

Lialona



**Siya Lamang ang
Maaaring Maging Atin
Tagapagligtas, p. 8**

Anong mga Katotohanan Tungkol
sa Katawan ang Matututuhan Natin
mula sa Pagkabuhay na Mag-uli? p. 14

Pagkakaroon ng Kalayaan sa mga
Pasaning Dulot ng Seksuwal na
Pang-aabuso, p. 22

Kilalanin ang Inyong Kaaway:
Paano Lalaban ang Apat sa mga
Estratehiya ni Satanas, p. 30



Naglagay ng karatula ang mga manggagawa sa lugar na pinagtatayuan ng Bern Switzerland Temple. Ang templo ay inilaan noong Setyembre 1955 ni Pangulong David O. McKay. Iyon ang unang templong itinayo sa labas ng North America at ang unang nagsagawa ng mga ordenansa sa ibang mga wika bukod sa Ingles.

Larawan sa kagandahang-loob ng Church History Library



MGA MENSAHE

- 4 **Mensahe ng Unang Panguluhan: Ang Matwid ay Mabubuhay sa Pamamagitan ng Pananampalataya**
Ni Pangulong Dieter F. Uchtdorf
- 7 **Mensahe sa Visiting Teaching: Sumpa at Tipan ng Priesthood**



SA PABALAT
Ang Tatlong Maria sa Tabi ng Libingan,
ni William-Adolphe Bouguereau

TAMPOK NA MGA ARTIKULO

- 8 **Ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas: Pundasyon ng Tunay na Kristiyanismo**
Ni Elder Robert D. Hales
Dahil Siya ay buhay, lahat tayo ay muling mabubuhay.
- 14 **Ang Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo at ang mga Katotohanan tungkol sa Katawan**
Ni David A. Edwards
Itinuturo sa atin ng Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo ang mahahalagang katotohanan tungkol sa likas na kawalang-hanggan at kasagraduhan ng katawan.
- 22 **Isang Tulay tungo sa Pag-asa at Paggaling**
Ni Nanon Talley
Paano ka makasusumpung o ang isang mahal sa buhay ng kapayapaan, pag-asa at paggaling matapos magawan ng isang bagay na kasingsama at kasingsakit ng seksuwal na pang-aabuso?

- 28 **Ang Lumang Album ng Pamilya: Ang Kapangyarihan ng mga Kuwento ng Pamilya**
Ni Amneris Puscasu
Patuloy akong pinalalakas ng mga kuwento at buhay ng aking mga ninuno.
- 30 **Patuloy ang Digmaan**
Ni Elder Larry R. Lawrence
Nagbahagi si Elder Laurence ng apat na estratehiya ni Satanas at kung paano labanan ang mga ito.

MGA BAHAGI

- 20 **Musika: Lapitan Mo Siya**
Nina Steven K. Jones at Michael F. Moody
- 38 **Mga Larawan ng Pananampalataya: Skaidrite Bokuma**
- 40 **Mga Tinig ng mga Banal sa mga Huling Araw**
- 80 **Hanggang sa Muli Nating Pagkikita: Ang Kapangyarihan ng Diyos**
Ni Elder Bruce R. McConkie

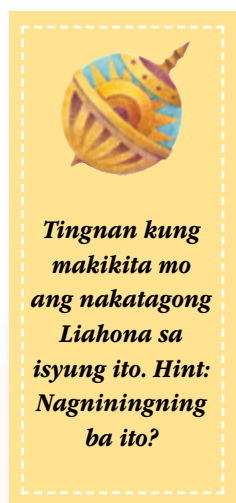


- 44 Pag-unawa sa Iyong Patriarchal Blessing**
Nina Allie Arnell at Margaret Willden
Ang mga patriarchal blessing ay parang sarili nating mga mapa ng daan. Narito ang ilang tip sa paggamit ng iyong mapa o patriarchal blessing.
- 48 Paghahanda para sa Isang Bagong Paglalakbay**
Ni Karina Martins Pereira Correia de Lima
Nag-alala at nangamba ako tungkol sa pagsisimula ng sarili kong pamilya. Paano ako makasusumpong ng kapayapaan?

- 50 Paano Ako Mag-aaral sa Aking Isipan at Aking Puso?**
Ano ang paraan ng Panginoon para makahanap ng mga sagot sa aking mga tanong at mas maunawaan ang mga banal na kasulatan?
- 52 Gawing Personal ang Pag-aaral Mo ng Ebanghelyo**
Alamin kung paano mo mapapakinabangan nang husto ang pag-aaral mo ng ebanghelyo.
- 56 Mga Sagot mula sa mga Pinuno ng Simbahan: Paano Makasumpong ng Tunay na Kapayapaan**
Ni Elder Quentin L. Cook
- 57 Nalimutang mga Aklat, Naalalang Patotoo**
Ni Abigail D. Ferrer
- 58 Nakita Nila Siya**
Basahin ang mga patotoong ito tungkol sa Nabuhay na Mag-uling Tagapagligtas at tingnan kung paano rin kayo magiging saksi sa Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli.
- 62 Ang Bahaging para sa Atin**
- 63 Poster: Sulong mga Sundalong Kristiyano**
- 64 Mga Tanong at mga Sagot**
Paano ko malalaman na dinirinig ng Diyos ang aking mga dalangin?



- 66 Si Andrei at ang Masamang Pananalita**
Ni Julie C. Donaldson
- 68 Mga Sagot mula sa Isang Apostol: Paano ko matutulan ang aking pamilya na maging matatag?**
Ni Elder David A. Bednar
- 69 Maghanda para sa Templo Araw-araw**
Ni Joy D. Jones
Alamin kung paano gumawa ng mahalagang mithiin si Sister Jones.
- 70 Nagningning si Star**
Ni Jane McBride
Kabado si Star sa pagdalo sa Primary sa unang pagkakataon. Makakakita kaya siya ng kaibigan?
- 72 Maging Liwanag!**
Ni Elizabeth Pinborough
Walong paraan para maging mabuting kaibigan.
- 73 Mga Figure sa Kasaysayan ng Simbahan: Pangangaral ng Ebanghelyo**
- 74 Iniisip si Jesus**
Ni Lindsay Tanner
Nalaman ni Mía ang tungkol sa sakramento.
- 76 Mga Kuwento tungkol kay Jesus: Ibinigay sa Atin ni Jesus ang Sakramento**
Ni Kim Webb Reid
- 79 Mga Easter Lily**



Internasyonal na magasin ng Ang Simbahan ni Jesucristo
ng mga Banal sa mga Huling Araw na inilimbag sa Tagalog

Ang Unang Panguluhan: Thomas S. Monson,
Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

Ang Korum ng Labindalawang Apostol:

Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard,
Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland, David A. Bednar,
Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen,
Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund

Patnugot: Joseph W. Sitati

Mga Assistant na Patnugot: Randall K. Bennett, Carol F. McConkie

Mga Tagapayo: Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R.
Curtis Jr., Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W.
Kopischke, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

Namamahalang Direktor: Peter F. Evans

Direktor ng mga Magasin ng Simbahan: Allan R. Loyborg

Business Manager: Garff Cannon

Namamahalang Patnugot: Adam C. Olson

Assistant na Namamahalang Patnugot: Ryan Carr

Publications Assistant: Cremilda Amaral

Writing at Editing Team: Bethany Bartholomew, Brittany
Beattie, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton,
Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Charlotte
Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson
Odekerk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney,
Mindy Anne Selu, Marissa Widdison

Namamahalang Direktor sa Sining: J. Scott Knudsen

Direktor sa Sining: Tadd R. Peterson

Disenyo: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott,
Thomas Child, David Green, Colleen Hinkley, Eric P. Johnsen,
Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith,
Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune

Tagapamahala sa Produksyon: Jane Ann Peters

Production Team: Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge,
Julie Burdett, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty,
Derek Richardson

Bagong Ilimbag: Joshua Dennis, Ammon Harris

Direktor sa Paglilimbag: Steven T. Lewis

Direktor sa Pamamahagi: Troy K. Vellinga

Pagsasalín: Maria Paz San Juan

Ipadala ang mga suskrisyon at mga katanungan sa Manila
Distribution Center, at ang mga balita para sa Dateline Philippines
sa Liahona sa Area News Editorial Committee, Ang Simbahan
ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, Temple Drive,
Greenmeadows Subdivision, Quezon City 1110, Metro Manila,
Pilipinas o sa PO Box 1505, Ortigas Center, Emerald Avenue,
Pasig 1600, Metro Manila, Pilipinas. Numero ng telepono
635-9183. Halaga ng suskrisyon sa Pilipinas, P86.40 bawat
taon; P4.00 bawat sipi, maliban sa mga natatanging labas.

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

Ang Liahona (salitang galing sa Aklat ni Mormon na ibig sabihin
ay “kompas” o “panuro ng direksyon”) ay inilalathala sa
wikang Albanian, Armenian, Bislama, Bulgarian, Cambodian,
Cebuano, Chinese, Chinese (pinyin), Croatian, Czech,
Danish, Dutch, Espanyol, Estonian, Fijian, Finnish, German,
Griego, Hapon, Hungarian, Icelandic, Indonesian, Ingles, Italyano,
Kiribati, Koreano, Latvian, Lithuanian, Malagasy, Marshallese,
Mongolian, Norwegian, Polish, Portuges, Pranses, Romanian,
Russian, Samoan, Slovenian, Swedish, Swahili, Tagalog, Tahitian,
Thai, Tongan, Ukrainian, Urdu, at Vietnamese. (Ang dalas ng
paglalathala ay nagkakaiba ayon sa wika.)

© 2017 ng Intellectual Reserve, Inc. Lahat ng karapatan ay
nakalaan. Inilimbag sa Estados Unidos ng Amerika.

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

For Readers in the United States and Canada:

April 2017 Vol. 20 No. 4. LIAHONA (USPS 311-480)
Tagalog (ISSN 1096-5165) is published monthly by The Church
of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt
Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year;
Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid
at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of
address. Include address label from a recent issue; old and new
address must be included. Send USA and Canadian subscriptions
to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription
help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard,
American Express) may be taken by phone or at store.lds.org.
(Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes
to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368,
Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Mga Ideya para sa Family Home Evening

Ang isyung ito ay naglalaman ng mga artikulo at aktibidad na magagamit sa family home evening. Narito ang dalawang halimbawa.



“Nakita Nila Siya,” pahina 58: Matapos basahin ang artikulo bilang pamilya, maaari ninyong talakayin ang mga paraan na maaari kayong maging mga saksi ni Cristo kahit hindi ninyo Siya nakikita sa pisikal. Maaari kayong mag-isip ng mga ideya para mas mapalapit sa Tagapagligtas gaya ng paghahanap ng mga pagkakataong mapaglingkuran ang mga refugee sa inyong komunidad, pag-aaral tungkol sa buhay ng Tagapagligtas habang nag-aaral ng banal na kasulatan, pag-aalaga sa anak ng isang mag-asawa para sila makadalo sa templo. Maaari mo ring panoorin ang video na matatagpuan sa mormon.org/easter.

“Maghanda para sa Templo Araw-araw,” pahina 69: Maaari kang maghanda ng isang “family history and temple night” para sa family home evening. Maaari ninyong matutuhan kung paano mag-index ng mga pangalan at maghanap ng mga talaan ng pamilya o talakayin ang kahalagahan ng mga ordenansa sa templo at tingnan ang mga larawan ng mga templo sa buong mundo. Kung nakatira kayo malapit sa templo, maaari ninyong bisitahin ang bakuran ng templo at talakayin kung paano tayo mas inilalapit ng mga templo sa Ama sa Langit at ipinadarama sa atin ang Kanyang pagmamahal.

MARAMI PANG IBA ONLINE

Ang Liahona at iba pang mga materyal ng Simbahan ay makukuha sa maraming wika sa languages.lds.org. Bisitahin ang [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (makukuha sa English, Portuguese at Spanish) para makahanap ng mga mensaheng nagbibigay-inspirasyon, mga ideya para sa family home evening, at materyal na maibabahagi ninyo sa inyong mga kaibigan at pamilya.

MGA PAKSA SA ISYUNG ITO

Ang mga numero ay kumakatawan sa unang pahina ng artikulo.

Buhay na walang hanggan, 8, 14

Digmaan sa Langit, 30

Espiritu Santo, 50

Espirituwal na lakas, 4, 30, 63, 80

Family history, 28

Halimbawa, 72

Jesucristo, 8, 14, 30, 56, 58, 74, 76, 79

Kaalaman, 50, 52

Kapayapaan, 48, 56, 62, 66

Kasaysayan ng Simbahan, 73

Katawan, 14

Pag-aaral ng banal na kasulatan, 43, 52, 57

Pag-asa, 22, 48

Pagbabayad-sala, 8, 22, 74, 76

Paggaling, pagpapagaling, 22

Pagkabuhay na Mag-uli, 8, 14, 58, 76, 79

Pagkakaibigan, 70, 72

Paglilingkod, 4, 42, 68

Pagsamba sa templo, 69

Pamilya, Mag-anak, 28, 42, 48, 68

Panalangin, 41, 62, 64

Pananampalataya, 4, 38, 41, 48, 80

Pasko ng Pagkabuhay, Easter, 14, 58, 76, 79

Patotoo, 38, 50, 57, 58

Patriarchal blessing, mga, 44

Priesthood, 7, 80

Sakramento, 74, 76

Seksuwal na pang-aabuso, 22

Tapang, Lakas-ng-loob, 40, 57, 63

Tipan, mga, 7

Tukso, 30, 63

Wika, 40, 66



**Ni Pangulong
Dieter F. Uchtdorf**

Pangalawang Tagapayo
sa Unang Panguluhan

ANG MATWID AY MABUBUHAY SA PAMAMAGITAN NG PANANAMPALATAYA

Ang Rabbi at ang Tagagawa ng Sabon

May isang lumang kuwento ng mga Judio tungkol sa isang tagagawa ng sabon na hindi naniniwala sa Diyos. Isang araw habang naglalakad sila ng isang rabbi, sabi niya, “Mayroon akong hindi maintindihan. Libu-libong taon na tayong may relihiyon. Ngunit saan ka man tumingin ay may kasamaan, katiwalian, pandaraya, kawalan ng katarungan, sakit, gutom, at karahasan. Mukhang ni hindi naman nakabuti ang relihiyon sa mundo. Kaya’t tatanungin kita, ano ang pakinabang nito?”

Hindi sumagot ang rabbi ngunit patuloy na lumakad na kasabay ng tagagawa ng sabon. Kalaunan napalapit sila sa isang playground kung saan may mga batang puno ng alikabok na naglalaro sa lupa.

“Mayroon akong hindi maintindihan,” sabi ng rabbi. “Tingnan mo ang mga batang iyon. Libu-libong taon na tayong may sabon, pero marurungis ang mga batang iyon. Ano ang pakinabang ng sabon?”

Sumagot ang tagagawa ng sabon, “Pero rabbi, hindi makatwirang isisi sa sabon ang marurungis na batang ito. Kailangang gamitin ang sabon bago maisakatuparan ang layunin nito.”

Ngumiti ang rabbi at nagsabing, “Tumpak.”

Paano Tayo Dapat Mabuhay?

Ibinuod ni Apostol Pablo, sa pagbanggit sa sinabi ng isang propeta sa Lumang Tipan, ang kahulugan ng isang taong naniniwala nang isulat niya, “Ang [matwid] ay mabubuhay sa pamamagitan ng pananampalataya” (Mga Taga Roma 1:17).

Marahil sa simpleng pahayag na ito naiintindihan natin ang kaibhan ng relihiyong marupok at walang saysay sa isang may kapangyarihang baguhin ang mga buhay.

Ngunit para maintindihan ang kahulugan ng mabuhay sa pamamagitan ng pananampalataya, kailangan nating maintindihan kung ano ang pananampalataya.

Ang pananampalataya ay higit pa sa paniniwala. Ito ay lubos na tiwala sa Diyos na nilakipang pagkilos.

Higit pa ito sa paghahangad.

Higit pa ito sa pag-upo nang tuwid, pagtango, at pagsasabing sang-ayon tayo. Kapag sinabi nating “ang [matwid] ay *mabubuhay sa pamamagitan ng pananampalataya*,” ang ibig nating sabihin ay ginagabayan at pinapatnubayan tayo ng ating pananampalataya. Tayo ay *kumikilos* sa isang pamamaraan na alinsunod sa ating pananampalataya—hindi dahil sa pagsunod nang hindi nag-iisip kundi dahil sa tiwala at taos na pagmamahal sa ating Diyos at sa walang-katumbas na karunungan naihayag Niya sa Kan-
yang mga anak.

Ang pananampalataya ay kailangang lakipan ng pagkilos; kung hindi ay wala itong buhay (tingnan sa Santiago 2:17). Ni hindi ito pananampalataya. Wala itong kapangyarihang baguhin ang isang indibiduwal, ni ang daigdig.

Ang kalalakihan at kababaihang may pananampalataya ay nagtitiwala sa kanilang maawaing Ama sa Langit—maging sa mga oras ng kawalang-katiyakan, mga oras ng pag-aalinlangan at paghihirap na hindi sila lubos na makakita o malinaw na makaunawa.

Ang kalalakihan at kababaihang may pananampalataya ay taimtim na tumatahak sa landas ng pagkadisipulo at nagsisikap na tularan ang halimbawa ng kanilang pinakamamahal na Tagapagligtas na si Jesucristo. Pananampalataya ang humihikayat at totoong nagbibigay-inspirasyon para ibaling ang ating puso sa langit at aktibong tulungan, pasiglahin, at pagpalain ang ating kapwa.

Ang relihiyong walang pagkilos ay parang sabon na nananatiling nasa kahon. Maaaring may kamangha-mangha itong potensyal, ngunit ang totoo ay kakatiting ang kapangyarihan nitong makagawa ng kaibhan hangga’t hindi natutupad ang mismong layunin nito. Ang ipinanumbalik na ebanghelyo ni Jesucristo ay ebanghelyo ng pagkilos. Ang Simbahan ni Jesucristo ay nagtuturo ng tunay na relihiyon bilang mensahe ng pag-asa, pananampalataya, at pag-ibig sa kapwa, kabilang na ang pagtulong sa ating kapwa sa espirituwal at temporal na mga paraan.

Ilang buwan pa lang ang nakararaan, ipinasyal namin ng asawa kong si Harriet ang ilan sa aming mga anak sa



Binisita ni Pangulong Uchtdorf at ng kanyang anak na babae ang mga refugee sa isang kampo malapit sa Athens, Greece.

Mediterranea area. Binisita namin ang ilang refugee camp at kinausap ang mga pamilya mula sa mga bansang winasak ng digmaan. Ang mga taong ito ay hindi natin mga kamiyembro, ngunit sila ay ating mga kapatid at kailangang-kailangan nila ng tulong. Lubhang naantig ang aming puso nang maranasan namin mismo kung paano naghahatid ng tulong, kapanatagan, at pag-asa ang aktibong pananampalataya ng mga miyembro ng ating Simbahan sa ating kapwa na nangangailangan, anuman ang kanilang relihiyon, nasyonalidad, o pinag-aralan.

Ang pananampalatayang sinamahan ng patuloy na pagkilos ay pinupuspos ang puso ng kabaitan, ang isipan ng karunungan at pang-unawa, at ang kaluluwa ng kapayapaan at pagmamahal.

Ang ating pananampalataya ay maaaring pagpalain at impluwensyahan sa kabutihan kapwa ang mga nasa paligid natin at tayo mismo.

Maaaring punuin ng ating pananampalataya ang mundo ng kabutihan at kapayapaan.

Ang ating pananampalataya ay maaaring gawing pagmamahal ang poot at mga kaibigan ang mga kaaway.

Ang matwid, kung gayon, ay

nabubuhay sa pagkilos nang may pananampalataya; nabubuhay sila sa pagtitiwala sa Diyos at pagtahak sa Kanyang landas.

At iyan ang klase ng pananampalataya na maaaring magpabago sa mga indibiduwal, pamilya, bansa, at mundo. ■

PAGTUTURO MULA SA MENSAHENG ITO

Ipinaliwanag ni Pangulong Uchtdorf na ang pananampalataya ay higit pa sa pagpapahayag lang ng paniniwala. Ang tunay na pananampalataya sa Ama sa Langit at kay Jesucristo ay nangangailangan ng pagkilos, at ang pamumuhay ayon sa pananampalataya ay may kapangyarihang baguhin ang mga buhay at tahanan. Maaari kayong magpabahagi sa inyong mga tinuturuan ng mga sandali na nakita nila ang mga pagpapala at kapangyarihan ng pamumuhay sa pamamagitan ng pananampalataya—mula sa mga personal na halimbawa o obserbasyon sa iba. Hikayatin silang manalangin para sa patnubay na malaman kung paano mas maipamumuhay ang ebanghelyo.

MGA KABATAAN

Paglilingkod sa Iba nang May Pananampalataya

Sinabi sa atin ni Pangulong Uchtdorf na ang ating pananampalataya sa Diyos ay *kailangang* “samahan ng gawa.” Kapag ang ating pananampalataya ay “palaging may kasamang gawa,” paliwanag niya, “pinupuspos nito . . . ang kaluluwa ng kapayapaan at pagmamahal.” Sa pangako ng pagpapalang ito, *maaari* tayong makagawa ng kaibhan, at makikita natin ito sa ating buhay kung maglilingkod tayo nang may pananampalataya. Maaari kang manalangin tuwing umaga para humingi ng tulong sa Panginoon sa paglilingkod sa iba. Halimbawa, hilingin sa Kanya na ipakita sa iyo kapag nangailangan ng tulong ang isang kapatid sa gawaing-bahay o nangailangan ng papuri ang isang kaibigan. Pagkatapos, kapag nakatanggap ka ng pahiwatig, sundin ito! Kung makakagawian mo ang pagdarasal at paglilingkod na ito, ang iyong matapat at patuloy na paggawa ay magpapala sa buhay mo at ng ibang tao. Nangako si Pangulong Uchtdorf na “makakaya [mong] baguhin ang mga indibiduwal, pamilya, bansa, at ang mundo.”



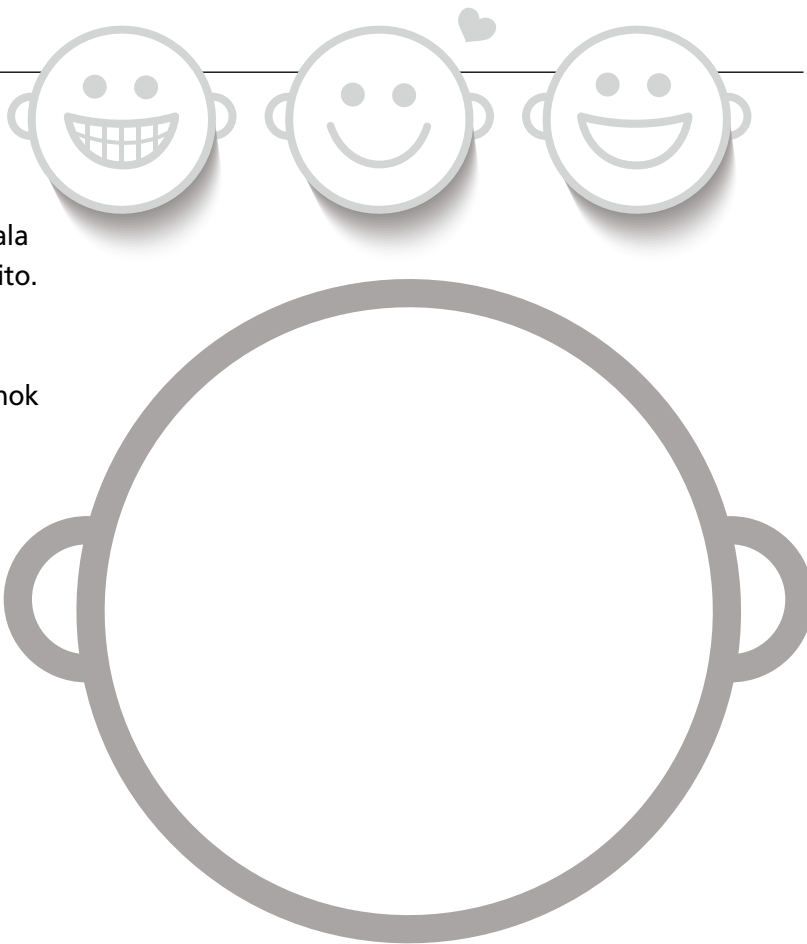
MGA BATA

Tiwala

Subukan ang aktibidad na ito kasama ang isang kaibigan. Kailangan ninyong magtiwala at sunding mabuti ang mga tagubilin ng mga ito.

Hawak ang bolpen o lapis, pumikit. Hayaang sabihin sa iyo ng kaibigan mo kung saan idodrowing ang mga mata, ilong, bibig, at buhok sa mukha. Pagkatapos ay tingnan mo ito. Ano ang kinalabasan nito? Puwede mong kulayan ang mukha at magdrowing ng isa pa para muling makapaglaro!

Kung minsan mahirap sundin ang mga tagubilin. Pero kapag sinikap nating sundin ang Ama sa Langit sa pamamagitan ng pakikinig sa Espiritu Santo, tutulungan Niya tayo. Mapagkakatiwalaan natin Siya palagi.



Sumpa at Tipan ng Priesthood

Mapanalanging pag-aralan ang materyal na ito at maghangad ng inspirasyong malaman kung ano ang ibabahagi. Paano ihahanda ng pag-unawa sa layunin ng Relief Society ang mga anak na babae ng Diyos para sa mga pagpapala ng buhay na walang hanggan?

Kapag mas naunawaan nating kababaihan na ang sumpa at tipan ng priesthood ay personal na angkop sa atin, mas matanggap natin ang mga pagpapala at pangako ng priesthood.

Sinabi ni Elder M. Russell Ballard ng Korum ng Labindalawang Apostol, “Lahat ng gumawa ng sagradong mga tipan sa Panginoon at tumutupad sa mga tipang iyon ay may karapatang makatanggap ng personal na paghahayag, mapaglingkurang ng mga anghel, makipag-ugnayan sa Diyos, matanggap ang kabuuan ng ebanghelyo, at, sa huli, maging mga tagapagmana na kasama ni Jesucristo sa lahat ng mayroon ang Ama.”¹

Ang mga pagpapala at pangako ng mga sumpa at tipan ng priesthood ay nauukol kapwa sa kalalakihan at kababaihan. Sabi ni Sister Sheri L. Dew, dating tagapayo sa Relief Society General Presidency, “Ang kaganapan ng priesthood na nakapaloob sa

pinakamataas na mga ordenansa ng bahay ng Panginoon ay matanggap lamang ng isang lalaki at babae nang magkasama.”²

Ipinalabas ni Sister Linda K. Burton, Relief Society General President, ang panawagang ito, “Inaanyayahan ko kayo na isaulo ang sumpa at tipan ng priesthood, na matatagpuan sa Doktrina at mga Tipan 84:33–44. Sa paggawa nito, ipinapangako ko sa inyo na palalawakin ng Espiritu Santo ang inyong pang-unawa tungkol sa priesthood at bibigyan ng inspirasyon at palalakasin kayo sa napakagandang paraan.”³

Ang mga tagubilin ni Joseph Smith sa Relief Society ay nilayon na ihanda ang kababaihan na “mapapasa[kanila] ang mga pribilehiyo, pagpapala, at kaloob ng priesthood.” Maisasakutiparan ito sa pamamagitan ng ordenansa ng templo.

“Ang mga ordenansa sa templo [ay] mga ordenansa ng priesthood, ngunit hindi ito nagkakaloob ng katungkulan sa Simbahan sa kalalakihan o kababaihan. [Tinutupad ng mga ordenansang ito] ang pangako ng Panginoon na ang kanyang mga tao—ang kalalakihan at kababaihan—ay ‘[pagka]kaloo-ban ng kapangyarihan mula sa kaitaasan’ [D at T 38:32].”⁴

Mga Karagdagang Banal na Kasulatan at Impormasyon

Doktrina at mga Tipan 84:19–40; 121:45–46; reliefsociety.lds.org

MGA TALA

1. M. Russell Ballard, “Kalalakihan at Kababaihan at Kapangyarihan ng Priesthood,” *Liahona*, Set. 2014, 36.
2. Sheri L. Dew, sa *Mga Anak na Babae sa Aking Kaharian: Ang Kasaysayan at Gawain ng Relief Society* (2011), 150.
3. Linda K. Burton, “Kapangyarihan ng Priesthood—Para sa Lahat,” *Liahona*, Hunyo 2014, 21.
4. Gospel Topics, “Joseph Smith’s Teachings about Priesthood, Temple, and Women,” topics.lds.org.



Pananampalataya
Pamilya
Kapanatagan



Isipin Ito

Ano ang magagawang ninyo para mas lubos na maunawaan at matanggap ang mga ipinangakong pagpapala ng sumpa at tipan ng priesthood?



GETHSEMANE, N.J. KIRK RICHARDS



Ni Elder
Robert D. Hales

Ng Korum ng
Labindalawang
Apostol

Ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas:

PUNDASYON NG TUNAY NA KRISTIYANISMO

*Tayong lahat ay mabubuhay na mag-uli at magiging imortal
dahil sa nagbabayad-salang sakripisyo ni Jesucristo.*

May nagtanong kay Propetang Joseph Smith (1805–44), “Ano ba ang mga pangunahing alituntunin ng inyong relihiyon?” Sabi niya, “Ang mga pangunahing alituntunin ng ating relihiyon ay ang patotoo ng mga Apostol at Propeta, tungkol kay Jesucristo, na Siya’y namatay, inilibing, at muling nagbangon sa ikatlong araw, at umakyat sa langit: at ang lahat ng iba pang mga bagay na may kaugnayan sa ating relihiyon ay mga kalakip lamang nito.”¹

Nais kong magpatotoo tungkol sa pahayag ni Propetang Joseph. Ang sentro ng lahat ng ating paniniwala ay ang ating Tagapagligtas at ang Kanyang nagbabayad-salang sakripisyo—“ang pagpapakababa ng Diyos” (1 Nephi 11:16) kung saan isinugo ng Ama ang Kanyang Anak sa lupa upang isakatuparan ang Pagbabayad-sala. Ang pinakamahalagang layunin ng buhay ni Jesucristo ay ang tapusin ang nagbabayad-salang sakripisyo. Ang Pagbabayad-sala ang pundasyon ng tunay na Kristiyanismo.

Bakit ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas ang pinakamahalagang alituntunin ng ebanghelyo sa Simbahan at sa ating buhay?

Mga Saligan ng Pananampalataya 1:3

Sabi sa ikatlong saligan ng pananampalataya, “Naniniwala kami na sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala ni Cristo, ang buong sangkatauhan ay maaaring maligtas, sa pamamagitan ng pagsunod sa mga batas at ordenansa ng Ebanghelyo.”

Ang “maligtas” sa kontekstong ito ay tumutukoy sa pagkakamit ng pinakamataas na antas ng kaluwalhatian sa kahariang selestiyal. Ang Pagkabuhay na Mag-uli ay ipinagkakaloob sa lahat ng pumaparito sa mundo, ngunit para matanggap ang buhay na walang hanggan, ang buong pagpapala ng walang-hanggang pag-unlad, bawat tao ay kailangang sumunod sa batas, tumanggap ng mga ordenansa, at gumawa ng mga tipan ng ebanghelyo.

Bakit si Jesucristo, at Siya lamang, ang maaaring magbayad-sala para mga kasalanan ng sanlibutan? Natugunan Niya ang lahat ng kwalipikasyon.

Minahal Siya at Pinagkatiwalaan ng Diyos

Si Jesus ay inanak ng mga Magulang sa Langit sa pre-mortal na daigdig. Siya ang Panganay na Anak ng ating Ama sa Langit. Pinili Siya sa simula pa lamang. Sinunod Niya ang kalooban ng Kanyang Ama. Madalas banggitin sa mga banal na kasulatan ang kagalakan ng Ama sa Langit sa Kanyang Anak.

Sa Mateo mababasa natin, “At narito, ang isang tinig na mula sa mga langit, na nagsasabi, Ito ang sinisinta kong Anak, na siya kong lubos na kinalulugdan” (Mateo 3:16–17).

Nakatala sa Lucas, “At may tinig na nanggaling sa ala-paap, na nagsasabi, Ito ang aking Anak, ang aking hirang: siya ang inyong pakinggan” (Lucas 9:35).

At sa templo sa lupaing Bountiful kasunod ng Pagkabuhay na Mag-uli ng Tagapagligtas, narinig ng mga tao ang tinig ng Ama: “Masdan, ang Minamahal kong Anak, na siya kong lubos na kinalulugdan” (3 Nephi 11:7).

Ito lalo na ang umaantig sa puso ko nang mabasa ko na samantalang nagdurusa si Jesus sa Halamanan ng Getsemani, ang Ama, dahil sa Kanyang malaking pagmamahal at habag sa Kanyang Bugtong na Anak, ay nagsugo ng anghel upang aliwin at palakasini Siya (tingnan sa Lucas 22:43).

Ginamit ni Jesus ang Kanyang Kalayaang Sumunod

Kinailangang kusang-loob na ibuwis ni Jesus ang Kanyang buhay para sa atin.

Sa malaking Kapulungan sa Langit, sinabi ni Lucifer, ang “anak ng umaga” (Isaias 14:12; D at T 76:26–27):

“Masdan, naririto ako, isugo ninyo ako, ako ang magiging inyong anak, at aking tutubusin ang buong sangkatauhan, upang wala ni isa mang katao ang mawala, at tiyak na akin itong magagawa; kaya nga, ibigay ninyo sa akin ang inyong karangalan.

“Subalit, masdan, ang aking Minamahal na Anak, na aking Minamahal at Pinili mula pa sa simula, ay nagsabi sa akin—Ama, masusunod ang inyong kalooban, at ang kaluwalhatian ay mapasainyo magpasawalang hanggan” (Moises 4:1–2; tingnan din sa Abraham 3:27).

Dahil sa malaking pagmamahal ng Anak sa Kanyang Ama at sa bawat isa sa atin, sinabi Niya, “Isugo ako.” Nang sabihin Niyang “isugo ako”, ginamit Niya ang Kanyang kalayaan.

“Gaya ng pagkakilala sa akin ng Ama, at ng sa Ama ay pagkakilala ko; at ibinibigay ko ang aking buhay dahil sa mga tupa. . . .

“Dahil dito’y sinisinta ako ng Ama, sapagka’t ibinibigay ko ang aking buhay, upang kunin kong muli.

“Sinoma’y hindi nagaalis sa akin nito, kundi kusa kong ibinibigay. May kapangyarihan akong magbigay nito, at may kapangyarihan akong kumuhanang muli. Tinanggap ko ang utos na ito sa aking Ama” (Juan 10:15, 17–18).

Kung ninais ng Tagapagligtas, maaari Siyang kunin ng pulu-pulutong ng mga anghel mula sa krus pauwi sa Kanyang Ama. Pero ginamit Niya ang Kanyang kalayaang isakripisyo ang Kanyang sarili para sa atin, upang tapusin ang Kanyang misyon sa mortalidad, at magtiis hanggang wakas, na tumapos sa nagbabayad-salang sakripisyo.

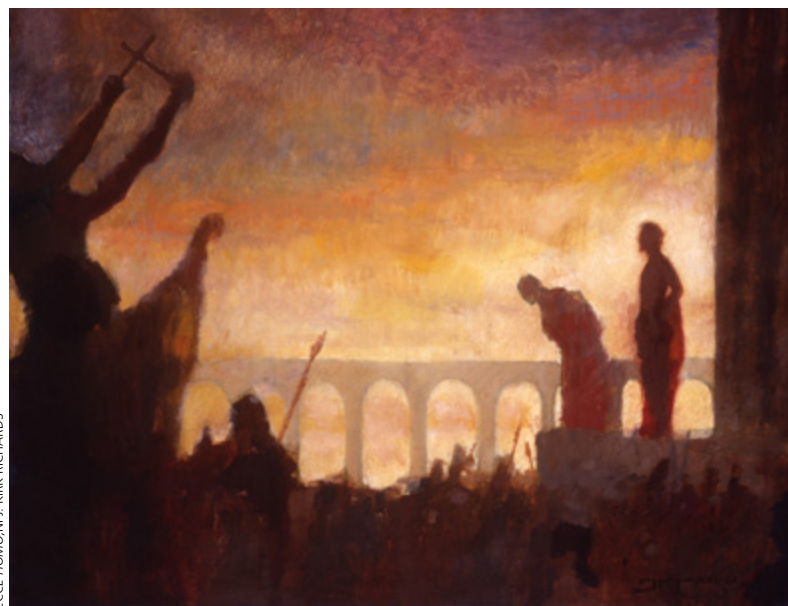
Ninai ni Jesus na pumarito sa lupa, at naging karapat-dapat Siya. At nang pumarito Siya, sinabi Niya, “Sapagka’t bumaba akong mula sa langit, hindi upang gawin ko ang aking sariling kalooban, kundi ang kalooban ng nagsugo sa akin” (Juan 6:38).

Inorden si Jesus Noong Una pa Man

Itinuro ni Pedro na si Jesus ay “nakilala nga nang una bago itinatag ang sanglibutan” (tingnan sa I Ni Pedro 1:19–21).

Ipinropesiya ng mga propeta sa lahat ng dispensasyon ang pagparito ni Jesucristo at ang Kanyang magiging misyon. Dahil sa malaking pananampalataya, ipinakita kay Enoc ang isang kagila-gilalas na pangitain tungkol sa pagsilang, kamatayan, Pag-akyat sa Langit, at Ikalawang Pagparito ng Tagapagligtas:

“At masdan, nakita ni Enoc ang araw ng pagparito ng Anak ng Tao, maging sa laman; at ang kanyang kaluluwa ay nagsaya, nagsasabing: Ang Mabuti ay dinakila, at ang Kordero ay pinatay mula sa pagkakatatag ng daigdig. . . .



ECCE HOMO! J. KIRK RICHARDS

“At sinabi ng Panginoon kay Enoc: Tingnan, at siya ay tumingin at namasdan ang Anak ng Tao na itinaas sa krus, alinsunod sa pamamaraan ng mga tao;

At siya ay nakarinig ng isang malakas na tinig; at ang kalangitan ay natalukbungan; at ang lahat ng nilikha ng Diyos ay nagdalamhati; at ang mundo ay dumaing; at ang mga bato ay nabiyak; at ang mga banal ay nagsibangon, at mga pinutungan sa kanang kamay ng Anak ng Tao, ng mga putong ng kaluwalhatian. . . .

“At namasdan ni Enoc ang Anak ng Tao na umaakyat sa Ama. . . .

“At ito ay nangyari na nakita ni Enoc ang araw ng pag-parito ng Anak ng Tao, sa mga huling araw, upang manahanan sa mundo sa kabutihan sa loob ng isanlibong taon” (Moises 7:47, 55–56, 59, 65).

Mga 75 taon bago isinilang si Cristo, nagpatotoo si Amulek: “Masdan, sinasabi ko sa inyo, na alam ko na si Cristo ay paparito sa mga anak ng tao, upang akuin niya ang mga pagkakasala ng kanyang mga tao, at siya ay magbabayad-sala para sa mga kasalanan ng sanlibutan; sapagkat ang Panginoong Diyos ang nagsabi nito” (Alma 34:8).

Si Jesus ay May Kakaibang mga Katangian

Si Jesucristo lamang ang makagagawa ng nagbabayad-salang sakripisyo—ipinanganak Siya ng isang mortal na ina, si Maria, at nakatanggap ng kapangyarihan ng buhay mula sa Kanyang Ama (tingnan sa Juan 5:26). Dahil sa kapangyarihan ng buhay na ito, nadaig Niya ang kamatayan, nawalan ng saysay ang kapangyarihan ng libingan, at Siya ang naging Tagapagligtas at Tagapamagitan natin at ang Panginoon ng Pagkabuhay na Mag-uli—ang paraan kung saan ang kaligtasan at imortalidad ay ibinigay sa ating lahat. Tayong lahat ay mabubuhay na mag-uli at magiging imortal dahil sa nagbabayad-salang sakripisyo ni Jesucristo.

Si Jesus ay Kusang-loob na Nagbayad-sala para sa Kauna-unahang Kasalanan

Nakasaad sa ikalawang saligan ng pananampalataya na, “Naniniwala kami na ang mga tao ay parurusahan dahil sa kanilang sariling mga kasalanan, at hindi dahil sa paglabag ni Adan.”

Sa paggamit ng ating kalayaan, pinipili nating sumampalataya. Sa pagsusumigasig, maaari tayong magsisi; kung wala ang Pagbabayad-sala, hindi natin ito magagawa.

Itinuro sa atin sa Moises na, “Dahil dito lumaganap ang kasabihan sa lahat ng dako, sa mga tao, na ang Anak ng Diyos ang nagbayad-sala sa kauna-unahang pagkakasala, kung saan ang mga kasalanan ng mga magulang



ay hindi maaaring ipasagot sa mga ulo ng mga anak” (Moises 6:54).

Sa 2 Nephi binigyan tayo ng isang dakilang turo:

“Sapagkat kung paanong ang kamatayan ay napasalahat ng tao, upang matupad ang maawaing plano ng dakilang Lumikha, talagang kinakailangang magkaroon ng kapangyarihan ng pagkabuhay na mag-uli, at ang pagkabuhay na mag-uli ay tiyak na mapapasa-tao dahil sa pagkahulog; at ang pagkahulog ay dumating dahil sa kasalanan; at dahil ang tao ay nahulog, sila ay nahiwalay mula sa harapan ng Panginoon.

“Anupa’t talagang kailangang ito ay maging walang hanggang pagbabayad-sala—maliban kung ito ay maging walang hanggang pagbabayad-sala ang may kabulukang ito ay hindi makapagbibihis ng walang kabulukan. Kaya nga, ang unang kahatulang sumapit sa tao ay tiyak na mananatili nang walang hanggang panahon. At kung magkagayon, ang katawang ito ay tiyak na malilibing upang mabulok at maignas sa inang lupa, upang hindi na bumanong pang muli” (2 Nephi 9:6–7).

Si Jesus ang Tanging Perpektong Nilalang

Sa Doktrina at mga Tipan, sinabi ng Tagapagligtas, “Ama, masdan ang mga pagdurusa at ang kamatayan niya na walang ginawang kasalanan, na inyong lubos na kinalulugdan; masdan ang dugo ng inyong Anak na nabuhos, ang dugo niya na inyong ibinigay upang ang inyong sarili ay luwalhatiin” (D at T 45:4).

Si Jesus ang tanging nilalang na perpekto, walang kasalanan. Ang sakripisyo sa Lumang Tipan ay nangahulugan ng pagsasakripisyo ng dugo—na sumasagisag sa sakripisyo ng ating Panginoon at Manunubos sa pagkabayubay sa

krus upang isakatuparan ang nagbabayad-salang sakripisyo. Nang gawin ang mga pagsasakripisyo ng dugo sa sinaunang mga templo, nag-alay ang mga saserdote ng tupang walang bahid-dungis, perpekto sa lahat ng paraan. Ang Tagapagligtas kadalasan ay tinutukoy sa mga banal na kasulatan na “ang Kordero ng Diyos” dahil sa Kanyang kadalisan (tingnan, halimbawa, sa Juan 1:29, 36; 1 Nephi 12:6; 14:10; D at T 88:106).

Itinuro ni Pedro na tayo ay tinubos “ng mahalagang dugo [ni Cristo], gaya ng sa korderong walang kapintasan at walang dungis” (I Ni Pedro 1:19).

Inalis ni Jesus ang mga Kasalanan ng Sanlibutan

Nililina ng sumusunod na mga talata na sa pamamagitan ng Kanyang Pagbabayad-sala, binayaran ng Tagapagligtas ang halaga ng ating mga kasalanan:

“Tayong lahat, tulad ng tupa, ay nangaligaw; ang bawat isa sa atin ay nagkani-kanyang landas; at pinasan ng Panginoon ang mga kasamaan nating lahat” (Mosias 14:6).

“Datapuwa’t ipinagtatagubilin ng Dios ang kanyang pagibig sa atin, na nang tayo’y mga makasalanan pa, si Cristo ay namatay dahil sa atin. . . .

“Sapagka’t kung, noong tayo’y mga kaaway ay pinakipagkasundo tayo sa Dios sa pamamagitan ng kamatayan ng kaniyang Anak, lubha pa, ngayong nangagkakasundo na, ay mangaliligtas tayo sa kaniyang buhay.

“At hindi lamang gayon, kundi tayo’y nangagagalak naman sa Dios sa pamamagitan ng ating Panginoong Jesucristo, na sa pamamagitan niya’y tinamo natin ngayon ang pagkakasundo. . . .

“Sapagka’t kung paanong sa pamamagitan ng pagsuway ng isang tao ang marami ay naging mga makasalanan, gayon din sa pamamagitan ng pagtalima ng isa ang marami ay magiging mga matuwid” (Mga Taga Roma 5:8, 10–11, 19).

“Upang matupad ang sinabi sa pamamagitan ng propeta Isaias, na nagsasabi, Siya rin ang kumuha ng ating mga sakit, at nagdala ng ating mga karamdaman” (Mateo 8:17).

“Ngunit ang Diyos ay hindi tumitigil sa pagiging Diyos, at aangkin ng awa ang nagsisisi, at ang awa ay darating dahil sa pagbabayad-sala; at ang pagbabayad-sala ang nagdala upang mapangyari ang pagkabuhay na mag-uli ng mga patay, at ang pagkabuhay na mag-uli ng mga patay ang magbabalik sa tao sa harapan ng Diyos; at sa gayon sila ay manunumbalik sa kanyang harapan upang hatulan alinsunod sa kanilang mga gawa, alinsunod sa batas at katarungan. . . .

“At sa gayon isinasagawa ng Diyos ang kanyang dakila at mga walang hanggang layunin, na inihanda mula pa sa pagkakatatag ng daigdig. At sa gayon dumating ang

kaligtasan at katubusan ng mga tao, at gayundin ang kanilang pagkalipol at kalungkutan” (Alma 42:23, 26).

Si Jesus ay Nagtiis Hanggang Wakas

Tiniis ni Cristo ang mga pagsubok, paghihirap, sakripisyo, at mga pagdurusa sa Getsemani, gayundin ang dalamhati ng Golgota sa pagkabayubay sa krus. Pagkatapos, sa huli, masasabi Niyang, “Naganap na” (Juan 19:30). Natapos Niya ang Kanyang gawain sa mortalidad at nagtiis Siya hanggang wakas, sa gayo’y natapos ang nagbabayad-salang sakripisyo.

Sa halaman sinabi Niya, “Ama ko, kung бага maaari, ay lumampas sa akin ang sarong ito: gayon ma’y huwag ang ayon sa ibig ko, kundi ang ayon sa ibig mo” (Mateo 26:39).

Itinuturo sa atin sa Doktrina at mga Tipan:

“Kung aling pagdurusa ay dahilan upang ang aking sarili, maging ang Diyos, ang pinakamakapangyarihan sa lahat, na manginig dahil sa sakit, at labasan ng dugo sa bawat pinakamaliit na butas ng balat, at magdusa kapwa sa katawan at sa espiritu—nagnais na kung maaari ay hindi ko lagukin ang mapait na saro at manliit—

“Gayon pa man, ang kaluwalhatian ay mapasa Ama, at ininom ko at tinapos ang aking paghahanda para sa mga anak ng tao” (D at T 19:18–19).

Sinabi ni Jesus sa Kanyang Ama, “Niluwalhati kita sa lupa, pagkaganap ko ng gawa na ipinagawa mo sa akin” (Juan 17:4).

Pagkatapos, habang nakabayubay sa krus, “nang matanggap nga ni Jesus ang suka, ay sinabi niya, Naganap na: at iniyukoy ang kaniyang ulo, at nalagot ang kaniyang hininga” (Juan 19:30).



WHERE HAVE THEY TAKEN HIM?, BY J. KIRK RICHARDS

Si Jesus ay pumarito sa lupa, pinanatili ang Kanyang kabanalan upang maisagawa Niya ang nagbabayad-salang sakripisyo, at nagtiis hanggang wakas.

Alalahanin Siya sa pamamagitan ng Sakramento

Ngayo'y inaalala natin ang nagbabayad-salang sakripisyo ng Tagapagligtas sa mga sagisag na tinapay at tubig—mga simbolo ng Kanyang katawan at dugo—tulad ng pinasimulan sa Huling Hapunan ng Panginoon na kasama ng Kanyang mga Apostol.

“At siya’y dumampot ng tinapay, at nang siya’y makapagpasalamat, ay kaniyang pinagputolputol, at ibinigay sa kanila, na sinasabi, Ito’y aking katawan, na ibinibigay dahil sa inyo: gawin ninyo ito sa pagaalaala sa akin.

“Gayon din naman ang saro, pagkatapos na makahapon, na sinasabi, Ang sarong ito’y ang bagong tipan sa aking dugo, na nabubuhos nang dahil sa inyo” (Lucas 22:19–20).

Sa Juan 11:25–26 mababasa natin:

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

“At ang sinomang nabubuhay at sumasampalataya sa akin ay hindi mamamatay magpakailan man.”

Mababasa rin natin: “Ako ang tinapay na buhay na bumabang galing sa langit: kung ang sinoman ay kumain ng tinapay na ito, siya’y mabubuhay magpakailan man: oo at ang tinapay na aking ibibigay ay ang aking laman, sa ikabubuhay ng sanglibutan” (Juan 6:51).

Ang ibig sabihin ng “ikabubuhay ng sanglibutan” ay buhay na walang hanggan.

Kailangan nating ihanda ang ating sarili at ating pamilya linggu-linggo na maging karapat-dapat na makibahagi ng sakramento at magpanibago ng ating mga tipan na may pagsisisi sa ating puso.

Mahal Tayo ng Ama at ng Anak

Isinugo ng Ama ang Kanyang Anak sa lupa—ang pagpapakababa—upang maipako Siya sa krus at dansin ang lahat ng kinailangan Niyang pagdaanan. Sa Juan mababasa natin:

“Sinabi . . . ni Jesus, Ako ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay: sinoman ay di makaparoroon sa Ama, kundi sa pamamagitan ko.

“Kung ako’y nangakilala ninyo ay mangakikilala ninyo ang aking Ama: buhat ngayon siya’y inyong mangakikilala, at siya’y inyong nakita” (Juan 14:6–7).

“Narito ang pagibig, hindi sa tayo’y umibig sa Dios, kundi



DOUBT NOT, THOMAS NI J. KIRK RICHARDS

siya ang umibig sa atin, at sinugo ang kaniyang Anak na pangpalubagloob sa ating mga kasalanan” (I Ni Juan 4:10).

Ang ibig sabihin ng *pampalubag-loob* ay pakikipagkasundo o pakikipagbati.

Katapusan

Lahat ng pumaparito sa lupa at tumatanggap ng mortal na katawan ay mabubuhay na mag-uli, ngunit kailangan nating pagsikapang matanggap ang pagpapala ng kadakilaan sa pamamagitan ng katapatan, paggamit ng kalayaan, pagsunod, at pagsisisi natin. Ang awa ay ipapataw nang may katarungan, na magbibigay-daan sa pagsisisi.

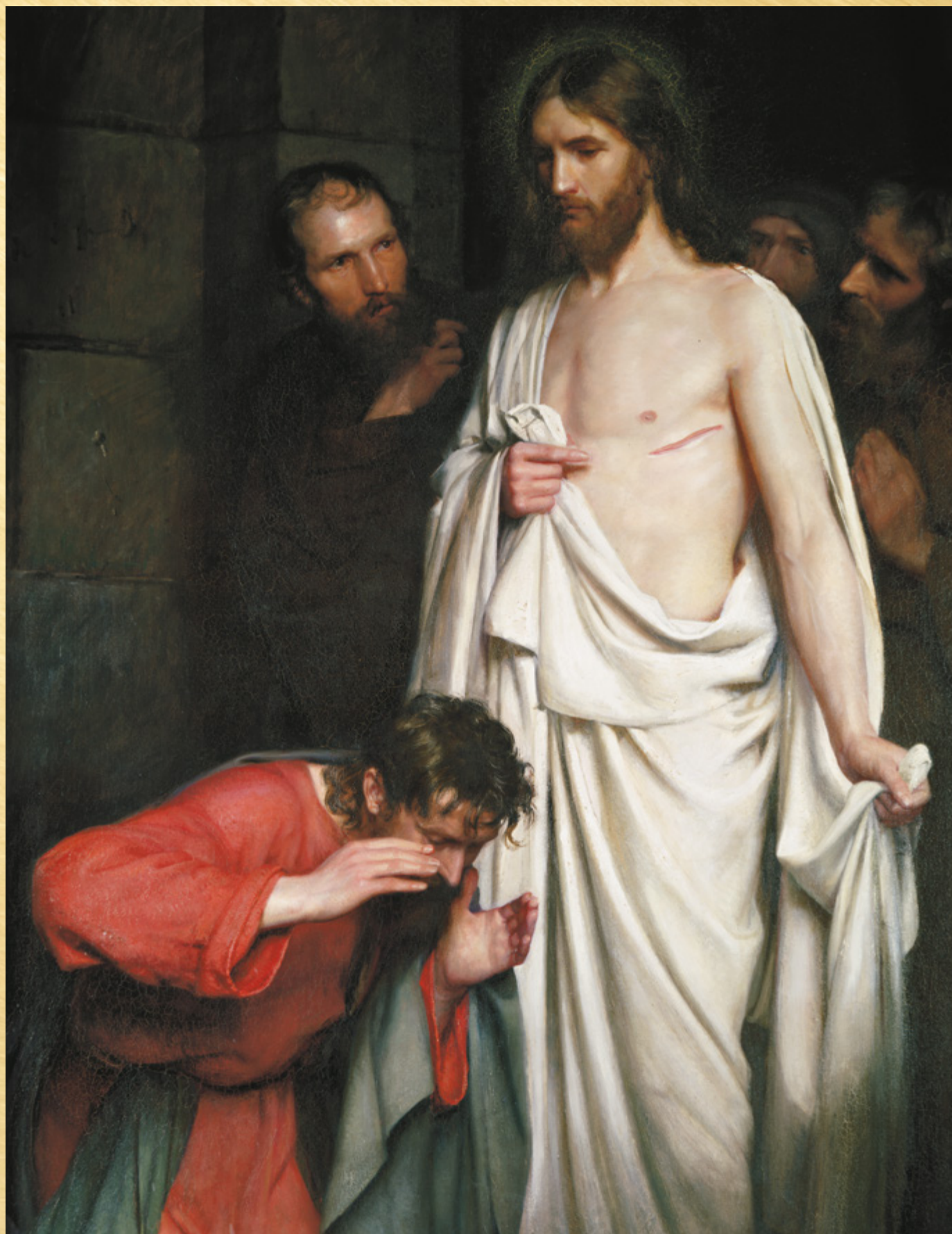
Dahil napili nating sundin at tanggapin si Jesucristo bilang ating Manunubos, tinataglay natin ang Kanyang pangalan sa binyag. Tinatanggap natin ang batas ng pagsunod. Nangangako tayo na lagi natin Siyang aalalahanin at susundin ang Kanyang mga kautusan. Pinaninibago natin ang ating mga tipan kapag tumatanggap tayo ng sakramento.

Sa pagpapanibago ng ating mga tipan, pinapangakuan tayo na sasaatin ang Kanyang Espiritu sa tuwina. Kung hahayaan nating pumasok ang Kanyang Espiritu sa ating buhay at patnubayan tayo nito, makababalik tayo sa piling ng Ama sa Langit at ng Kanyang Anak na si Jesucristo, na siyang Kanilang plano ng kaligayahan para sa atin—ang plano ng kaligtasan. ■

Mula sa mensaheng, “*The Atonement*,” na ibinigay sa seminar para sa mga bagong mission president sa Provo Missionary Training Center noong Hunyo 24, 2008.

TALA

1. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan*: Joseph Smith (2007), 58.



ANG Pagkabuhay na Mag-uli NI Jesucristo

AT ANG MGA KATOTOHANAN TUNGKOL SA KATAWAN

Ni David A. Edwards

Mga Magasin ng Simbahan

“Sinabi niya, Naganap na: at iniyukayok ang kaniyang ulo, at nalagot ang kaniyang hininga” (Juan 19:30). Sa sandaling iyon, nilisan ng espiritu ni Jesucristo ang Kanyang katawan—ang katawang dumanas ng pagdurusa upang Siya ay makapagbayad-sala para sa mga kasalanan ng lahat ng tao at tulungan sila sa kanilang mga kahinaan (tingnan sa Alma 7:12–13). Ang katawang iyon, na ngayon ay walang laman, ay inalis sa krus, ibinalot sa lino, at kalauna’y inihimlay sa isang libingan. Sa ikatlong araw, naroon ang mga babaeng papalapit sa libingan upang tapusin ang paghahanda sa katawang iyon para sa libing.

Pero nawala ang katawan.

Ang pagkatuklas sa libingang walang laman ay simula pa lamang. Nasaksihan ni Maria Magdalena, ng mga Apostol, at ng marami pang iba kalaunan ang isang himala: si Jesucristo na nabuhay na mag-uli, ganap, sa anyong tao na nahahawakan.

Tiniyak ng Tagapagligtas na lubos na maunawaan ng mga nakasaksi sa Kanya matapos Siyang Mabuhay na Mag-uli ang uri ng Kanyang katawan. Inanyayahan niya ang mga Apostol, halimbawa, na hawakan ang Kanyang katawan para matiyak nila mismo

na naroon nga Siya sa pisikal at hindi Siya isang multo (tingnan sa Lucas 24:36–40).¹ Kumain pa nga Siya na kasama nila (tingnan sa Lucas 24:42–43).

At nang matupad ng mga Apostol ang kanilang tungkuling ipangaral ang ebanghelyo ni Jesucristo, dumanas sila ng oposisyon at pang-uusig, na ang ilan ay dahil itinuro nila na si Jesucristo ay nabuhay na mag-uli at na ang buong sangkatauhan ay mabubuhay na mag-uli dahil dito (tingnan sa Mga Gawa 4:1–3).

Ngayon, ang Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo ay mahalaga rin sa mensaheng ipinahayag sa mundo ng Kanyang Simbahan na katulad noong unang panahon. Sabi nga ni Propetang Joseph Smith: “Ang mga pangunahing alituntunin ng ating relihiyon ay ang patotoo ng mga Apostol at Propeta, tungkol kay Jesucristo, na Siya’y namatay, inilibing, at muling nagbangon sa ikatlong araw, at umakyat sa langit; at ang lahat ng iba pang mga bagay na may kaugnayan sa ating relihiyon ay mga kalakip lamang nito.”²

Tumutulong ang Pagkabuhay na Mag-uli na masagot ang mahahalagang tanong tungkol sa likas na katangian ng Diyos, sa ating pagkatao at kaugnayan sa Diyos, sa layunin ng buhay na ito, at sa pag-asa natin kay Jesucristo. Narito

Sa pamamagitan ng Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, itinuro sa atin ni Jesucristo ang mahahalagang katotohanan tungkol sa katawan.



Sng sinumang tutol sa konsepto na may katawan ang Diyos ay tutol din kapwa sa mortal at nabuhay na mag-uling Cristo.”
— Elder Jeffrey R. Holland

ang ilan sa mga katotohanang binibigyang-diin ng Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo.

Ang Ama sa Langit ay May Niluwalhating Katawan

Ang ideya na ang Diyos ay hugis-tao ay tiyak na matatagpuan sa Biblia,³ at gayundin ang iniisip ng karamihan, ngunit tinanggihan ng maraming tradisyon sa teolohiya at relihiyon ang ideyang ito sa paniniwalang ang Diyos ay “walang katawan, mga bahagi, o silakbo ng damdamin,”⁴ dahil, sa ganitong pananaw, ang katawan (at lahat ng bagay) ay masama o hindi totoo, samantalang ang espiritu, isipan, o mga ideya ang tunay na sangkap ng pagkatao o buhay.

Napakasimple at radikal, kung gayon, ang paghahayag tungkol sa likas na katangian ng Diyos sa pamamagitan ng Kanyang Anak na si Jesucristo.

Sa Kanyang pagmiministeryo, sinabi ni Jesus, “Ang nakakita sa akin ay nakakita sa Ama” (Juan 14:9). Mas totoo ito matapos ang Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli sa isang perpekto at imortal na katawan, na nagpakita na “Ang Ama ay may katawang may laman at mga buto na nahihipo gaya ng sa tao; ang Anak din” (D at T 130:22).

Sa gayo’y nahayag ang pisikal na katangian ng Ama sa Langit. Tulad ng ipinaliwanag ni

Joseph Smith kalaunan, “Yaong walang katawan o mga bahagi ay wala[ng halaga]. Wala nang iba pang Diyos sa langit kundi ang Diyos na iyon na may laman at mga buto.”⁵

Ganito ang sabi ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol tungkol dito: “Kung ang pagkakaroon ng katawan ay hindi naman pala kailangan at hindi kanaisnais sa Diyos, bakit iniligtas ng Manunubos ng sangkatauhan ang *Kanyang* katawan, iniligtas ito mula sa kamatayan at sa libingan, at tiniyak na hindi na ito muling mahihiwalay mula sa Kanyang espiritu sa panahong ito o sa kawanglang-hanggan? *Ang sinumang tutol sa konsepto na may katawan ang Diyos ay tutol din kapwa sa mortal at nabuhay na mag-uling Cristo.*”⁶

Ang Ama sa Langit ay Makapangyarihan, Maalam, at Mapagmahal

Nahayag din ang sukdulang mga katangian ng Ama sa Langit sa Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo. Sabi nga ni Elder D. Todd Christofferson ng Korum ng Labindalawang Apostol, “Dahil totoo ang Pagkabuhay na Mag-uli ni Cristo, ang mga pag-aalinlangan tungkol sa lubos na kapangyarihan, kaalaman, at kabaitan ng Diyos Ama—na ibinigay ang Kanyang Bugtong na Anak para matubos ang sangkatauhan—ay walang katotohanan o batayan.”⁷

Ang kapangyarihan, kaalaman, at kabutihan ng Diyos ay napatunayan sa Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo, na nagbibigay ng katibayan ng karunungan at pagmamahal sa plano ng Ama sa Langit at ng kakayahan Niya (at ng Kanyang Anak) na isagawa ito.

Tayo ay mga Anak ng Diyos

Tulad ng itinuturo sa atin sa Biblia, tayo ay hinubog “ayon sa larawan ng Dios . . . lalake at babae” (Genesis 1:27). Pinatibay ng Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo ang katotohanang ito. Katunayan, sa mismong oras ng Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, binigyang-diin ni Jesucristo ang ating kaugnayan sa Ama sa Langit, na sinasabi, “Aakyat ako sa aking Ama at inyong Ama, at aking Dios at inyong Diyos” (Juan 20:17; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Inihayag ng Tagapagligtas na ang Diyos at ang sangkatauhan ay hindi lubos na magkaiba sa kanilang mahalagang pagkatao. Ang pangunahing hugis ng ating katawan ay katulad sa

ating espiritu,⁸ at ang ating espiritu ay nilikha sa larawan ng Diyos dahil iyan ang likas na kaugnayan ng magulang sa anak.

Ang Katawan ay Isang Kaloob na Nagpapalakas at Nagpapadakila

Sa pamamagitan ng Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, ipinakita sa atin ng Tagapagligtas na ang pisikal na buhay na may katawan ay mahalagang bahagi ng walang-hanggang pagkatao ng Diyos at ng Kanyang mga anak. Tulad ng inihayag ng Panginoon kay Joseph Smith, “Ang mga elemento ay walang hanggan, at ang espiritu at elemento, hindi mapaghihiwalay ang kaugnayan, ay tatanggap ng ganap na kagalakan” (D at T 93:33). Ang hindi mapaghihiwalay na kaugnayan ay pinagsasama ang espiritu at katawan kaya’t sila ay isang imortal, walang kabulukan, maluwalhati, at perpektong katawan—ang tanging uri ng katawan na may kakayahang tumanggap ng kaganapan ng kagalakang taglay ng Diyos.

Sa kabilang dako, matapos magkaroon ng pisikal na katawan at pagkatapos ay mahiwalay mula rito upang pumasok sa daigdig ng mga espiritu, “ang mga patay ay [tumingin] sa . . . pagkawala ng kanilang mga espiritu mula sa kanilang mga katawan bilang isang pagkagapos” (D at T 138:50; tingnan din sa D at T 45:17).

Maging ang ating mortal na katawan ay mahalagang bahagi ng plano ng Ama sa Langit at isang banal na kaloob. Kapag ang ating pre-mortal na espiritu ay pumarito sa lupa, sila ay “madaragdagan” (Abraham 3:26) ng katawan. Tulad ng itinuro ng Propeta: “Naparito tayo sa mundong ito upang magkaroon ng katawan at dalisay itong iharap sa Diyos sa kahariang selestiyal. Ang dakilang alituntunin ng kaligayahan ay kinapapalooban ng pagkakaroon ng katawan. Ang diyablo ay walang katawan, at iyon ang kanyang kaparusahan.”⁹

Tulad ng naituro ni Elder David A. Bednar ng Korum ng Labindalawang Apostol: “Dahil sa ating pisikal na katawan mararanasan natin ang iba’t ibang matitinding karanasang hindi natin pagdaraan sa buhay bago tayo isinilang sa mundo. Kaya nga, ang pakikipag-ugnayan natin sa ibang tao, ang kakayahang kumilala at kumilos ayon sa katotohanan, at kakayahang sundin ang mga alituntunin at

ordenansa ng ebanghelyo ni Jesucristo ay nagagawa dahil sa ating katawan. Sa buhay sa mortalidad, nararanasan natin ang pagkalinga, pagmamahal, kabaitan, kaligayahan, kalungkutan, kabiguan, pasakit, at maging ang mga hamon na dulot ng limitasyon sa kakayahan ng pisikal na katawan sa mga paraang naghahanda sa atin para sa kawalang-hanggan. Sa madaling salita, may mga aral na dapat nating matutuhan at mga karanasang dapat pagdaanan, na tulad ng sabi sa mga banal na kasulatan, “ayon sa laman” (1 Nephi 19:6; Alma 7:12–13).”¹⁰

Bukod pa rito, itinuro ni Joseph Smith, “Lahat ng nilalang na may katawan ay higit ang lakas kaysa mga yaong wala nito.”¹¹ Maaari tayong tuksuhin ni Satanas, ngunit hindi siya puwedeng mamilit. “Ang diyablo ay walang kapangyarihan sa atin maliban kung tulutan natin siya.”¹²

Sa huli, ang kaloob na isang perpekto at nabuhay na mag-uling katawan ay tumutulong para hindi tayo maapektuhan ng kapangyarihan ni Satanas magpakailanman. Kung walang Pagkabuhay na Mag-uli, “ang ating espiritu ay tiyak na mapapasailalim sa . . . diyablo, upang hindi na bumangon pang muli. At ang ating mga espiritu ay tiyak na matutulad sa kanya, at tayo ay magiging mga diyablo, mga anghel ng diyablo, upang masarahan mula sa kinaroroonan ng ating

Ang ating mortal na katawan ay mahalagang bahagi ng plano ng Ama sa Langit at isang banal na kaloob. Kapag ang ating espiritu ay pumarito sa lupa, sila ay “madaragdagan” (Abraham 3:26) ng katawan.



Diyos, at manatiling kasama ng ama ng kasinungalingan, sa kalungkutan, katulad ng kanyang sarili” (2 Nephi 9:8–9).

Ang Espiritu at ang Katawan ay Hindi Magkaaway

Bagama’t magkaiba, ang espiritu at ang katawan ay hindi dalawang totoong bagay na magkaiba na hindi maaaring magtulungan. Tulad ng nalaman ni Joseph Smith, “Walang anumang bagay na hindi materyal na bagay. Lahat ng espiritu ay bagay, subalit ito ay mas pino o dalisay, at maaari lamang makilala sa pamamagitan ng mas dalisay na mga mata; hindi natin ito makikita; subalit kapag ang ating mga katawan ay pinadalisay ating makikita na itong lahat ay bagay” (D at T 131:7–8).

Sa Kanyang niluwalhati at nabuhay na mag-uling kalagayan, kinakatawan ni Jesucristo ang lubos na pagkakaisa ng espiritu at katawan, na inilalarawan sa atin na “ang espiritu at ang katawan ang kaluluwa ng tao” (D at T 88:15). Sa buhay na ito sinisikap nating maging “espirituwal sa kaisipan” sa halip na “maging mahalay sa kaisipan” (2 Nephi 9:39), na “hubarin ang likas na tao” (Mosias 3:19), at “pigilin ang lahat ng silakbo ng [ating] damdamin” (Alma 38:12). Ngunit hindi iyan nangangahulugan na ang espiritu at ang katawan ay magkaaway. Tulad ng ipinakita sa atin ni Jesucristo, ang katawan ay hindi dapat hamakin at mangibabaw kundi dapat pigilan at baguhin.

Ang Buhay sa Isang Mortal na Katawan ay May Makabuluhang Layunin

Ang haka-haka na ang buhay na ito ay isang pagsubok ay mas makatuturan kapag inisip natin ang alam natin tungkol sa ating buhay bago tayo isinilang at pagkamatay natin. Nabuhay tayo bilang mga espiritu bago tayo pumari-to sa lupa, at nilayon ng Ama sa Langit na tayo ay maging katulad Niya at mabuhay magpakailanman na may imortal na pisikal na katawan. Ang mga katotohanang ito ay

nangangahulugan na ang ating panahon ng pagsubok sa mga mortal na katawang ito ay hindi nagkataon lamang kundi may tunay na kahulugan at layunin.

Tulad ng paliwanag ni Elder Christofferson: “Ipapamalas natin sa Diyos (at sa ating sarili) sa ating mga pagpapasiya ang ating tapat na pangako at kakayahang ipamuhay ang Kanyang selestiyal na batas habang wala tayo sa piling Niya at nasa pisikal na katawan na taglay ang lahat ng kapangyarihan, hilig o gana, at silakbo ng damdamin. Mapipigilan ba natin ang laman para maging kasangkapan ito sa halip na maging panginoon ng espiritu? Mapagtitiwalaan ba tayo kapwa sa buhay na ito at sa kawalang-hanggan ng mga kapangyarihan ng langit, kabilang na ang kapangyarihang lumikha ng buhay? Madadaig ba ng bawat isa sa atin ang kasamaan? Yaong mga nakagawa nito ay ‘magtatamo ng kaluwalhatian idaragdag sa kanilang mga ulo magpakailanman at walang katapusan’ [Abraham 3:26]—isang napakahalagang aspeto ng kaluwalhatian iyon ang magkaroon ng nabuhay na mag-uli, imortal, at niluwalhating pisikal na katawan.”¹³

Ang ating mga karanasan sa ating katawan ngayon, pati na ang ating pakikipag-ugnayan sa isa’t isa, ay makabuluhan dahil katulad ang mga ito niyaong darating. Tulad ng nalaman ni Joseph Smith, “At yaon ding lipunan na umiiral sa atin dito ang iiral sa atin doon, lamang ito ay may kaka-bit na walang hanggang kaluwalhatian, kung aling kaluwalhatian ay hindi pa natin ngayon tinatamasa” (D at T 130:2).

May Pag-asa Tayo kay Jesucristo

Mula nang makita ang libingang walang laman, naghatid ng pag-asa ang Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo dahil kinikilala natin sa Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli na posible ring mangyari sa atin iyon, kung saan “lahat ng nawala sa [atin] ay pupunan sa [atin] . . . , kung patuloy [tayong] mananalig.”¹⁴

Nakapag-iwan ng matapang na patotoo ang nau-nang mga Apostol ng Tagapagligtas tungkol sa Kanyang

Sa Kanyang niluwalhati at nabuhay na mag-uling kalagayan, kinakatawan ni Jesucristo ang lubos na pagkakaisa ng espiritu at katawan, na inilalarawan sa atin na “ang espiritu at ang katawan ang kaluluwa ng tao” (D at T 88:15).





Mula nang
makita ang
libingang walang
laman, naghatid ng
pag-asa ang Pagka-
buhay na Mag-uli
ni Jesucristo dahil
kinikilala natin sa
Kanyang Pagkabu-
hay na Mag-uli na
posible ring mangya-
ri sa atin iyon.

Pagkabuhay na Mag-uli dahil nakita at nahipo nila ang Kanyang katawan. Ngunit may higit pa riyon. Tulad noong pagalingin ni Jesucristo ang mga sakit ng katawan para ipakita na may kapangyarihan Siyang magpatawad ng mga kasalanan (tingnan sa Lucas 5:23–25), ang Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli—ang mapanghahawakang katibayan ng kapangyarihan Niyang daigin ang pisikal na kamatayan—ay naging katiyakan sa Kanyang mga alagad na may kapangyarihan Siyang daigin ang espirituwal na kamatayan. Ang mga pangakong ibinigay Niya sa Kanyang mga turo—pagpapatawad ng mga kasalanan, kapayapaan sa buhay na ito, buhay na walang hanggan sa kaharian ng Ama—ay nagkatotoo at hindi na natinag ang kanilang pananampalataya.

“Kung si Cristo ay hindi muling binuhay, ang [ating] pananampalataya ay walang kabuluhan” (I Mga Taga Corinto 15:17). Ngunit dahil Siya ay *talagang* nagbangon mula sa mga patay, tayo ay “magkakaroon ng pag-asa sa pamamagitan ng pagbabayad-sala ni Cristo at sa kapangyarihan ng kanyang pagkabuhay na mag-uli, na ibabangon

tungo sa buhay na walang hanggan, at ito ay dahil sa inyong pananampalataya sa kanya alinsunod sa pangako” (Moroni 7:41).

Sa Kanyang mortal na buhay, inanyayahan ni Jesucristo ang mga tao na sumunod sa Kanya. Pagkatapos ng Kanyang kamatayan at Pagkabuhay na Mag-uli, mas luminaw pa ang ating patutunguhan. Kung tayo, sa pagsunod sa mga batas at ordenansa ng ebanghelyo, ay magkakaroon ng “selestiyal na espiritu” sa ating kalooban, tayo ay “tatanggap ng yaon ding katawan na isang likas na katawan” at “binubuhay ng ilang bahagi ng kaluwalhatiang selestiyal [at] makatatanggap pagkatapos ng gayon din, maging isang kaganapan” (D at T 88:28–29). Naipakita Niya ang daan. Siya ang daan. Sa pamamagitan ng Kanyang kapangyarihan—sa pamamagitan ng Kanyang Pagbabayad-sala at Pagkabuhay na Mag-uli—posibleng mangyari ang selestiyal na kaganapang ito, na may kasa-mang kaganapan ng kagalakan sa isang nabuhay na mag-uling katawan. ■

MGA TALA

1. Nang magpakita si Jesucristo sa mga tao sa Amerika, hiniling Niya sa kanila—sa libu-libo sa kanila—na lumapit, “isa-isa,” at salatin ang Kanyang mga kamay, paa, at tagiliran para mapatunayan nila na kapwa nadama at nakita nila ang nabuhay na mag-uling Panginoon (tingnan sa 3 Nephi 11:14–15; 18:25).
2. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith* (2007), 58.
3. Tingnan sa Genesis 1:27; Exodo 33:11; Mga Gawa 7:56.

4. Bagama’t may ganitong mga ideya sa naunang mga doktrinang Kristiyano, ang partikular na ideyang ito ay nagmumula sa Tatumpu’t Siyam na mga Saligan ng Simbahang Anglican (1563).
5. *Mga Turo: Joseph Smith*, 49.
6. Jeffrey R. Holland, “Ang Iisang Dios na Tunay, at Siyang Kanyang Sinugo, sa Makatuwid Baga’y si Jesucristo,” *Liahona* Nob. 2007, 42.
7. D. Todd Christofferson, “Ang Pagkabuhay na Mag-uli ni Jesucristo,” *Liahona*, Mayo 2014, 113.
8. Maging ang paghahayag tungkol sa

premortal na Jesucristo ay isang patotoo sa katotohanang ito, dahil ipinakita nito na ang katawan ng Kanyang espiritu ay hugis-tao (tingnan sa Eter 3:16).

9. *Mga Turo: Joseph Smith*, 245.
10. David A. Bednar, “Naniniwala Kami sa Pagiging Malinis,” *Liahona*, Mayo 2013, 41.
11. *Mga Turo: Joseph Smith*, 245.
12. *Mga Turo: Joseph Smith*, 248.
13. D. Todd Christofferson, “Bakit Dapat Mag-asawa at Bumuo ng Pamilya,” *Liahona*, Mayo 2015, 51.
14. *Mga Turo: Joseph Smith*, 60.

Lapitan Mo Siya

Taos-puso ♩. = 44-48

Mga titik ni Steven K. Jones
Himig ni Michael F. Moody

mp

Kan. K.

1. Siya'y
(2. Siya)
(3. Ka) -

5

pu - ma - ri - to; mi - na - hal ta - yo. Kan - yang ha - hap - lu - sin la -
ay bu - ma - ba di - to sa lu - pa. La - hat ng pro - ble - ma'y i -
tu - lad na - tin, Siya'y na - hi - ra - pan. Sa na - na - na - lig, may gin -

8

rall.

hat ng ta - o; Siya ang ta - tang - law sa ka - di - li - man; Kan -
nu - u - na - wa; La - hat ng sa - kit, Kan - yang di - na - nas; Di -
ha - wang la - an. I - mu - mu - lat Niya't ma - pa - pa - ta - wad Ang

11

a tempo

yang pa - pa - wi - in ang ka - lung - ku - tan. La - pi - tan mo
na - ram - dam mo sa Kan - ya'y may lu - nas. La - pi - tan mo
mga ta - ong sa Kan - ya'y ma - ta - pat. La - pi - tan mo

2



14

Siya. _____
Siya. _____ La - pi - tan, at ma - tu - to. _____ Siya'y
Siya. _____

17

ma - pag - pa - kum - ba - ba at ma - a - mo. La - pi - tan mo

20

1, 2. 3.
Siya. _____ 2. Siya
3. Ka - _____ A -

23

rall.
ting la - pi - tan Siya. _____

© 2016 nina Steven K. Jones at Michael F. Moody. Lahat ng karapatan ay nakalaan.
Ang awiting ito ay maaaring kopyahin para sa insidental at di-pangkalakal na gamit sa simbahan o tahanan.



ISANG TULAY TUNGO SA **Pag-asa** AT **Paggaling**

Kapag may angkop na tulong, masusumpungan ng mga biktima ng seksuwal na pang-aabuso ang paggaling na labis nilang ninanais.

Ni Nanon Talley

LDS Family Services, Texas, USA

Kunwari'y nakatayo ka sa gilid ng isang talampas at gusto mong makarating sa kabilang panig ng isang malalim na bangin, kung saan may nakapagsabi sa iyo na malaking kaligayahan ang naghihintay sa iyo. Habang naghahanap ka ng paraan para makatawid, may nakita kang isang tumpok ng mga gamit na, kung mapagdurugtong mo nang wasto, ay makabubuo ng tulay patawid sa bangin.

Kung hindi mo alam kung paano gawin ang tulay, mawawalan ng silbi ang mga gamit at malulungkot ka at mawawalan ng pag-asa. Pero kung hihingi ka ng tulong sa isang taong may karanasan sa pagbuo ng mga tulay, maaaring maragdagan ang kaalaman at pang-unawa mo at magkasama ninyong matatapos ang gawain.

Sa nakaraang 18 taon, trabaho ko nang maglaan ng mga kagamitan at patnubay upang tulungan ang mga tao na malampasan ang paghihirap ng damdamin o isipan. Sa lahat ng taong napayuhan ko, wala nang iba pang mga kliyenteng dumating na lubhang sugatan maliban sa mga biktima ng seksuwal na pang-aabuso. Nakita ko ang epekto ng problemang ito sa kakayahan ng bawat tao na magtiis hanggang wakas.

Gayunman, nalaman ko rin na posibleng makaranas ng walang-maliw na ginhaw mula sa ating mga paghihirap at pagdurusa sa pamamagitan ng ating Tagapagligtas. Dinadala ng Kanyang pagmamahal ang mga tao mula sa kadiliman tungo sa liwanag.

Bakit Nagiging Sanhi ng Gayong Kapahamakan ang Seksuwal na Pang-aabuso?

Ikinukuwento sa akin ng mga biktima ng pang-aabuso na ang buhay ay puno ng kalungkutan, pagdududa sa sari-li, at iba pang malalalim na pasakit sa damdamin. Ipinaunawa sa atin ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008) kung bakit nagiging sanhi ng gayong katinding pasakit ang seksuwal na pang-aabuso:

“May kakila-kilabot at masamang gawi na seksuwal na pang-aabuso. Mahirap itong unawain. Lantarang paghamak ito sa kagandahang-asal na dapat umiral sa bawat lalaki at babae. Ito ay *paglabag sa bagay na sagrado at banal*. Ito ay nakapipinsala sa buhay ng mga bata. Kahiya-hiya ito at *nararapat sa pinakamatinding kaparusahan*.

“Kahiya-hiya ang sinumang lalaki o babaeng seksuwal na mang-aabuso sa isang bata. Sa paggawa nito, hindi lamang *ginagawa ng nang-aabuso ang pinakamabigat na uri ng pinsala*. Susumpain din siya sa harap ng Panginoon.”¹

Ang kapangyarihang lumikha ng buhay ay isang sagrado at banal na kapangyarihang bigay ng ating Ama sa Langit sa Kanyang mga anak. Itinuro ni Elder David A. Bednar ng Korum ng Labindalawang Apostol: “Ang kapangyarihang lumikha ng buhay ay may espirituwal na kahalagahan. . . . Ang ating Ama sa Langit at ang Kanyang

Pinakamamahal na Anak ay mga tagalikha at ipinagkatiwala Nila sa atin ang bahagi ng Kanilang kapangyarihang lumikha.”² Hindi kataka-taka, kung gayon, na ang paglabag sa sagradong kapangyarihang ito ay “nararapat sa pinakamatinding kaparusahan” at nagiging sanhi ng “pinakamabigat na uri ng pinsala.”

Pag-unawa sa Pasakit

Ang seksuwal na pang-aabuso ay anumang pagniniig ng dalawang tao kung saan ang isa sa kanila ay tutol sa pagniniig na may nangyayaring hipuan o kahit walang hipuan kung saan ang isang tao ay ginagamit para sa seksuwal na kasiyahan ng ibang tao. Mas madalas, naiiwang lito ang mga biktima ng seksuwal na pang-aabuso at nakadarama ng di-pagkamarapat at kahihyan na halos napakahirap tiisin. Ang sakit at pagdurusang nararanasan ng mga biktima ay kadalasang pinatitindi ng mga komento ng iba na hindi nakakaunawa sa seksuwal na pang-aabuso at mga epekto nito. Ang ilang biktima ay inaakusahang nagsisinungaling o sinasabihan na kahit paano ay kasalanan nila ang pang-aabuso. Naaakay namang maniwala ang iba na kailangan silang magsisi, na para bang may kasalanan sila kahit paano nang mabiktima sila.

Marami na akong nakatrabahong kliyente na nakaranas ng seksuwal na pang-aabuso noong bata pa sila o noong kabataan nila na sinasabihan na “tanggapin mo na lang,” “nakaraan na iyon,” o “patawarin mo na at kalimutan mo na lang.” Ang ganitong mga pahayag—lalo na kapag nagmumula sa malalapit na kaibigan, kapamilya, o mga lider ng Simbahan—ay maaaring humantong sa lalong paglihim ng biktima at pagkapahiya sa halip na gumaling at mapanatag. Tulad sa malubhang sugat o impeksyon, ang emosyonal na mga sugat na ito ay hindi basta naglalaho kung babalewalain. Sa halip, ang pagkalitong nagsisimula sa pang-aabuso ay tumitindi, at kasabay ng kapaitang dulot nito, maaaring magbago ang pag-iisip ng isang tao, at sa huli’y mauwi sa pagkakaroon ng masasamang pag-uugali. Karaniwa’y ayaw kilalanin ng mga biktima ng pang-aabuso na inabuso sila, subalit maaari pa rin silang magkaroon ng masasamang pag-uugali at makaranas ng kapaitan.

Si Hannah (binago ang pangalan) ay dumanas ng seksuwal na pang-aabuso noong kanyang kabataan. Tulad ng iba pang mga biktima, lumaki siya na nadaramang masamang tao siya at walang halaga. Halos habambuhay niyang pinagsikapang paglingkuran ang iba nang sapat para iwaksi ang kanyang nadarama na “hindi sapat ang



kanyang kabutihan” para mahalin siya ng Ama sa Langit o ninuman. Sa kanyang mga pakikipag-ugnayan, natakot siya na kung may nakakakilala sa kanya talaga, iisipin nila na masamang tao siya tulad ng paniniwala niya. Labis ang takot niyang matanggihan kaya nangamba siyang sumubok ng mga bagong bagay sa buhay o gumawa ng mga simpleng gawain gaya ng pagtawag kaninuman sa telepono. Nabiyayaan siya ng talento sa sining pero itinigil niya ito sa takot na hindi niya makayanan ang mapintasan.

Sa loob ng mahigit 50 taon ang nadama niyang wala siyang magawa, panghihina, takot, galit, pagkalito, kahihiyang, kalungkutan, at pag-iisa ang gumabay sa kanyang mga desisyon sa araw-araw.

Palitan ng Kapayapaan ang Kapaitan

Dumanas ang Tagapagligtas ng “mga pasakit at hirap at lahat ng uri ng tukso.” Ginawa Niya ito upang “malaman [N]iya nang ayon sa laman kung paano tutulungan ang kanyang mga tao” (Alma 7:11–12). Ang Kanyang pagdurusa ay hindi lamang para sa ating mga kasalanan kundi para din sa ating paggaling kapag nagdusa tayo dahil sa mga kasalanan ng iba.

Kung narito Siya ngayon, wari ko’y tatangisan at babasbasan ng Tagapagligtas ang mga seksuwal na naabuso, tulad noong tangisan at basbasan Niya ang mga Nephita (tingnan sa 3 Nephi 17). Bagama’t wala Siya rito nang personal, mapapasaatin ang Kanyang Espiritu, at naglaan Siya ng paraan para tayo gumaling, mapayapa, at mapatawad.



Para sa marami na nasaktan, halos imposibleng paniwalaan ang ideya na mapapalitan ng kapayapaan ang pait na nadarama nila. Kadalasan ang mga sugat na tinamo ng inabuso ay hindi napapansin at nauunawaan ng iba sa loob ng ilang taon. Ang sakit ay natatakpan ng nakangiting mga mukha, kahandaang tumulong sa iba, at pamumuhay na parang walang nangyaring mali, subalit palaging naroon ang kapaitan.

Ikumpara natin ang pagpapagaling ng damdamin sa pangangalaga at paggamot sa pinsala. Ipalagay natin na noong bata ka pa, nabalian ka ng binti. Sa halip na magpunta sa doktor para ipatuwid ito, umiika-ika ka na lang hanggang sa mawala ang matinding sakit, ngunit palaging may kaunting sakit sa bawat hakbang mo. Pagkaraan ng ilang taon gusto mong mawala ang sakit, kaya nagpunta ka sa doktor. Kailangang ituwid ng doktor ang buto, linisin ang anumang laman na tumubo, sementuhan ito, at papuntahin ka sa physical therapy para mapalakas ang binti mo.

Katulad ito ng pagpapagaling mula sa pang-aabuso dahil kailangan munang kilalanin ng biktima na tunay ang sakit at may magagawa tungkol dito. Kasama sa proseso ang pagtanggap sa nangyari at hayaang

KARANIWANG PAG-UUGALI NG MGA BIKTIMA

Ang mga biktima ay kadalasang nahihirapang makipag-ugnayan at maaaring palaging maghangad ng pagsang-ayon ng iba, magsawalangkibo, lumayo sa mga tao para maiwasang masaktan, mawalan ng delikadesa sa paghangad ng pag-aaruga sa pamamagitan ng seksuwal na aktibidad (kasama na ang pornograpiya at pagpaparaos sa sarili), o gawin ang mismong kabaligtaran at iwasan ang anumang may kinalaman sa seks. Ang kahihiyang nauugnay sa mga pag-uugaling ito ay kadalasang pumipigil sa mga tao na humingi ng tulong sa mga magulang, lider ng priesthood, o sa propesyonal dahil hindi nila mawagaan ang koneksyon ng nangyari sa kanila sa kanilang pag-uugali.

Sa pamumuhay ng ebanghelyo, may tendensiya ang mga biktima na gawing malabis ang isang bagay o ibang bagay kaya: Ang ilan ay nagiging masyadong relihiyoso. Sa pagtangkang pagtakpan ang sa palagay nila ay hindi nila pagiging marapat, sinisikap nilang gawing tama ang lahat. Nadarama ng iba na hindi sila kailanman magiging karapat-dapat sa buhay na walang hanggan at kung minsa’y sumusuko.

MGA ARAL MULA SA DOKTRINA AT MGA TIPAN 123

Habang nakakulong si Propetang Joseph Smith sa piitan sa Liberty, Missouri, sumulat siya ng isang liham sa Simbahan, na binubuo ng mga bahagi 121–124 ng Doktrina at mga Tipan, na kinabibilangan ng “tungkulin ng mga Banal kaugnay sa kanilang mga taga-usig” (D at T 123, section heading). Hindi niya sinabi sa mga Banal na dumanas ng pag-uusig at pisikal na mga pinsala na sarilinin ang sakit na nadarama nila at magkunwari na parang walang nangyari. Isipin kung paano magagamit ang payong ibinigay sa bahagi 123 sa problemang pang-aabuso.



masaktan ang damdamin, matakot, at madama, kilalanin, at patunayan ang lungkot. Kadalasan makakatulong ang makipagkita sa isang propesyonal na may karanasan sa prosesong ito ng pagpapagaling. (Magtanong sa inyong lider ng priesthood kung may LDS Family Services sa inyong lugar.)

Mayroon man o walang makuhang propesyonal na tulong ang biktima, pinakamainam ang manalangin, pag-aralan ang buhay ng Tagapagligtas at ang Kanyang Pagbabayad-sala, at regular na makipag-usap sa isang lider ng priesthood. Maaari siyang magpagaan ng mga pasanin at tumanggap ng inspirasyon upang tulungan ang mga biktima na maunawaan ang kanilang banal na kahalagahan at kaugnayan sa Ama sa Langit at sa Tagapagligtas. Itinuro ni Sister Carole M. Stephens, Unang Tagapayo sa Relief Society General Presidency, kamakailan: “Maaaring tumagal ang paggaling. Kailangan ninyong manalangin at humingi ng patnubay at angkop na tulong, kabilang ang paghingi ng payo sa mga inordenang mayhawak ng priesthood. Kapag natuto kayong makipag-usap nang hayagan, magtakda ng wastong mga hangganan at marahil ay humingi ng payo sa isang propesyonal. Mahalagang manatiling espirituwal sa buong proseso!”³

Para kay Hannah, labis na hindi naging komportable ang kanyang buhay kaya humingi siya ng tulong. Nalaman niya mula sa kanyang patotoo na nadarama niya ang kapayapaan at katiwasayan sa buhay pero hindi palagi. Sa pamamagitan ng panalangin at pagkausap sa kanyang bishop, nahikayat siyang humingi ng payo, kung saan niya natamo ang mga kailangan niya para ilabas ang katotohanan mula sa kadi-liman at ibahagi ang nakakatakot na pasaning mag-isa niyang dala-dala. Sa paggawang nito, nailabas niya ang sakit ng damdamin at nasumpungan ang kapayapaang ipinangako ng Tagapagligtas (tingnan sa Juan 14:27). Kasama sa kapayapaan at kapanatagan ito ang hangarin at kakayahan niyang magpatawad.

Ang Pangangailangang Magpatawad

Kadalasan ay mahirap para sa mga biktima ng pang-aabuso na marinig ang ideyang magpatawad at kadalasa’y hindi ito maunawaan. Kung iniisip nila na ang pagpapatawad ay ang hayaang makawala ang nang-abuso o ang sabihin na balewala na ang ginawa nila, madarama ng biktima na wala siya sa katwiran. Bagaman tayo ay inuutusang magpatawad (tingnan sa D at T 64:10), sa mga sitwasyon kung saan ang sugat ay malalim, karaniwa’y kailangang

magsimula ang pagpapagaling bago lubos na mapatawad ng biktima ang nang-abuso.

Ang mga nagtitiis ng sakit na dulot ng pang-aabuso ay mapapanatag sa payong ito mula sa Aklat ni Mormon: “Ako, si Jacob, ay magsasalita sa inyo na may mga pusong dalisay. Umasa sa Diyos nang may katatagan ng pag-iisip, at manalangin sa kanya nang may labis na pananampalataya, at kanya kayong aaluin sa inyong mga paghihirap, at kanyang isasamo ang inyong kapakanan, at magpapatay ng katarungan sa mga yaong naghahangad ng inyong pagkalipol” (Jacob 3:1). Ang pangangailangan sa katarungan at ang karapatang pagbayaran ang sala ay maaaring ipaubaya sa Panginoon para mapalitan Niya ng kapayapaan ang sakit na ating nararamdaman.

Nalaman ni Hannah kalaunan na maaari niyang ipaubaya ang pangangailangan sa katarungan sa Tagapagligtas at kapalit nito’y maging payapa ang kanyang buhay na hindi niya kailanman naranasan. Dati-rati, takot siyang dumalo sa mga pagtipon ng pamilya kung saan dadalorin ang nang-abuso. Ngayon, dahil sa kahandaan niyang harapin ang masasakit na sugat habang nagpapagaling, hindi na siya takot sa presensya nito at naaawa pa nga dahil matanda na ito.

Malaya sa Di-kailangang mga Pasanin

Sinabi ni Elder Richard G. Scott (1928–2015) ng Korum ng Labindalawang Apostol na “ang lubusang paggaling ay nagmumula sa inyong pananampalataya kay Jesucristo at sa Kanyang kapangyarihan at kakayahan. Dahil sa Kanyang Pagbabayad-sala ay

mapaghihilom ang mga sugat ng dimakatwirang pang-aabuso. . . .

“Mahal Niya kayo. Ibinuwis Niya ang Kanyang buhay para kayo mapalaya sa mga walang kabuluhang pasanin. Tutulungan Niya kayong gawin ito. Alam kong may kapangyarihan Siyang pagalingin kayo.”⁴

Gusto ng kaaway na alipinin ng pasakit at pagdurusa ang mga tao dahil kaaba-aba siya (tingnan sa 2 Nephi 2:27). Sa tulong ng ating Tagapagligtas na si Jesucristo, talagang mapapalitan ng kapayapaan ang pasakit, ayon lamang sa kayang ibigay ng Tagapagligtas, at maaari tayong magalak sa buhay. “Si Adan ay nahulog upang ang tao ay maging gayon; at ang tao ay gayon, upang sila ay magkaroon ng kagalakan” (2 Nephi 2:25). Gagawing mas magaan ng kagalakan sa buhay ang mga panahon ng pagsukbok at magbibigay-kakayahan sa atin na matuto at lumago at maging higit na katulad ng ating Ama sa Langit.

Nakadarama ako ng pagpapakumbaba sa pagpapala sa buhay ko na makaugnayan ang mga taong nasaktan ng pang-aabuso at makita ang himala ng paggaling na talagang nagmumula lamang sa Tagapagligtas. Kung nagdurusa kayo, mapanalangin humingi ng tulong. Hindi ninyo kailangang dalhing mag-isa ang mabigat na pasanin. Alam ko na nagpapagaling Siya, sapagkat nasaksihan ko ito nang maraming beses. ■

MGA TALA

1. Gordon B. Hinckley, “Save the Children,” *Ensign*, Nob. 1994, 54; idinagdag ang pagbibigay-diin.
2. David A. Bednar, “Naniniwala Kami sa Pagiging Malinis,” *Liahona*, Mayo 2013, 42.
3. Carole M. Stephens, “Ang Dalubhasang Manggagamot,” *Liahona*, Nob. 2016, 11.
4. Richard G. Scott, “Upang Maging Malaya sa Mabibigat na Pasanin,” *Liahona*, Nob. 2002, 88.

PAYO SA MGA LIDER, PAMILYA, AT KAIBIGAN

Kapag may sapat na tiwala sa inyo ang isang biktima para ikuwento ang dinanas nilang mga pang-aabuso, dapat magsimula ang inyong pag-uusap nang may pagmamahal at habag sa kanila. Madalas ikuwento sa akin ng mga biktima na kapag humingi sila ng tulong sa kanilang bishop, ang unang pinagtutuunan ng pansin ay ang pangangailangang patawarin ang nagkasala. Maaari nitong ipadama sa biktima na parang ang tanging mahalaga ay ang taong nagkasala. Kapag nangyayari ito, bihirang bumalik ang mga tao sa kanilang bishop para humingi ng tulong at hindi nila natatamo ang espirituwal na pagpapagaling na posibleng mangyari sa suporta at pagmamahal ng mga lider.

Ang pagpapatay ay mahalagang bahagi sa proseso ng pagpapagaling at isa itong utos—ngunit magtiwala sana na ang pagtutulot sa tao na kilalanin ang kanilang pagdurusa, madama ang kanilang nadarama, at talakayin ang problema nila sa isang pinagkakatiwalaan ay hahantong sa paggaling na nagmumula sa kakayahang patawarin ang nang-abuso pagdating ng panahon.

Ang mga lider ng Simbahan ay maaaring sumangguni sa **ministering.lds.org** para makita ang “Abuse: Help for the Victim” para sa iba pang impormasyon.

Ang Lumang Album ng Pamilya:

Ang Kapangyarihan ng mga Kuwento ng Pamilya

*Ang mga pamana ng aking mga ninuno
ay patuloy na nabubuhay sa akin, at
patuloy na umiimpuwensya sa
buhay ko tungo sa kabutihan.*

Ni Amneris Puscasu

Isang umaga ng tag-init bago nag-World War II, naging ang kalolo-lolohan ko tulad ng dati—bago sumikat ang araw. Lumabas siya ng bahay papunta sa isang burol kung saan tanaw ang isang berdeng lambak at ang kanyang nayon sa Romania, at naupo sa damuhang puno ng hamog, na nag-iisip nang malalim—mga kaisipang matagal na sa kanyang isipan. Isang

edukadong tao na mahabagin at mausisa, minahal at iginalang siya ng lahat ng tao sa nayon.

Nang sumikat na ang araw, umuwi siya at nagtapat sa kanyang asawa na interesado siyang malaman kung ano ang kalalabasan ng kanyang libing, at gusto niyang magkaroon ng dress-rehearsal ng kanyang libing. Nagtakda siya ng petsa, bumili ng kabaong, umupa ng pari at mga propesyonal na tagaiyak, at kinuha ang iba pang mga kailangan ayon sa tradisyon ng Greek Orthodox. Pagkatapos ay sumapit ang araw ng dress-rehearsal ng kanyang libing. Inayos ang mga mesa sa gitna ng nayon para sa piging ng pag-alaala (remembrance feast), nakasuot ng itim na damit ang pamilya, dumating ang pari, nahiga ang kalolo-lolohan ko sa kabaong, inayos ang unan para komportable ang pagtanaw niya, at nagsimula ang prusisyon ng libing. Nang matapos ang seremonya, inanyayahan ang buong nayon sa piging, at natupad ng kalolo-lolohan ko ang kanyang pangarap na sumayaw sa sarili niyang libing. Nabuhay pa siya nang 20 taon, na kadalasa'y tintingnan kung kasya pa siya sa kanyang kabaong.

Hindi Lang Basta mga Pangalan at Petsa

Hindi ko pa nakita ang kalolo-lolohan ko, pero noon pa man ay paborito ko na ang kanyang kasaysayan na ikinuwento sa akin lolo't lola ko. Araw-araw nagkukuwento ang lolo't lola ko sa aming magkakapatid tungkol sa aming mga ninuno: saan sila nanggaling, ano ang hitsura nila, ang mga pinahalagahan, pangarap, at inaasam nila. Pagkatapos



ng hapunan tuwing Linggo, inilalabas ng lolo't lola ko ang family album namin, at sa bawat pagbuklat ng pahina, nagkakabuhay ang mga kuwento at nabibigkis ang mga puso sa pagmamahalang umaabot hanggang anim na henerasyon. Hindi lang mga lumang litrato na may mga pangalan at petsang nakasulat sa likod. Nasa likod ng bawat litrato ang isang ama o isang ina, isang anak, isang kapatid, at sa gayo'y naipasa ang kanilang pamana, pati na ang iba pang mga tradisyon ng pamilya, sa akin.

Lakas sa Panahon ng Pagsubok

Noong 19 anyos ako, patay na ang mga magulang ko at halos lahat ng malalapit na kapamilya ko, at marami sa mga pag-aaring namana ko ay nawala o ninakaw. At gayon pa ma'y may isang bagay noon na hindi kayang sirain ng mga kalamidad, o maging ng kamatayan: ang pagmamahalang nagbibigkis sa nakaraan, kasalukuyan, at hinaharap ng bawat isa sa aking mga kapamilya. Dahil sa kanilang pagsusumigasig, ang pising nagbibigkis sa mga puso ng aking mga kapamilya ay nagbigay sa akin ng lakas upang makayanan ang mahihirap na kalagayan.

Nang mamatay ang mga magulang at lolo't lola ko, nakadama ako ng napakatinding kalungkutan kaya inisip ko kung magkakaroon ako ng sapat lakas na patuloy na mabuhay. Pinalad akong madama ang kanilang impluwensya mula sa kabila ng tabing, at nakatulong iyon upang magkaroon ako ng malakas na patotoo tungkol sa plano ng kaligtasan, sa kabilang-buhay, at kalaunan, sa mga

ordenansa sa templo na kailangang-kailangan para sa ating kaligtasan. Hindi ko nakilala ang lolo't lola ko sa tuhod o karamihan sa mga tita at tito ko, pero tuwing dadamputin ko ang lumang family album namin na may mga litrato nila, nakikita ko ang sarili ko sa kanilang mga mata. Ganito ang pagkatao ko dahil sa lahat ng nauna sa akin. Ang kanilang mga karanasan at karunungan ay nakatulong sa paghubog ng pagkatao ko at naging gabay ko sa aking buhay.

Ang isa sa mga pinakadakilang kaloob na ibinigay sa akin ng pamilya ko mula pa noong bata ako ay ang kaalaman tungkol sa kasaysayan ng aking pamilya at ang pani-niwala na ako ang koneksyon ng nakaraan sa hinaharap. Alam ko rin na naparito ako sa mundo upang ipamuhay ang sarili kong kasaysayan—upang galugarin at danasin at mahalin ito. Ang kaalamang ito tungkol sa kasaysayan ng aking pamilya ang nagpapalakas sa akin sa kabila ng mga pagsubok sa buhay.

Madalas kong isipin ang aking pamilya na nasa kabilang panig ng tabing at ang mga sakripisyo nila para sa akin upang magkaroon ako ng mas magandang buhay. Iniisip ko ang mga ordenansa sa templo na ginagawang posible na magkasama-sama kaming muli bilang pamilya balang-araw. At iniisip ko ang Pagbabayad-sala ng aking Taga-pagligtas, na ginawang posible ang lahat ng ito. Siya ang nagbayad ng halaga upang tayo ay mabuhay. Dahil dito ay mahal natin Siya at sinasamba nang may pasasalamat ngayon at magpakailanman. ■

Ang awtor ay naninirahan sa New York, USA.





**Ni Elder Larry R.
Lawrence**
Ng Pitumpu



Patuloy ang Digmaan

Patuloy ang digmaang nagsimula sa langit at nagpapatuloy hanggang sa ngayon. Katunayan, umiinit ang labanan habang pinaghahandaan ng mga Banal ang pagbabalik ng Tagapagligtas.

Sinumang sumusubaybay sa mga balita ng buong mundo ay sasang-ayon na nabubuhay tayo sa panahon ng “mga digmaan at alingawngaw ng digmaan” (D at T 45:26). Mabuti na lang, lahat ng tao sa lupa ay beterano sa digmaan. Noon pa tayo nakikipaglaban sa mga hukbo ng kasamaan sa patuloy na digmaang nagsimula sa premortal na daigdig bago tayo isinilang.

Dahil wala pa tayong pisikal na katawan, nakipaglaban tayo sa Digmaan sa Langit nang walang mga espada, baril, o bomba. Ngunit ang labanan ay kasintindi lang ng anumang makabagong digmaan, at bilyun-bilyon ang mga napahamak.

Ang digmaan sa premortal na buhay ay gumamit ng mga salita, ideya, debate, at panghihikayat (tingnan sa Apocalipsis 12:7–9, 11). Ang estratehiya ni Satanas ay takutin ang mga tao. Alam niya na takot ang pinakamainam na paraan para sirain ang pananampalataya. Maaaring gumamit siya ng mga argumentong tulad nito: “Napakahirap.” “Imposibleng makabalik nang malinis.” “Lubhang mapanganib.” “Paano ninyo nalaman na mapagkakatiwalaan ninyo si Jesucristo?” Inggit na inggit siya sa Tagapagligtas.

Mabuti na lang, nangibabaw ang plano ng Diyos sa mga kasinungalingan ni Satanas. Kinailangan ng kalayaang moral para sa sangkatauhan at ng malaking sakripisyo upang maisagawa ang plano ng Diyos. Nagprisinta si Jehova, na kilala natin bilang si Jesucristo, na Siya ang maging sakripisyo—na magdusa para sa lahat ng kasalanan natin. Handa Siyang

Sa Digmaan sa Langit, minahal at sinuportahan natin ang ating Ama sa Langit. Ninais nating maging katulad Niya.

ialay ang Kanyang buhay para sa Kanyang mga kapatid upang ang mga nagsisi ay makabalik nang malinis at kalaunan ay maging katulad ng kaniyang Ama sa Langit. (Tingnan sa Moises 4:1-4; Abraham 3:27.)

Ang isa pang nakatulong kay Jehova na makuha ang tiwala ng mga anak ng Diyos ay ang mga makapangyarihang patotoo ng Kanyang mga tagasuporta, na pinamunuan ni Miguel, ang arkanghel (tingnan sa Apocalipsis 12:7, 11; D at T 107:54). Sa premortal na buhay, ang tawag kay Adan ay Miguel, at ang tawag kay Satanas ay Lucifer, na ibig sabihin ay ang “nagdadala ng liwanag.”¹ Maaaring tila kakaibang pangalan iyan para sa prinsipeng kadiliman (tingnan sa Moises 7:26), ngunit itinuturo sa mga banal na kasulatan na si Satanas ay “anghel ng Diyos na may kapangyarihan sa harapan ng Diyos” bago siya nahulog (tingnan sa D at T 76:25-28).

Paano mahuhulog nang gayon ang isang espiritung labis ang kaalaman at karanasan? Dahil iyon sa kanyang kapaluan. Naghimagsik si Lucifer laban sa ating Ama sa Langit dahil gusto niyang mapasakanya ang kaharian ng Diyos.

Sa kanyang klasikong mensaheng “Beware of Pride,” itinuro ni Pangu-long Ezra Taft Benson (1899-1994) na si Lucifer ay “nangarap na maigalang nang higit sa lahat ng iba pa” at na “ang kanyang palalong hangarin ay agawan ng luklukan ang Diyos.”² Narinig na rin ninyo na ginusto ni Satanas na wasakin ang kalayaan ng tao, ngunit hindi lamang iyon ang dahilan kaya hindi siya kinalugdan ng Diyos. Pinalayas siya sa langit dahil sa paghihimagsik laban sa Ama at sa Anak (tingnan sa D at T 76:25; Moises 4:3).

Bakit tayo nakipaglaban sa diyablo? Nakipaglaban tayo dahil sa ating katapatan. Minahal at sinuportahan natin ang ating Ama sa Langit. Ninais nating maging katulad Niya. Iba ang mithiin ni Lucifer. Ginusto niyang palitan ang Ama (tingnan sa Isaias 14:12-14; 2 Nephi 24:12-14). Isipin kung paano nasaktan ang ating mga Magulang sa Langit sa kataksilan ni Satanas. Sa mga banal na kasulatan,



mababasa natin na “ang kalangitan ay tumangis sa kanya” (D at T 76:26).

Pagkaraan ng isang mainitang kampanya, nanaig si Miguel at ang kanyang mga hukbo. Pinili ng dalawang-katlo ng mga hukbo ng langit na sundin ang Ama (tingnan sa D at T 29:36). Pinalayas si Satanas at ang kanyang mga alagad mula sa langit, ngunit hindi sila itinaon kaagad sa labas na kadiliman. Una, itinaon sila sa daigdig na ito (tingnan sa Apocalipsis 12:7-9), kung saan isisilang si Jesucristo at isasagawa ang Kanyang nagbabayad-salang sakripisyo.

Bakit pinayagang bumaba sa lupa ang mga hukbo ni Satanas? Bumaba sila upang maging oposisyon sa mga taong sinusubukan dito (tingnan sa 2 Nephi 2:11). Itatapon

ba sila kalaunan sa labas na kadiliman? Oo. Pagkatapos ng Milenyo, si Satanas at ang kanyang mga hukbo ay itatakwil magpakailanman.

Alam ni Satanas na bilang na ang kanyang mga araw. Sa Ikalawang Pagparito ni Jesus, si Satanas at ang kanyang mga anghel ay igagapos nang 1,000 taon (tingnan sa Apocalipsis 20:1-3; 1 Nephi 22:26; D at T 101:28). Habang papalapit ang takdang-panahon, ang mga puwersa ng kasamaan ay desperadong nakikibaka upang mabihag ang lahat ng mga kaluluwang makakaya nilang bihagin.

Ipinakita kay Juan na Tagapaghayag ang Digmaan sa Langit bilang bahagi ng isang dakilang pangitain. Ipinakita sa kanya kung paano itinaon si Satanas sa lupa upang tuksuhin ang sangkatauhan. Ito ang reaksiyon ni Juan: “Sa aba ng lupa at ng dagat: sapagka’t ang diablo’y bumaba sa inyo, na may malaking galit, sa pagkaalam niya na kaunting panahon na lamang mayroon siya” (Apocalipsis 12:12).

Kaya paano ginugugol ni Satanas ang kanyang panahon, batid na walang panahong dapat masayang? Isinulat ni Apostol Pedro na “[ang] diyablo, na gaya ng leong umuungal, ay gumagala na humahanap ng masisila niya” (I Ni Pedro 5:8).

Ano ang naghihikayat kay Satanas? Hindi siya kailanman magkakaroon ng katawan, hindi siya kailanman magkakaroon ng asawa o pamilya, at hindi siya kailanman magkakaroon ng kaganapan ng kagalakan, kaya gusto niyang gawing “kaaba-abang katulad ng kanyang sarili” ang lahat ng lalaki at babae (2 Nephi 2:27).

Pinupuntirya ng diyablo ang lahat ng tao, ngunit lalo na yaong mga may potensyal na magtamo ng walang-hanggang kaligayahan. Malinaw na naiinggit siya sa sinumang nasa landas tungo sa kadakilaan. Itinuturo sa mga banal na kasulatan na si Satanas ay “nakidigma sa mga banal ng Diyos, at pinaligiran sila” (D at T 76:29).

Patuloy ang digmaang nagsimula sa langit at nagpapatuloy hanggang sa ngayon. Katunayan, umiinit ang labanan habang pinaghahandaan ng mga Banal ang pagbabalik ng Tagapagligtas.

Ipinropesiya ni Pangulong Brigham Young (1801-77) “na ang Simbahan ay lalaganap, uunlad, lalago at lalawak, at habang lumalaganap ang Ebanghelyo sa mga bansa ng mundo, lumalakas rin ang kapangyarihan ni Satanas.”³

Palagay ko sasang-ayon tayong lahat na ang propesiyang ito ay natutupad na habang minamasdan natin ang pagpasok ng kasamaan sa mga lipunan ng mundo. Itinuro ni Pangulong Young na kailangan nating pag-aralan ang mga taktika ng kaaway para matalo natin siya. Magbabahagi ako ng apat na subok nang estratehiya ni Satanas at ng ilang ideya kung paano labanan ang mga ito.

Mga Estratehiya ni Satanas

1. Tukso. Mapangahas ang diyablo pagdating sa paglalagay ng masasamang ideya sa ating isipan. Itinuturo sa Aklat ni Mormon na si Satanas ay bumubulong ng marurumi at masasamang kaisipan at naghihikayat ng pag-aalinlangan sa ating isipan. Patuloy niya tayong hinihikayat na sundin ang mga panghihimok ng nakalululong na mga hilig at maging maramot at sakim. Ayaw niyang matukoy natin kung saan nagmumula ang mga ideyang ito, kaya bumubulong siya ng, “Hindi ako diyablo, sapagkat walang diyablo” (2 Nephi 28:22).

Paano natin mapaglalaman ang deretsahang panunuk-song ito? Ang isa sa pinakamabibisang kasangkapan ay ita-boy lang si Satanas. Iyan ang gagawin ni Jesus.

Ang nakatala sa Bagong Tipan tungkol sa Tagapagligtas na nasa bundok ng mga tukso ay may itinuturong aral. Matapos ilahad sa Kanya ng diyablo ang bawat tukso, gumamit si Jesus ng dalawang-hakbang na depensa: una, pinaalis Niya si Satanas; pagkatapos ay sumipi Siya mula sa banal na kasulatan.

Bibigyan ko kayo ng halimbawa: “Humayo ka, Satanas,” pag-uutos ni Jesus, “sapagka’t nasusulat, sa Panginoon mong Dios sasamba ka, at siya lamang ang iyong paglilingkuran” (Mateo 4:10). Nakatala sa kasunod na talata, “Nang magkagayo’y iniwan siya ng diablo; at narito, nagsidating ang mga anghel at siya’y pinaglingkuran” (Mateo 4:11). Napakapektibo ng depensa ng Tagapagligtas!

Ang talambuhay ni Pangulong Heber J. Grant (1856-1945) ay nagbibigay ng ideya kung paano nilabanan ni Pangulong Grant ang diyablo noong binata pa siya. Nang matukoy ni Pangulong Grant na bumubulong sa kanya si Satanas noon at nagsisikap na magtanim ng pag-aalinlangan sa kanyang puso, sinabi lang niya nang malakas, “Ginoong Diyablo, tumahimik ka.”⁴

May karapatan kayong paalisin si Satanas kapag naharap kayo sa tukso. Itinuturo sa banal na kasulatan, “[Lumaban] kayo sa diablo, at tatakas siya sa inyo” (Santiago 4:7).

Ang isa pang bahagi ng depensa ng Tagapagligtas ay sumipi sa banal na kasulatan. May dulot na malaking kapangyarihan ang pagsasaulo ng banal na kasulatan, tulad ng ginawa ni Jesus. Maraming epektibong paraan sa mga talata sa banal na kasulatan sa pagharap sa tukso.

Kapag natutukso kayo, maaari ninyong bigkasin ang mga kautusang tulad ng “Alalahanin mo ang araw ng sabath upang ipangilin,” “Ibigin ninyo ang inyong mga kaway,” o “Puspusin ng kabanalan ang iyong mga iniisip nang walang humpay” (Exodo 20:8; Lucas 6:27; D at T 121:45). Hindi lamang natatakot sa kapangyarihan ng banal na kasulatan si Satanas, kundi pinupuspos din nito ng Espiritu



ang inyong puso, muli kayong binibigyan ng katiyakan, at nagpapatatag sa inyo laban sa tukso.

2. Mga kasinungalingan at panlilinlang. Inihayag sa mga banal na kasulatan na si Satanas ang “ama ng kasinungalingan” (2 Nephi 9:9). Huwag maniwala sa kanya kapag bumubulong siya ng mga mensaheng tulad ng “Wala kang nagagawang tama,” “Masyado kang makasalanang para mapatawad,” “Hindi ka magbabago kailanman,” “Walang nagmamahal sa iyo,” at “Wala kang mga talento.”

Ang isa pang kasinungalingang madalas niyang gamitin ay ang sumusunod: “Kailangan mong subukan ang lahat kahit minsan—para magkaroon ka lang ng karanasan. Hindi makakasama sa iyo kung minsan mo lang ito gagawin.” Ang nakayayamot na lihim na ayaw niyang malaman ninyo ay na nakakaadik ang kasalanan.

Ang isa pang epektibong kasinungalingang sinusubukan

sa inyo ni Satanas ay ito: “Ginagawa ito ng lahat. OK lang iyan.” Hindi OK iyan! Kaya sabihin sa diyablo na ayaw ninyong mapunta sa kahariang telestiyal—kahit doon papunta ang lahat.

Bagama’t magsisinungaling sa inyo si Satanas, makakaasa kayo na sasabihin sa inyo ng Espiritu ang katotohanan. Kaya nga napakahalaga ng kaloob na Espiritu Santo.

Ang diyablo ay tinatawag na “ang tusong manlilinlang.”⁵ Tinatangka niyang gayahin ang bawat tunay na alituntuning inilalahad ng Panginoon.

Tandaan, ang mga imitasyon ay hindi kapareho ng mga kabaligtaran. Ang kabaligtaran ng puti ay itim, ngunit ang imitasyon ng puti ay maaaring mamuti-muti o kulay-abo. Ang mga imitasyon ay hawig sa tunay na bagay para linlangin ang mga taong walang muwang. Ang mga ito ay baluktot na bersyon ng isang mabuting bagay, at gaya ng huwad na pera, walang halaga ang mga ito. Ilalarawan ko ito.

Makakaasa kayo na sasabihin sa inyo ng Espiritu ang katotohanan. Kaya nga napakahalaga ng kaloob na Espiritu Santo.



Ang isa sa mga imitasyon ni Satanas sa pananampalataya ay ang pamahiin. Ang kanyang imitasyon sa pagmamahal ay pagnanasa. Ginagaya niya ang priesthood sa pagpapasimula ng huwad na pagkasaserdote, at ginagaya niya ang mga himala ng Diyos sa pamamagitan ng mahika.

Ang kasal sa pagitan ng isang lalaki at isang babae ay inorden ng Diyos, ngunit ang kasal ng magkaparehong kasarian ay imitasyon lamang. Hindi ito nagdudulot ng mga inapo ni ng kadakilaan. Bagama't nalililang ng kanyang mga imitasyon ang maraming tao, hindi ito ang tunay. Ang mga ito ay hindi makapagdudulot ng walang-hanggang kaligayahan.

Binalaan tayo ng Diyos sa Doktrina at mga Tipan tungkol sa mga imitasyon. Sabi niya, “Yaong hindi nakapagpapati-bay ay hindi sa Diyos, at ito ay kadiliman” (D at T 50:23).

3. Pagtatalo. Si Satanas ang ama ng pagtatalo. Itinuro ng Tagapagligtas, “Kanyang inuudyukan ang mga puso ng tao na makipagtalo nang may galit sa isa’t isa” (3 Nephi 11:29).

Natutuhan ng diyablo mula sa maraming taon ng karanasan na kapag may pagtatalu-talo, lilisan ang Espiritu ng Panginoon. Mula nang makumbinsi niya si Cain na patayin si Abel, naimpluwensyahan na ni Satanas ang magkakapatid na mag-away-away. Nagpapasimula rin siya ng mga problema sa pagsasama ng mga mag-asawa, sa mga miyembro ng ward, at sa pagitan ng mga missionary companion. Nalulugod siyang makitang nagtatalo ang mabubuting tao. Sinisikap niyang magpasimula ng mga pagtatalo sa pamilya bago magsimba sa araw ng Linggo, bago mag-family home evening sa Lunes ng gabi, at tuwing magpapalano ang isang mag-asawa na dumalo sa sesyon sa templo. Madaling matukoy ang itinakda niyang panahon.

Kapag may pagtatalo sa bahay ninyo o sa trabaho, agad tumigil anuman ang ginagawa ninyo at hangaring makipagbati. Hindi mahalaga kung sino ang nagpasimula nito.

Ang pagtatalo kadalasan ay nagsisimula sa paghahanap ng mali. Itinuro ni Joseph Smith na “binibilog ng diyablo ang ating ulo at sinasabing napakabuti natin, samantalang nakatuon tayo sa mga kamalian ng iba.”⁶ Kung iisipin ninyo, ang pagmamalinis ay imitasyon lamang ng tunay na kabutihan.

Gustung-gusto ni Satanas na magpalaganap ng pagtatalo sa Simbahan. Dalubhasa siya sa pagtuturo ng mga kamalian ng mga pinuno ng Simbahan. Binalaan ni Joseph Smith ang mga Banal na ang unang hakbang tungo sa apostasiya ay ang mawalan ng tiwala sa mga pinuno ng Simbahan.⁷

Halos lahat ng babasahing anti-Mormon ay batay sa mga kasinungalingan tungkol sa pagkatao ni Joseph Smith. Pinagsusumikapan ng kaaway na siraan si Joseph dahil ang mensahe ng Panunumbalik ay nakasalalay sa salaysay ng Propeta tungkol sa nangyari sa Sagradong Kakahuyan. Mas pinagsisikapan ngayon ng diyablo na pag-alinlanganan ng mga miyembro ang kanilang patotoo tungkol sa Panunumbalik.

Sa mga unang araw ng ating dispensasyon, maraming maytaglay ng priesthood ang hindi nanatiling tapat sa propeta, na pinagsisihan nila. Isa sa kanila si Lyman E. Johnson, na natiwalag sa simbahan dahil sa masamang pag-uugali. Kalaunan ay ikinalungkot niya ang pagtalikod sa Simbahan: “Ipapaputol ko ang kanang kamay ko, kung mapaniniwalaan ko itong muli. Noong naniniwala pa ako puno ako ng kagalakan at kasayahan. Masaya ang mga panaginip ko. Pagkagising ko kinaumagahan tuwang-tuwa ako. Masaya ako araw at gabi, puspos ng kapayapaan at kagalakan at pasasalamat. Pero ngayon ay sobra ang kadiliman, pasakit, dalamhati, at kalungkutan. Hindi na ako nakaranas ng masayang sandali simula noon.”⁸

Isipin ninyo ang mga salitang iyon. Babala ito sa lahat ng miyembro ng Simbahan.

Convert ako sa Simbahan. Nabinyagan ako noong 23 anyos ako na young single adult na nag-aaral ng medisina sa Arizona, USA. Alam ko mismo kung paano sinisikap ni Satanas na lituhin ang mga investigator at pigilan sila sa paghahanap ng katotohanan.

Sa buong kabataan ko, namasdan ko ang mga halimbawa ng mga kaibigan kong Banal sa mga Huling Araw. Humanga ako sa paraan ng kanilang pamumuhay. Nagpasiya akong alamin ang iba pa tungkol sa Simbahan, pero ayaw kong sabihin kaninuman na pinag-aaralan ko ang Mormonismo. Para maiwasan ang pamimilit ng mga kaibigan ko, nagpasiya akong gawing lihim ang pagsisiyasat ko.

Nangyari ito noon pa bago nagkaroon ng internet, kaya nagpunta ako sa public library. Nakakita ako ng kopya ng Aklat ni Mormon at ng isang aklat na pinamagatang *A Marvelous Work and a Wonder*, ni Elder LeGrand Richards (1886–1983) ng Korum ng Labindalawang Apostol. Sinimulan kong basahin ang mga aklat na ito nang may matinding hangarin, at nakakatuwang basahin ang mga ito.

Habang nasasabik ang aking espiritu na malaman pa ang iba, nagsimulang bumulong si Satanas sa aking tainga. Sinabi niya sa akin na para lubos akong walang panigan, kailangan ko ring basahin ang isinulat ng mga kritiko ng Simbahan. Bumalik ako sa public library at nagsimula akong tumingin sa paligid. Tulad ng aking inaasahan, nakakita ako ng isang aklat na naninira kay Propetang Joseph.

Nalito ako nang mabasa ko ang aklat na ito na anti-Mormon. Nawala ang magiliw na diwa at impluwensya na gumabay sa aking pagsisiyasat. Pinanghinaan ako ng loob at ititigil ko na sana ang paghahanap ko ng katotohanan. Nagdasal ako na masagot ako habang binabasa ko ang babasahing anti-Mormon!

Nagulat ako nang tawagan ako sa telepono ng isang kaibigan ko noong hayskul na nag-aaral sa Brigham Young



University. Inanyayahan niya akong bisitahin siya sa Utah, na nangakong magugustuhan ko ang magagandang tana-win sa paglalakbay. Wala siyang kamalay-malay na lihim kong pinag-aaralan ang kanyang Simbahan.

Tinanggap ko ang kanyang imbitasyon. Iminungkahi ng kaibigan ko na pumunta kami sa Salt Lake City para bisitahin ang Temple Square. Nagulat siya sa masiglang sagot ko. Wala siyang kamalay-malay na interesado talaga akong malaman ang katotohanan tungkol kay Joseph Smith at sa Panunumbalik.

Malaking tulong ang mga sister missionary sa Temple Square. Hindi nila alam na nasagot nila ang marami sa mga tanong ko. Nakaimpluwensya ang kanilang patotoo para “pagdudahan [ko] ang [aking] pagdududa,” at nagsimulang

***Pinupuntirya ng diyablo ang lahat
ng tao, ngunit lalo na ang mga
may potensyal na magtamo ng
walang-hanggang kaligayahan.***

lumago ang aking pananampalataya. Ang kapangyarihan ng taos-pusong patotoo ay hindi maaaring balewalain.

Nagpatotoo rin sa akin ang kaibigan ko at inanyayahan akong ipagdasal at itanong sa Diyos kung totoo ang Simbahan. Sa mahabang biyahe pabalik sa Arizona, nagsimula akong magdasal nang may pananampalataya—sa unang pagkakataon “nang may matapat na puso, na may tunay na layunin” (Moroni 10:4). Sa isang bahagi ng paglalakbay na iyon, tila nagliwanag nang husto ang buong kotse ko. Nalaman ko mismo na mapapawi ng liwanag ang kadiliman.

Matapos akong magpasiyang magpabinyag, humirit ang diyablo sa huling pagkakataon. Inimpluwensyahan niya ang aking pamilya, na ginawa ang lahat para hadlangan ako, at ayaw nilang dumalo sa binyag ko.

Nabinyagan pa rin ako, at unti-unting lumambot ang puso nila. Nagsimula silang tumulong sa pagsasaliksik ko ng aking family history. Makalipas ang ilang taon, bininyagan ko ang nakababata kong kapatid na lalaki. Ang kaibigang nag-anyaya sa akin na bisitahin siya sa Utah ay asawa ko na ngayon.

4. Pagpapahina ng loob. Epektibong ginagamit ni Satanang ang kasangkapang ito sa pinaka-matapat na Banal kapag bigo na ang lahat. Para sa akin, kapag pinanghihinaan na ako ng loob, nakakatulong ito para matukoy ko kung sino ang nagtatangkang pabagsakin ako. Dahil dito naisip kong sumigla—para lang biguin ang diyablo.

Ilang taon na ang nakararaan, nagbigay ng mensahe si Pangulong Benson na tinatawag na “Huwag Panghinaan ng Loob.” Sa magandang mensaheng iyon, nagbabala siya, “Si Satanang ay lalong nagsisikap na madaig ang mga Banal sa pamamagitan ng kalungkutan, kabiguan, kawalang pag-asa, at depresyon.”¹⁰ Hinimok ni Pangulong Benson ang mga miyembro ng Simbahan na mag-ingat, at nagbigay siya ng 12 makatotohanang mungkahi upang mapaglalaman ang panghihina ng loob.

Kabilang sa kanyang mga mungkahi ang paglilingkod sa iba; pagsisipag at pag-iwas sa katamaran; pagkakaroon ng mabubuting kaugaliang pangkalusugan, na kinabibilangan ng pag-eehersisyo at pagkain ng mga pagkaing nasa kaniyang natural na estado; paghingi ng basbas ng priesthood; pakikinig sa nagbibigay-inspirasyong musika; pagbibilang ng mga pagpapala; at pagtatakda ng mga mithiin. At higit sa lahat, tulad ng itinuturo sa mga banal na kasulatan, lagi tayong manalangin para madaig natin si Satanang (tingnan sa D at T 10:5).¹¹

*Nanginginig si Satanang kapag nakikita niya
Na nakaluhod ang banal na pinakamahina.*¹²

Mahalagang malaman na may mga limitasyon ang kapangyarihan ng kasamaan. Ang Panguluhanang Diyos ang nagtatakda sa mga limitasyong iyon, at hindi pinapayagang lumagpas diyan si Satanang. Halimbawa, tinitiyak sa atin ng mga banal na kasulatan na “ang kapangyarihan ay hindi ibinigay kay Satanang upang tuksuhin ang maliliit na bata” (D at T 29:47).

Ang isa pang mahalagang limitasyon ay na hindi alam ni Satanang ang ating mga iniisip maliban kung sasabihin natin sa kanya. Ipinaliwanag ng Tagapagligtas, “Wala nang iba pa kundi Diyos lamang ang nakaalam ng iyong mga saloobin at hangarin ng iyong puso” (D at T 6:16).

Marahil ay ito ang dahilan kaya tayo binigyan ng Panginoon ng mga kautusang tulad ng “Huwag bumunglung-bulong” (D at T 9:6) at “Huwag kayong magsasalita ng masama sa inyong kapwa” (D at T 42:27). Kung matututo kayong magpigil ng dila (tingnan sa Santiago 1:26), hindi kayo magbibigay ng labis na impormasyon sa diyablo sa huli. Kapag nakarinig siya ng pagbulung-bulong, pagrereklamo, at pamimintas, itinatala niyang lahat iyan. Ang mga negatibong salita ninyo ay naglalantad sa inyong mga kahinaan sa kaaway.

May magandang balita ako sa inyo. Ang mga hukbo ng Diyos ay mas malaki kaysa mga hukbo ni Lucifer. Tumitingin kayo sa paligid at isipin sa inyong sarili, “Pasama nang pasama ang mundo. Si Satanang yata ang nagwawagi sa digmaan.” Huwag magpalinlang. Ang totoo ay, mas marami tayo kaysa sa kaaway. Tandaan, dalawang-katlo sa mga anak ng Diyos ang pumili sa plano ng Ama.

Mga kapatid, tiyakin na nasa panig kayo ng Panginoon sa pakikibaka. Tiyakin na bitbit ninyo ang espada ng Espiritu.

Dalangin ko na sa pagwawakas ng buhay ninyo, masasabi ninyo ang sinabi ni Apostol Pablo, “Nakipagbaka ako ng mabuting pakikipagbaka, natapos ko na ang aking takbo, iningatan ko ang pananampalataya” (II Kay Timoteo 4:7). ■

MGA TALA

1. Gabay sa mga Banal na Kasulatan, “Lucifer,” scriptures.lds.org.
2. Ezra Taft Benson, “Beware of Pride,” *Ensign*, Mayo 1989, 5.
3. *Discourses of Brigham Young*, pinili ni John A. Widtsoe (1954), 72.
4. Tingnan sa Francis M. Gibbons, *Heber J. Grant: Man of Steel, Prophet of God* (1979), 35–36.
5. Tingnan, halimbawa, sa Dieter F. Uchtdorf, “Mahalaga Kayo sa Kanya,” *Liahona*, Nob. 2011, 20; Gordon B. Hinckley, “Sa Panahon Natin Ngayon,” *Liahona*, Ene. 2002, 86.
6. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith* (2007), 532.
7. Tingnan sa *Mga Turo: Joseph Smith*, 372.
8. Lyman E. Johnson, sa Brigham Young, *Deseret News*, Ago. 15, 1877, 484.
9. Dieter F. Uchtdorf, “Halina, Sumama sa Amin,” *Liahona*, Nob. 2013, 23.
10. Ezra Taft Benson, “Do Not Despair,” *Ensign*, Nob. 1974, 65.
11. Tingnan sa Ezra Taft Benson, “Do Not Despair,” 65–67.
12. William Cowper, sa Robert Andrews, comp., *The Concise Columbia Dictionary of Quotations* (1987), 78.

MGA LARAWAN NG PANANAMPALATAYA

Si Skaidrīte ay isa sa pinakamasasayang taong nakilala ko. Parang perpekto ang buhay niya. Ngunit noong bata siya ay nakatira siya sa lasenggang nanay niya, na walang kakayahan para alagaan siya at ang kapatid niyang babae. Hawak ni Skaidrīte ang kamay ng kapatid niya nang mamatay ito sa gutom. Simula sa edad na 8, nakitira si Skaidrīte sa iba-ibang bahay-ampunan. Siya ay sinipa, binugbog, at pinagbawalang magdasal. Tinrato siyang parang alipin. Sa paglipas ng mga taon, naisip niyang magpakamatay.

Pagkaraan ng ilang taon, sa paghahanap ng pag-asa, pumasok si Skaidrīte sa isang LDS meetinghouse.

LESLIE NILSSON, PHOTOGRAPHER

Skaidrīte Bokuma

Liepāja, Latvia

“Isang sister missionary ang bumati sa akin at ngumiti. Aka-la ko’y isa siyang anghel. Simula nang araw na iyon, nagbago na ang buhay ko. Labingpitong taon na ngayon ang nakalipas, at lahat ng iniisip ko para waka-san ang buhay ko ay naglaho. Ngayon, maganda na ang pananaw ko. Kapag may mga pasanin ako, ipinaubaya ko ito sa Diyos. Natuto na akong umasa sa Kanya sa lahat ng bagay. Maganda ang buhay para sa akin.”

Alamin kung paano makikilala at matutulungan ang mga nag-iisip na magpakamatay sa lds.org/go/41739.





HUWAG SANA NINYONG PATUGTUGIN ANG AWITING IYAN

Ilang taon na ang nakararaan, nakatira kami ng pamilya ko sa Veracruz, Mexico, kung saan nag-aral ng elementarya ang mga anak ko. Tuwing umaga kapag tinutulungan ko ang tatlong anak ko na maghandang pumasok sa paaralan, nakikinig kami sa radyo—sa pinakapopular na istasyon sa lungsod—na may isang kaaya-ayang programa na pinangangasiwaan ng isang binatang radio announcer.

Nagsimula kaming makarinig ng isang awiting madaling sundan. Nang mas pagtuunan ko ng pansin ang mga titik, natanto ko na ang mga sinasabi nito, bagama't hindi bastos, ay mahalay at magaspang.

Determinado kong sinabi sa mga anak ko, “Hindi tayo maaaring makinig sa ganitong klase ng pananalita.” Siguro ni hindi nila pinansin ang mga titik ng awitin, pero talagang nagtuon sila ng pansin sa himig ng tono nito.

Nakita nilang pinatay ko ang stereo at tinanong nila ako kung ano ang ginagawa ko. “Sasabihin ko sa radio announcer na alisin ang awiting iyon sa programa.” Ang pagkamangha nila ay naghikayat sa akin na ipagpatuloy ang paggawa ng hakbang.

Hindi sila makapaniwala at maging ako man, pero dinampot ko ang telepono at tinawagan ko ang istasyon ng radyo. Hindi ko inasahang may sasagot, pero nagulat ako nang halos agad-agad ay sinagot ang tawag ko ng radio announcer ding iyon na karirinig lang namin sa programa.

Sinabi ko sa kanya na hindi ako sang-ayon na pakinggan ang awiting iyon, dahil maraming pamilyang

Nang marinig namin sa radyo ang isang nakatutuwang awitin na madaling sundan, natuon ang pansin ko sa mga titik nito.

nakikinig sa radyo sa oras na iyon ng umaga. Itinanong niya kung ano ang imumungkahi kong ipalit dito, pero napakahinahon niyang magsalita kaya hiniling ko na lang na huwag niyang patugtugin ang awiting iyon sa oras na nasa bahay ang mga bata.

Hindi ko kailanman nalaman kung dinig sa radyo ang tawag ko, pero nagpasalamat na lang ako na nakinig ang radio announcer. At nang sumunod na ilang araw, masasabi ko na pinagbigyan ang kahilingan ko.

Pinagtibay sa akin ng karanasang iyon na dapat tayong maging mata-pang kapag nasa mga kamay natin ang paggawa ng desisyon at kailangan nating gawin ang nararapat para protektahan ang ating mga anak laban sa masasamang impluwensya. Kapag ginawa natin ito, patuloy tayong mapapatnubayan ng Espiritu Santo. ■

Maria Hernandez, Texas, USA



ANG NAWAWALANG PITAKA

Kamakailan ay lumipat ako sa isang bagong tirahan at humingi ako ng tulong sa ilang miyembro ng Simbahan sa isang proyekto sa bahay ko. Sa kalagitnaan ng proyekto, umalis ako para bumili ng ilang materyales na kailangan namin para makatapos. Nang matapos namin ang proyekto, natanto ko na nawawala ang pitaka ko. Nag-alala ako dahil nasa loob ng pitaka ko ang lahat ng personal kong mga dokumento kasama ang pera ko na katatanggap ko lang mula sa isang kliyente nang umagang iyon. Binalikan ko ang mga dinaanan ko papunta sa binilhan ko pero hindi ako sinuwerte. Umuwi ako at naghanap para matiyak kung nalaglag ko ito sa kung saan, pero hindi ko pa rin iyon natagpuan. Sinimulan kong isipin ang posibilidad na kailangan kong kumuha ng panibagong mga kopya ng lahat ng dokumento. At bago ako umalis ng bahay, nagtanong ang isang kaibigan, “Nagdasal ka na ba?”

Agad kong naisip, “Siyempre nagdasal na ako!”

Pero ang totoo, hindi ako nagdasal nang may tunay na layunin. Sa halip, gusto kong ipilit ang kalooban ko sa Ama sa Langit at kahit paano’y gawing tungkulin Niya na tulungan akong mahanap ang pitaka ko. Pero naalala ko ang talata sa banal na kasulatan sa Isaias 55:8: “Sapagka’t ang aking mga pagiisip ay hindi ninyo mga pagiisip, o ang inyo mang mga lakad ay aking mga lakad, sabi ng Panginoon.”

Pagsapit ng Linggo nagsimba ako, at sinabi sa akin ng isang miyembrong



Hiniling ko sa Ama sa Langit na sagutin ang aming panalangin para lumakas ang pananampalataya ng aking asawa at ng mga anak ko.

nakasama ko sa araw bago ang araw na iyon na nanalangin siya nang taimtim sa Ama sa Langit na matagpuan ko ang pitaka ko. Nadama raw niya na matatagpuan ko ito. Kalaunan, nang maupo ako para sa aking personal na pag-aaral, sinimulan kong basahin ang *Receiving Answers to Our Prayers* ni Elder Gene R. Cook, na emeritus member ng Pitumpu. Ikinuwento sa unang pahina ang isang problemang katulad ng sa akin: nawala ng anak na lalaki ni Elder Cook ang kanyang pitaka, kaya nagtipun-tipon ang pamilya at nanalangin sa Panginoon na matagpuan nila ito.

Pagkatapos mabasa ang karanasang iyon, ginamit ko ang natutuhan ko at tinipon ko ang asawa ko’t mga anak. Tumayo kami nang pabilog, at bawat isa ay nagdasal, na sumasamo sa Panginoon na tulungan

kaming matagpuan ang pitaka kung lolooobin Niya.

Nasaksihan ko na dati ang kapangyarihan ng panalangin, pero pagkatapos, nang manalangin ako nang sarilinan, hiniling ko sa Ama sa Langit na sagutin ang aming panalangin para lumakas ang pananampalataya ng aking asawa at ng mga anak ko.

Kinabukasan tinawagan ako ng isang lalaki. Natagpuan daw niya ang pitaka ko, pati na ang pera. Napaiyak akong parang bata dahil sinagot ang panalangin ko at lumakas ang pananampalataya ng pamilya ko.

Alam ko na ang Ama sa Langit, kahit napakarami Niyang anak na aasikasuhin, ay sumasagot sa bawat isa sa atin alinsunod sa Kanyang takdang panahon at sa Kanyang paraan. ■

Luiz Marcelino, Goiás, Brazil

INILIGTAS SA FOYER

Kadalasan ay kailangang mag-trabaho ang asawa ko tuwing Linggo, kaya naiiwan akong mag-isa para dalhin sa simbahan ang apat na anak namin. Isang partikular na Linggo sa sacrament meeting, nag-aaway ang dalawang maliliit kong anak. Nakuha ko ang interes ng isa sa kanila sa isang aklat, at gusto naman itong kunin ng kanyang kapatid. Sinubukan kong magbigay ng makakain, mga laruan, at pangkulay, pero walang umubra. Napagod ako sa mga anak ko, na parang hindi kayang maupo nang tahimik sa loob ng isang oras.

Dumukot ako ng isang maliit na laruan sa bag ko at ibinigay ito sa isang-taong-gulang na anak ko. Agad sumigaw ang tatlong-taong-gulang kong anak na si Tyson, habang hinhampas ang bunso niyang kapatid, sa pagsisikap na agawin ang laruan. Hiyang-hiya ako nang kargahin ko ang dalawang batang sumisigaw at nag-aaway papunta sa foyer.

Agad nabasa ng mainit na luha ang aking mukha. Bakit kailangan akong mahirapan nang husto? Ginagawa ko ang gustong ipagawa sa akin ng Ama sa Langit sa pagdadala ng pamilya ko sa simbahan, hindi ba? Pero hindi ko na kayang gawin iyon. Nakakapagod at nakakahiyang sawaying mag-isa ang mga anak ko sa sacrament meeting linggu-linggo. Ayaw ko nang bumalik kahit kailan.

Naupo ako na iniisip ito sa loob lamang ng mga 15 segundo, at pagkatapos ay isang babaeng hindi ko gaanong kilala ang sumunod sa akin sa foyer. Ang pangalan niya ay Sister Beus. Karaniwa'y mag-isa siya sa upuan, dahil naglilingkod sa

Napagod ako sa mga anak ko, na parang hindi kayang maupo nang tahimik sa loob ng isang oras.



PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNIS

bishopric ang kanyang asawa at malalaki na ang kanyang mga anak. Sabi niya, “Lagi kang nag-iisa rito! Nakikita ko na hirap na hirap ka. Puwede ko bang itabi sa akin si Tyson?” Ni wala akong maisip na isasagot! Tumango na lang ako nang hawakan niya sa kamay at akayin si Tyson, na ngayo’y panatag at masaya na, pabalik sa chapel.

Pinunasan ko ang luha ko, kinarga ko ang baby ko, at mapakumbaba akong bumalik sa loob ng chapel para ituloy ang pagdalo sa pulong nang mapayapa.

Nang sumunod na Linggo habang papasok kami sa sacrament meeting, hinanap ni Tyson ang bago niyang kaibigan. Sa gabi nagdarasal niya ng, “Salamat po, Ama sa Langit, kay Sister Beus. Mahal na mahal ko po siya!”

Mahigit tatlong taon na ang nakalipas, at madalas pa ring hanapin ni Tyson si Sister Beus sa chapel. Noong isang taon natawag itong maging guro ni Tyson sa Primary. Siya ang pinakamasayang batang nabubuhay.

Labis ang pasasalamat ko kay Sister Beus at sa kahandaan niyang mahal in at paglingkuran ang iba. Alam ko na mapagpapala natin ang buhay ng iba kapag naglingkod tayo na tulad ng Tagapagligtas. ■

Kristi Lewis, Utah, USA

TAPOS NA!

Sa mga pag-iinterbyu ko bilang bishop isang Linggo ng hapon, nagkaroon ako ng pagkakataong maupo at makausap ang isang mabuting kaibigan tungkol sa ilang hamon na kanyang kinakaharap. Matapos pakinggan ang kanyang mga problema nang ilang minuto, nadama ko na ang kailangan niyang gawin ay palagiang magbasa ng mga banal na kasulatan. Naalala ko rin na, bilang kanyang bishop, dapat ay palagian din akong mag-aral ng mga banal na kasulatan, isang bagay na nahihirapan akong gawin. Kaya iminungkahi ko na “magbantayan” kami sa pagsisikap na mag-aral nang mas palagian.

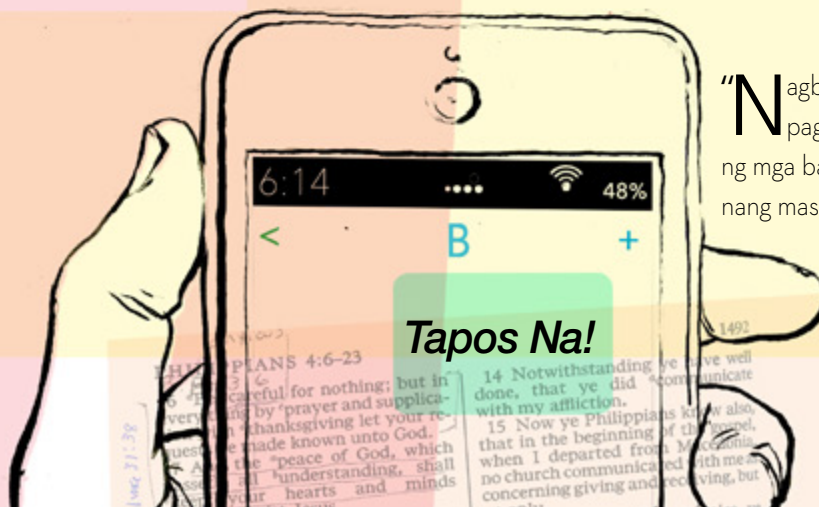
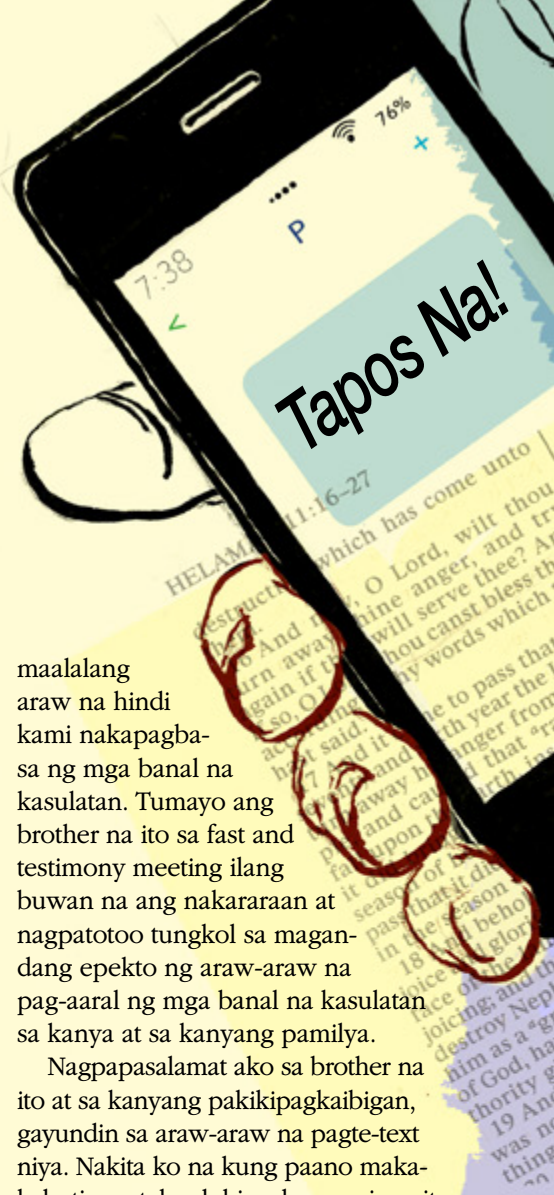
Araw-araw matapos kaming magbasa ng mga banal na kasulatan, nagte-text kami sa isa’t isa ng *Tapos na!* Ang pagkaalam na may ibang naghihintay na marinig kung nakatapos sa pagbabasa ang isa o hindi pa sa araw na iyon ay nakahikayat nang husto sa aming dalawa. Kung nakalimot ang isa sa amin, paalala sa amin ang makatanggap ng text. Kapag hindi nag-text ang isa, hindi siya pinagagalitan dahil doon. Hinahayaan naming tanggapin ng bawat isa ang hamong ito nang hindi ipinararamdam sa isa na nagkulang siya.

Anim na buwan na naming sinimulan ang hamon, at wala akong

maalalang araw na hindi kami nakapagbasa ng mga banal na kasulatan. Tumayo ang brother na ito sa fast and testimony meeting ilang buwan na ang nakararaan at nagpatotoo tungkol sa magandang epekto ng araw-araw na pag-aaral ng mga banal na kasulatan sa kanya at sa kanyang pamilya.

Nagpapasalamat ako sa brother na ito at sa kanyang pakikipagkaibigan, gayundin sa araw-araw na pagte-text niya. Nakita ko na kung paano makakabuti ang teknolohiya, kapag ginamit nang wasto, sa ating buhay. Nagpapasalamat din ako sa mga banal na kasulatan at kung paano nagpapatotoo ang mga ito tungkol kay Cristo. Alam ko na ginagawang posible ng nagbabayad-salang sakripisyo ng Tagapagligtas na makabalik ang bawat isa sa atin sa Kanyang piling balang-araw. ■
Alex Whibley, British Columbia, Canada

“Nagbantayan” kami sa pagsisikap na mag-aral ng mga banal na kasulatan nang mas palagian.





ANG INYONG PERSONAL NA LIAHONA

"Hindi dapat itupi at itago ang inyong patriarchal blessing. Hindi ito dapat ikuwadro o ipagsabi. Sa halip, dapat itong basahin. Dapat itong mahalin. Dapat itong sundin. Gagabayan kayo ng inyong patriarchal blessing sa pinakamatindi ninyong pagsubok. Gagabayan kayo nito sa mga panganib sa buhay. . . . Ang inyong patriarchal blessing ay inyong personal na Liahona na aakay at gagabay sa inyo."

Pangulong Thomas S. Monson, "Your Patriarchal Blessing: A Liahona of Light,"
Ensign, Nob. 1986, 66.



Pag-unawa sa Iyong Patriarchal Blessing



Nina Allie Arnell at Margaret Willden

Ang buhay ay puno ng paggawa ng desisyon: *Saan ako dapat mag-aral? Ano ang dapat kong pag-aralan? Dapat ba akong magmisyon? Sino ang pakakasalan ko?* Kung binigyan kayo ng personal na mapa para gabayan kayo sa mga desisyon sa buhay, susundin ba ninyo ito?

Binigyan tayo ng Ama sa Langit at ni Jesucristo ng gayong mapa—ang mga patriarchal blessing—para bigyan tayo ng direksyon sa buhay. Bagama't pinagkalooban tayo ng kalayaang makagawa ng sarili nating mga desisyon, malilina ng mga patriarchal blessing kung anong mga landas ang magdudulot ng pinakamalaking kaligayahan.

Ngunit hindi sapat ang magkaroon lang ng mapa. Kailangan nating pag-aralan, unawain, at ipamuhay ang kahulugan ng nakasaad sa mapa. Gayundin, kapag naunawaan ninyo ang pananalitang ginamit sa inyong patriarchal blessing—ang inyong personal na gabay sa buhay—mahihiwatigan ninyo kung sino kayo sa paningin ng Diyos at kung ano ang maaari ninyong kahinatnan.

Tuklasin ang Inyong Lipi

Ang una at pinakamahalaga, ipinapahayag sa inyong patriarchal blessing

ang inyong lipi, o ang partikular na lipi sa labindalawang lipi ni Jacob (na kalaunan ay tinawag na Israel) na kinabibilangan ninyo. Bagama't hindi lahat tayo ay literal na inapo ni Jacob, itinuturo sa atin sa mga banal na kasulatan na ang mga miyembro ng Simbahan ay inampon sa sambahayan ni Israel: “Sapagkat kasindami ng tatanggap ng Ebanghelyong ito ay tatawagin alinsunod sa inyong pangalan, at ibibilang sa inyong mga binhi, at magbabangon at papupurihan ka, bilang kanilang ama” (Abraham 2:10).

Sabi ni Shelisa Schroepel ng Utah, USA, “Ang pagkaunawa na nagmula ako sa sambahayan ni Jacob ay nakakatulong para maunawaan ko ang aking layunin sa buhay na ito at bakit ako tinatawag sa partikular na mga tungkulin sa Simbahan.”

Ang inyong patriarchal blessing ay maaari ding maglarawan ng anumang kaugnay na mga pagpapala na kaakibat ng inyong partikular na lipi. Halimbawa, maraming miyembro ng Simbahan ang kabilang sa lipi ni Ephraim, na isang liping may kakaibang responsibilidad na ipalagana ang mensahe ng ipinangumalik na ebanghelyo sa mundo (tingnan sa Deuteronomio 33:13–17; D at T 133:26–34).

Ang pagtukoy sa mga bahagi ng inyong basbas ay makakatulong sa pagkakaroon mo ng direksyon sa buhay.

Hanapin ang Personal na Payo

Kapag ginamit nang wasto, sa tulong ng mapa ay hindi maliligaw ang isang manlalakbay. Gayundin, sa paglalakbay na ito sa lupa, makapagbibigay ng payo at patnubay ang inyong patriarchal blessing sa inyong buhay. Ang inyong patriarchal blessing ay hindi lamang sinasabi sa inyo kung ano ang gagawin, kundi makapagbibigay ito ng personal na ideya kung aling mga landas—kung tatahakin nang may pananampalataya—ang magpapaalam sa inyo kung nakaayon ang inyong buhay



MGA TIP SA PAG-AARAL

- Tukuyin ang payo, mga babala, talento, at pangako sa inyong patriarchal blessing. Ipagdasal kung paano ito naaangkop sa kasalukuyang yugto ng inyong buhay.
- Buong-buhay na pag-aralan nang lubusan at madalas ang inyong blessing. Ang isang pangungusap ay maaaring magkaroon ng maraming kahulugan sa inyo sa iba't ibang panahon.
- Tandaan na hindi binabanggit sa patriarchal blessing ang lahat ng aspeto ng inyong buhay. Kahit hindi binanggit ang isang mahalagang mithiin sa blessing ninyo, mahalaga pa ring pagsikapan itong makamit.
- Maging masunurin sa ebanghelyo. Ang mga pagpapala sa inyong patriarchal blessing ay nakasalalay sa inyong kabutihan.
- Magtakda ng mga mithiin na magkaroon ng mga kaloob at malinang ang mga talentong binanggit sa blessing ninyo.
- Pag-isipan kung saan papunta ang buhay ninyo at kung saan ninyo gustong makarating. Paano ninyo inaayon ang inyong mga mithiin sa inyong patriarchal blessing?
- Isiping gumawa ng kopya ng inyong patriarchal blessing para mapag-aralan ninyo ito. Maaari ninyong isulat ang mga ideya, markahan ang mga salitang namumukod-tangi, at pansinin ang mga banal na kasulatan na nauugnay sa inyong basbas.

sa kalooban ng Ama sa Langit. Habang pinag-aaralan ninyo ang inyong patriarchal blessing at hinahangad ninyong mamuhay sa paraang nag-aanyaya sa Espiritu ng Panginoon, magkakaroon kayo ng kaligtasan, kagalakan, at direksyon.

Sabi ni Gabriel Paredes ng Lima, Peru, “Lubusan ko lang nagamit sa pamilya ko ang ilan sa mga payong ibinigay sa akin sa blessing ko nang mabuklod ako sa aking asawa.

“Kamakailan ay nag-isip kami kung ano ang magagawa namin para palakasin at patatagin ang aming bagong pamilya. Sinagot ang mga tanong namin sa pamamagitan ng aking patriarchal blessing. Doon ay pinayuhan ako na bigyan ng prayoridad ang paggalang, pagpaparaya, at pagmamahal sa aking pamilya, dahil ito ang ilan sa mahalagang pundasyon ng ebanghelyo ni Jesucristo.

“Nang magtuon kami rito, nalampasan naming mag-asawa ang mga problema. May mga pagsubok pa rin kami sa pamilya paminsan-minsan, pero masaya kami. Nadama ko na ipinapaalala sa akin ng Panginoon kung paano ako magkakaroon ng pamilyang ipinangako Niya sa akin. Alam ko na nangungusap ang Panginoon sa pamamagitan ng mga patriarchal blessing at ang payo roon ay dapat gamitin sa ating buhay.”

Sundin ang mga Payo

Hindi naman mamarkahan sa mapa ang bawat panganib sa daan, ngunit mabuti na lang, madalas magbigay ng mga babala ang mga patriarchal blessing para protektahan tayo sa daan. Nakakatulong ang ilan sa mga payong ito na maprotektahan tayo laban sa impluwensya ni Satan; ang iba naman ay para maliwanagan tayo kung paano natin madaraig ang ating likas na pagkatao.

Para kay Caitlin Carr ng Utah, hindi kaagad naging malinaw ang ilan sa mga payo sa kanyang patriarchal blessing, ngunit nang pag-aralan niya kalaunan ang kanyang basbas ay nagkaroon siya ng mga bagong ideya.

“Nang matanggap ko ang aking patriarchal blessing, binalaan ako na may mga tao na susubukan at hihikayat akong lumayo sa katotohanan sa nakasisiya nilang pananalita. Hindi ko ito gaanong inisip; matibay ang paniniwala ko sa mga doktrinang itinuro sa akin.

“Gayunman, nang sumunod na taon ay naharap ako sa mga ideya at pilosopiya na sa unang tingin ay tila nakasalig sa katarungan at pagmamahal ngunit hindi pala. Ang mga mensaheng ito ay tila nagmumula sa lahat ng dako: sa media, paaralan, kahit sa malalapit na kaibigan. Kahit alam ko na ang mga pilosopiyang ito ay salungat sa plano ng Diyos, ginusto kong suportahan kapwa ang mga bagong makamundong ideyang ito at ang Simbahan. Hindi nagtagal natanto ko na ‘walang taong makapaglilingkod sa dalawang panginoon’ (Mateo 6:24) at na hindi ako dapat umasa sa karunungan ng tao. Nilutas ng Ama sa Langit ang aking mga pag-aalinlangan sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at nangusap ng kapayapaan sa aking puso’t isipan. Bunga nito, napalakas ang aking patotoo at naging mas matatag ako sa pagtatanggol ng alam kong totoo.”

Linangin ang mga Kaloob at Talento

Maaari ding banggitin sa inyong patriarchal blessing ang mga espirituwal na kaloob at talentong ibinigay sa inyo ng Panginoon sa pagtatayo ng Kanyang kaharian. Kung binabanggit sa inyong basbas ang isang

talentong hindi pamilyar sa inyo, maaaring dahil ito sa hindi pa kayo nagkaroon ng pagkakataong tuklasin o linangin ang talentong ito. Sa masigasig na paghahangad at sa tulong ng Panginoon, maaari kayong lumago upang taglayin ang talentong ito at marami pang iba.

Ang paglinang sa inyong mga talento ay tumutulong sa inyo na makilala ang kakaibang mga bagay na naiambag ninyo sa gawain ng Panginoon. Pinagbulayan ni Johanna Blackwell ng California, USA, ang mga kaloob at talentong nakasaad sa kanyang basbas kapag natutukso siyang ihambing ang sarili niya sa iba: “Kapag binabasa ko ang sinasabi sa aking patriarchal blessing, naaalala ko na nabiyayaan ako ng mga kaloob na kailangan ko mismo para malampasan ang mga pagsubok at makabahagi ako sa pagpapabilis ng gawain ng Panginoon.

“Sinasabi sa akin sa basbas ko na kaya kong magmahal, magpatawad, at magkaroon ng tapang na makiha-lubilo sa mga nasa paligid ko. Nang gamitin ko ang mga kaloob na ito,

nabiyayaan ako ng Panginoon ng dagdag na hangaring makisalamuha at makipag-ugnayan sa mga taong hindi ko kilala at sa ibang mga kultura. Dahil dito, lumago ang aking patotoo na lahat tayo ay anak ng mapagmahal na Ama sa Langit, at napaglingkuran ko ang iba habang hinahangad nating maging higit na katulad ni Cristo.”

Hanapin ang Ipinangakong mga Pagpapala

Ang panghuli, inihahayag ng ating patriarchal blessing ang ipinangakong mga pagpapala sa atin ng Ama sa Langit kung mananatili tayong tapat sa Kanya. Walang garantiya kung kailan matutupad ang mga pangakong ito, ngunit maaari nating malaman na hangga’t masunurin nating ipinamumuhay ang ebanghelyo, matutupad ang mga ito, sa buhay mang ito o sa kabilang-buhay.

Si Sergio Gutierrez ng Nevada, USA, ay umaasa sa isang pangako sa kanyang patriarchal blessing tuwing mag-aalala siya tungkol sa kanyang mga plano sa trabaho sa

hinaharap: “Kung minsan nag-aalala ako tungkol sa kawalang-katiyakan sa aking hinaharap, pero may isang pangako sa patriarchal blessing ko na palaging nagpapanatag sa aking isipan. Ipinaalam sa akin ng pangakong ito na basta’t nagsikap akong mabuti at nanatiling tapat, mapapasaakin ang mga kailangan ko para pangalagaan ang aking pamilya at itatag ang Simbahan. Hindi ko alam ang eksaktong kursong gusto kong kunin, pero binibigyan ako ng pangakong ito ng pananampalataya at tiwala.”

Kung iniisip ninyo kung ano ang kalooban ng Ama sa Langit para sa inyo, hindi kayo nag-iisa. Nauunawaan ng Panginoon na mahaharap kayo sa maraming iba’t ibang landas na maaari ninyong tahakin sa buhay, kaya binigyan Niya kayo ng personal na mapa upang manatiling nakaayon ang inyong buhay sa Kanyang ebanghelyo. Hindi maaaring magdesisyon ang mga patriarchal blessing para sa atin, ngunit maaakay tayo nito tungo sa personal na paghahayag. Sa pamamagitan ng ating patriarchal blessing, ipinapakita sa atin kung paano tayo umaakma sa plano ng Panginoon na tipunin ang Israel sa pamamagitan ng pag-alam tungkol sa ating lipi; binibigyan tayo ng personal na payo, panghihikayat, at mga pangako; at itinuturo sa atin ang natatanging mga kaloob at talentong ibinigay ng Ama sa Langit sa atin para mapaglingkuran Siya. Basta’t sinisikap ninyong mamuhay alinsunod sa lahat ng elementong ito sa sarili ninyong patriarchal blessing, malalaman ninyo na ang mga desisyon ninyo ay nakaayon sa kalooban ng Panginoon para sa inyong buhay. ■

Ang isang awtor ay naninirahan sa Illinois, USA, at ang isa naman ay sa New York, USA.



Binigyan kayo ng Panginoon ng personal na mapa upang manatiling nakaayon ang inyong buhay sa Kanyang ebanghelyo.

Paghahanda para sa Isang Bagong Paglalakbay

**Ni Karina Martins Pereira Correia
de Lima**

Ilang linggo bago sumapit ang aking kasal at temple sealing, nagsimula akong kabahan tungkol sa lahat ng bagay na kailangan kong gawin bago ako magsimula ng bagong pamilya. Sa kabila ng lahat ng kagalakan ng sandaling iyon, namroblema ako tungkol sa pagpapalano ng mga bagong gagawin namin araw-araw, pagsasaayos ng aming pananalapi, paghahanap ng paglalagyan ng aming mga kagamitan, at lahat ng bago kong responsibilidad bilang maybahay. Gusto kong matiyak na masimulan namin ang pagsasama naming mag-asawa sa tamang paraan sa pamamagitan ng pagbibigay-daan sa aming mga aktibidad para sa mahalagang bagay gaya ng pagsunod sa mga kautusan at pagkakaroon ng oras para sa isa't isa bilang mag-asawa sa kabila ng kaabalahan namin sa buhay.

Habang papalapit ang araw ng kasal, nagulat ako sa sunud-sunod na bangungot tungkol sa lahat ng uri ng problemang makakaapekto sa isang pamilya. Dahil nagmula ako sa isang pamilyang nagmamahalan ngunit may

mga pagsubok, na laging may posibilidad na magkaroon ng matitinding pagtatalo at magkasamaan ng loob, lubha akong naapektuhan ng masasamang panaginip na ito. Kaya isang gabi, pagkaraan ng ilang ganitong karanasan, nagising ako na pinagpawisan at nagpasiya akong sundin ang payo ni Sister Neill F. Marriott, Pangalawang Tagapayo sa Young Women General Presidency, sa kanyang mensaheng “Pagpapasakop ng Ating Puso sa Diyos” (*Liahona*, Nob. 2015, 30–32). Pumikit ako at nagdasal, “Mahal na Ama sa Langit, ano po ang magagawa ko para mailayo ang pamilya ko sa masasamang bagay na ito?”

Dumating ang sagot nang mabilis at napakalakas na para bang may nagbukas ng pinto sa ulo ko at naglagay roon ng ideya. Hinikayat ako ng marahan at banayad na tinig, “Gawin mo lang ang dapat mong gawin. Maging tapat sa bawat hakbang.” Nagbulong ang Espiritu ng partikular na payo, at nadama ko na kung gagawin ko ang mga bagay na iyon, magiging maayos ang lahat.”

Ngumiti ako at nadama kong nag-alab ang aking dibdib. Lahat

Tulad ni Nephi na naglalayag sa kawalang-katiyakan, kinailangan kong manampalataya sa Panginoon tungkol sa pagsisimula ng isang pamilya.

ng pag-aalala ay bigla kong nalimutan, dahil alam kong totoo ito. Nadama ko na dati ang Espiritu Santo, ngunit hindi kasinlakas ng pagkada-ma ko noong gabing iyon. Nadama ko na nilukob ako ng pagmamahal ng ating Ama sa Langit at ng ating Tagapagligtas, at nalaman ko na ang kaginhawahan at kaligtasan ng pamilya ko ay mahalaga rin sa Kanila tulad sa akin.



Bilang dagdag na katiyakan, isang kuwento mula sa mga banal na kasulatan ang naalala ko—ang sandali na inutusan ng Panginoon si Nephi na gumawa ng sasakyang-dagat: “At ito ay nangyari na, na nangusap sa akin ang Panginoon, sinasabing: Ikaw ay gumawa ng isang sasakyang-dagat, *alinsunod sa pamamaraang ipakikita ko sa iyo*, upang maitawid ko ang iyong mga tao sa kabila ng mga tubig na ito” (1 Nephi 17:8; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Ilang taon nang nasa ilang si Nephi at ang kanyang pamilya, na nagtitiis ng lahat ng uri ng paghihirap. Maaari sana siyang matakot na simulan ang paglalakbay patawid ng dagat at hayaan niyang mangibabaw ang kanyang takot kaysa sa kanyang pananam-palataya. Ngunit hindi niya ginawa iyon. Tinanggap at sinunod niya ang mga tagubilin ng Diyos. Nanampalataya siya na matutupad ang Kanyang mga pangako. Hindi sinabi ng Panginoon kay Nephi kailanman na hindi magkakaroon ng mga unos o na hindi sasalpukin ng mga alon ang sasakyang-dagat. Ngunit sinabi Niya kay Nephi na kung susundin niya ang Kanyang mga tagubilin, ligtas niyang maitatawid ng karagatan ang kanyang pamilya patungo sa lupang pangako.

Natanto ko na ilang taon din akong naglakbay sa ilang, ngunit gayo’y

nakaharap ako sa dagat, at naghahanda para sa isang bagong paglalakbay: pag-aasawa. Ako ay tinawag—at palagay ko’y ganyan ang lahat ng pamilyang Banal sa mga Huling Araw—na gumawa ng barko na sinusunod ang mga tagubilin ng Diyos.

Nang ikasal kaming mag-asawa, dumating nga ang mga problema. Nagkasakit ako, at nahirapan kaming balansehin ang aming pananalapi at ipamuhay ang lahat ng mabubuting gawi na naipasiya naming sundin.

Ngunit ang payong natanggap ko nang gabing iyon ay nanatili sa puso ko. Sinikap namin araw-araw na pag-aralan at pahalagahan ang salita ng Diyos sa aming puso, na sundin ang magagandang halimbawa ng mahal nating mga pinuno—kabilang na si Cristo—at pagbutihin pa ang aming pag-uugali. Lalong lumakas ang aking patotoo tungkol sa panalangin at talagang nalasap ko ang pagmamahal sa amin ng Ama. Sinimulan kong mas magtiwala at bawasan ang takot. Natanto namin na ang mga hirap na naranasan namin ay naging mga hakbang tungo sa pag-unlad. Ngayo’y tila maliit na kapisaso ng langit ang aming tahanan.

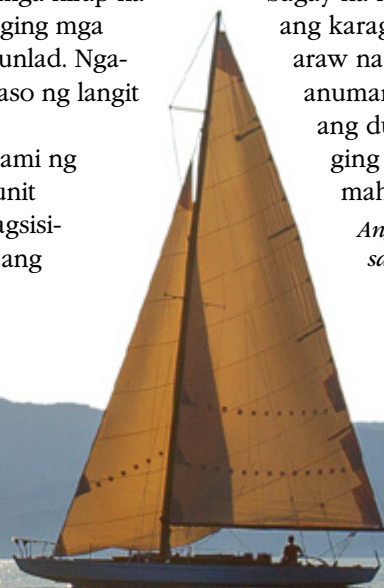
Nasa simula pa rin kami ng aming paglalakbay, ngunit ang pagpapakasal at pagsisimula ng isang pamilya ang

pinakamagandang pagpapasiyang nagawa ko. Ang puso ko ay puspos ng kagalakan kapag iniisip ko ang ordenansa sa templo na natanggap namin at alam ko na ibinuklod iyon ng awtoridad ng Diyos. Habang lalo kong nauunawaan ang kahalagahan ng pamilya sa plano ng Ama sa Langit at ang kasagraduhan ng tipang ginawa namin, lalo kong gustong tulungan ang iba pang mga pamilya na matanggap ang ordenansang iyon.

Nalaman ko na hindi tayo kailangang mag-alala tungkol sa mangyayari, dahil “hindi tayo binigyan ng Dios ng espiritu ng katakutan; kundi ng kapangyarihan, at ng pag-ibig at ng kahusayan” (II Kay Timoteo 1:7). Kailangan lang nating maging masunurin, sundin ang mga tagubiling ibinigay sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at mga salita ng mga makabagong propeta, at ipagdasal na magkaroon pa tayo ng ibang mga personal na tagubilin.

Kung gagawin natin ang mga bagay na ito, matatawid natin ang karagatan ng mga huling araw na ito na may tiwala na anumang uri ng kaguluhan ang dumating sa atin, magiging ligtas ang ating mga mahal sa buhay. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Paraná, Brazil.



Paano Ako Mag-aaral sa **AKING ISIPAN** at

Alamin kung ano ang magagawa mo kapag may mga tanong ka.

Ano ang dapat mong gawin kapag may tanong ka tungkol sa isang bagay na patungkol sa doktrina, kasaysayan, o personal? Paano ka makasusumpung ng sagot? Nangako ang Panginoon, “Sasabihin ko sa iyo sa iyong isipan at sa iyong puso, sa pamamagitan ng Espiritu Santo” (D at T 8:2). Paano mo ginagamit ang iyong isipan *at* puso upang mapansin ang inspirasyon? Narito ang ilang ideya.

ISIPAN

Pag-aralan, Ipagdasal, Pakinggan

Sinabi ni Elder Robert D. Hales ng Korum ng Labindalawang Apostol na sa paggawa natin ng “malalaking desisyon [sa buhay] . . . inaasahan ng Ama sa Langit na gagamitin natin ang ating kalayaan, pag-aaralan ang sitwasyon sa ating isipan ayon sa mga alituntunin ng ebanghelyo, at ipagdarasal ang desisyong iyan sa Kanya” (“Ang Espiritu Santo,” *Liahona*, Mayo 2016, 105).

Gayon din sa anumang tanong. Habang pinag-aaralan mo ito, taimtim na ipagdasal ang mga sagot na masusumpungan mo. Magpapahiwatig sa iyo ang Espiritu Santo—sa pamamagitan man ng mga ideya, mga salita sa iyong isipan, o iba pang mga personal na paalala—upang gabayan ka sa karagdagang mga sagot na kailangan mo.

Gamitin ang mga Sanggunian

Saliksikin ang mga banal na kasulatan, pati na ang Gabay sa mga Banal na Kasulatan at iba pang mga tulong sa pag-aaral. Maaari mo ring saliksikin ang iba pang mga sanggunian ng LDS tulad ng mga mensahe sa pangkalahatang kumperensya, Gospel Topics sa LDS.org, mga magasin ng Simbahan, Joseph Smith Papers Project, at marami pang iba. (Tingnan sa pahina 54 ang listahan ng makakatulong na mga sanggunian ng Simbahan.)

Pag-usapan Ito

Huwag matakot na humingi ng tulong. Paghikayat ni Elder Ronald A. Rasband ng Korum ng Labindalawang Apostol, “May ibibigay akong hamon sa inyo. . . . Kailangan ninyong mag-isip ng isang tao [na makakatulong sa paghahanap ninyo ng sagot]—isang pinagkakatiwalaang kaibigan, isang magulang o mga magulang, lolo o lola, guro, bishopric, [o] adviser . . . —at kailangang masagot ninyo ang mga tanong na ito” (Face to Face broadcast, Ene. 20, 2016). Subukan ninyo! Kausapin ang isang pinagkakatiwalaan mo tungkol sa iyong mga tanong at magkasama kayong maghanap ng mga sagot.

Ipagdasal

Pakinggan

Kausapin

PAGLALARAWAN NI JOSH TALBOT

sa **AKING PUSO?**

Pag-aralan

Pag-aralan

Ipagdasal

Pakinggan

Magtiyaga

PUSO

Pag-aralan, Ipagdasal, Pakinggan

Ito ay mahahalagang hakbang sa pagninilay kapwa sa iyong isipan at sa iyong puso. Sabi ni Pangulong Dieter F. Uchtdorf, Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan, “Kung gusto ninyong makilala ang espirituwal na katotohanan, kailangan kayong gumamit ng mga tamang kasangkapan. Hindi ninyo mauunawaan ang espirituwal na katotohanan gamit ang mga kasangkapang hindi kayang tuklasin ito” (“Pagtanggap ng Patotoo sa Liwanag at Katotohanan,” *Liahona*, Nob. 2014, 22). Ang Espiritu Santo ang kasangkapang magagamit natin upang matututuhan ang espirituwal na mga bagay. Kaya kapag nagdasal at nakinig ka sa Espiritu, darating ang oras na masusumpungan mo ang mga sagot.

Magtiyaga

Ipinaliwanag din ni Pangulong Uchtdorf, “Kapag mas itinuon natin ang ating puso’t isipan sa Diyos, mas maraming liwanag mula sa langit ang magpapadalisa sa ating kaluluwa. . . . Unti-unti, ang mga bagay na dating malabo, madilim, at malayo ay nagiging malinaw, maliwanag, at pamilyar sa atin” (“Pagtanggap ng Patotoo sa Liwanag at Katotohanan,” 22). Ang paghahanap ng mga sagot ay maaaring maging mahabang proseso. Ngunit kung handa kang pakinggan ang mga sagot, kahit matagal ito, masusumpungan mo ang mga ito.

Magpraktis sa Pagtukoy sa mga Pahiwatig

Kapag mas natukoy mo ang mga pahiwatig at handa kang kumilos kapag bumulong ang Espiritu sa puso mo, nagiging mas madaling mapansin ang iba pang mga pahiwatig sa hinaharap. “Madarama mo na ito ay tama” o makararanas ka ng “pagkatuliro ng pag-iisip,” kung ito ay mali (tingnan sa D at T 9:8–9). Maaari ka ring makadama ng magiliw na paalala, kapayapaan, o iba pang damdaming para sa iyo lamang. Kilala ka ng Panginoon, at alam Niya kung paano mo mauunawaan ang Espiritu. Bibigyan Ka niya ng mapagmahal na patnubay na para sa iyo lamang. Kaya patuloy na makinig at magpraktis sa pakikinig sa Espiritu. ■



MGA SAGOT MULA SA DIYOS

“Mahalagang bahagi ng pagpapalakas ng pananampalataya ang pagsagot sa mga tapat na katanungan, na ginagamitan ng isip at damdamin. Sinabi ng Panginoon, ‘sasabihin ko sa iyo sa iyong isipan at sa iyong puso’ [D at T 8:2]. Hindi lahat ng sagot ay dumarating kaagad, ngunit karamihan sa mga tanong ay malulutas sa masigasig na pag-aaral at paghingi ng mga sagot sa Diyos.”

Elder Neil L. Andersen ng Korum ng Labindalawang Apostol, “Ang Pananampalataya ay Hindi Matatamo Kung Wala Munang Pagpiling Gagawin,” *Liahona*, Nob. 2015, 66.

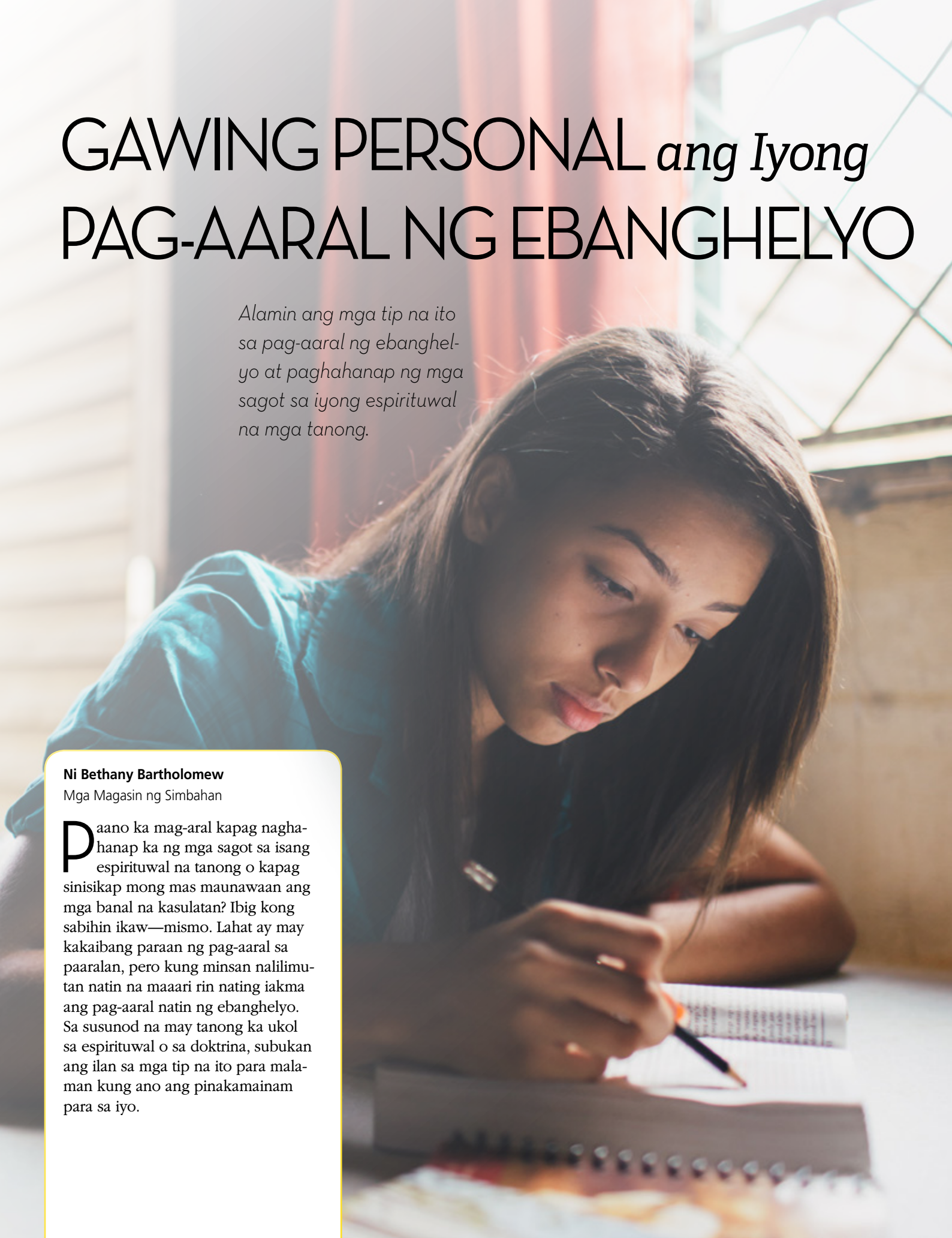
GAWING PERSONAL *ang Iyong* PAG-AARAL NG EBANGHELYO

Alamin ang mga tip na ito sa pag-aaral ng ebanghelyo at paghahanap ng mga sagot sa iyong espirituwal na mga tanong.

Ni Bethany Bartholomew

Mga Magasin ng Simbahan

Paano ka mag-aral kapag naghahanap ka ng mga sagot sa isang espirituwal na tanong o kapag sinisikap mong mas maunawaan ang mga banal na kasulatan? Ibig kong sabihin ikaw—mismo. Lahat ay may kakaibang paraan ng pag-aaral sa paaralan, pero kung minsan nalilimutan natin na maaari rin nating iakma ang pag-aaral natin ng ebanghelyo. Sa susunod na may tanong ka ukol sa espirituwal o sa doktrina, subukan ang ilan sa mga tip na ito para malaman kung ano ang pinakamainam para sa iyo.



1. LUMIKHA

Gumawa ng listahan, chart, o mapa. (Tingnan sa ibaba para sa halimbawa.)

Gumawa ng study web. Isulat ang mga salita at mga ideya at pagkatapos ay ikonekta ang mga ito gamit ang mga linya at bula para ipakita kung paano magkakaugnay ang mga ito.



LUMIKHA NG ISANG LISTAHAN, CHART, O MAPA

Kung minsan makabubuting maisaayos ang iyong mga ideya sa pag-aaral ng ebanghelyo sa paglalagay sa mga ito sa isang listahan, chart, o mapa. Narito ang isang halimbawa ng chart na maaaring likhain kapag pinag-aaralan ang mga sulat ni Pablo sa Bagong Tipan. Makalilikha ka ng sarili mong listahan, chart, o mapa gamit ang anumang format na makatutulong nang malaki sa iyo. Maging malikhain! Maghanap ng nakatutuwang mga paraan para isaayos ang iyong pag-aaral ng ebanghelyo.

ANG MGA SULAT NI PABLO

SULAT	MAY KASAMA?	PAGSULAT MULA SA ...?	PANGUNAHING PAKSA NG LIHAM
Halimbawa: I Kay Timoteo	Hindi binanggit	Laodicea (tingnan ang tala sa hulihan ng I Kay Timoteo ó sa English LDS Bible)	Tunay na doktrina, ang Tagapagligtas, panalangin, pananampalataya at pag-ibig sa kapwa, mga katangian ng pamumuno, apostasiya, pangangalaga sa mga maralita, pananatiling tapat, pag-iwas sa mga makamundong kayamanan

2. MAGSULAT

Itala ang mga kaisipan at impresyon na natatanggap mo sa iyong pag-aaral sa isang study journal at madalas na repasuhin ang mga ideyang iyon.

Isulat ang mga ideya at impresyon mo matapos ang iyong mga panalangin, kahit ang impresyon ay hindi tuwirang nauugnay sa paksa na pinag-aaralan mo. Tingnan kung ano ang itinuturo ng Espiritu sa iyo sa paglipas ng panahon.

Isulat ang iyong mga tanong sa isang notebook, sa iyong phone, o sa notepad sa tabi ng iyong kama upang ipaalala sa iyo at para tulungan kang palaging isaisip ang natututuhan mo sa araw-araw.



3. MAKINIG AT PAG-USAPAN

Kausapin ang isang magulang o pinagkakatiwalaang lider. Magkasama ninyo itong gawin. Medyo mata-tagalan, pero kapwa kayo uunlad sa paggawa nito.

Turuan ang ibang tao. Maghalinghinan sa pagbabahagi ng inyong *nalalaman*. Talakayin ang natutuhan ninyo mula sa isa't isa.

Makinig sa mga banal na kasulatan o iba pang mga kuwento at resources ng Simbahan.

4. MAGSALIKSIK

Hanapin ang mga tulong sa pag-aaral sa mga banal na kasulatan at online (tingnan sa ibaba para sa listahan ng mga makatutulong na sanggunian ng Simbahan).

Saliksikin ang LDS.org para sa mga video at awitin tungkol sa pinag-aaralan mo.

Pag-aralan ang konteksto. Saliksikin ang kasaysayan o mga kababata na nakapalibot sa mga paksa o mga talata sa mga banal na kasulatan na pinag-aaralan mo.

HAYAANG MAKATULONG SA IYO ANG MGA TULONG SA PAG-AARAL

Napakaraming mahahalagang resources na available sa mga banal na kasulatan at online para tulungan ka sa pag-aaral mo ng mahahalagang paksa. Narito ang isang listahan ng ilan sa resources at kung saan matatagpuan ang mga ito:



SA MGA BANAL NA KASULATAN

- Gabay sa mga Banal na Kasulatan
- Kronolohiya ng Biblia (mga pangyayari mula sa Luma at Bagong Tipan na pinagsunud-sunod ayon sa tinatayang petsa)
- Harmony of the Gospels o Pagkakatugetma ng mga Ebanghelyo (mga kuwento tungkol sa Tagapagligtas mula sa mga Ebanghelyo ayon kina Mateo, Marcos, Lucas, at Juan na inayos ayon sa pangyayari, lugar, at tinatayang petsa)
- Ang Pagsasalini ni Joseph Smith ng Biblia
- Mga mapa at larawan
- Abbreviations guide



SA LDS.ORG

- Mga banal na Kasulatan (scriptures.lds.org)
- Pangkalahatang kumperensya (conference.lds.org)
- Mga Paksa ng Ebanghelyo (topics.lds.org)
- Mga magasin (liahona.lds.org)
- Kasaysayan ng simbahan (history.lds.org)
- Mga tulong sa pag-aaral (scriptures.lds.org)
- Mga lesson at sanggunian sa pagtuturo (lds.org/go/41754a)
- LDS Media Library (lds.org/ldsorg/media-library)
- Tulong sa mga hamon (lds.org/go/41754b)



IBA PANG ONLINE RESOURCES

- Family history (familysearch.org)
- Mormon Channel (mormonchannel.org)
- Mga banal na kasulatan na binanggit sa pangkalahatang kumperensya (scriptures.byu.edu)
- Mormon Newsroom (mormonnewsroom.org)
- Gawaing misyonero at pagbabahagi ng ebanghelyo (mormon.org)
- Joseph Smith Papers Project (josephsmithpapers.org)

5. GAWIN

Isadula ang mga kuwento mula sa mga banal na kasulatan o sa iba pang mga sanggunian. Paanong ang paglalagay ng iyong sarili sa sitwasyon ng taong iyon ay nakatutulong sa iyo na mas maunawaan ang pinag-aaralan mo? Ano kaya ang hitsura ng gayong mga sitwasyon sa iyong buhay?

Gumawa ng scripture chain na nag-uugnay sa mga sagot na natatagpuan mo sa mga banal na kasulatan. (Tingnan sa ibaba para sa halimbawa.)

GUMAWA NG SCRIPTURE STUDY CHAIN

Kung minsan makabubuting magtala ng ilang talata na tumatalakay sa iisang paksa. Tingnan ang Gabay sa mga Banal na Kasulatan para sa mga talatang nauugnay sa mga paksang pinag-aaralan mo. Pagkatapos ay gamitin ang mga footnote at konteksto para i-link sa mga banal na kasulatan na may marami pang impormasyon tungkol sa paksang iyon. Isulat ang talata na susunod sa chain o kadena sa margin ng naunang talata at iba pa. Maaari ka ring maghanap ng mga mensahe sa kumperensya tungkol sa isang partikular na paksa para tulungan ka sa iyong pagsasaliksik (tingnan sa listahan ng mga paksa sa conference.lds.org). Ang scripture study chain tungkol sa paksa ng pag-asa ay isang halimbawa.

SCRIPTURE STUDY CHAIN

Mga talata sa banal na kasulatan na tungkol sa pag-asa:

<i>Simula:</i> Moroni 7:40
⚡
Eter 12:4
⚡
Moroni 7:3
⚡
Doktrina at mga Tipan 138:14
⚡
Moroni 7:41
⚡
<i>Katapusan:</i> Alma 46:39 (Isulat ang Moroni 7:40 sa margin sa tabi ng talatang ito.)

Mga mensahe tungkol sa pag-asa:

- Bishop Dean M. Davies, “Ang mga Pagpapala ng Pagsamba,” pangkalahatang kumperensya ng Okt. 2016.
- Elder Paul V. Johnson, “At Hindi na Magkakaroon ng Kamatayan,” pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2016.
- Pangulong Dieter F. Uchtdorf, “Papa-sanin Ka Niya sa Kanyang Balik at luuwi,” pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2016.
- Elder L. Whitney Clayton, “Piliing Maniwala,” pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2015.
- Pangulong Boyd K. Packer (1924–2015), “Ang Dahilan ng Ating Pag-asa,” pangkalahatang kumperensya ng Okt. 2014.
- Pangulong Henry B. Eyring, “Isang Walang-Katumbas na Pamana ng Pag-asa,” pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2014. ■





**Ni Elder
Quentin L. Cook**
Ng Korum ng
Labindalawang Apostol

PAANO MAKASUMPONG NG TUNAY NA KAPAYAPAAAN

Ang banal na pag-asa ng mabubuting tao sa lahat ng dako ay kapayapaan sa mundo ngayon at magpakailanman. Huwag tayong sumuko na makamit ang mithiing ito. Ngunit, itinuro ni Pangulong Joseph F. Smith (1838–1918), “Ang diwa ng kapayapaan at pagmamahalan ay hindi darating sa daigdig hangga’t hindi tinatanggap ng sangkatauhan . . . ang katotohanan ng Diyos at ang mensahe ng Diyos . . . , at kilalanin . . . ang kanyang kapangyarihan at awtoridad mula sa langit.”

Taimtim nating inaasam at ipinagdarasal na magkaroon ng kapayapaan sa mundo, ngunit nakakamtan natin bilang mga indibiduwal at pamilya ang uri ng kapayapaan na siyang ipinangakong **gantimpala ng kabutihan**. Ang kapayapaang ito ang ipinangakong kaloob ng misyon at nagbabayad-salang sakripisyo ng Tagapagligtas.

Ang kapayapaan ay hindi lamang kaligtasan o kawalan ng digmaan, karamihan, alitan, at pagtatalo. Ang kapayapaan ay nagmumula sa **kaalamang kilala tayo ng Tagapagligtas** at alam Niya na **sumasampalataya tayo sa Kanya, mahal natin Siya, at sinusunod natin ang Kanyang mga utos**, kahit at lalo na sa gitna ng nakapanlulumong mga pagsubok at trahedya [sa buhay] (tingnan sa D at T 121:7–8).

“Sa’n naro’n ang aking kapayapaan? Kung ang ginhawa’y ‘di ko matagpuan?” (“Saan Naroon ang Aking Kapayapaan?” *Mga Himno*, blg. 74). **Ang sagot ay ang Tagapagligtas**, na siyang pinagmumulan at may-akda ng kapayapaan. Siya ang “Pangulo ng Kapayapaan” (Isaias 9:6).

Ang pagpapapakumbaba sa harapan ng Diyos, **pagdarasal** tuwina, **pagsisisi** sa mga kasalanan, **pagpapabinyag** na may **bagbag na puso** at **nagsisising espiritu**, at **pagiging tunay na mga disipulo** ni Jesucristo ang napakagandang halimbawa ng kabutihan na ginagantimpalaan ng walang hanggang kapayapaan.

Ang Simbahan ay isang kanlungan kung saan nagtatamo ng kapayapaan ang mga disipulo ni Cristo. Sinasabi ng ilang kabataan sa mundo na sila ay espirituwal ngunit hindi relihiyoso. Ang madama na kayo ay espirituwal ay isang mabuting unang hakbang. Gayunman, sa Simbahan tayo **kinakaibigan, tinuturan, at pinangangalagaan ng mabuting salita** ng Diyos. Ang mas mahalaga, ang awtoridad ng priesthood sa Simbahan ang naglalaan ng **mga sagradong ordenansa at tipan** na nagbibigkis sa mga pamilya at ginagawang karapat-dapat ang bawat isa sa atin



na makabalik sa Diyos Ama at kay Jesucristo sa kahariang selestiyal. Ang mga ordenansang ito ay naghahatid ng kapayapaan dahil mga tipan ito sa Panginoon.

Sa mga templo isinasagawa ang marami sa mga sagradong ordenansang ito at pinagmumulan din ng payapang kanlungan sa mundo. Yaong mga **pumupunta sa bakuran ng templo** o nakikibahagi sa mga temple open house ay nadarama rin ang kapayapaang ito.

Ang Tagapagligtas ang pinagmumulan ng tunay na kapayapaan. Nakakaranas man ng mga pagsubok sa buhay, dahil sa Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas at sa Kanyang biyaya, ang matwid na pamumuhay ay gaganantimpalaan ng kapayapaan sa sarili (tingnan sa Juan 14:26–27; 16:33). ■

Mula sa isang mensahe sa pangkalahatang kumperensya noong Abril 2013.

Nalimutang mga Aklat, Naalalang Patotoo

Lahat ng mata ay nakatuon sa akin. Maipagtatanggol ko ba ang Simbahan sa simpleng patotoo ko lamang?

Ni Abegail D. Ferrer

Isang taon kong minithing pagbutihin ang aking espirituwal na pag-aaral. Nagdadala ako ng mga aklat, polyeto, at manwal ng Simbahan, at mga banal na kasulatan kahit saan, pati na sa eskuwela, dahil gutom ako sa mga salita ng Diyos. Pero nabawasan ang pagsisikap ko nang maging abala ako sa pag-aaral para sa isang parating na pagsusulit.

Isang araw nagpasimula ng talakayan ang aming guro kung saan pinatayo niya ang mga estudyanteng hindi Katoliko na nasa silid. Ako lang ang Banal sa mga Huling Araw sa klase. Anim pang estudyante ang tumayo.

Pagkatapos ay tinanong kami: Anong simbahan ang kinabibilangan ninyo? Sino ang nagtatag? Paano itinatag ang simbahan ninyo?

Ako ang huling sumagot. Kinabahan ako nang matanto ko na hindi ko dala ang aking mga aklat sa Simbahan, pero sinikap kong alalahanin ang mga bagay na napag-aralan ko. Pumasok sa isipan ko ang isang tala-ta sa Biblia:

“Tumiwala ka sa Panginoon ng buong puso mo, at huwag kang manalig sa iyong sariling kaunawaan.

“Kilalanin mo siya sa lahat ng iyong mga lakad, at kaniyang ituturo ang iyong mga landas” (Mga Kawikaan 3:5–6).

Tumayo ako sa harap ng klase nang buong tapang at kinalimutan ko ang takot. Sinabi ko na miyembro ako

ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Ibinahagi ko ang kuwento tungkol sa isang bata, si Joseph Smith, na nakakita sa Diyos. Nakaramdam ako ng pag-aalal sa aking dibdib, at tumulo ang luha ko. Ibinahagi ko na ang Simbahan ay inorganisa noong Abril 6, 1830, at nagpatotoo ako na isang propeta ng Diyos ang tinawag at ipinanumbalik ang priesthood. Nagpatotoo ako na alam ko na lahat ng ito ay totoo.

Nasulit ang maraming oras ng pag-aaral ng ebanghelyo. Nakatulong ito para maipagtatanggol ko ang aking pananampalataya at maibahagi ko ang ebanghelyo. Natuwa ako nang, makalipas ang ilang linggo, apat sa mga kaklase ko ang sumama sa akin sa simbahan.

Itinuro sa akin ng karanasang iyon ang kahalagahan ng patotoo. Noong una inisip ko kung bakit hindi ako hinikayat ng Panginoon na dalhin ko ang aking mga aklat sa araw na iyon. Nakatulong sana ang mga ito para lubos kong masagot ang mga tanong. Subalit natanto ko na hindi natin kailangang isaulo ang lahat ng tungkol sa Simbahan o umasa sa mga reperensya—dapat nating pag-aralan, ipamuhay, at ibahagi ang ebanghelyo, na umaasa sa Espiritu Santo. Hindi ko man dala noon ang aking mga aklat, dala ko naman ang aking patotoo. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Cagayan, Philippines.



NAKITA NILA SIYA

Talagang nakita ng mga taong ito ang nabuhay na mag-uling Tagapagligtas, ngunit kayo rin ay maaaring maging saksi ni Cristo sa sarili ninyong paraan.

Sa palagay ninyo ano kaya ang pakiramdam ng masaksihan ang nabuhay na mag-uling Tagapagligtas? Para sa daan-daang tao noong panahon ni Jesus, hindi nila kinailangang wariin ito—nasaksihan nila ito mismo. Nakasaad sa mga banal na kasulatan ang di-kukulangin sa isang dosenang nakatalang mga pagkakataon sa Bagong Tipan at ilang iba pa sa Aklat ni Mormon nang magpakita ang nabuhay na mag-uling Panginoon sa mga tao. Nasaksihan ng mga taong ito ang isa sa pinakamalaking himala sa kasaysayan: nadaig ni Jesucristo ang kamatayan at ginawang posible na mabuhay na muli ang bawat isa sa atin. Talagang kahanga-hanga, 'di ba?

Kaya ano nga ba ang kahulugan ng maging saksi ni Cristo? Tingnan natin ang ilan sa mga sandaling ito sa mga banal na kasulatan at isipin kung paano tayo maaaring maging mga saksi rin ni Cristo, kahit hindi natin Siya pisikal na nakita.

Maria Magdalena

Si Maria Magdalena ang unang saksi. Linggo ng umaga pagkatapos ng Pagpapako sa Krus, nagpunta siya sa libingan kasama ang ilang kababaihan para pahiran ng pabango ang katawan ng Panginoon. Nang matuklasan ni Maria ang libingang walang laman, siya ay tumangis. May lumapit sa kanya mula sa likuran at nagtanong, “Babae, bakit ka umiiyak?” Laking gulat siguro niya nang matuklasan niya na si Jesus iyon, na bumangon mula sa patay. (Tingnan sa Juan 20:1–18.)



PENNANT © ISTOCK/GETTY IMAGES

Dalawang Disipulo sa Daan Patungong Emaus

Si Cleofas at ang isa pang disipulo ay naglalakad noon sa daan patungong Emaus nang sabayan sila ng isang estranghero. Hindi nila nakilala ang bago nilang kasama, ngunit nang naghahapunan na sila, nagpira-piraso ng tinapay ang estranghero. At nabuksan ang kanilang mga mata, at natanto nila na kasama pala nilang naglalakbay ang Tagapagligtas. “Hindi бага nagaalab ang ating puso sa loob natin...?” tanong nila sa isa’t isa, na pinagbubulay-bulay ang mga pagpapatibay na nadama nila na talagang Siya ang kasama nila. (Tingnan sa Lucas 24:13-34.)



Ang Sampung Apostol

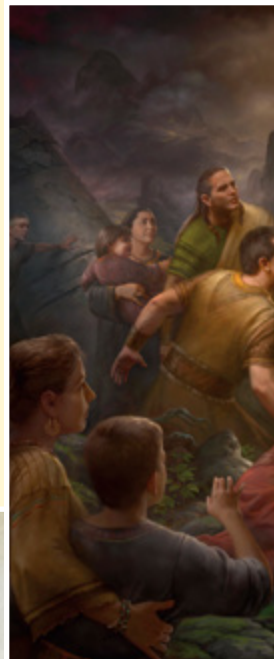
Ang dalawang disipulong naglakbay papuntang Emaus kasama ni Cristo ay bumalik sa Jerusalem at ikiniwento sa sampung Apostol ang kanilang karanasan. Habang nangag-uusap sila, nagpakita mismo ang Tagapagligtas sa kanila, na nagsasabing, “Tingnan ninyo ang aking mga kamay at ang aking mga paa, ako rin nga: hipuin ninyo ako, at tingnan; sapagka’t ang isang espiritu’y walang laman at mga buto, na gaya ng inyong nakikita na nasa akin.” (Tingnan sa Lucas 24:36-41, 44-49.)

Si Apostol Tomas

Wala si Apostol Tomas nang unang magpakita ang Tagapagligtas sa mga Apostol, kaya hindi siya naniwala na nabuhay na mag-uli si Cristo. Makaraan ang isang linggo, muling nagpakita si Cristo sa mga Apostol. Sa panahong ito, si Tomas ay naroon, at dahil nakita niya si Cristo, naniwala siya na nagbangon si Cristo. Binalaan ng Tagapagligtas si Tomas laban sa paniniwala lamang matapos makakita: “Sapagka’t ako’y nakita mo ay sumampalataya ka: mapapalad yaong hindi nangakakita, at gayon ma’y nagsisampalataya.” (Tingnan sa Juan 20:24-29.)



LARAWAN NI THOMAS NA IPININTA NI BRIAN CALL



Ang Labing-isang Apostol sa Dagat ng Tiberias

Isang araw, hindi pa nagtatagal matapos ang Pagkabuhay na Mag-uli, ilan sa mga Apostol ang nangisda sa Dagat ng Tiberias ngunit hindi sila pinalad. Kinaumagahan, nagpakita ang Tagapagligtas at pinayuhan silang ihagis ang lambat sa dakong kanan ng bangka. Nang gawin nila ito, mara-ming nahuling isda ang lambat kaya halos hindi nila ito mahila! Pagkatapos nilang magpakabusog, itinuro ng Tagapagligtas ang kahalagahan ng paglilingkod sa iba, sinasabing, “Pakanin mo ang aking mga tupa.” Gugugulin ng mga Apostol ang nati-tira nilang buhay sa paggawa lamang nito—ang magturo sa mga tao tungkol kay Cristo—at sa ilang pagkakataon, ibinuwis nila ang kanilang buhay para dito. (Tingnan sa Juan 21:1-22.)

ANG NABUHAY NA MAG-UJUNG CRISTO SA DAGAT NG TIBERIAS, NI DAVID LINDSLEY





ISANG PASTOL, NI HOWARD LYON

Ang mga Nephita sa Lupain ng Amerika

Sa oras ng Pagpapako sa Krus, ang lupain ng Amerika ay winasak ng mga lindol, sunog, iba pang mga kalamidad, at binalot ng tatlong araw na kadiliman tanda ng pagkamatay ng Tagapagligtas. Kalaunan, si Cristo ay bumaba mula sa langit at bumisita sa 2,500 tao na nagtipon malapit sa templo sa Bountiful o Masagana. Inanyayahan Niya ang mga tao na damhin ang sugat sa Kanyang mga kamay at paa at tagiliran, nagbigay ng sermon, at isa-isang binasbasan ang mga anak ng mga Nephita. Mas marami pang tao ang nagtipon nang sumunod na araw, at dumalaw ang Tagapagligtas at tinuruan sila. Kalaunan ay itinatag ng mga disipulo ang Simbahan ni Cristo, at tumanggap ang mga Nephita ng napakalakas na patotoo na sila at ang mga Lamanita rin ay nagbalik-loob sa Panginoon. (Tingnan sa 3 Nephi 11-18; tingnan din sa 3 Nephi 8-10; 4 Nephi 1.)

Mga Saksi Noon at Ngayon

Nagpakita rin si Cristo sa marami pang iba, kabilang na ang ilang kababaihang pumunta sa libingan upang tulungan si Maria Magdalena na pahiran ng pabango ang katawan ni Cristo, sa isang grupo ng mahigit 500 kalalakihan, kay Santiago, at kay Pablo. (Tingnan sa Mateo 28:9; Mga Gawa 9:4-19; I Mga Taga Corinto 15:6-7; tingnan din sa 3 Nephi 19; 26:13.)

Maaaring hindi tayo magkaroon ng pagkakataong makita ang Tagapagligtas na tulad ng naranasan ng mga saksing ito, ngunit maaari pa rin kayong maging saksi ni Cristo. Maaari ninyong personal na hanapin ang Tagapagligtas, tulad ng ginawa ni Maria nang magpunta siya sa libingan, sa pamamagitan ng pag-aaral pa tungkol sa Kanya. O maaari kayong manampalataya sa Kanya sa pamamagitan ng pagsunod sa mga kautusan at pagsunod sa payo ng mga propeta. O maaari ninyong kilalanin ang mga pagpapala ng Tagapagligtas sa inyong buhay, tulad ng ginawa ng dalawang disipulong naglalakad patungong Emaus. Ngayong panahon ng Paskua, isipin kung ano ang ibig sabihin ng maging saksi ni Cristo. Ang mga taong ito ay literal na mga saksi na tunay na nakakita sa nabuhay na mag-uling Cristo—ngunit hindi lamang iyan ang paraan para masaksihan ninyo Siya sa inyong buhay. ■



MATUTO SA KANYA

“Habang nadarama ninyo ang patotoo ng Banal na Espiritu tungkol [kay Jesucristo], na pinagtibay at muling pinagtibay sa inyong espiritu sa iba’t ibang karanasan at pagkakataon, habang sinisikap ninyong ipakita ang liwanag sa Kanyang halimbawa sa inyong buhay araw-araw, at habang inihahayag ninyo ang patotoo sa iba at tinutulungan siya na malaman ang tungkol sa Kanya at sundin Siya, kayo ay isang saksi ni Jesucristo.”

Elder D. Todd Christofferson ng Korum ng Labindalawang Apostol, “Pagiging Saksi ni Jesucristo,” *Liahona*, Mar. 2008, 63.

ANG BAHAGING PARA SA ATIN

BINIBIGYAN TAYO NG DIYOS NG MGA KAGAMITAN

Ang tito ko ay isang artist at gumagawa ng maliliit na barkong yari sa kahoy na nasa loob ng mga bote. Kailangan ng mara-ming oras, konsentrasyon, at pagsisikap para magawa ang mga ito.

Isang araw nakita ko ang lahat ng kanyang mga kagamitan at napansin ko kung paano ginamit ang bawat kagamitan para sa partikular na detalye o hulma sa barko. Habang pinanonood ko siyang magtrabaho, nagulat ako kung paano niya ginagamit ang mga kagamitan sa paggawa ng mga barkong ito. Naalala ko ang kuwento ng pagbubuo ni Nephi ng barko (tingnan sa 1 Nephi 17–18). Binuo niya iyon sa paraan ng Panginoon, hindi sa paraan ng tao. Binibigyan tayo ng Diyos ng mga kagamitan sa pagbubuo ng sarili nating barko sa Kanyang paraan. Ang mga banal na kasulatan, pananampalataya, at pag-ibig ng Diyos ay mga kagamitan na kailangan kong gamitin sa sarili kong buhay upang maingat kong mabuo ang sarili kong barko nang walang mga bitak. Natututo ako bawat araw na maging disipulo ng Panginoon. ■

María Mercedes G., Monagas, Venezuela



KALUNGKUTAN

Malamig na tagsibol noon sa Denmark. Kasisimula ko pa lang sa full-time mission ko, at nahihirapan ako sa aking patotoo. Labingsiyam na buwan pa lang akong miyembro at napakarami kong pangamba tungkol sa pagtira sa ibang bansa, paggamit ng wikang hindi ko mabigkas, at pagda-an sa mga kalsadang hindi pamilyar sa akin. Ang aking mga dalangin na dati'y puspos ng pasasalamat ay naging mapapait na paratang: “Diyos ko, bakit Ninyo ako pinabayaan?”

Isang umaga nagsumamo ako sa Kanya sa panalangin. Ngunit sa halip na magtanong ng “bakit” nang may galit sa puso ko, nagsumamo ako na bigyan ako ng patotoo tungkol sa

katotohanan ng ebanghelyo at masupil ko ang aking mga pag-aalinlangan.

Matapos magdasal, muli kong binuklat ang aking mga banal na kasulatan. Nabuksan ito sa Deuteronomio 31:6: “Kayo’y magpakalakas at magpakatatang, huwag kayong matakot, ni mangilabot sa kanila; sapagka’t ang Panginoon mong Dios ay siyang yumayaong kasama mo; hindi ka niya iiwan ni pinabayaan ka niya.”

Napuspos ng galak ang puso ko nang matanto ko ang sagot sa aking panalangin: Palagi ko palang kasama ang Diyos. Naghihintay lang pala Siya ng taimtim na panalangin sa halip na mga paratang na pinabayaan Niya ako.

Hindi ako iiwan ng Diyos kailanman, kahit tila wala nang pag-asa ang lahat. At madarama natin ang Kanyang liwanag sa pamamagitan ng panalangin at sa Kanyang mga banal na kasulatan. ■

Clayton E., Texas, USA

IKAW NAMAN

Malugod na tatanggapin ng *Liahona* ang iyong mga karanasan at ideya sa pamumuhay ng ebanghelyo. Isumite ang iyong kuwento sa liahona.lds.org o i-email ito sa liahona@ldschurch.org. Isama lamang ang iyong buong pangalan, ward at stake, at pahintulot ng magulang.

SULONG

MGA SUNDALONG KRISTIYANO

“Ang mga lalaki at babae, na naghahangad na makatamo ng luklukan sa kahariang selestiyal, ay mababatid na kinakailangan nilang makipagbaka bawat araw.”

Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Brigham Young [1997], 329.)



“Paano ko malalaman na dinirinig ng Diyos ang aking mga dalangin?”

Ang panalangin ay isang malaking pagpapala, at pina-ngakuan tayo na laging nakikinig ang Ama sa Langit, ngunit kadalasan ay kailangan nating kumilos para mapansin ang Kanyang mga sagot.¹

Isipin ito: maaaring pinakikinggan ka ng Diyos o hindi. Kung hindi Siya nakikinig, siyempre wala nang dahilan para magdasal. Ngunit kung nakikinig Siya (at nakikinig nga Siya!), kailangan nating malaman kung paano *talaga* makipag-usap sa Kanya sa panalangin, matukoy ang mga sagot, at buong katapatang sumulong.

Kapag nadama natin na hindi Siya nakikinig, siguro kailangan nating maranasan ang ilang personal na pag-unlad. Maaari mong itanong ito sa iyong sarili: Malinis ba ako? Karapat-dapat ba ang mga hangarin ko? Handa ba akong gawin ang ipinagagawa Niya?² Kung oo ang sagot sa bawat isa sa mga ito, maaari kang magtiwala na “ang Panginoon mong Diyos ay . . . bibigyan ka ng kasagutan sa iyong mga panalangin” (D at T 112:10). Tandaan, kung minsan dumarating ang mga sagot sa di-kapansin-pansin o di-inaasahang mga paraan.

Kung hindi ang sagot mo sa ilan sa mga tanong na iyon, hindi pa huli ang lahat! Baguhin ang mga dapat mong baguhin sa iyong buhay para mapasaiyo ang Espiritu. Maging handang kumilos ayon sa mga pahiwatig na natatanggap mo.

At huwag kalimutan na lahat ng tao ay tumatanggap ng mga sagot sa iba’t ibang paraan. Manalangin na turuan ka ng Espiritu Santo kung paano *mo* mapapansin ang mga sagot. Maaaring hindi madaling matukoy ang mga ito sa una, ngunit ito ay katulad ng iba pang mga kasanayan: sa pagpraktis ay nagiging perpekto. Manampalataya at magtiwala na ang Ama sa Langit ay *palaging* nakikinig.

MGA TALA

1. Tingnan sa Mateo 7:7; Santiago 1:5–6; Alma 33:4–11; Doktrina at mga Tipan 8:1–2.
2. Tingnan sa Richard G. Scott, “Learning to Recognize Answers to Prayer,” *Ensign*, Nob. 1989, 32.



Pakinggan ang Espiritu

Sikaping pakinggan ang Espiritu Santo. Naririnig ng mga tao ang Espiritu Santo sa iba’t ibang

paraan, kaya marahil ay nakikinig ka sa marahan at banayad na tinig kapag ang pahiwatig ay dumating bilang isang pakiramdam. Alam ko na sasabihin sa iyo ng Espiritu Santo ang lahat ng kailangan mong malaman—kailangan mo lang makinig.

Elise G., edad 13, Alberta, Canada

Mga Sagot sa Simbahan

Minsan nag-alinlangan ako tungkol sa pakikipagdeyt sa isang di-miyembro. Isang araw ng Linggo sa sacrament meeting, isang sister ang nagbigay ng mensahe na tila para sa akin mismo. Sa sandaling iyon, nakatanggap ako ng katiyakan na sinagot ng Panginoon ang aking panalangin. Dati-rati, nalilito ako kung ano ang gagawin ko, pero inalaw ako ng Espiritu Santo, na pinuspos ng kagalakan at lakas-ng-loob ang puso ko. Sinasagot tayo ng Diyos sa pamamagitan ng mga pakiramdam, kaisipan, banal na kasulatan, at tagapagsalita sa simbahan!

Karen V., edad 19, Minas Gerais, Brazil



Tandaan Kung Sino Ka

Alam ko na dinirinig tayo ng Diyos dahil ang panalangin ay nagdudulot ng kapaya-

paan, kapanatagan, at pagmamahal sa puso ko. Nakikita ko na inilalayo Niya ako sa maraming panganib sa araw-araw at pinoprotektahan Niya ang aking pamilya, at dama kong mahal Niya ako. Bago ako pumasok sa paaralan, lagi kong binibigkas ang tema ng Young Women;

tumutulong ito na ipaalala sa akin na ako ay anak ng Ama sa Langit, na nagmamahal sa akin.

Nicol M., edad 19, Lima, Peru



Panalangin ng Isang Bata

Alam ko na dinirinig ng Ama sa Langit ang mga dasal ko dahil sa mga titik na ito sa

awitin sa Primary na “Panalangin ng Isang Bata” (*Aklat ng mga Awit Pam-bata*, 6): “Ama sa Langit, kayo ba’y nar’yan? Dalangin ba ng musmos, pinakikinggan? Langit daw ay sadyang kaylayo, ngunit ito’y dama ko sa ’king puso.” Kapag naaalala ko ang kantang iyon, alam ko na Siya ay nakikinig dahil nadarama ko ang Espiritu at ang Kanyang walang-katapusang pagmamahal sa akin. Kapag naaalala ko na mahal Niya ako, nakadarama ako ng kapanatagan at alam ko na naririnig Niya ang aking mga dasal.

Elaine B., edad 16, North Carolina, USA

Saliksikin Ito

Minsan naisip ko kung naririnig ng Diyos ang aking mga dalangin, at nadama ko ang sagot sa aking puso. Narinig kong magpatotoo ang isang tao tungkol sa panalangin, at nadama ko ang Espiritu Santo. Ang isa pang payo ko ay magtanong sa iyong mga magulang, bishop, o iba pang mga miyembro ng inyong ward. Maaari ka ring manalangin para humingi ng tulong sa paksang ito!

Joshua S., edad 13, Oregon, USA

Magtiwala sa Kanya

Ang Ama sa Langit ay palaging nakikinig sa ating mga dalangin, ngunit kung minsan parang hindi Niya sinasagot ang ating mga dalangin dahil maaaring hindi Niya tayo sagutin sa

paraan o sa oras na gusto natin Siyang sumagot. Kailangang maging handa tayong isuko ang ating kalooban sa Kanya at manampalataya na alam Niya kung ano ang pinakamainam para sa atin. Mahal tayo ng Ama sa langit at palagi Niyang sisikapin na tulungan tayong matuto at lumago habang sinasagot Niya ang ating mga dalangin.

Mosiah M., edad 17, Utah, USA

Manalangin nang Taimtim

Pagkatapos ng iyong panalangin, maaari mong pakinggan ang damdamin at mga hangaring dumarating sa iyong puso. Maaaring isa sa mga ito ang sagot sa iyong dalangin. Kapag nagdarasal tayo nang may tunay na layunin at taos-puso, tumutugon ang ating Ama sa Langit alinsunod sa pananampalataya natin sa Kanya. Hindi Siya sumasagot para lamang bigyang-kasiyahan ang ating pag-uusisa.

Jean-Claude N., edad 16, Kasai-Central, Democratic Republic of the Congo

Magsihingi, at Kayo ay Makatatanggap

Sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan, itinuro sa atin na palaging makikinig sa ating mga dalangin ang Diyos at sasagot sa mga ito kung



HUWAG SUMUKO

“Maging masunurin, alalahanin ang mga pagkakataon na

nadama ninyo ang Espiritu noong araw, at manalangin nang may pananampalataya. Darating ang sagot sa inyo, at madarama ninyo ang pagmamahal at kapayapaan ng Tagapagligtas. Maaaring hindi ito dumating nang kasimbilis o sa paraang gusto ninyo, ngunit darating ang sagot. Huwag sumuko!”

Elder James B. Martino ng Pitumpu, “Bumaling sa Kanya at Darating ang mga Sagot,” Liahona, Nob. 2015, 59.

magdarasal tayo sa Kanya nang may pananampalataya at tunay na layunin. Sa ating puso madarama natin ang kumpirmasyon na dinirinig Niya tayo, isang damdamin ng kapayapaan at kapanatagan. Madarama din natin na magiging maayos ang lahat kapag sinusunod natin ang kalooban ng Ama. Kung nag-aalinlangan tayo na naririnig Niya tayo, dapat tayong maghangad ng patnubay sa mga banal na kasulatan at pagkatapos ay itanong kung ang nababasa natin ay totoo.

Constanza L., edad 20, Bío Bío, Chile

SUSUNOD NA TANONG

“Paano ko masasabi sa aking mga kaibigan na huwag magsalita nang nakasasakit o hindi naaangkop tungkol sa iba?”

Ipadala ang sagot mo at, kung gusto mo, isang high-resolution na retrato bago sumapit ang Mayo 15, 2017, sa liahona.lds.org (i-klik ang “Submit an Article”) o sa pamamagitan ng e-mail sa liahona@ldschurch.org.

Mangyaring isama ang sumusunod na impormasyon: (1) buong pangalan, (2) kapanganakan, (3) ward o branch, (4) stake o district, (5) nakasulat na pahintulot mo, at, kung wala ka pang 18 anyos, ang nakasulat na pahintulot ng iyong magulang (tinatanggap ang email) na ilathala ang iyong sagot at larawan.

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

Si Andrei at ang Masamang Pananalita

Ni Julie C. Donaldson

Batay sa tunay na buhay

"Ako'y magsisisi't mananalangin" (Liahona, Okt. 2004, "Pagsisisi").

Akala mo ba mas mabait ka kaysa iba dahil hindi ka nagmumura," sabi si Nikolai sa oras ng rises.

"Hindi totoo 'yan," sabi ni Andrei.

"Kung gano'n, bakit ayaw mong magmura kahit minsan? Minsan lang? Hindi mo naman ito ikamamatay. Lahat naman nagmumura."

Nagkibit-balikat si Andrei.

"Ayaw ko lang."

Alam ni Andrei na mali ang magmura at itinataboy nito ang Espiritu Santo. Gusto ni Andrei na mapasakanya ang Espiritu Santo. Kaya hindi siya nagmura.

Bago lang si Andrei sa paaralan, at sa ngayon, si Nikolai lang ang kaklase niya sa ikaanim na grado na gustong maki-pagkaibigan sa kanya. Pero araw-araw siyang kinukulit ni Nikolai tungkol sa pagmumura. At araw-araw ay lalong napagod si Andrei sa pagtangi. Bukod pa rito, natakot si Andrei na baka hindi na siya

kaibiganin ni Nikolai, at talagang malulungkot siya.

"Isang mura lang," sabi ni Nikolai pagkatapos ng eskuwela. "At hindi na kita kukulitin."

Sa wakas ay napagod na nang husto si Andrei sa pangungulit kaya nagmura na siya—na hindi *gaanong* masama.

Tumango si Nikolai. "Buti naman, ngayo'y isa ka na sa amin."

Pagkatapos nito, kinasap din si Andrei ng iba pang mga kaibigan ni Nikolai. Sinabayan nila siyang mananghalian at naglaro sila ng football sa oras ng rises.





Pero ang pagsama sa barkada ni Nikolai ay parang pag-tapak sa kumunoy. Nang lalong makibarkada si Andrei sa kanila, lalo siyang nagsalita at kumilos na katulad nila. At lahat sila ay nagmura. Sobra. Pinagtawanan at ininsulto nila ang isa't isa. Nagsalita sila ng kabastusan tungkol sa kanilang mga guro. Madalas silang magalit at napa-kasalbahe nila. Unti-unting nagsimulang magalit nang mas madalas si Andrei at lalo pa siyang nakakita ng mga dahilan para magmura.

Isang gabing wala sina Inay at Itay, nagtalo si Andrei at ang ate niyang si Katya tungkol sa panonoorin nilang palabas. Bago pa nakapag-isip si Andrei, nakapagmura na siya.

Nagulat si Katya. "Isusumbong kita kay Inay."

Nagtago si Andrei sa kanyang kuwarto at isinara nang malakas ang pinto. Ano'ng problema nilang lahat? Bakit palagi nila siyang ginagalit? Nang makauwi ang mga magulang niya, binuksan ni Andrei ang kanyang pinto at narinig niyang sinabi ni Katya, "Inay, minura po ako ni Andrei."

"Ano?" gulat na sabi ni Inay. "Kahit kailan hindi magmumura si Andrei."

Isinara ni Andrei ang pinto at nagmukmok sa kama niya. Naisip niya kung gaano kalaki ang ipinagbago niya simula nang magmura siya. Matagal na niyang hindi nadarama ang Espiritu Santo.

Lumuhod si Andrei sa tabi ng kanyang higaan at nagdasal. "Mahal na Ama sa Langit, sori po at naging salbahe ako at magagalitin. Sori po at nagsimula akong magmura. Magpapakabait na po ako."

Habang nagdarasal si Andrei, nag-alab ang kanyang dibdib. Sa unang pagkakataon simula nang magmura siya, talagang sumaya siya. Alam niyang mahal siya ng Diyos, at nadarama niya ang Espiritu Santo. Nadama niya na pinatawad siya at batid niya na maaari siyang magbago at magpakabait.

Matapos manalangin, sinabi niya kay Inay ang totoo at humingi siya ng paumanhin kay Katya. Gumanda ang pakiramdam ni Andrei pagkatapos niyon. Ang ganda ng pakiramdam kapag nagsisi.

Kinabukasan sa paaralan, hindi na sumama si Andrei sa grupo ni Nikolai sa pananghalian. Sa halip ay naupo siya sa tabi ng ilang batang hindi niya kilala. Matatagalan pa, pero alam ni Andrei na makakatagpo siya ng mga kaibigang mababait at masasaya at hindi nagmumura. Katulad niya. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.



HAMON SA CTR

"Gagamitin ko nang buong paggalang ang mga pangalan ng Ama sa Langit at ni Jesucristo. Hindi ako [magmumura] o gagamit ng magagaspang na salita" (Mga Pamantayan Ko sa Ebanghelyo).

Sa isang panig ng papel, isulat o idrowing kung ano ang pakiramdam ninyo sa mabubuting pananalita. Sa kabilang panig, isulat o idrowing kung ano ang pakiramdam ninyo sa masasamang salita.

Basahin ang Levitico 19:12. Bakit mahalagang gamitin ang mga pangalan ng Ama sa Langit at ni Jesucristo nang may paggalang?

Itanong sa isang magulang o lider kung bakit dapat tayong gumamit ng mabuting pananalita at paano sila napagpala nito.

Hinahamon ko ang sarili ko na . . .



Ni Elder
David A. Bednar

Ng Korum ng
Labindalawang
Apostol

Paano ko matutulungan ang pamilya ko na maging matatag?



Sabihin sa iyong pamilya na mahal mo
sila at ipakita ito sa iyong kilos.



Magpatotoo tungkol sa mga bagay na
alam mong totoo sa pamamagitan ng
patotoo ng Espiritu Santo. Magpatotoo
sa mga taong pinakamamahal mo.



Magkusang sumali sa iyong pamilya sa
panalangin at pag-aaral ng banal na kasulatan
ng pamilya. Aktibong makilahok sa family
home evening at gawin itong masaya.



Maging tapat sa pag-aaral, pamumuhay,
at pagmamahal sa ipinangbabalik
na ebanghelyo ni Jesucristo.



Ni Joy D. Jones

Primary General
President

Maghanda para sa TEMPLO Araw-araw

Noong siyam na taong gulang ako, nagkaroon ako ng kahanga-hangang guro sa Primary na nagngangalang Sister Kohler. Napakamahiyain ko noon, at napakagiliw niya kaya gustung-gusto ko siyang kasama. Isang araw binigyan niya ng papel ang bawat isa sa amin. Isinulat naming lahat ang gusto naming gawin paglaki namin. Isinulat ko: “Mag-aral sa kolehiyo at makasal sa templo.” Idinikit ko ang papel ko sa ibabaw ng pintuan ng kabinet ko. Sa gabi, tagos sa bintana ko ang liwanag ng ilaw sa poste sa labas. Tiningnan ko ang papel ko. Ipinaalala nito sa akin na gusto kong magpunta sa templo.

Noon, may 12 templo pa lang sa mundo. Gusto kong makapunta sa bawat isa.

Tuwing magpapalano ng bakasyon ang nanay at tatay ko, lagi nilang dinadala ang pamilya namin sa templo. Nakatira kami noon sa Oregon, USA. Ang pinakamalapit na templo ay 600 milya (965 km) ang layo sa Cardston, Alberta, Canada. Walang air conditioner ang kotse namin. Sa likuran kami umuupo ng mga kapatid kong lalaki at babae. Nagsasabit kami ng basang bimpopo sa labas ng bintana ng kotse. Pagkatapos ay inilagay namin ito sa leeg namin para magpalamig.

Napakasaya nang makita namin ang templo sa wakas. Wala akong gaanong alam kung ano ang nangyayari doon, pero laging masaya ang mga magulang ko paglabas nila. Alam ko na napakahalaga ng templo. Alam ko na bahay ito ng Panginoon. (Sa retrato, ako iyong nakaputing T-shirt.)



Nang mag-12 anyos ako, nakagawa ako ng mga bin-yag sa ilang templo. At nang makilala ko ang mapapangasawa ko, nalaman ko na mahal din niya ang templo! Ikinasal kami sa Manti Utah Temple.

Maaari kang maghanda para sa templo araw-araw. Magpunta sa templo kapag kaya mo. Hipuin ang mga pader nito. Noong ang apo kong si Jarret ay 11 taong gulang, gumawa siya ng family history tuwing Linggo kasama ang tatay niya. Marami siyang nakitang mga pangalan ng kanyang mga ninuno. Ngayong 12 taong gulang na siya, gumagawa na siya ng mga pagbibinyag sa templo para sa mga ninunong ito!

Kapag nasa templo ka, makakalakad ka sa nilalakaran ni Jesus. Bahay Niya ito. Sana araw-araw ninyong ipag-dasal sa Ama sa Langit na tulungan kayong maghanda na makapasok sa templo at madama ang Kanyang pagmamahal. ■

Nagningning si Star

Ni Jane McBride

Batay sa tunay na buhay

“Masarap kayong makasama sa Primary” (Children’s Songbook, 254).

Hinatak ni Star ang damit niya. Parang nakakaasiwang magsuot ng bestida sa simbahan. Sa dati niyang simbahan pantalon o shorts ang suot ng mga batang babae sa araw ng Linggo. Pero hindi sa bago niyang simbahan. Kabibinyag pa lang nila ng nanay niya sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw.

Bumuntong-hininga si Star pagtingin niya sa salamin. Sabik na siyang magsimba sa unang pagkakataon bilang opisyal na miyembro, pero kinakabahan din siya. Dati-rati, buong oras silang magkatabi ni Inay sa simbahan. Pero sa pagkakataong ito pupunta siya sa Primary.

Kinindatan ni Star ang sarili niya sa salamin. Paano kung hindi niya sila makabagay? Paano kung ayaw sa kanya ng ibang mga bata?

“Star? Handa ka na ba?” pagtawag ni Inay.

Bumaba ng hagdan si Star. “OK lang po ba ang hitsura ko?” tanong niya.



Ngumiti si Inay.
“Ang ganda mo.”

Sumimangot si Star.
“Sasabihin nga ninyo iyan. Nanay ko kasi kayo.”

“Tama ka. Sasabihin ko *talaga* iyan. Kasi iyan ang totoo.”

Ngumiti nang kaunti si Star. Palaging may paraan si Inay para gumanda ang pakiramdam niya. Pero kinakabahan pa rin siya. Paano kung walang mga batang gustong kumausap sa kanya? May mga

kaibigan siya sa paaralan, pero hindi sila miyembro ng bago niyang simbahan. Naisip niya na sana’y may isang kaibigan man lang siyang makasama sa pagsisimba.

“Naalala ko lang po na may kailangan akong gawin,” sabi niya kay Inay.

Tumakbo siya pabalik sa itaas at lumuhod sa tabi ng kama niya. “Mahal na Ama sa Langit, tulungan po ninyo akong magkaroon ng mga kaibigan. Naniniwala po ako na totoo ang itinuro ng mga missionary, pero natatakot po ako.”

Nanatiling nakaluhod si Star at nakinig. Pagkaraan ng isang sandali nakadama siya ng magiliw at payapang damdamin, at hindi na siya kinabahan.

Sa simbahan naupo si Star at si Inay sa tabi ng isang pamilyang may tatlong batang babae. Nagpakilala ang mga magulang at nagsimulang kausapin si Inay bago nagsimula ang miting. Tinulungan ni Star ang mga bata na kulayan ang larawan ni Jesus.

Nilapitan sila ni Bishop Andrews. "Sister Cunningham! Star! Natutuwa akong makita kayo ngayon." Magiliw niyang nginitian at kinamayan ang bawat isa sa kanila. Nalimutan na ni Star kung gaano kabait ang lahat sa simbahan. Siguro magkakaroon na rin siya ng kaibigan.

Pagkatapos ng sacrament meeting dumalo si Star sa Primary. Kinakabahan siyang sumulyap sa ibang mga bata nang maupo siya. Nag-uusap-usap ang mga ito at parang hindi siya napansin. Nadismaya si Star. Mag-iisa rin lang pala siya.

Nang sandaling iyon pumasok ng silid ang isang batang babaeng kaedad ni Star. "Mukhang kabado rin siya," naisip ni Star. "Puwede ko siyang lapitan at kausapin."

Huminga nang malalim si Star, at saka nilapitan ang bata. "Hi, ako si Star. Bago ako rito. Gusto mo bang tumabi sa akin?" Pinigil ni Star ang paghinga. Gusto kaya siyang kaibiganin ng bata?

Napangiti nang kaunti ang bata. "Ako si Sarah. Bago rin ako rito. Kalilipat lang ng pamilya namin dito mula sa Ontario."



"Nabinyagan kami ni Inay dalawang linggo na ang nakalipas," sabi ni Star. "Hindi ko tiyak kung ano ang dapat kong gawin."

Lumaki ang ngiti ni Sarah. "Sabay nating pag-isipan iyan."

Naupo sina Star at Sara sa klase nila. Noong minsan napatingin si Star kay Sarah at nginitian niya ito. Nginitian din siya ni Sarah. Napanatag at sumaya si Star.

Alam niya na nasagot na ng Ama sa Langit ang kanyang panalangin at tinulungan siyang

makahanap ng kaibigan.

Sa klase hiniling ng guro kina Star at Sarah na magpakilala sila.

Tumayo si Star. "Ako si Star Cunningham. Nabinyagan kami ng nanay ko dalawang linggo na ang nakararaan." Huminto siya sandali, at ngumiti nang tumingin siya sa bago niyang kaibigan. "At ito ang kaibigan kong si Sarah." ■

Ang awtor ay naninirahan sa Colorado, USA.

PAG-ISIPAN ITO

Paano ninyo malugod na tatanggapin ang isang taong baguhan sa simbahan?

Maging Liwanag!

Ni Elizabeth Pinborough

“Itaas ninyo ang inyong ilawan upang ito ay magliwanag sa sanlibutan. Masdan, ako ang ilaw na inyong itataas” (3 Nephi 18:24).

Maari tayong maging liwanag sa iba sa pagiging tunay na kaibigan. Basahin ang mga ideya sa ibaba at magdagdag ng ilang sarili ninyong ideya. Tuwing susulat ka ng pangalan ng isang taong gusto mong pakitaan ng pagmamahal, kulayan pang lalo ang araw.

1. **Mahalín ang iba:** Makakagawa ka ng malaking kaibhan sa kanilang buhay! Mahal sila ni Cristo, kaya sikaping ipakita sa kanila ang pagmamahal na iyon.

Sino: _____

2. **Magpatawad:** Kung nasaktan ka ng isang tao, sikaping tingnan ang mga bagay-bagay ayon sa kanyang pananaw. Mapapalambot mo ang puso nila kung magpatawad ka.

Sino: _____

3. **Magpalakas ng loob:** Purihin ang mga kalakasan ng mga kaibigan mo. Tingnan ang pinakamabuti sa kanila kahit na kailangan nilang magpakabuti pa. Ang paggawa ng lahat ng makakaya mo ay nakakatulong din sa kanila!

Sino: _____

4. **Makinig sa Espiritu Santo:** Ang iyong mga salita ay maaaring mapabuti ang isang masamang sitwasyon. Maipaalam sa iyo ng Espiritu Santo kung ano ang sasabihin at paano magpakita ng kabaitan.

Sino: _____

5. **Huwag magtsismis kailanman:** Nakakasakit ang masasakit na salita. Huwag husgahan nang basta-basta ang iba, at huwag pansinin ang mga negatibong kaisipan.

Sino: _____

6. **Suportahan ang iyong mga kaibigan:** Ang pagpunta lang sa isang sports event o school play ng isang kaibigan ay magpapadama na sa kanila na mahal mo sila.

Sino: _____

7. **Hikayatin ang iba na matuto pa tungkol sa ebanghelyo:** Kahit hindi nila tanggapin ang sinasabi mo, naipakita mo na sapat ang malasakit mo sa kanila para ibahagi ito.

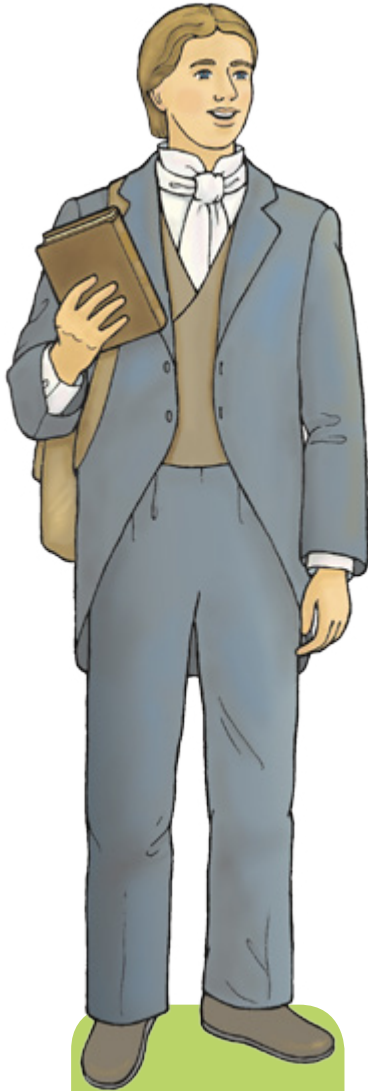
Sino: _____

8. **Makipagkaibigan sa iba’t ibang klase ng tao:** Napakaraming kabutihang maibabahagi ang iba. Tinulungan at minahal ni Cristo ang lahat ng tao anuman ang mangyari.

Sino: _____

Pangangaral ng Ebanghelyo

Gamitin ang mga ito sa pagbabahagi ng mga kuwento ng kasaysayan ng Simbahan!



Samuel Smith



Hyrum Smith



Parley P. Pratt

Matapos maorganisa ang Simbahan, gusto ng Ama sa Langit na marinig ng lahat ang ebanghelyo. Ang unang misyonaryo ay ang kapatid ni Joseph Smith na si Samuel. Si Hyrum, na kuya ni Joseph, ay nagturo din sa iba tungkol sa ebanghelyo. Isang araw sinabi ng isang lalaking nagngangalang Parley P. Pratt kay Hyrum na ginugol niya ang buong maghapon sa pagbabasa ng Aklat ni Mormon. Marami pang itinuro sa kanya si Hyrum tungkol sa Simbahan, at nabinyagan siya. Pagkatapos ay nagmisyon si Parley! Naging isang pinuno siya sa Simbahan.

Hanapin ang iba pang mga figure sa kasaysayan ng Simbahan sa liahona.lds.org.



Iniisip si Jesus

Ni Lindsay Tanner

Batay sa tunay na buhay

Tuwang-tuwa si Mía. Ito ang una niyang pagpunta sa simbahan! Mga missionary ang nagkuwento sa pamilya nila tungkol sa simbahang ito. Nagpasiya silang magpunta.

Tumingin sa paligid si Mía. May nakita siyang puting tela sa isang mesa. May kung ano sa ilalim nito.

“Ano ang nasa ilalim ng telang iyon?” tanong ni Mía sa isa sa mga missionary.

Ngumiti si Sister Hanson. “Ang sakramento.”

Sakramento. Mahalagang salita iyon. Narinig ni Mía ang mga missionary nang sabihin nila kina Inay at Itay

ang tungkol dito. Pero hindi niya tiyak kung ano iyon.

Kumanta ang lahat. Inangat ng dalawang lalaki ang puting tela. Mga trey ng tinapay ang nasa ilalim nito! Pina-nood sila ni Mía na pagpira-pirasuhin ang tinapay.

Matapos ang awitin nagdasal ang isang lalaki. Ipinasa naman ng iba pang kalalakihan ang tinapay sa lahat.

“Ipinaaalala sa atin ng tinapay ang katawan ni Jesus,” bulong ni Sister García.

Kumuha si Mía ng isang piraso ng tinapay. Inilarawan niya sa kanyang isipan na nakatayo si



Jesus sa kanyang harapan.

Pagkatapos ay may isa pang pana-
langin. Ipinasa ng mga lalaki ang trey
na may mga kopita ng tubig.

“Ipinaaalala sa atin ng tubig ang
dugo ni Jesus,” bulong ni Sister
García. “Namatay Siya para sa atin
dahil mahal Niya tayo.”

Kumuha si Mía ng isang kopita ng
tubig. Inisip niya kung gaano siya
kamahal ni Jesus. Pakiramdam niya
ay niyayakap siya ni Jesus.

Kalaunan ay binigyan ni Sister
Hanson si Mía ng maliit na larawan ni
Jesus. “Kumakain tayo ng tinapay at
umiinom ng tubig para alalahanin si
Jesus at mangakong susunod tayo sa
Kanya.” Ngumiti siya. “Ano ang pala-
gay mo sa sakramento?”

Tiningnan ni Mía ang larawan ni
Jesus. Naalala niya ang mainit na paki-
ramdam niya. Ngumiti siya. “Napaka-
ganda! Mahal ko si Jesucristo.” ■

Ang awtor ay naninirahan sa California, USA.

Ibinigay sa Atin ni Jesus ang Sakramento

Ni Kim Webb Reid

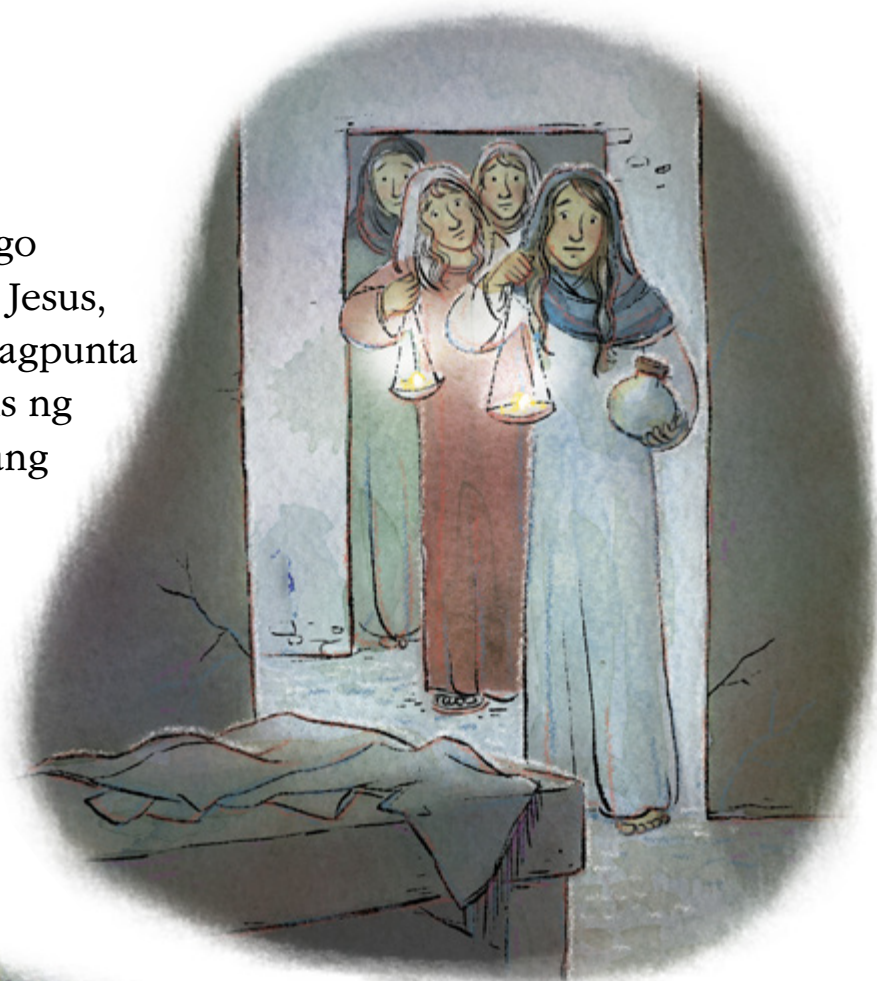


Alam ni Jesus na halos tapos na ang Kanyang panahon sa lupa. Tinipon Niya ang Kanyang mga Apostol para sa Huling Hapunan. Ibinigay Niya sa kanila ang sakramento at hiniling sa kanila na lagi Siyang alalahanin.



Nagpunta si Jesus sa isang halamanan para manalangin. Nasaktan siya dahil sa lahat ng kasalanan at malulungkot na bagay sa buhay ng bawat tao. Pagkatapos ay namatay Siya sa krus at inilibing sa isang libingan.

Kinaumagahan ng Linggo
pagkatapos mamatay si Jesus,
ilang kababaihan ang nagpunta
sa libingan. May nag-alis ng
bato sa pintuan, at walang
laman ang libingan!
Nasaan si Jesus?



Nabuhay Siyang muli! Nakita ni Maria Magdalena si Jesus. Binisita
Niya ang Kanyang mga Apostol para maging handa silang ituro
ang ebanghelyo pagkatapos Niyang bumalik sa langit.



Kapag tumatanggap ako ng sakramento, naaalala ko si Jesus. Naaalala ko na Siya ay nabuhay at namatay at nabuhay na mag-uli para sa akin upang mabuhay akong muli! ■



Mga Easter Lily



Ang magaganda at puting Easter lily ay maaaring ipaalala sa atin ang magandang araw na si Jesus ay nabuhay na mag-uli. Limang puting lily ang nakatago sa larawang ito. Tuwing may mahahanap ka, banggitin ang isang bagay na natutuhan mo tungkol kay Jesus.





Ni Elder Bruce R. McConkie (1915–1985)

Ng Korum ng
Labindalawang Apostol

ANG KAPANG-YARIHAN NG DIYOS

Ang pananampalataya ay kapangyarihan at ang kapangyarihan ay priesthood.

Ang Diyos ay Diyos dahil Siya ang sagisag ng lahat ng pananampalataya at lahat ng kapangyarihan at lahat ng priesthood. Ang uri ng Kanyang pamumuhay ay tinatawag na buhay na walang hanggan.

At kung hanggang saan tayo magiging katulad Niya ay hanggang doon din ang ating matatamong pananampalataya sa Kanya, matatamong kapangyarihan Niya, at magagamit na priesthood Niya. At kapag lubusan at tunay tayong naging katulad Niya, magkakaroon din tayo ng buhay na walang hanggan.

Ang pananampalataya at priesthood ay magkaugnay. Ang pananampalataya ay kapangyarihan at ang kapangyarihan ay priesthood. Matapos tayong magtamo ng pananampalataya, tatanggapin natin ang priesthood. Pagkatapos, sa pamamagitan ng priesthood, lalago ang ating pananampalataya hanggang sa, taglay ang lahat ng kapangyarihan, maging katulad tayo ng ating Panginoon.

Ang panahon natin dito sa mortalidad ay itinalaga bilang isang panahon ng pagsubok at pagsusuri. Pribilehiyo natin habang narito tayo na gawing lubos ang ating pananampalataya at lumago sa kapangyarihan ng priesthood. . . .

Ang banal na priesthood ay mas maraming nagawa para gawing perpekto ang mga tao noong panahon ni

Enoc kaysa ibang panahon. Kilala noon bilang orden ni Enoc (tingnan sa D at T 76:57), ito ang kapangyarihang naging daan kaya nagbagong-kalagayan sila ng



kanyang mga tao. At sila ay nagbagong-kalagayan dahil sumampalataya sila at ginamit nila ang kapangyarihan ng priesthood.

Kay Enoc gumawa ng walang-hanggang tipan ang Panginoon na lahat ng tumanggap ng priesthood ay magkakaroon ng kapangyarihan, sa pamamagitan ng pananampalataya, na pamunuan at supilin ang lahat ng bagay sa lupa, labanan ang mga hukbo ng mga bansa, at tumayo sa kaluwalhatian at kadakilaan sa harapan ng Panginoon.

Si Melquisedec ay isang taong gayon ang pananampalataya, “at [ang] kanyang mga tao ay gumawa ng kabutihan, at natamo ang langit, at hinanap ang lungsod ni Enoc” (Joseph Smith Translation, Genesis 14:34). . . .

Ano, kung gayon, ang doktrina ng priesthood? At paano tayo mabubuhay bilang mga lingkod ng Panginoon?

Ang doktrinang ito ay na ang ating Diyos Ama ay isang niluwalhati,

perpekto, at dakilang nilalang na nagtataglay ng lahat ng lakas, lahat ng kapangyarihan, at lahat ng kapamahalaan, na nakakaalam sa lahat ng bagay at walang hanggan sa lahat ng Kanyang katangian, at may pamilya.

Ito ay na tinatamasa ng ating Amang Walang Hanggan ang mataas na katayuan ng kaluwalhatian at kasakdalan at kapangyarihan dahil lubos ang Kanyang pananampalataya at walang limitasyon ang Kanyang priesthood.

Ito ay na priesthood ang mismong tawag sa kapangyarihan ng Diyos, at na kung nais nating maging katulad Niya, kailangang matanggap at gamitin natin ang Kanyang priesthood o kapangyarihan ayon sa paggamit Niya rito. . . .

Ito ay na mayroon tayong kapangyarihan, sa pamamagitan ng pananampalataya, na pamunuan at supilin ang lahat ng bagay, kapwa temporal at espirituwal; na gumawa ng mga himala at gawing sakdal ang mga buhay; na tumayo sa harapan ng Diyos at maging katulad Niya dahil natamo natin ang Kanyang pananampalataya, Kanyang kasakdalan, at Kanyang kapangyarihan, o sa madaaling salita’y ang kabuuan ng Kanyang priesthood.

At wala nang mas dakila pa kaysa sa doktrinang ito ng priesthood. Ito ang kapangyarihang matatamo natin sa pamamagitan ng pananampalataya at kabutihan . . .

Talagang may kapangyarihan sa priesthood—isang kapangyarihang hinahangad nating matamo para gamitin, isang kapangyarihang taimtim nating ipinagdarasal na mapasaatin at mapasa ating mga inapo magpakailanman. ■

Mula sa isang mensahe sa pangkalahatang sesyon ng priesthood na pinamagatang “The Doctrine of the Priesthood,” Ensign, Mayo 1982, 32–34; pinagpare-pareho ang pagpapalaki ng mga titik.



**OTHER SHEEP I HAVE,
NI ELSPETH YOUNG**

Bumisita ang nagbangong Panginoon sa Kanyang "ibang mga tupa" (3 Nephi 15:21) sa lupain ng Amerika at sa iba pang dako. Nasalat ng mga Nephita "ang bakas ng pako sa kanyang mga kamay at kanyang mga paa; at ito ay ginawa nila, isa-isang nagsilapit hanggang sa ang lahat ay makalapit, at nakita ng kanilang mga mata at nadama ng kanilang mga kamay, at nalaman nang may katiyakan at nagpatotoo, na ito ay siya nga, na siyang isinulat ng mga propeta, na paparito" (3 Nephi 11:15).

Kabilang Din sa Isyung Ito

PARA SA MGA YOUNG ADULT

Pag-unawa sa Iyong **Patriarchal Blessing**

Hindi nakasaad sa mga patriarchal blessing ang lahat ng bagay na mangyayari sa ating buhay, ngunit nagbibigay ito ng personal na mapa na aakay sa atin tungo sa malaking kaligayahang inilalaan ng Ama sa Langit para sa bawat isa sa atin.



p.44

PARA SA MGA KABATAAN



p.58

NAKITA NILA **SIYA**

Sila ay mga saksi ng nagbangong Cristo.
Paano tayo maaaring maging mga saksi ngayon.

PARA SA MGA BATA

Ibinigay sa Atin ni Jesus ang Sakramento

Nakikibahagi tayo sa sakramento kada linggo. Ngunit alam ba ng inyong mga anak kung bakit?



p.76



TAGALOG

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW