka!" (binanggit ni Joseph Fielding Smith, sa Conference Report, Abril 1930, 93).

Sa buong buhay niya, si Hyrum ay isang tunay na kaibigan at kapatid kay Joseph. Makaraang mapakinggan ang salaysay ni Joseph tungkol sa Unang Pangitain, gumawa si Hyrum ng pangangako na tulungan si Joseph sa kanyang mga pananagutan. Tinupad niya ang pangangakong ito, at naging isa sa unang anim na miyembro ng Simbahan at palaging sumusunod sa payo na tinanggap ni Joseph sa pamamagitan ng Panginoon.

Noong Hunyo 1844, ang mga mandurumog ay nagpasiyang patayin si Joseph Smith. Si Hyrum Smith at ang iba pa ay nakipagkita kay Joseph at maingat na

pinag-usapan kung ano ang maaaring gawin nito upang maiwasan ang mapatay. Ngunit si Joseph ay tila higit na nag-aalala sa kaligtasan ng kanyang kapatid na si Hyrum kaysa sa sarili niya. Sinabi ni Joseph kay Hyrum na dalhin ang kanyang mag-anak sa Cincinnati, ngunit tumanggi si Hyrum na umalis. Sinundan niya si Joseph sa Piitan sa Carthage.

Noong ika-27 ng Hunyo 1844, nang mga ika-5:00 ng hapon, dumating ang mga mandurumog sa piitan. Makaraang paikutan ng mga mandurumog ang gusali, dinaanan ang ilan sa kanila ang mga bantay at umakyat sa hagdanan at nagsimulang paputukan ang pintuan. Ang iba ay naiwan sa labas at pinagbabaril ang mga bukas na bintana. Nakatayo si Hyrum sa may pintuan nang siya ay tamaan ng isang bala sa gilid ng kanyang ilong. Natumba siya sa sahig na nagwiwikang, "Patay na akong tao!" Nang bumagsak si Hyrum, si Joseph ay sumigaw, "O, aking kawawa at mahal na kapatid na Hyrum!" (*History of the Church*, 7:102).

Habang nagpapatuloy ang mga mandurumog sa pagpapaputok ng kanilang mga baril, pumunta si Joseph sa may bintana, kung saan siya nahagip ng apat na punglo. Habang namamatay siya, nahulog siya sa bintana na sumisigaw ng, "O Panginoon, Diyos ko!" (Doktrina at mga Tipan 135:1).

Bagama't maaaring nailigtas ni Hyrum ang kanyang buhay, pinili niyang samahan ang kanyang kapatid. Kagaya ng isinulat ni Elder John Taylor, "Sa buhay sila ay hindi nagkalayo, at sa kamatayan sila ay hindi pinaghiwalay!" (Doktrina at mga Tipan 135:3).

- Paano ipinakita ni Hyrum sa kanyang kapatid na si Joseph na mahal niya ito?
- Ano ang maaari ninyong gawin upang tulungan ang inyong mga kapatid?

Magiging Kaibigan Ako ng Aking mga Kapatid

Kuwento

Ibahagi ang sumusunod na kuwento:

Nag-iisang babae si Marety sa isang mag-anak na may apat na magkakapatid na lalaki. Madalas na nananabik siya para sa isang makakausap at makakalaro. Kadalasan ay nag-iisa siyang naglalaro, maliban kung napapakiusapan niya ang kanyang mga kapatid na lalaki na makipaglaro ng maynika sa kanya, na hindi madalas mangyari.

Kapag nananalangin si Marety kung gabi ay sinasabi niya ang, "Kung maaari po sana, Ama sa Langit, padalhan po ninyo ako ng isang kapatid na babae." Nais din ng mga magulang ni Marety na magkaroon pa ng isang batang babae sa kanilang mag-anak, kung kaya't nag-ampon sila ng isang pitong-taong gulang na batang babae na taga-Korea. Arnetta ang pangalan niya.

Sa sumunod na sampung taon ay magkasamang naglalaro sina Marety at Arnetta at hindi lamang bilang magkapatid kundi matalik na magkaibigan.

Habang lumalaki sila ay naging kilalang-kilala si Marety sa paaralan. Naging higit na interesado siya sa mga bagong kaibigan sa paaralan kaysa sa Simbahan at kanyang mag-anak. Nagsimula siyang lumiban sa mga klase sa paaralan at huminto sa mga gawain sa purok kasama ng mga batang babae. Siya ay nahihirapan. Palagi siyang kinakausap ng kanyang mga

magulang at sinisikap na tulungan siyang mapagbuti ang kanyang pag-aaral at maging higit na aktibo sa Simbahan. Ngunit hindi interesado si Marety sa kanilang payo dahil sa pakiramdam niya ay hindi nila siya nauunawaan.

Kaya si Arnetta ang kinausap ni Marety tungkol sa lahat ng kanyang kabiguan at sa mga gumugulo sa kanya. Si Arnetta ay mabuti pa rin niyang kaibigan. Bagama't hindi inaakala ni Marety na mauunawaan at matutulungan siya ng kanyang mga magulang at mga kapatid na lalaki, nagpatuloy si Arnetta na hikayatin siyang lumahok sa mga gawaing pangmag-anak. Makaraang humiling sa kanya si Arnetta nang ilang ulit, nagpasiya si Marety na sumali sa isang gabing pantahanan ng mag-anak.

Sa natatanging gabing pantahanan ng mag-anak na ito, pinakiusapan ng ama ni Marety na magbigay ng patotoo ang mga bata. Nang dumating ang oras ng pagpapatotoo ni Marety, nagsimula siyang umiyak. Sinabi niya sa kanyang mag-anak na ikinalulungkot niya ang kanyang mga ikinilos. Pagkatapos ay ipinaalala niya sa mag-anak ang kanyang mga panalangin noong siya ay bata pa. Sinabi niya kay Arnetta na minamahal niya at hinahangaan ito at nagpapasalamat na sinagot ng Diyos ang kanyang mga panalangin at binigyan siya ng mabait na kapatid na babae at kaibigan.

Talakayan

- Paano naging isang mabuting kabigan si Arnetta kay Marety?
- Nakapagtatapat ba kayo sa inyong mga kapatid?
- Paano magiging mahalaga sa inyo ang kakayahang mahalin at pagkatiwalaan ang inyong mga kapatid?

Paalala sa guro

Sa susunod na talakayan, pagtuunan ng pansin ang mga kalutasan sa halip na ang mga suliranin. Sa bawat suliranin na ibibigay ng mga miyembro ng klase, pag-isipin sila ng isa o mahigit pang maaaring maging kalutasan.

Talakayan sa pisara

Ipaliwanag sa klase na maaaring magkaroon ng mga hadlang sa daan ng pagkakaibigan ng magkakapatid.

- Anu-ano ang ilan sa mga bagay na nagpapahirap sa pagiging magkakaibigan ng magkakapatid?

Hayaan ang klase na malayang makatugon. Itala ang mga sagot nila sa isang panig ng pisara.

- Paaano ninyo mapagtatagumpayan ang mga hadlang na ito sa pagkakaibigan?

Isulat ang mga kalutasan sa kabilang bahagi ng pisara.

Talakayan sa mga situwasyon

Basahin ang sumusunod na tatlong situwasyon. Tanungin ang mga miyembro ng klase kung ano ang gagawin nila kung ang tao sa bawat situwasyon ay isang kaibigan. Pagkatapos ay tanungin sila kung ano ang kanilang gagawin kung ang tao ay isang kapatid.

1. Humiram si John ng isa ninyong gamit nang hindi nagpaalam.
2. Nailigwak ninyo ang isang basong tubig. Sabi ni Mary, “Ano ba iyan, tanga!” at nagsimulang pagtawanan kayo.
3. Papaakyat na kayo sa bus nang maihulog ni Robert ang kanyang pera. Habang

hinahanap niya ang pera sa damuhan, tumakbo nang papalayo ang bus, at kapwa kayo naiwan.

- Bakit madalas nating tratuhin nang iba ang ating mga kapatid kaysa sa ating mga kaibigan?
- Paano mapagpapala ang ating mga buhay kung tatratuhin natin ang ating mga kapatid nang higit kaysa ating mga kaibigan?

Siping-banggit

Magwakas sa pamamagitan ng pagbabasa ng sumusunod na pahayag mula kay Elder L. Tom Perry, isang miyembro ng Korum ng Labindalawang Apostol:

"Magpatuloy sa pagtatatag ng pangmatagalan at mapagmahal na mga ugnayan para sa lahat ng miyembro ng mag-anak. Pakinggang ang isa't-isa, magkaisa, magkakasamang gumawa, sama-samang maglaro, sama-samang manalangin, magkakasabay na mag-aral. Magkakasamang ipamuhay ang mga alituntuning selestiyal, magkakasamang maglingkod sa Panginoon" (sa Conference Report, Abr. 1985, 29; o *Ensign*, Mayo 1985, 23).

Patotoo

Magpatotoo sa kahalagahan ng pagbubuo ng malapit na pakikipagkaibigan sa loob ng mag-anak. Kung naaangkop, magbahagi ng isang pansariling karanasan kung saan kayo o ang isang miyembro ng mag-anak ay nabiyayaan dahil sa ganitong uri ng pagkakaibigan.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na pumili ng isa sa mga kalutasan na nakatala sa pisara at gamitin ito sa loob ng darating na linggo upang mapalakas ang buklod ng pagkakaibigan sa pagitan nila at ng kanilang mga kapatid.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Hilingin sa mga miyembro ng klase na pumili ng isa sa kanilang mga kapatid na kung kanino nila nais na magkaroon ng higit na mabuting pakikipagkaibigan. Anyayahan sila na maging kaibigang hindi nagpapakilala sa kapatid na ito sa loob ng linggong ito. Hilingin sa kanila na mag-isip ng mabubuting mga bagay na maaari nilang gawin para sa kanilang kapatid. Isulat ang kanilang mga tugon sa pisara. Kapag nakapagsulat na kayo ng ilang mga tugon, hilingin sa mga miyembro ng klase na palihim na gawin ang hindi kukulangin sa tatlong mabubuting bagay na ito para sa kanilang kapatid sa loob ng linggong darating. Ang posibleng mga lihim na gawaing paglilingkod ay maaaring kabilangan ng:
   - Paggawa ng mga tungkulin sa bahay ng isang kapatid.
   - Pag-iwan ng sorpresa sa higaan ng kapatid.
   - Pagsasabi sa ibang tao ng isang bagay na maganda tungkol sa kapatid.
   - Pagsulat ng isang liham ng pagbati o pagpapalakas ng loob.
2. Ipaliwanag na ang boomerang ay isang paliko at manipis na bagay na inihahagis bilang sandata o para sa palakasan. Ang boomerang, kung

inihahagis nang tama, ay umiikot papalayo, pagkatapos ay tumataas at nagsisimulang lumiko pabalik sa naghagis nito.

Ang mga gawa na ating ibinibigay ay bumabalik sa atin kagaya ng isang boomerang. Ang pinakamainam na paraaan upang sumaya ang isang tao na makita kayo ay ang sumaya ka na makita sila. Ang pinakamainam na paraan upang makipagkaibigan sa inyo ang isang tao ay ang makipagkaibigan kayo sa kanila.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na subukin ang alituntunin ng "boomerang" na ito sa mga miyembro ng kanilang pamilya sa pamamagitan ng pagiging kaibigan sa bawat miyembro ng mag-anak. Hilingin sa mga miyembro ng klase na subukin ang alituntunin sa loob ng isang linggo at pagkatapos ay timbangin kung gaano kabuti ang kanilang nagawa sa pakikipagkaibigan sa kanilang mga kapatid.

Kumuha ng isang pisaro ng manipis na karton. Idikit ang larawan ng mundo sa isang panig ng karton (tingnan sa pahina 309 para sa larawan na maaari ninyong kopyahin), at idikit sa likod ang lawaran ng isang mag-anak na kinuha sa magasin. Pagputul-putulin ang karton upang maging palaisipan. Gawing medyo simple ang palaisipan upang kaunting panahon lamang ang kailangang gugulin upang mabuo ito.

Ilatag ang palaisipan, na nasa ibabaw ang larawan ng mag-anak, kung saan makikita ito ng lahat ng miyembro ng klase. (Gumamit ng mesa o sahig.) Hilingin sa mga miyembro ng klase na pag-aralan ang putul-putol na mga bahagi. Kapag may isang nakakita ng dalawang bahagi na dapat magkadikit, hilingin sa miyembro ng klase na ito na magbigay ng isang mungkahi kung paano magagawa ng mga mag-anak na higit na magandang lugar upang tirahan ang mundo. Pagkatapos ay ipadikit sa miyembro ng klase na ito ang dalawang bahagi. Habang pinagdidikit-dikit ang mga bahagi ng larawan ng mag-anak, gumamit ng malinaw na teyp upang maging matibay ang kanilang pagkakadikit-dikit upang maging buo ang palaisipan kapag binaliktad ito. Magpatuloy hanggang sa mabuo ang larawan ng mag-anak.

Kapag natapos na ang larawan ng mag-anak, baliktarin ang palaisipan upang maipakita ang larawan ng mundo. Talakayin sa mga miyembro ng klase kung paano ang pagpapalakas ng pagkakaibigan sa loob ng mag-anak higit na makapagpapabuti sa mundo.

Aralin
44 Ibaling ang Inyong Puso

Layunin

Bigyang-inspirasyon ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng kaalaman tungkol sa kanilang mga ninuno at gumawa ng sarili nilang mga talaan para sa kanilang mga inapo.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Malakias 4:5–6; Doktrina at mga Tipan 110:13–16.
2. Mag-anyaya ng isang miyembro ng klase o piling panauhin upang ipakita ang kanyang talaarawan o aklat ng mga alaala at basahin sa klase ang isang nakasulat dito.
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Mga halimbawa ng iba't-ibang uri ng pansariling tala (kagaya ng sertipiko ng kapanganakan, o kasal, mga larawan, kasaysayan ng mag-anak, talaarawan, aklat ng mga alaala, o iskrapbuk).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

Lahat ay makagagawa ng kasaysayan ng mag-anak. Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan na ang pagkilala sa mga miyembro ng ating mag-anak, noon at sa kasalukuyan, ay maaaring maging kasiya-siya at kapaki-pakinabang.

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Pagtuklas sa Ating mga Ninuno

Kuwento at talakayan

Isalaysay sa sarili ninyong mga salita ang sumusunod na kuwento:

Sa tahanan nina Fred at Marion, isang plake ang nakasabit na nakikita ng lahat. Ginamitan ito ng magandang sulat-kamay at mababasang "Ang Diyos ang namumuno sa bahay na ito, ang di-nakikitang panauhin tuwing oras ng pagkain, ang walang-kibong tagapakinig sa bawat pag-uusap."

Kinagigiliwan ng mag-anak ang espirituwal na kapaligiran na idinaragdag ng diwang ito sa kanilang tahanan, ngunit higit nilang itinatangi ang kuwento sa likod nito.

Mga tagabunsod ang mga ninuno ni Marion. Lumaki siyang laging napapakinggan at nababasa ang mga kuwento tungkol sa kung paano minahal ang Panginoon ng kanyang mga lolo at lola at mga lolo at lola sa tuhod, sa pagbabalik-loob sa ebanghelyo, at pagtatagumpay sa mga pagsubok sa kanilang paglalakbay papuntang Utah.

Nang pakasalan ni Marion si Fred, malaki ang kanyang interes na makilala ang mga ninuno at pinanggalingan ng huli. Ngunit ang ina ni Fred ay nagmula sa Inglatera noong bata pa ito kasama ng kanyang mga magulang, na tanging sila lamang sa kanilang mag-anak ang sumapi sa Simbahan. Napakabata pa ng ina ni Fred nang dumating ito kaya't lumaki siyang walang gaanong alam tungkol sa kanyang mga lolo at lola. Ang paminsan-minsang liham ang naging tanging ugnayan sa pagitan ng mga mag-anak sa loob ng maraming taon.

Sumulat sina Marion at Fred sa mga kamag-anak sa Inglatera upang humingi ng impormasyon tungkol sa mga lolo at lola ng ina ni Fred at tungkol sa lumang tahanan ng mag-anak. Nalaman nila ang tungkol sa isang mabait na lola, na kagalang-galang sa kanyang itim na damit na seda at gintong alpilen, at tungkol sa mga pagdalaw tuwing Linggo sa isang malinis na tahanan kung saan ang mga bata ay kailangang alalahanin ang kanilang kagandang-asal at tahimik na umupo sa mga silyang nababalutan. Iginalang ng mag-anak ang Sabbath sa pamamagitan ng pagsimba at pag-iwas sa mga gawaing hindi kinakailangan.

Isang matandang pinsan ang lumiham tungkol sa isang inskripsiyon na isinulat sa matandang estilo ng pagkakatitik, na nakasabit sa itaas ng *fireplace* ng munting bahay ng kanyang mga magulang. Ang inskripsiyon ay nanatiling malinaw sa kanyang isipan, bagaman, pinakupas na ng panahon ang kanyang alaala sa iba pang mga bagay.

Laking tuwa ni Marion nang basahin niya ang sulat at ang mga salita ng inskripsiyon. Narito ang isang palatandaan na makatutulong na maiugnay ang kanyang sarili sa pinagmulan ng kanyang asawa. Ang tahanan ng mga lolo at lola sa tuhod ng kanyang asawa ay isang lugar kung saan ang Diyos ay pinagpitagan, at may mga binhing ipinunla roon na siyang maghahanda kinalaunan sa mga kaluluwa na tanggapin ang ipinanumbalik na ebanghelyo.

Ang simpleng inskripsiyon na ito ay nakatulong kay Marion at sa kanyang mag-anak na makadama ng pagiging malapit sa mga ninuno ni Fred. Sa pamamagitan ng pag-iingat ng inskripsiyon na ito sa isang plake ang mag-anak na ito ay bumuo ng isang panibagong pananaw ng pagpipitagan tungo sa Diyos at pagpapahalaga sa kanilang ninuno.

- Bakit napakahalaga ng inskripsiyon sa plake para sa mag-anak nina Fred at Marion? Paano ito nakatulong sa kanila na makadama ng pagiging malapit sa kanilang mga ninuno?

Pagdama sa Diwa ni Elijah

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipaliwanag na ang paghahangad na makilala ang ating mga ninuno ay tinutukoy kung minsan bilang Diwa ni Elijah. Si Elijah ang pinakahuling propeta bago ang kapanahunan ni Cristo na humawak ng kapangyarihan ng pagbubuklod ng Pagkasaserdoteng Melquisedec, na siyang nagbibigay-daan sa atin upang maibuklod sa ating mga miyembro ng mag-anak para sa kawalang-hanggan.

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Malakias 4:5–6. Ipaliwanag na ang talatang ito ay naglalaman ng isang propesiya na si Elijah ay magbabalik sa lupa upang ipanumbalik ang kapangyarihan ng

pagbubuklod. Ang propesiyang ito ay natupad noong 1836 nang si Elijah ay magpakita kina Joseph Smith at Oliver Cowdery sa Templo ng Kirtland (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 110:13–16).

- Ano ang ibig sabihin ng "ibaling ang mga puso ng mga ama sa mga anak, at ang mga puso ng mga anak sa mga ama"?

Ipaliwanag na nangangahulugan ito ng pagbubuklod natin sa lahat ng ating mga ninuno—ang ating "mga ama"—at sa lahat ng ating mga inapo—ang ating "mga anak"—magpakailanman. Dahil sa kapangyarihan ng pagbubuklod ng pagkasaserdote at ng mga ordenansa sa templo para sa mga buhay at sa mga patay, ang mga mag-anak ay maaaring mabigkis para sa kawalang-hanggan (tandaan na ang mga ordenansa sa templo para sa mga patay ay tatalakayin sa susunod na aralin). Ang pagbabaling ng "mga puso ng mga ama sa mga anak at ng mga puso ng mga anak sa mga ama" ay tumutukoy rin sa pag-ibig na ating nadarama para sa ating mga ninuno kapag nakikilala natin sila.

Siping-banggit

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley:

"May milyun-milyong tao sa buong mundo ang gumagawa ng mga talaan ng kasaysayan ng mag-anak. Bakit? Bakit nila ginagawa ito? Naniniwala ako na ginagawa nila ito dahil napukaw sila ng diwa ng gawaing ito, isang bagay na tinatawag nating diwa ni Elijah. Ito ay isang pagbaling ng mga puso ng mga anak sa kanilang mga ama" ("A Century of Family History Service," *Ensign*, Mar. 1995, 62).

Talakayan sa pisara

- Paano naibaling ang mga puso nina Fred, Marion, at ng kanilang mag-anak sa mga puso ng kanilang "mga ama"?
- Ano ang nalalaman ninyo tungkol sa inyong mga ninuno? Paano naibabaling ng inyong kaalaman sa inyong mga ninuno ang inyong mga puso sa kanila?
- Kung makakaharap ninyo ang inyong mga ninuno at makakausap sila, ano ang nanaisin ninyong malaman tungkol sa kanila?
- Anu-ano ang ilang bagay na magagawa ninyo upang lalong makilala ang inyong mga ninuno?

Itala ang mga sagot ng mga miyembro ng klase sa pisara. Maaari ninyong naising ibahagi ang sumusunod na mga mungkahi kung hindi mababanggit ang mga ito ng mga miyembro ng klase:

1. Hilingin sa inyong mga magulang na kuwentuhan kayo tungkol sa inyong mga lolo at lola at mga lolo at lola sa tuhod.
2. Sumulat sa inyong mga lolo at lola at hilingin sa kanila na kuwentuhan kayo tungkol sa kanilang sarili, sa kanilang mga anak, sa kanilang mga magulang, o sa kanilang mga lolo at lola. Hilingin sa kanila na isama ang mga detalye kagaya ng mga petsa, pook, at pangalan ng mga tao sa mga kuwento. Kapag nagpadala sila sa inyo ng mga liham na may mga kuwento at impormasyon, ingatan ang mga liham na ito sa isang ligtas ng lugar.

3. Kung mayroong Sentro ng Kasaysayan ng Mag-anak ng Simbahan na malapit sa inyong tahanan, pumunta roon kasama ng inyong mag-anak at gumamit ng mga kompyuter at iba pang mga kagamitan upang hanapin ang mga pangalan ng marami pa ninyong mga ninuno.
4. Maghanda ng isang tsart ng talaangkanan ng inyong mag-anak (tingnan ang ikaapat na gawaing nakapagpapaunlad).
5. Kung ang inyong mga ninuno ay nagmula sa ibang bansa, magbasa tungkol sa mga kaugalian sa bansang iyon at subukin ang ilan sa mga ito sa gabing pantahanan ng mag-anak.

Kuwento

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na kuwento:

Si Linda ay isang nagbalik-loob sa Simbahan. Kinainggitan niya ang pamana ng tagabunsod ng kaibigan niyang Mormon at ang walang katapusang pahina ng talaan ng mga ninuno, mga talambuhay at mga kuwento sa aklat ng mga tala ng mag-anak, ngunit wala siyang makitang gaanong nakatutuwa o kahali-halina sa pag-alam tungkol sa kanyang sariling mga ninuno. Pagkatapos ay may sinabi ang kanyang kaibigan na nagpabago ng kanyang palagay.

" 'Linda, naiinggit ako sa iyo!" . . . Isinara ng kaibigan ko ang kanyang aklat at nagpatuloy, 'Lahat na gawaing napapaloob dito ay ginawa ng iba. . . . Ngunit ikaw—*ikaw* ay bago pa lang nagsisimula at nakapaghahanap nang mag-isa! Isipin mo na lamang kung gaano ka palalapitin nito sa iyong mga ninuno! Makikilala mo silang talaga!'

"Makilala ang aking mga ina at mga ama! Hindi ko kailanman inisip ang bagay na iyon nang ganoon kapersonal. Ang mga ina at ama ay hindi kailangang maging kahali-halina o maharlika—dapat lamang na sila'y maging akin at ako'y kanila! Pinagsisihan ko ang aking pagkainggit at nagmadaling umuwi na taglay ang espiritu ni Elijah na lumilipad-lipad sa aking paligid at ilang walang sulat na tsart ng talaangkanan sa aking kamay.

"Isinulat ko ang mga impormasyon para sa aking mga magulang at sa akin ngunit hanggang sa pangalan lamang ng aking mga lola at lolo. Pagkatapos ay naalala ko ang ilang lumang kahon ng mga gamit ng mag-anak na binanggit minsan ng aking ina. Sa silong naroon na maalikabok at nangangamoy na waring panahon pa noong ika-19 na siglo ang dalawang kahon ng tabako na nakasiksik sa likod ng ilang lumang gulong. Nakatagpo ako ng mga baul ng kayamanan! Naupo ako sa malamig na semento na napalilibutan ng mga kagamitang metal at mga gomang pandilig at amag, at nagsimulang kilalanin ang aking mga ninuno. Sa mga kahong iyon ay nakakita ako ng ginupit na diyaryo nang taong 1907 na nagpapatalastas ng pagkamatay ng aking lolo sa tuhod, ng kard sa paaralan ng aking tiyuhin sa tuhod mula sa Sweden noong taong 1883, isang 14 na daling hibla ng mala-gintong buhok ng lola ko, isang sobreng nasusulatan sa likod ng limang salinlahi ng pangalan ng mga magulang, maraming larawang walang pangalan, at isang maliit na bungkos ng liham mula sa Sweden na galing sa aking lolo sa tuhod para sa aking lola sa tuhod noong sila'y nagliligawan noong taong 1860. Naghandog ako ng isang luhaang panalangin ng pasasalamat doon sa mamasa-masa, amoy-amag na banal na kanlungang iyon, at alam kong hindi ako nag-iisa sa aking panalangin o sa pook na iyon.

"Pinag-aralan ko ang mga kayamanang iyon sa mga sumunod na buwan. Kinulit ko ang aking ina sa anumang bagay na maaalala niya tungkol sa kanyang mag-anak. Tinulungan niya akong pangalanan ang mga larawan at tukuyin ang mga pagkakaugnayan. Pinag-aralan ko ang matatandang kaugalian sa Sweden. Sinuri ko ang mga lumang mapa ng mga pook na tinirhan ng aking mag-anak. Nakinig ako sa mga katutubong tugtugin ng Sweden. Natutuhan ko pa ang kaunti ng wika nila. Natuklasan ko kung anong uri talaga ng mga tao ang aking mga ninuno: si Gerda, ang ina ng aking ina—ang maramdamin, masipag at magandang nars; si Carl Johan—ang puno ng himpilan na may mahabang balbas na nagpapayo at nag-aayos ng mga hindi pagkakaunawaan na tulad ng isang abogado; si Maria Christina—ang malakas, malaki, at tapat na asawa ni Carl Johan at isang masipag na mag-aaral ng mga banal na kasulatan; si Agnes Sigrid Alfreda, ang nagkusang-loob para sa unang pagsasaliksik sa bakuna laban sa polyo at sa kasawiang palad ay nalumpo; at ang aking mahal na kalolo-lolohan sa tuhod na si Anders na sumulat noong taong 1880 ng, 'Kung ako ngayon ay malugod nang tatanggapin balak kong maglakbay upang makita kayo kung pagkakalooban ako ng Panginoon ng kalusugan, at dadalhin ko ang aking sinulid na pangisda at ang kagamitan para sa mga kahoy na bakya.' Minahal ko silang lahat tulad ng mga taong buhay, tulad ng aking mga magulang" (Linda K. Hoffman, "Gerda, I Love You, o The Spirit of Elijah Is for Simple Folk Too" *New Era*, Ago. 1976, 28–30).

Pag-iingat ng Personal na mga Talaan

Siping-banggit

Ipaliwanag na bukod sa pag-alam tungkol sa ating mga ninuno, dapat tayong mag-ingat ng mga talaan upang malaman ng mga miyembro ng ating mag-anak ang tungkol sa atin sa darating na mga panahon. Magiging mahirap para sa mga susunod na salinlahi na ibaling ang kanilang mga puso sa atin kung wala silang alam tungkol sa atin.

Ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Spencer W. Kimball:

"Maaring akalain natin na walang gaanong pakinabang o halaga sa anumang sinasabi o ginagawa natin mismo—ngunit kapansin-pansin kung gaano karami sa ating mga mag-anak, habang dumarami ang salinlahi, ang interesado sa lahat ng ginagawa natin at sa lahat ng sinasabi natin. Bawat isa sa atin ay mahalaga sa mga malapit at mahal sa atin—at habang nababasa ng ating mga inapo ang ating mga karanasan sa buhay ay makikilala at mamahalin din nila tayo. At sa maluwalhating araw na iyon na magkakasama ang ating mga mag-anak sa kawalang-hanggan, magiging magkakakilala na tayo" (sa Conference Report, Okt. 1979, 5; o *Ensign*, Nob. 1979, 5).

Talakayan

- Ano ang nanaisin ninyong malaman ng inyong mga anak at apo tungkol sa inyo?
- Anu-anong hamon ang sa palagay ninyo ay kakaharapin nila? Paano makatutulong ang kaalaman tungkol sa inyo at sa inyong mga karanasan sa inyong mga anak at apo kapag nahaharap sila sa mga hamong ito?
- Anu-anong uri ng talaan ang maaari nating ingatan? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng mga katibayan ng kapanganakan, larawan, talaarawan, talaan ng mag-anak, at iskrapbuk.)

Ipakita ang iba't-ibang uri ng mga talaan.

- Anu-anong bagay ang maitatala ninyo sa isang talaarawan upang matulungan ang inyong mga inapo na mahalin at maalala kayo, kahit hindi kailanman nila kayo nakilala sa buhay na ito? (Ang mga sagot ay maaaring kabilangan ng pansariling mga karanasan at damdamin, patotoo, kahirapan, pangyayari sa mag-anak, tawag sa pagmimisyon, masasayang okasyon, at nakakatawang bagay na nangyari sa inyo.)

Siping-banggit

Ipaliwanag na ang mga talaarawan ay hindi kailangang maging magarbo. Ang mga salitang isusulat natin doon ay hindi rin kailangang magarbo. Ngunit ang mga bagay na isusulat natin sa ating mga talaarawan ay magsasama-sama upang magtala ng mga alaala na magiging mahalaga para sa atin at sa ating inapo. Maging ang mga bagay na waring hindi mahalaga ngayon, tulad ng mga damit na isinusuot natin, pagkaing kinakain natin, at ang mga bagay na ginagawa natin sa paaralan, ay maaaring maging mahalaga sa atin at sa iba sa hinaharap. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na sundin ang payong ito mula kay Pangulong Kimball:

"Kumuha ng isang sulatan, mga kabataan ko. . . . Magsimula ngayong magsulat ng mga ginagawa ninyo, ng pinakamalalim na iniisip ninyo, ng mga nagawa at kabiguan ninyo, ng mga pakikihalubilo ninyo sa tao at mga tagumpay ninyo, ng mga impresyon ninyo at mga patotoo ninyo" (The Angels May Quote from It," *New Era*, Okt. 1975, 5).

Pagpapakita ng talaarawan

Hilingin na ipakita ng inatasang miyembro ng klase o ng natatanging panauhin ang isang talaarawan o aklat ng alaala at ipabasa ng isang pansariling tala na maaaring maging kapaki-pakinabang sa grupo. Ipabahagi rin sa taong ito ang kanyang damdamin tungkol sa kahalagahan ng talang ito.

Pagkatapos ng pagtatanghal na ito, itanong sa inatasang miyembro ng klase o sa natatanging panauhin ang sumusunod na tanong:

- Paano kayo natulungan nito mismo na mag-ingat ng talaang ito?

Talakayan

Ipaliwanag na ang mga talaan ay makatutulong sa ating mga anak at apo, at makatutulong din ito sa atin mismo. Pagkatapos ay itanong sa mga miyembro ng klase ang mga sumusunod na tanong:

- Paano tayo matutulungan ng pag-iingat ng talaarawan?

Maaari ninyong naising ibahagi ang mga sumusunod na mungkahi kung ang mga ito ay hindi binabanggit ng mga miyembro ng klase:

1. Maaalala natin ang ating mga karanasan sa pamamagitan ng pagbabasa natin ng mga bagay na isinulat natin noong nakaraan.
2. Maaari tayong lumingon sa kahapon at tingnan kung ano na ang mga pagbabago sa atin.
3. Maisusulat natin ang ating mga patotoo at karanasan at damdamin na nahihirapan tayong ibahagi sa ibang tao.

Patotoo

Kung naangkop, magbahagi ng inyong karanasan tungkol sa inyong pagkatuto tungkol sa inyong ninuno o tungkol sa pag-iingat ng pansariling mga talaan.

Magpatotoo sa kahalagahan ng pagbaling ng ating mga puso sa ating "mga ama" at sa ating "mga anak."

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na gawin ang lahat ng kanilang makakaya upang makilala ang kanilang mga ninuno. Hikayatin din silang magsulat nang palagian sa talaarawan at ingatan ang mahahalagang bahagi ng impormasyon sa isang aklat ng alaala, iskrapbuk, o salansan.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Awitin o basahin na kasama ang mga miyembro ng klase ang mga salita sa "Genealogy" (*Children's Songbook*, 94).
2. Magpasulat sa mga miyembro ng klase ng isang liham para sa kanilang magiging mga anak sa hinaharap. Hikayatin silang itago itong nakasara at sa ligtas na lugar hanggang sila ay makapag-asawa at magkaanak.
3. Bigyan ang bawat miyembro ng klase ng kopya ng tsart ng talaangkanan na makikita sa pahina 317. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na tapusin ang tsart sa bahay.

Talaan ng mga Ninuno

Tsart blg.______

Blg. 1 sa tsart na ito ay katulad ng blg. _________ sa tsart blg. _________.

Markahan ang mga kahon kapag ang mga ordenansa ay natapos na.

- B Nabinyagan
- N Na-endow
- IM Ibinuklod sa mga magulang
- IA Ibinuklod sa asawa
- M Mayroon nang Talaan ng Mag-anak ang mag-asawang ito
- A Nakumpleto na ang mga ordenansa para sa mga anak

1 ____________ (Pangalan) B N IM IA M A
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Saan
Kailan namatay
Saan

____________ (Asawa) B N IM IA

2 (Ama) B N IM IA M A
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Saan
Kailan namatay
Saan

3 (Ina) B N IM IA
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

4 (Ama ng blg.2) B N IM IA M A
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Saan
Kailan namatay
Saan

5 (Ina ng blg.2) B N IM IA
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

6 (Ama ng blg.3) B N IM IA M A
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Saan
Kailan namatay
Saan

7 (Ina ng blg. 3) B N IM IA
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

8 (Ama ng blg. 4) B N IM IA M A — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Kailan namatay
Saan

9 (Ina ng blg. 4) B N IM IA — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

10 (Ama ng blg. 5) B N IM IA M A — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Kailan namatay
Saan

11 (Ina ng blg.5) B N IM IA — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

12 (Ama ng blg.6) B N IM IA M A — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Kailan namatay
Saan

13 (Ina ng blg. 6) B N IM IA — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

14 (Ama ng blg. 7) B N IM IA M A — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan ikinasal
Kailan namatay
Saan

15 (Ina ng blg. 7) B N IM IA — Ipinagpatuloy sa tsart blg. ________
Kailan ipinanganak
Saan
Kailan namatay
Saan

Inyong pangalan at tirahan	
Numero ng telepono	Petsa kung kailan ginawa

© 1998 ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw

(Pedigree Chart, Tagalog). 3/96. (3/96). 31826 893

Aralin
45

Kaligtasan para sa mga Patay

Layunin

Tulungan ang mga miyembro ng klase na magkaroon ng pagpapahalaga sa walang hanggang plano ng Diyos at paghahangad na makalahok sa kaligtasan ng kanilang mga ninuno.

Paghahanda

1. Pag-aralan nang may panalangin ang Malakias 4:5–6; Juan 3:5; Doktrina at mga Tipan 138:30; Mga Saligan ng Pananampalataya 1:4.
2. Karagdagang babasahin: *Gabay ng Kasapi sa Gawain sa Templo at Kasaysayan ng Mag-anak* (34697 893).
3. Mga kailangang kagamitan:
   a. Ang tsart ng plano ng kaligtasan na ginawa ninyo para sa aralin 2 (o ang kopya ng tsart na matatagpuan sa bahagi ng mga larawan ng manwal).
   b. Isang set ng mga banal na kasulatan at lapis na pangmarka sa banal na kasulatan para sa bawat miyembro ng klase. Patuloy na hikayatin ang mga miyembro ng klase na linggu-linggong magdala ng sarili nilang kopya ng mga banal na kasulatan sa klase.

Paalala sa guro

*Ang mga kinakailangan para sa pagkakamit ng kadakilaan at pagpasok sa pinakamataas na antas ng kahariang selestiyal ay kinabibilangan ng maraming ordenansa na kailangang gawin dito sa lupa. Sapagkat bilyun-bilyong mga tao ang namatay na walang anumang kaalaman sa mga nakapagliligtas na ordenansang ito, ang Ama sa Langit, ay naglaan ng paraan upang matanggap ang mga ito ng lahat ng kanyang mga anak. Tinatawag ni Pangulong Joseph Fielding Smith ang plano ng kaligtasang ito para sa mga namatay na "isa sa mga pinakamataas, pinakamakatwiran, at nagbibigay-lugod sa kaluluwa na doktrina na inihayag sa tao" (*Doctrines of Salvation, *tinipon ni Bruce R. McConkie, 3 tomo [1954–56], 2:143). Tulungan ang mga miyembro ng klase na maunawaan ang doktrinang ito at magkaroon ng kasiglahan sa paglahok sa gawaing ito.*

Mungkahing Pagbubuo ng Aralin

Ang mga Ordenansa ay Kinakailangan para sa Pagpasok sa Kahariang Selestiyal

Talakayan sa tsart at banal na kasulatan

Ipakita ang tsart ng plano ng kaligtasan sa buong araling ito.

- Anu-ano ang unang mga alituntunin at ordenansa ng ebanghelyo?

Anyayahan ang isang miyembro ng klase na bigkasin ang ikaapat na saligan ng pananampalataya upang makatulong sa pagsagot sa tanong.

- Bakit mahalaga sa atin ang mga ordenansa ng pagbibinyag at pagpapatong ng kamay para sa kaloob na Espiritu Santo?

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Juan 3:5. Bigyang-diin na ang mga ordenansang ito ay kinakailangan para sa pagpasok sa kahariang selestiyal. Ipaliwanag na ang mga ito ay mga panlupang ordenansa na dapat gawin dito sa lupa.

- Sa inyong palagay, ilang mga tao ang nabuhay sa lupa at namatay nang hindi napakinggan ang ebanghelyo, nabinyagan, o nakatanggap ng kaloob na Espiritu Santo?
- Ano ang mangyayari sa mga taong ito?

Ipaliwanag na kung ang mga taong ito ay hindi kailanman nakatanggap ng mga panlupang ordenansa, hindi sila maaaring makapasok sa kahariang selestiyal, gaano man ang kanilang pagkamatuwid. Gayunman, ang plano ng kaligtasan ng Ama sa Langit ay sumasaklaw sa lahat ng kanyang mga anak, at siya ay naglaan ng paraan para sa mga taong ito na makadinig ng ebanghelyo at makatanggap ng mga ordenansa, kahit hindi nila nagawa ang mga ito noong sila ay nasa lupa pa.

Maaari Tayong Makatulong sa mga Namatay na nang Walang mga Ordenansa ng Ebanghelyo

Kuwento

Isalaysay ang sumusunod na kuwento ni Elder Royden G. Derrick, na naging isang miyembro ng Pitumpu:

“Noong ako ay bata pa, ang aming mag-anak ay nabahala sa pagbabalik ni Tiyo Orson. Ang aking ina ay may taimtim na damdamin tungkol sa bagay na ito, na kanyang itinanim sa kanyang mga anak. Sa kung anumang dahilan ay palagi kong inaabangan ang pagpasok ni Tiyo Orson sa pintuan sa likod ng aming bahay. Natatandaan ko ang ilang pagkakataon na may isang maglalako na pupunta sa pintuan sa likod. Hinihila ko ang damit ng aking ina upang makuha ang kanyang pansin at magtatanong, ‘Iyan ba si Tiyo Orson?’ Ngunit ang sagot ay palaging hindi.

“ . . . Ipinanganak si Tiyo Orson noong taong 1881. Pagkaraan ng labing-apat na buwan ay namatay ang kanyang ama, at naiwan siyang walang amang pumapatnubay sa loob ng mahalagang panahong iyon. Noong siya ay labimpitong taong gulang, siya, kasama ang isang pangkat ng mga kasinggulang niyang lalaki, ay nagtungo sa Saltair, isang sayawan sa tabing-dagat ng Great Salt Lake. Bago natapos ang gabi, nalasing sila at humantong sa bilangguan ng bayan.

“Kinaumagahan, ang mga magulang at kasapi ng mag-anak ay dumating sa bilangguan at inayos ang paglaya ng kanilang mga anak. Marami sa kanila ay yumakap sa kanilang mga anak at ginawa silang mga haligi ng kanilang mga pamayanan. Ngunit lingid sa kaalaman ng lola ko, si Tiyo Orson ay pinalaya mula sa bilangguan, at binigyan ng tiket papunta sa Hilagang-kanluran, at pinagbilinang huwag nang babalik kailanman.

“Sinabi ni Inay na may mga pagkakataong naririnig niya ang pag-iyak ng kanyang ina sa silid-tulugan nito kung gabi. Kapag pumupunta siya sa tabi ng kanyang ina, sasabihin ng ina niya, ‘Saan kaya gumagala ang anak ko ngayong gabi.’

“Si Tiyo Orson ay malamang na nagtrabaho sa mga kampo ng pagtotroso doon sa Hilagang-kanluran kung saan ang kapaligiran ay hindi naayon sa

pamumuhay ng mga alituntunin ng ebanghelyo. Kung siya ay nabubuhay pa ngayon, siya ay matandang-matanda na. Malamang ay naroon na siya sa daigdig ng mga espiritu ngayon. . . .

"Ang mabait kong kaibigang si Joseph S. Nelson ay namatay ilang buwan na ang nakararaan sa gulang na 86. Isa siyang dakilang misyonero noong nabubuhay pa. Naglingkod siya sa apat na misyon. . . . Nagsasaliksik ako sa mga banal na kasulatan upang malaman [kung ano ang ginagawa niya ngayon]—at heto siya:

" 'Namasdan ko na ang mga matatapat na elder sa dispensasyong ito, kapag yumao sila sa buhay na mortal, ay nagpapatuloy ng kanilang gawain sa pangangaral ng ebanghelyo ng pagsisisi at pagtubos, sa pamamagitan ng pagpapakasakit ng Bugtong na Anak ng Diyos, sa mga nasa dilim at nasa ilalim ng pagkaalipin ng kasalanan sa malawak na daigdig ng mga espiritu ng mga namatay na' (Doktrina at mga Tipan 138:57). . . .

"Minahal ko si Tiyo Orson mula sa aking pagkabata sapagkat minana ko ang pananabik sa kanya. Gustung-gusto kong ibili siya ng tiket pauwi sa kanyang walang-hanggang mag-anak. . . .

"Iniisip ko kung makikita ng mabait kong kaibigang si Joe Nelson ang Tiyo Orson at matuturuan siya ng mga katotohanan ng ebanghelyo na dapat ay naituro sa kanya ng kanyang ama sa buhay na ito kung nandirito siya upang gawin ito" ("Find Them," *New Era,* Set. 1981, p. 4–6).

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa at pamarkahan sa mga miyembro ng klase ang Doktrina at mga Tipan 138:30. Paalalahanan sila na pagkamatay ni Cristo, pumunta siya sa daigdig ng mga espiritu at itinalaga ang matuwid na mga miyembro ng Simbahan upang ituro ang ebanghelyo sa mga namatay na hindi napakinggan ito. Kapag ang mga espiritung ito ay naturuan na ng ebanghelyo, sila ay may gayon ding pagkakataon na tanggapin o tanggihan ito kagaya ng mga tinuturuan sa lupa.

- Kapag tinanggap ng mga espiritung ito ang ebanghelyo, anu-ano pa ang mga kinakailangan upang makapasok sila sa kahariang selestiyal? (Pagbibinyag, pagbibigay ng kaloob na Espiritu Santo, at iba pang mga panlupang ordenansa.)
- Paano tinatanggap ng mga namatay na ang mga panlupang ordenansa? (Maaari nating maisagawa ang mga ordenansang ito para sa kanila sa templo.)

Isulat ang mga salitang *kinatawan* sa pisara. Ipaliwanag na ang pagiging kinatawan ay nangangahulugan na ang isang tao ay gumagawa ng isang bagay bilang kahalili ng isa pang tao. Ang taong gumagawa ng trabaho o gawain para sa ibang tao ay tinatawag na kinatawan. Sa templo, maaari tayong mabinyagan at makatanggap ng iba pang mga ordenansa para sa mga taong namatay na nang hindi nakatanggap ng mga ordenansa. Tayo ang lumulusong sa tubig ng pagbibinyag o pinapatungan ng mga kamay sa ulo, ngunit para sa kanila ang bisa ng mga ordenansa.

- Anu-anong ordenansa ang ginagawa sa templo para sa mga patay? (Pagbibinyag, pagpapatibay at pagbibigay ng kaloob na Espiritu Santo, pagoorden sa pagkasaserdote sa kalalakihan, endowment, kasal, at pagbubuklod ng mga anak sa mga magulang.)

- Alin sa mga ordenansang ito ang maaari ninyong lahukan para sa isang taong namatay na?

Ipaliwanag na simumang karapat-dapat na miyembro ng Simbahan na hindi bababa sa labindalawang taong gulang ay maaaring makatanggap ng rekomendasyon mula sa obispo at makapunta sa templo upang mabinyagan at mapagtibay para sa patay. Kapag higit na matanda na ang mga miyembro ng klase at nakatanggap na ng sarili nilang mga ordenansa sa templo, maaari silang bumalik sa templo upang tumanggap ng iba pang mga ordenansa para sa mga patay.

Kung may malapit na templo, hikayatin ang mga miyembro ng klase na kausapin ang kanilang mga magulang at mga namumuno sa Kabataang Lalaki at Kabataang Babae tungkol sa pag-aayos sa isang paglalakbay sa templo upang gumawa ng mga pagbibinyag para sa mga patay.

Paano Tayo Makapagsisimulang Tumulong sa mga Namatay na nang Walang Ebanghelyo

Talakayan sa pisara

Ipaliwanag na bawat isa ay may pananagutan para matulungan ang sarili nating mga ninuno na makatanggap ng mga ordenansa sa templo.

- Ano ang unang hakbang sa pagsasagawa ng mga gawain sa templo para sa ating mga patay? (Alamin kung sinu-sino sila.)
- Anong uri ng impormasyon ang kailangan nating malaman tungkol sa ating mga ninuno upang magawa ang kanilang gawain sa templo? (Ang mga pangunahing impormasyon na hindi dapat mawala ay ang pangalan ng tao; kasarian; at isang petsang mapagbabatayan, kagaya ng petsa ng kapanganakan o pagkamatay. Gayunman, kung higit na maraming impormasyon ang maibibigay natin, higit na mainam. Ang iba pang mga impormasyong makatutulong ay kinabibilangan ng lugar na sinilangan, pangalan ng mga magulang, petsa ng kasal, pangalan ng asawa, at lugar na kinamatayan. Ang lahat ng impormasyong ito ay dapat na maging tumpak sa abot ng ating makakaya.)
- Anu-ano ang ilang bagay na maaari nating gawin upang higit nating makilala ang ating mga ninuno?

Itala sa pisara ang mga tugon ng mga miyembro ng klase. Ang mga tugon ay maaaring kabilangan ng paghiling sa nabubuhay pang mga kamag-anak ng mga impormasyon o kopya ng mga talaan na maaaring mayroon sila; pagsasaliksik sa mga sentro ng kasaysayang pangmag-anak; pagpapadala ng mga liham upang makakuha ng mga kopya ng mga sertipiko ng kapanganakan; paghahanap sa mga talaan ng sensus; at pagpunta sa mga libingan. Maaari ninyong naising paalalahanan ang mga miyembro ng klase tungkol sa mga bagay na tinalakay nila sa aralin 44 tungkol sa kung paano magkaroon ng kaalaman hinggil sa ating mga ninuno.

Hikayatin ang mga miyembro ng klase na talakayin kasama ng kanilang mga mag-anak, marahil sa gabing pantahanan ng mag-anak, ang mga gawain na maaari nilang magawa bilang mag-anak upang magkaroon ng kaalaman tungkol sa kanilang mga ninuno.

Paglalahad ng guro

Ipaliwanag na kapag ang isang tao ay mayroon nang mga kinakailangang impormasyon tungkol sa isang ninuno, maaari niyang ipadala ang pangalan ng ninuno sa templo. Kung nais ng mga miyembro ng mag-anak na gawin nila ang gawain sa templo para sa sarili nilang mga ninuno, ang impormasyon ay ilalagay sa isang salansang pangmag-anak sa isang templo sa loob ng maikling panahon hanggang sa makapunta sa templo ang mga miyembro ng mag-anak. Kung hindi magagampanan ng mga miyembro ng mag-anak ang gawain, ang ibang mga miyembro ng Simbahan ang magsasagagawa sa mga ordenansa.

Kuwento at talakayan

Basahin o isalaysay ang sumusunod na kuwento:

Habang ang labing-isang taong gulang na si Cindie at ang kanyang ama ay magkasamang namamasyal, may natagpuan silang isang lumang lapida. Inalis nila ang lumot dito at natagpuan ang ganitong nakasulat:

> MARYANN DEMING
> maybahay ni Rufus Deming
> namatay Ene. 5, 1855
> sa ika-56 na taon
> ng kanyang gulang

"Wika ni Cindie, 'Naku, itay, waring nakikita ko kung ano ang nangyari. May mga tagabunsod na Mormon na tumatawid sa kapatagan, at ang kawawang si Maryann ay [namatay], at ang kanyang asawa at mga anak ay nagdalamhati at inilibing nila siya rito at malungkot na iniwan siya at nagpatuloy papuntang Utah. Napakalungkot niyon!' "

Sumagot ang ama ni Cindie, " 'Sa palagay ko ay hindi. . . . Ang mga tagabunsod na Mormon ay hindi nagdaan sa Lake County, California, noong taong 1855 o kahit kailan. Mas malamang na siya at ang kanyang mag-anak ay pumarito bilang kasama sa mga dumagsa na naghahanap ng ginto, o upang humanap ng lupang masasaka, o tulad ng ganoong bagay. Ngunit natitiyak kong tama ka tungkol sa labis na pagkalungkot ng kanyang mag-anak nang siya ay mamatay.'

"Labis na natuwa si Cindie sa naisip na paggamit ng impormasyong ito upang matulungan ang mga inapo ni Maryann na gawin ang kanyang gawain sa templo:

" 'Naku, itay, nakikini-kinita ko na ngayon: ang isa sa kanyang mga apo sa tuhod ay walang sawang naghahanap sa kanyang mga talaan sa loob ng maraming taon, at kailangan nila ang petsa ng kanyang pagkamatay, at nananalangin sila na may isang makatatagpo sa kanyang lapida at ipadala ang impormasyong ito sa Aklatan [ng Kasaysayan ng Mag-anak]' ".

Gumugol si Cindie at ang kanyang mga magulang ng tatlong araw sa pagkalap ng impormasyon mula sa mga libingang pampook. Pagkaraan ay tinipon nila ito sa isang aklat at ipinadala ito sa Aklatan ng Kasaysayan ng Mag-anak sa Lungsod ng Salt Lake.

"Pagkaraan ng ilang linggo . . . umuwi si Cindie mula sa paaralan at nakita niya ang isang magarang sobre sa lalagyan ng sulat. Tuwang-tuwa, tinawagan niya [ang kanyang ama sa trabaho] at nagbasa, 'Ang Genealogical Society ay nagpapasalamat sa iyo para sa iyong may 41 pahinang munting aklat,

Cemetery Inscriptions of Lake County, California. Ikaw ay nakapagbigay ng mahalagang impormasyon na hindi kabilang sa aming koleksiyon—impormasyon na walang pag-aalinlangang magiging lubhang kapaki-pakinabang sa marami naming tagatangkilik sa darating na mga taon. Binabati ka namin, sa gulang na 11 taon, sa pagkakaroon ng sarili mong tarheta ng may-akda sa aming katalogo ng mga tarheta' "(Terry J. Moyer, "An Author Card for Cindie," *New Era*, Mayo 1981, 14–17).

- Bakit tuwang-tuwa si Cindie nang matagpuan ang lapida, kahit na ang babae ay hindi isa sa kanyang mga ninuno? (Bagama't si Cindie ay hindi nagsasaliksik para sa sariling mga ninuno, binigyang-sigla siya ng Espiritu na tumulong sa iba.)
- Ano ang matututuhan natin sa sigasig at pagsusumikap ni Cindie?

Bigyang-diin na marami tayong magagawa upang matulungan ang ating mga ninuno at ang iba pa sa pamamagitan ng kasaysayan ng mag-anak at gawain sa templo.

Talakayan sa banal na kasulatan

Ipabasa sa mga miyembro ng klase ang Malakias 4:5–6. Paalalahanan sila na tinalakay na nila ang mga talatang ito sa nakaraang aralin.

- Ano ang ibig sabihin ng ibaling ang ating mga puso sa ating mga ama? (Habang nagkakaroon tayo ng kaalaman tungkol sa ating mga ninuno at inilalaan ang ating mga sarili sa pagganap ng mga gawain sa templo para sa kanila at para sa iba na namatay nang walang ebanghelyo, ibinabaling natin ang ating mga puso sa kanila.)
- Paano makatutulong sa kanila at sa atin ang gawaing ito para sa mga patay upang maging ganap? (Sa pamamagitan ng pagpapabinyag para sa mga patay, natutulungan natin silang tuparin ang mga alituntunin at ordenansa ng ebanghelyo. Ang gawaing ito ay nagbibigay sa atin ng biyaya habang sumusunod tayo sa kautusan ng Panginoon na ibaling ang ating mga puso sa mga namatay na walang ebanghelyo.)

Siping-banggit`

Basahin o ipabasa sa isang miyembro ng klase ang sumusunod na pahayag ni Pangulong Joseph Fielding Smith:

"Sa pamamagitan nito [paggawa ng gawain sa templo para sa mga patay] maaari tayong makatulong sa pagliligtas ng mga namatay na at sa maliit nating kakayahan ay maging *tagapagligtas ng maraming tao*. Gaano kalaki ang magiging kasiyahan ng isang lalaki at babae na nagsagawa sa mga ordenansang ito para sa kanilang mga patay, kapag nakatayo na sila sa kinaroroonan ng mga patay, at mamalas ang kanilang kagalakan at marinig ang mga pagpapahayag ng pasasalamat" (*Doctrines of Salvation*, 2:143).

Patotoo

Magbigay ng patotoo, sa paggabay ng Espiritu, sa kahalagahan ng pagganap ng gawain sa templo para sa mga patay. Hikayatin ang mga miyembro ng klase na pumili ng isang gawain sa loob ng linggong ito, na gagawin nila mismo o kasama ang kanilang mga mag-anak, na makatutulong sa kanila na magkaroon ng higit na kaalaman sa kanilang mga ninuno.

Mga Gawaing Nakapagpapaunlad

Maaari ninyong naising gamitin ang isa o higit pa sa mga gawaing ito sa oras ng klase.

1. Bago magsimula ang klase, isulat sa isang kard, sa pinakamagandang sulat-kamay na maaari, ang teksto ng Juan 3:16 ("Sapagkat gayon na lamang ang pagsinta ng Dios sa sanglibutan, na ibinigay niya ang kaniyang bugtong na Anak, upang ang sinomang sa kaniya'y sumampalataya ay huwag mapahamak, kundi magkaroon ng buhay na walang hanggan") at Doktrina at mga Tipan 14:7 ("At, kung susundin mo ang aking mga kautusan at magtitiis hanggang wakas ikaw ay magkakaroon ng buhay na walang hanggan, kung aling kaloob ay pinakadakila sa lahat ng kaloob ng Diyos"). Ilagay ang kard sa isang kahon at balutin ito nang maganda.

   Paupuin o patayuin sa isang pabilog ang mga miyembro ng klase. Ipasa paikot ang nakabalot na kahon, at hilingin sa bawat miyembro ng klase na sabihin ang pinakamagandang regalo na maaari niyang matanggap bago ipasa ang kahon sa katabi niyang tao. Kapag nakabalik na ang kahon sa miyembro ng klase na naunang nagsalita, pabuksan ito sa kanya at ipabasa ang kard.

   Ipaliwanag na kapag tayo ay tumutulong na makagawa ng mga ordenansa sa templo para sa ating mga ninuno, maging sa pamamagitan ng paglahok sa mismong mga ordenansa sa templo o sa paghahanap at pagpapadala ng mga impormasyon upang magawa ng iba ang mga ordenansa, tumutulong tayo sa pagbibigay ng "pinakadakila sa lahat ng kaloob ng Diyos" para sa mga ninunong iyon.

2. Mag-anyaya ng isang kasapi ng purok o sangay na nakalahok na sa gawain sa templo para sa mga miyembro ng mag-anak na pumunta sa klase at ibahagi ang kanyang mga damdamin tungkol sa gawain sa templo para sa mga patay. O kaya ay anyayahan ang tagapayo sa kasaysayan ng mag-anak sa purok o sangay upang turuan pa ang mga miyembro ng klase tungkol sa kung paano ang paghahanda at pagpapadala ng mga pangalan para sa gawain sa templo.

Pagrerepaso sa Kurso

Kung mayroon pa kayong oras pagkatapos ng isang aralin o may panahon pa para sa isa pang aralin pagkatapos ng taon, maaari ninyong naising repasuhin ang mga doktrina at mga alituntunin na itinuro sa kursong ito. Ang isang paraan ng paggawa nito ay nakalarawan sa ibaba.

Gumawa ng laruang pisara na tulad ng nakalarawan at repasuhin ang mga tanong sa susunod na pahina. (Kung maglalaro kayo sa buong oras ng klase, kakailanganin ninyong kumatha ng karagdagang mga tanong at maglaro nang ilang ulit.)

Hatiin ang mga miyembro ng klase sa dalawa o tatlong pangkat. Papiliin ang isang pangkat ng kategoriya at ng bilang ng puntos na gusto nilang makamtan (kapag mas mataas ang puntos, mas mahirap ang tanong). Itanong ang katugmang tanong, at bigyan ng angkop na bilang ng mga punto ang pangkat kung tama ang kanilang sagot. (Ikaw ang magpapasiya kung gaano katumpak ang sagot na kinakailangan upang makakuha ng puntos. Halimbawa, maaari mong payagan ang isa o dalawang maliliit na pagkakamali sa banal na kasulatan na binabanggit.) Hayaang maghalinhinan ang mga pangkat sa paggawa nang gayon hanggang sa maitanong ang lahat ng mga katanungan o hanggang sa maubusan na kayo ng oras. Habang sinasagot ang bawat tanong, markahan ang angkop na kahon para hindi na ito piliing muli.

Plano ng Kaligtasan	Mga Alituntunin ng Ebanghelyo	Mga Ordenansa ng Ebanghelyo	Mga Propeta at mga Templo	Mga Turo ng Ebanghelyo
100	100	100	100	100
200	200	200	200	200
300	300	300	300	300
400	400	400	400	400
500	500	500	500	500

Mga Tanong sa Pagrerepaso ng Kurso

Plano ng Kaligtasan

100 Banggitin ang tatlong antas ng kaluwalhatian. (Telestiyal, terestriyal, selestiyal.)

200 Ano ang ating "ikalawang kalagayan"? (Mortalidad, o buhay sa mundo.)

300 Ano ang espirituwal na kamatayan? (Pagkawalay sa Ama sa Langit.)

400 Ano ang dalawang magkasalungat na kautusang ibinigay kina Adan at Eva sa Halamanan ng Eden? (Ang magpakarami at kalatan ang lupa; ang huwag kainin ang bunga ng punongkahoy ng kaalaman ng mabuti at masama.)

500 Bigkasin nang walang tinitingnang kopya ang Moises 1:39.

Mga Alituntunin ng Ebanghelyo

100 Ilang ulit nating patatawarin ang mga taong nagkasala sa atin? ("Hanggang sa makapitongpung pito" [Mateo 18:22]; o sa madaling salita, sa tuwing magkakasala.)

200 Ano ang pag-ibig sa kapwa-tao? (Ang dalisay na pag-ibig ni Cristo; tingnan sa Moroni 7:47.)

300 Magbanggit ng kahit dalawang hakbang man lamang ng pagsisisi. (Aminin ang kasalanan at magnais na magbago; ipagtapat; talikuran ang kasalanan; gumawa ng pagsasauli; sundin ang mga kautusan.)

400 Paano nagpakita ng pananampalataya si Naaman? (Naligo siya sa ilog ng Jordan nang sabihin sa kanya ng propetang si Eliseo na ito ang makapagpapagaling sa kanyang ketong.)

500 Ano ang "unang batas ng langit"? (Pagkamasunurin.)

Mga Ordenansa ng Ebanghelyo

100 Paano natin pinapanibago ang mga tipan na ating ginawa sa pagbibinyag? (Sa pamamagitan ng pagtanggap ng sakramento tuwing Linggo.)

200 Anong pagkasaserdote ang kailangang taglayin ng isang lalaki upang maigawad ang kaloob na Espiritu Santo? (Pagkasaserdoteng Melquisedec.)

300 Paano kadalasang tumatanggap ng personal na paghahayag ang mga miyembro ng Simbahan? (Sa pamamagitan ng inspirasyon, o mga udyok, mula sa Espiritu Santo.)

400 Bigkasin nang walang tinitingnan na kopya ang ikaapat na Saligan ng Pananampalataya.

500 Sino ang nag-iisang tao sa mundo na nagtataglay ng lahat ng mga susi upang maisagawa ang lahat ng mga ordenansa ng ebanghelyo? (Ang Pangulo ng Simbahan.)

Mga Turo ng Ebanghelyo

100 Gaano ang buong ikapu? (Sampung porsiyento ng ating kinita, o sahod.)

200 Para sa bawat miyembro ng inyong pangkat, magbanggit ng dalawang kaloob o mga talento na mayroon siya.

300 Ano ang "gabay na bakal" sa panaginip ni Lehi? (Ang salita ng Diyos.)

400 Saan nakasulat ang Salita ng Karunungan? (Doktrina at mga Tipan 89.)

500 Ano ang tatluhang-bahagi ng misyon ng Simbahan? (Ang ipangaral ang ebanghelyo, gawing ganap ang mga Banal, at tubusin ang patay.)

Mga Propeta at mga Templo

100 Sino ang kasalukuyang nabubuhay na propeta?

200 Gaano dapat ang edad ninyo upang makapunta sa templo at makasali sa mga pagbibinyag para sa patay? (12.)

300 Banggitin ang pangalan ng propeta na kung kaninong ina ay ipinangako siya sa Panginoon. (Samuel.)

400 Sinong propeta ang nagpanumbalik sa mga susi ng pagbubuklod ng Pagkasaserdoteng Melquisedec sa Propetang si Joseph Smith? (Elijah.)

500 Magbanggit ng dalawang ordenansa na maaari lamang isagawa sa loob ng templo. (Pagbibinyag para sa patay; walang hanggang kasal o pagbubuklod; ang endowment.)

ANG PLANO NG KALIGTASAN

(Moises 1:39)