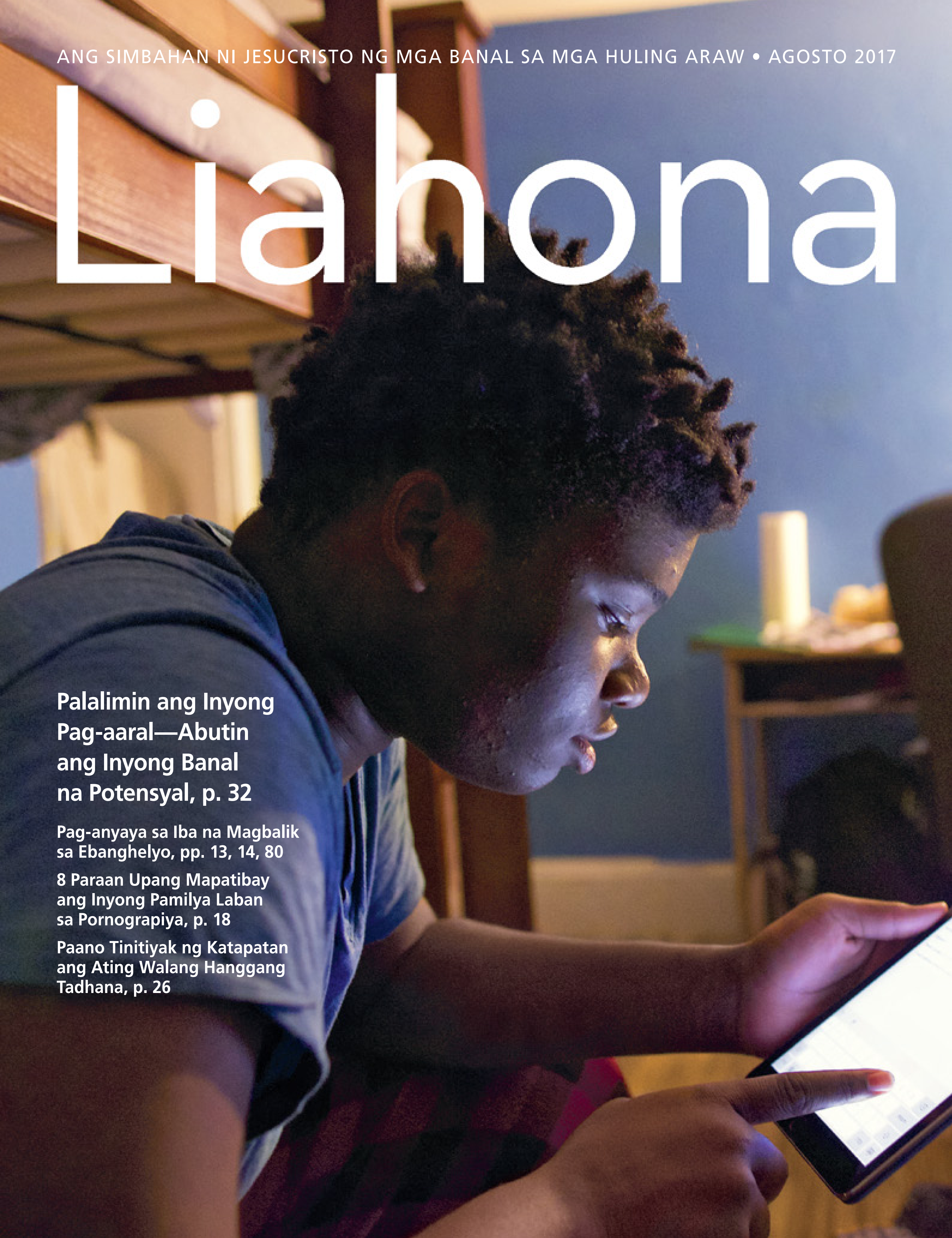
ANG SIMBAHAN NI JESUCRISTO NG MGA BANAL SA MGA HULING ARAW • AGOSTO 2017

Liahona



Palalimin ang Inyong Pag-aaral—Abutin ang Inyong Banal na Potensyal, p. 32

Pag-anyaya sa Iba na Magbalik sa Ebanghelyo, pp. 13, 14, 80

8 Paraan Upang Mapatibay ang Inyong Pamilya Laban sa Pornograpiya, p. 18

Paano Tinitiyak ng Katapatan ang Ating Walang Hanggang Tadhana, p. 26

Ang Kirtland Temple, na makikita sa background noong 1907, ay ang unang templong itinayo sa dispensasyong ito. Nakita ni Propetang Joseph Smith ang templo sa isang pangitain, na nagbigay ng disenyo nito (tingnan sa D at T 95). Ang templo ay inilaan noong Marso 27, 1836 (tingnan sa D at T 109). Sa matinding espirituwal na karanasang iyon, isinulat ni Eliza R. Snow, "Nagpakita ang mga anghel sa ilan, habang ang lahat ng naroon ay nakadama ng kabanalan" (sa Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith *[2007], 360).*

Larawang kuha ni George Edward Anderson, sa kagandahang-loob ng Church History Library

Liahona, Agosto 2017

MGA MENSAHE

4 **Mensahe ng Unang Panguluhan: Buhay ng Isang Disipulo**
Ni Pangulong Dieter F. Uchtdorf

7 **Mensahe sa Visiting Teaching: Pamumuhay ng Isang Buhay na Inilaan**

SA PABALAT
Larawang kuha ni Cody Bell.

TAMPOK NA MGA ARTIKULO

14 **Pagbabasbas sa mga Taong Di-Gaanong Aktibo**
Ni Elder Terence M. Vinson
Kapag namuhay tayo ayon sa patnubay ng Espiritu at humingi ng tulong sa Panginoon, pagpapalain Niya ang ating mga pagsisikap na ibalik ang kanyang nawawalang mga tupa sa kawan.

18 **Walong Estratehiya para Matulungan ang mga Bata na Iwaksi ang Pornograpiya**
Ni Lisa Ann Thomson
Kahit sa tila laganap na pornograpiya, may kapangyarihan ang mga magulang na protektahan ang kanilang mga anak at ihanda silang harapin at iwaksi ang pornograpiya.

26 **Ang Banal na Pamantayan ng Katapatan**
Ni Elder Neil L. Andersen
Para sa isang disipulo ni Cristo, ang katapatan ay isa sa pinakamahahalagang aspeto ng espirituwalidad.

32 **Pagkatuto para sa Buong Kaluluwa**
Ni Elder Kim B. Clark
Matuto nang buo mong kaluluwa—hindi lamang sa iyong isipan.

MGA BAHAGI

8 **Notebook ng Kumperensya ng Abril 2017**

10 **Mga Balita sa Simbahan: Mga Area Presidency**

12 **Mga Pagninilay: Mga Orasan**
Ni Christy Rusch Banz

13 **Paglilingkod sa Simbahan: Ang Pag-aalala ng Panginoon sa Amin**
Ni Paige Anderson

38 **Mga Larawan ng Pananampalataya: Niki Covington**

40 **Mga Tinig ng mga Banal sa mga Huling Araw**

80 **Hanggang sa Muli Nating Pagkikita: Bumalik Kayo!**
Ni Pangulong James E. Faust

MGA YOUNG ADULT

44 Ano ang Institute?
Ni Wayne L. Davis
Paano kayo matutulungan ng institute na magkaroon ng mga kaibigan, espirituwal na proteksyon, at kaalaman tungkol sa ebanghelyo?

46 Ang Institute ay para sa Atin
Ni Leah Welker
Marami tayong kailangang gawin—makakatulong ang institute.

Tingnan kung makikita mo ang nakatagong Liahona sa isyung ito. Hint: Sinong tao mula sa mga banal na kasulatan ang nais mong tularan?

MGA KABATAAN

50 Seminary: Kung Saan Tayo Nagkakaugnayan
Ni David A. Edwards
Nadarama mo ba kung minsan na nag-iisa ka habang sinisikap mong unawain ang iyong buhay, mga pagsubok, at mga banal na kasulatan?

54 Paano Ka Makakatulong sa Gawain sa Templo
Ni Megan Armknecht
Paano ka makakasali sa kapana-panabik na gawaing ito?

56 Mga Kampeon ng Panalangin ng Pamilya
Ni Charlotte Larcabal
Sampung tip mula sa mga kabataan para matulungan ang pamilya mo na makamtan ang mga dakilang bagay sa pamamagitan ng panalangin.

58 Pagpapasiyang Maging Tapat
Ni Elder Enrique R. Falabella
Apat na desisyon na maaaring magpabago sa buhay mo.

62 Poster: Kahalagahan ng Sarili

63 Mga Sagot mula sa mga Pinuno ng Simbahan: Paano Tumugon nang May Katapangan ng Isang Kristiyano
Ni Elder Robert D. Hales

64 Mga Tanong at mga Sagot
Paano ko matutulungan ang mga kaibigan ko na madaig ang mga problemang gaya ng pagmumura at sobrang paglalaro ng video games?

MGA BATA

66 Ang Malaswang Larawan
Ni Lori Fuller
Ang kaibigan ni Taran ay nagpakita sa kanya ng isang malaswang larawan. Ano ang puwede niyang gawin?

68 Ang Himala kay Sister Sheldon
Ni Elyse D.
Malubha ang sakit ni Sister Sheldon. Paano siya matutulungan ng Primary?

69 Pagiging Katulad ni Nephi
Ni Mason J.
Nang malaman ko ang tungkol kay Nephi, nagdesisyon akong tularan siya.

70 Mga Sagot mula sa Isang Apostol: Paano Ko Maipadarama sa Lahat na Tanggap Sila sa Primary?
Ni Elder Neil L. Andersen

72 Mga Batang May Puso: Masayang Makatulong!
Ni Jordan Wright

72 Mga Pangalan ni Jesus
Subukan ang ideyang ito sa family home evening para mas makilala ang Tagapagligtas.

76 Mga Kuwento tungkol kay Jesus: Nagpatawad si Jesus
Ni Kim Webb Reid

79 Pahinang Kukulayan: Maaari Akong Maging Mapitagan

AGOSTO 2017 TOMO 20 BLG. 8
LIAHONA 14448 893

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, Bonnie H. Cordon, LeGrand R. Curtis Jr., Sharon Eubank, Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopischke, Larry R. Lawrence

Namamahalang Direktor: Richard I. Heaton
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: Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, 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 Hinckley, 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, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Derek Richardson
Bago Ilimbag: Joshua Dennis, Ammon Harris

Direktor sa Paglilimbag: Steven T. Lewis
Direktor sa Pamamahagi: Troy K. Vellinga

Pagsasalin: 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 (pinasimple), 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.)

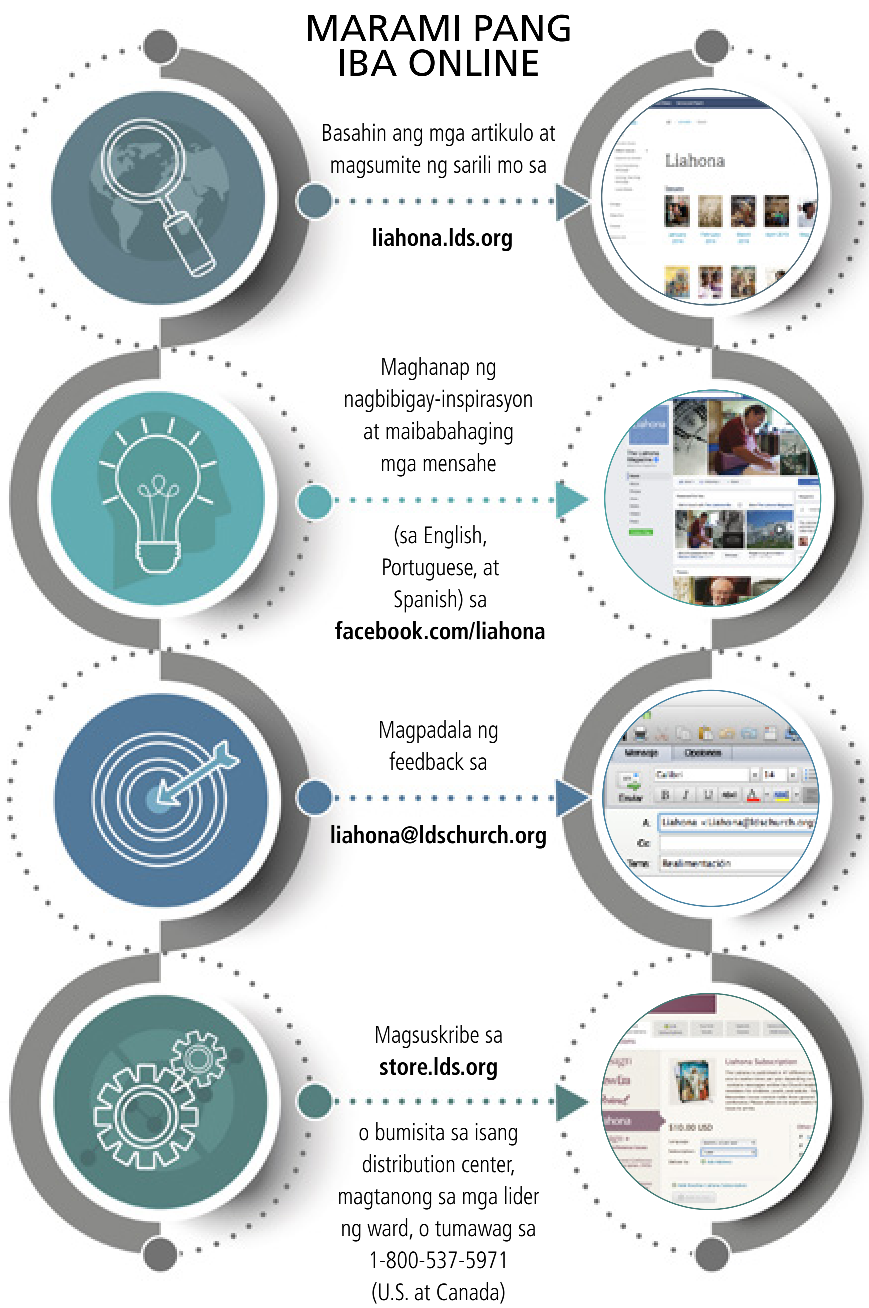
© 2017 ng Intellectual Reserve, Inc. Lahat ng karapatan ay nakalaan. Inilimbag sa Estados Unidos ng Amerika.

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:
August 2017 Vol. 20 No. 8. 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.

MARAMI PANG IBA ONLINE



IMGA ICON MULA SA GETTY IMAGES

MGA PAKSA SA ISYUNG ITO

Ang mga numero ay kumakatawan sa unang pahina ng artikulo.

Ama sa Langit, *50, 70*
Binyag, *4, 58*
Buong paglalaan, *7*
Edukasyon, *32, 44, 46, 50*
Espiritu Santo, *12, 32*
Gawaing misyonero, *4, 13, 40, 63*
Gawain sa templo, *32, 54*
Institute, *44, 46*
Jesucristo, *74, 76*
Kabaitan, *13, 69*
Kahalagahan ng sarili, *62*
Kapatawaran, Pagpapatawad, *76*
Katapatan, *26*
Media, *18, 64, 66*
Pagbabalik-loob, Pagbabagong-loob, *4, 42*
Paghihirap, *4, 43, 58*
Pagiging magulang, *18*
Pagkadisipulo, *4*
Pagkakaibigan, *50, 63, 64, 70, 80*
Paglilingkod, *13, 68*
Pagmamahal, Pag-ibig, *13, 63, 68, 70, 72*
Pagpapaaktibo, *13, 14, 80*
Pagsisisi, *14, 32*
Pagsunod, *58*
Pamilya, Mag-anak, *38, 43, 56, 72*
Panalangin, *32, 56, 76*
Pananampalataya, *58, 63*
Patotoo, *4, 38, 40, 63*
Pornograpiya, *18, 66*
Priesthood, *14*
Propeta, mga, *58*
Sakramento, *41*
Seminary, *50*
Talento, mga, *38*
Tapang, Lakas-ng-loob, *63, 66*

Ni Pangulong Dieter F. Uchtdorf
Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan

BUHAY NG ISANG DISIPULO

Tatlumpung taon na ang nakararaan sa Ghana, isang estudyante sa kolehiyo na nagngangalang Doe ang pumasok sa isang LDS meetinghouse sa unang pagkakataon. Isang kaibigan ang nag-anyaya kay Doe na sumama sa kanya, at gustong malaman ni Doe kung ano ang hitsura ng Simbahan.

Napakabait at napakasigla ng mga tao roon kaya hindi niya naiwasang magtaka, "Anong klaseng Simbahan ito?"

Hangang-hanga si Doe kaya nagpasiya siyang alamin pa ang iba tungkol sa Simbahan at mga miyembro nito, na puspos ng labis na kagalakan. Ngunit nang simulan niyang gawin ito, ilang kapamilya at kaibigan niya na nag-alala sa kanyang kapakanan ang nagsimulang tumutol sa pag-imbestiga niya (sa Simbahan). Masama ang mga sinabi nila tungkol sa Simbahan at ginawa nila ang lahat para pigilan siya.

Ngunit nagkaroon na ng patotoo si Doe.

Nanampalataya siya, at minahal niya ang ebanghelyo, na pumuspos ng kagalakan sa buhay niya. Kaya, nagpabinyag siya.

Pagkatapos, nag-aral at nanalangin siya nang husto. Nag-ayuno siya at naghangad ng impluwensya ng Espiritu Santo sa kanyang buhay. Dahil dito, mas tumibay at lumalim ang patotoo at pananampalataya ni Doe. Kalaunan nagpasiya siyang magmisyon nang full-time para sa Panginoon.

Pagkauwi mula sa kanyang misyon, nakipagdeyt siya at ikinasal sa isang returned missionary—ang mismong nagbinyag sa kanya ilang taon na ang nakararaan—at kalaunan ay ibinuklod sila sa Johannesburg South Africa Temple.

Maraming taon na ang nakalipas mula nang unang makadama ng galak si Doe Kaku sa ebanghelyo ni Jesucristo. Sa panahong iyon, hindi palaging masaya ang buhay niya. Natiis niya ang dalamhati at kawalan ng pag-asa, pati na ang pagkamatay ng kanyang dalawang anak—labis pa rin siyang nasasaktan sa mga karanasang iyon.

Ngunit sinikap nila ng asawa niyang si Anthony na maging malapit sa isa't isa at sa kanilang pinakamamahal na Ama sa Langit, na minamahal nila nang buong puso.

Ngayon, 30 taon matapos siyang magpabinyag, katatapos lang ni Sister Kaku ng isa pang full-time mission—sa pagkakataong ito kasama ang

PAGTUTURO MULA SA MENSAHENG ITO

Itinuro sa atin ni Pangulong Uchtdorf na ang landas ng isang disipulo ay mahirap ngunit yaong mga namumuhay ng "payapang buhay ng isang disipulo ni Jesucristo ang makasusumpong ng kagalakan sa huli." Tulad noong ikuwento ni Pangulong Uchtdorf si Doe para ipakita kung paano makasusumpong ng kapayapaan at galak ang isang tunay na disipulo ni Cristo sa kabila ng mga pagsubok sa buhay, maaari kang magkuwento mula sa sarili mong buhay kung bakit mo pinipiling sundan si Cristo at paano ka Niya napalakas. Kapag ginabayan ka ng Espiritu, mapapalakas ng pagbabahagi ng personal na mga kuwento ang mga tinuturuan mo.

JERUSALEM, NI LINDA CURLEY, SA KAGANDAHANG-LOOB NG CHURCH HISTORY MUSEUM

LARAWANG KUHA NI DOE KAKU NA BIGAY NI PANGULONG UCHTDORF

Si Doe Kaku nang sumapi siya sa Simbahan.

Si Sister Kaku ngayon kasama ang kanyang asawang si Anthony.

kanyang asawa, na isang mission president sa Nigeria.

Sabi ng mga nakakakilala kay Sister Kaku, may isang bagay na kakaiba sa kanya. Nagniningning siya. Kapag kasama mo siya, mas masaya ka.

Matibay ang kanyang patotoo: "Alam ko na anak at kaibigan ang turing sa akin ng Tagapagligtas (tingnan sa Mosias 5:7; Eter 3:14)," wika niya. "At pinag-aaralan at pinagsisikapan kong mabuti na maging kaibigan din Niya—hindi lang sa salita kundi maging sa gawa."

Tayo ay mga Disipulo

Ang kuwento ni Sister Kaku ay kahalintulad ng marami pang iba. Hinangad niyang malaman ang katotohanan, nagsikap siya para magtamo ng espirituwal na liwanag, nagpakita siya ng pagmamahal sa Diyos at sa kanyang kapwa-tao, at habang ginagawa ito ay dumanas siya ng mga paghihirap at kalungkutan.

Ngunit sa kabila ng oposisyon, sa kabila ng kalungkutan, patuloy siyang sumulong nang may pananampalataya. At nanatili siyang masaya, na kasinghalaga ng pananatiling sumasampalataya. Nakakita siya ng paraan hindi lamang para matiis ang mga hirap ng buhay kundi para umunlad din sa kabila nito!

Ang kanyang kuwento ay katulad ng sa inyo at sa akin.

Bihirang mawalan ng balakid o pagsubok sa ating landas.

Bawat isa sa atin ay may mga pighati, kabiguan, kalungkutan.

Maaari pa nga tayong panghinaan ng loob at kung minsa'y mahirapan.

Ngunit yaong mga namumuhay ng buhay ng isang disipulo—na nananatiling tapat at patuloy na sumusulong nang may pananampalataya; na nagtitiwala sa Diyos at sumusunod sa kanyang mga kautusan;[1] na ipinamumuhay ang ebanghelyo araw-araw at oras-oras; na naglilingkod na katulad ni Cristo sa mga nasa paligid nila, sa paisa-isang mabuting gawa—ang yaong ang maliliit na gawa ay madalas makagawa ng malaking kaibhan.

Yaong mas mababait, mas mapagpatawad, at mas maawain ang mga taong maawain na kaaawaan.[2] Yaong mga nagpapaganda sa mundong ito, sa paisa-isang pagpapakita ng malasakit at pagmamahal, at nagsisikap na ipamuhay ang pinagpala, nakasisiya, at payapang buhay ng isang disipulo ni Jesucristo ang makasusumpong ng kagalakan sa huli.

Malalaman nila na "ang pag-ibig ng Diyos, na laganap sa mga puso ng mga anak ng tao . . . ang pinakakanaisnais sa lahat ng bagay . . . at ang labis na nakalulugod sa kaluluwa."[3] ■

MGA TALA

1. Tingnan sa Mosias 4:6.
2. Tingnan sa Mateo 5:7.
3. 1 Nephi 11:22–23.

MGA KABATAAN

Isiping gumawa ng listahan ng mga paraan para maipamuhay ang buhay ng isang disipulo. Halimbawa, maaari mong isulat ang isang ideya sa paglilingkod gaya ng "Tulungan ang isang magulang na maghanda ng hapunan" o isang ideya sa pagsunod sa mga kautusan gaya ng "Pagdarasal para mas mapagpasensyahan ang mga kapatid ko." Sa susunod na mayamot ka o manghina, ilabas ang iyong listahan, pumili ng isang ideya, at subukang gawin ito!

Galak Bilang Isang Disipulo ni Jesucristo

Naging masama na ba ang araw mo? Ano ang ginawa mo para sumaya? Alam ni Pangulong Uchtdorf na "bawat isa sa atin ay may mga pighati, kabiguan, kalungkutan. Maaari pa nga tayong panghinaan ng loob at kung minsa'y mahirapan."

Ang kanyang solusyon ay ipamuhay ang tinatawag niyang "buhay ng isang disipulo": "nananatiling tapat at patuloy na sumusulong nang may pananampalataya." Kapag sumulong tayo nang may pananampalataya, nagagawa nating magtiwala sa Diyos, sumunod sa Kanyang mga kautusan, at maglingkod sa iba—at magalak sa lahat ng ito! Tulad ng sabi ni Pangulong Uchtdorf, "Yaong mga namumuhay ng buhay ng isang disipulo . . . ang yaong ang maliliit na gawa ay madalas makagawa ng malaking kaibhan."

MGA BATA

Masayang Makatulong

Kapag sumunod tayo kay Jesus at sinikap nating maging mabait, napapasaya natin ang iba. At ang pagiging mabait ay nagpapasaya rin sa atin! Bilugan ang dalawa o tatlong bagay na magagawa mo sa linggong ito para maging mabait sa iba.

MGA LARAWANG-GUHIT NI LOKFUNG/GETTY IMAGES

MENSAHE SA VISITING TEACHING

Pamumuhay ng Isang Buhay na Inilaan

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?

Pananampalataya
Pamilya
Kapanatagan

"Ang paglalaan ay pagtatalaga sa isang bagay bilang sagrado, na inilaan para sa mga banal na layunin," sabi ni Elder D. Todd Christofferson ng Korum ng Labindalawang Apostol. "Ang tunay na tagumpay sa buhay na ito ay nagmumula sa paglalaan ng ating buhay—iyon ay, ang ating panahon at mga pagpili—sa mga layunin ng Diyos."[1]

Sabi ni Elder Neal A. Maxwell (1926–2004) ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Iniisip natin [kung] minsan na ang paglalaan ay pagbibigay ng ating materyal na ari-arian, kapag ito ay ipinag-utos ng Diyos. Ngunit ang tunay na paglalaan ay ang pagpapasailalim natin sa Diyos."[2]

Kapag inilaan natin ang ating sarili sa mga layunin ng Diyos, mag-iibayo ang ating pananampalataya kay Jesucristo at sa Kanyang Pagbabayad-sala. Kapag namuhay tayo ng isang buhay na inilaan, mapapabanal tayo sa pamamagitan niyon.

Sabi ni Carole M. Stephens, dating Unang Tagapayo sa Relief Society Presidency: "Itinuro ni Elder Robert D. Hales, 'Kapag gumawa tayo ng mga tipan at tinupad [natin] ang mga ito, lumalabas tayo sa daigdig at [pumapasok] sa kaharian ng Diyos.'

"Nabago tayo. Iba ang ating anyo, at iba ang ating kilos. Iba na ang pinakikinggan at binabasa at sinasabi natin, at iba na tayong manamit dahil tayo ay naging mga anak ng Diyos na nakipagtipan sa Kanya."[3]

Ang paglalaan ay ang tipan na ipinakipagtipan ng Diyos "sa sangbahayan ni Israel pagkatapos ng mga araw na yaon, sabi ng Panginoon, Aking itatala ang aking kautusan sa kanilang kalooban, at aking isusulat sa kanilang puso; at ako'y magiging kanilang Dios, at sila'y magiging aking bayan" (Jeremias 31:33). Ang pamumuhay ng isang buhay na inilaan ay naaayon sa plano ng Diyos para sa atin.

Karagdagang mga Banal na Kasulatan
I Mga Taga Tesalonica 1:3; Doktrina at mga Tipan 105:5
reliefsociety.lds.org

MGA TALA

1. D. Todd Christofferson, "Larawan ng Isang Buhay na Inilaan," *Liahona,* Nob. 2010, 16.
2. Neal A. Maxwell, "Ilaan ang Inyong Gawain," *Liahona,* Hulyo 2002, 39.
3. Carole M. Stephens, "Magsigising sa Ating mga Tungkulin," *Liahona,* Nob. 2012, 115–16.

Isipin Ito

Paano nakakatulong sa atin ang paglalaan ng ating buhay sa Panginoon para maging higit na katulad Niya?

NOTEBOOK NG KUMPERENSYA NG ABRIL 2017

"Kung ano ang sinabi ko, ang Panginoon, ay sinabi ko; . . . maging sa pamamagitan ng sarili kong tinig o sa tinig man ng aking mga tagapaglingkod, ito ay iisa" (D at T 1:38).

Habang nirerebyu ninyo ang pangkalahatang kumperensya ng Abril 2017, magagamit ninyo ang mga pahinang ito (at ang mga Notebook ng Kumperensya sa darating na mga isyu) upang tulungan kayong pag-aralan at ipamuhay ang mga itinuro kamakailan ng mga buhay na propeta at apostol at ng iba pang mga pinuno ng Simbahan.

ANG MABUTING SAMARITANO, NI WALTER RANE

TAMPOK NA DOKTRINA

Huwag Magkasala ng Pang-uusig

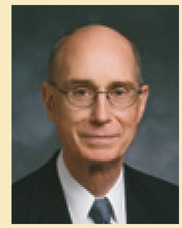
"Sa iba't ibang bansa sa buong mundo, nasulyapan ko ang kalupitan ng maling palagay at diskriminasyong dinanas ng mga biktima nito dahil sa kanilang lahi o lipi.

"Maraming uri ng pang-uusig: panlilibak, panliligalig, pananakot, pagpapalayas [at] pagbubukod, o pagkamuhi sa isa't isa. Kailangan tayong mag-ingat laban sa pagkapanatiko na nagpapakita ng kalupitan sa mga taong iba't iba ang opinyon. Ang pagkapanatiko ay nakikita, kahit paano, sa pagtangging magbigay ng pantay na kalayaan sa pagpapahayag. Lahat, pati na ang mga taong may relihiyon, ay may karapatang magpahayag ng kanilang mga opinyon sa publiko. Ngunit walang karapatan ang sinuman na mamuhi sa ibang tao kapag nagpahayag sila ng kanilang opinyon.

". . . Itinuro ng Tagapagligtas, 'Lahat ng mga bagay na ibig ninyong sa inyo'y gawin ng mga tao, gawin naman ninyo ang gayon sa kanila' [Mateo 7:12]. Para igalang tayo, kailangan tayong gumalang. Bukod pa riyan, ang ating tapat na pakikipag-usap ay naghahatid ng 'kaamuan, at mapagpakumbabang puso,' na nag-aanyaya sa 'Banal na Espiritu [at pinupuspos tayo ng] ganap na pag-ibig' [Moroni 8:26], isang 'pagibig na hindi pakunwari' [I Ni Pedro 1:22] para sa iba."

Elder Dale G. Renlund ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Ang Ating Mabuting Pastol," *Liahona,* Mayo 2017, 31–32.

PANGAKO NG PROPETA



NAGTITIWALA ANG DIYOS NA PAGLILINGKURAN NATIN ANG ATING MGA NINUNO

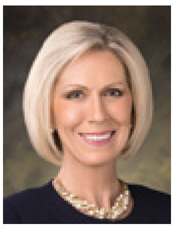
"Alam ng Diyos na mapapalapit ang damdamin ninyo sa inyong mga ninuno nang may pagmamahal at na magkakaroon kayo ng teknolohiyang kailangan para matukoy sila. . . . At alam Niya na maaari Siyang magtiwala na isasagawa ninyo ang gawaing ito para sa inyong mga ninuno. . . .

"Ito ang gawain ng ating henerasyon. . . . Nadama na ninyo ito, tulad ko, nang maranasan ninyo ang paglago ng pagmamahal nang tingnan ninyo ang larawan ng isang ninuno. Nadama na ninyo ito sa templo nang tila hindi lang isang pangalan ang pangalang nakasulat sa kard, at hindi ninyo napigilang madama na kilala kayo ng taong ito at nadama niya ang inyong pagmamahal.

"Pinatototohanan ko na nais ng Diyos Ama na makauwing muli ang Kanyang mga anak, sa mga pamilya at sa kaluwalhatian. . . . Nangangako ako ng inspiradong tulong na hinahangad at kailangan ninyo."

Pangulong Henry B. Eyring, Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan, "Pagtitipon sa Pamilya ng Diyos," *Liahona,* Mayo 2017, 21, 22.

DETALYE MULA SA *DALAWANG LIBONG KABATAANG MANDIRIGMA*, NI ARNOLD FRIBERG



Ang Paglaban sa Kasalanan ay Pagsisisi

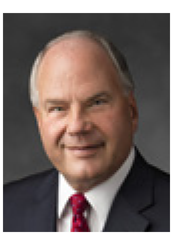
"Hindi ibig sabihin ng kayang labanan ang kasalanan ay wala nang kasalanan, sa halip, ipinahihiwatig lamang nito na patuloy na magsisi, maging mapagbantay, at karapat-dapat. Marahil ang pagkakaroon ng kakayahang labanan ang kasalanan ay pagpapalang bunga ng patuloy na pag-iwas sa kasalanan. . . .

"Ang mga kabataang mandirigma 'ay napakagigiting. . . . Sila ay naturuang sumunod sa mga kautusan ng Diyos at lumakad nang matwid sa kanyang harapan' [Alma 53:20–21]. Ang mga kabataang ito ay nakipaglaban taglay ang mga katangiang katulad ng kay Cristo bilang sandata laban sa kanilang mga kaaway. . . .

"Isinusuot ng ating mga anak ang espirituwal na baluti habang bumubuo sila ng mga pansariling huwaran sa araw-araw na pamumuhay bilang mga disipulo."

Joy D. Jones, Primary General President, "Isang Henerasyong Kayang Labanan ang mga Kasalanan," *Liahona,* Mayo 2017, 88.

MGA SAGOT PARA SA IYO



Paano Ko Malalaman Kung ang Sagot sa Akin ay Nagmula sa Espiritu o sa Akin Lang?

"Alalahanin ang mga salita ni Nephi. 'Ako ay pinatnubayan ng Espiritu, nang sa simula ay hindi pa nalalaman ang mga bagay na nararapat kong gawin. Gayunman,' sinabi niya, 'ako ay yumaon' [1 Nephi 4:6–7].

"At ganoon din dapat tayo. Dapat tayong magtiwala sa unang pahiwatig sa atin. Minsan ay nangangatwiran tayo, iniisip kung nakadarama ba tayo ng isang espirituwal na impresyon o kung sariling kaisipan lang natin iyon. Kapag nagsimula na tayong magdalawang-isip, maging magtatlong-isip ukol sa ating nadarama—at lahat tayo ay ginawa iyan—binabale-wala natin ang Espiritu; pinag-aalinlanganan natin ang banal na payo. Sinabi ni Propetang Joseph Smith na kung makikinig kayo sa unang pahiwatig, magiging tama kayo sa siyam na beses mula sa sampung pagkakataon."

Elder Ronald A. Rasband ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Hayaang Patnubayan ng Espiritu Santo," *Liahona,* Mayo 2017, 95–96.

Para mabasa, mapanood, o mapakinggan ang mga mensahe sa pangkalahatang kumperensya, bisitahin ang **conference.lds.org.**

PUNAN ANG PATLANG

Gamitin ang isyu ng Mayo 2017 o bisitahin ang conference.lds.org para mabasa ang iba pang sinabi ng mga tagapagsalita.

1. "Ang pagdaig sa sanlibutan ay hindi nangyayari sa isang mahalagang sandali sa buhay, kundi sa maraming sandali na nagtatakda ng ________." —Neil L. Andersen, "Pagdaig sa Sanlibutan."
2. "Ang pagkakatalaga na maglingkod sa isang partikular na ________ ay kinakailangan at mahalaga subalit pangalawa lamang sa tawag sa gawain." —David A. Bednar, "Tinawag sa Gawain."
3. "Sa mga mata ng Diyos, walang ________ sa kaharian na mas mahalaga kaysa sa isa." —Dieter F. Uchtdorf, "Ang Pinakadakila sa Inyo."
4. "Ang paghahanap ng ________ ay nasa ating espirituwal na DNA." —Mark A. Bragg, "Lumiliwanag nang Lumiliwanag Hanggang sa Ganap na Araw."

Mga sagot: 1) inyong walang hanggang tadhana, 2) lugar, 3) calling, 4) liwanag

Bisitahin ang news.lds.org para sa iba pang mga balita at kaganapan sa Simbahan.

Itinalagang mga Bagong Lider sa Area

Ibinalita ng Unang Panguluhan ang mga pagbabago sa pamunuan sa mga area, simula sa Agosto 1, 2017.

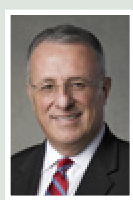
Ang Pitumpu ay tinatawag sa pamamagitan ng paghahayag, sa ilalim ng pamamahala ng Unang Panguluhan, upang tulungan ang Korum ng Labindalawang Apostol sa kanilang paglilingkod sa iba't ibang dako ng mundo. Ang Panguluhan ng Pitumpu at mga Area Presidency ang namumuno sa mga lugar na nasasakupan, at ang mga lider sa area ay naglalakbay sa loob ng lugar ng kanilang destino para turuan at hikayatin ang mga lokal na lider at miyembro ng Simbahan.

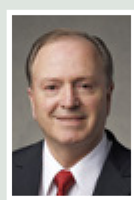
Noong panahon ng ministeryo ni Cristo sa lupa, tinawag Niya ang Pitumpu, pinagbilinan sila sa paraang katulad ng pagbibilin Niya sa Labindalawang Apostol, at isinugo sila "mula sa kanyang harapan," na ipinaliliwanag na yaong mga nakarinig sa kanilang tinig ay maririnig ang Kanyang tinig (tingnan sa Mateo 10:1, 16–17; Lucas 10). ■

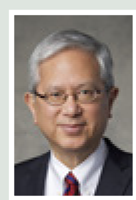
Estados Unidos at Canada

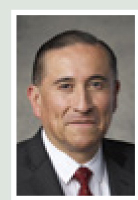
L. Whitney Clayton
Tumutulong sa lahat ng area

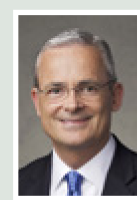
Craig C. Christensen
Utah North
Utah Salt Lake City
Utah South


Ulisses Soares
Idaho
North America Central

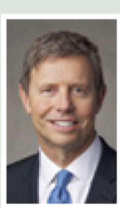

Lynn G. Robbins
North America Southeast

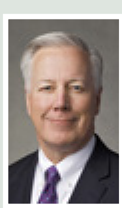

Gerrit W. Gong
North America Northeast

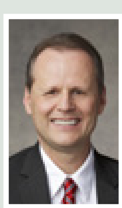

Juan A. Uceda
North America Southwest


Patrick Kearon
North America Northwest
North America West

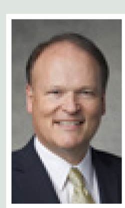
Africa Southeast

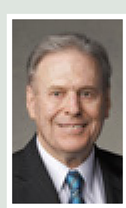

S. Mark Palmer
Unang Tagapayo

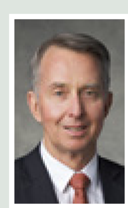

Kevin S. Hamilton
Pangulo


Joni L. Koch
Pangalawang Tagapayo

Africa West

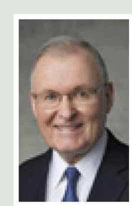

Marcus B. Nash
Unang Tagapayo


Terence M. Vinson
Pangulo


Larry S. Kacher
Pangalawang Tagapayo

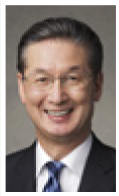
Asia

David F. Evans
Unang Tagapayo


Randy D. Funk
Pangulo

Peter F. Meurs
Pangalawang Tagapayo

Asia North

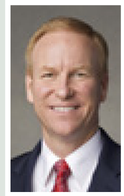


Kazuhiko Yamashita
Unang Tagapayo

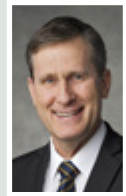
Robert C. Gay
Pangulo

Yoon Hwan Choi
Pangalawang Tagapayo

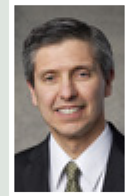
Brazil



W. Mark Bassett
Unang Tagapayo

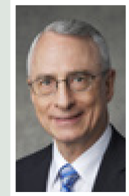


Marcos A. Aidukaitis
Pangulo

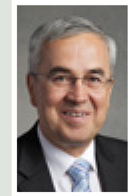


Joaquin E. Costa
Pangalawang Tagapayo

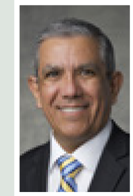
Caribbean



Claudio D. Zivic
Unang Tagapayo

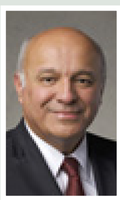


Walter F. González
Pangulo

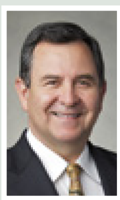


Jose L. Alonso
Pangalawang Tagapayo

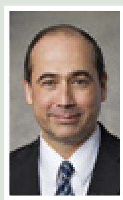
Central America



Jorge F. Zeballos
Unang Tagapayo

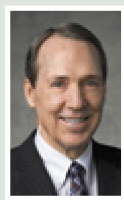


Adrián Ochoa
Pangulo



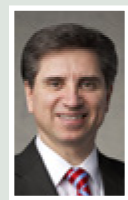
Valeri V. Cordón
Pangalawang Tagapayo

Europe



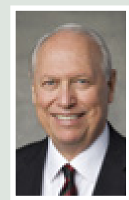
Gary B. Sabin
Unang Tagapayo

Paul V. Johnson
Pangulo

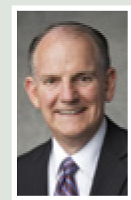


Massimo De Feo
Pangalawang Tagapayo

Europe East



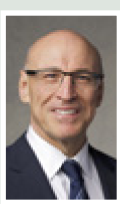
Christoffel Golden
Unang Tagapayo



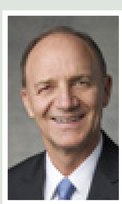
James B. Martino
Pangulo

Alexey V. Samaykin*
Pangalawang Tagapayo

Mexico



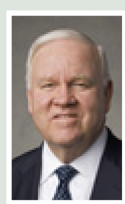
Arnulfo Valenzuela
Unang Tagapayo



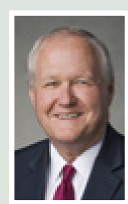
Paul B. Pieper
Pangulo

Rafael E. Pino
Pangalawang Tagapayo

Middle East/Africa North



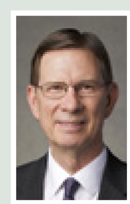
Wilford W. Andersen



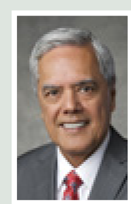
Anthony D. Perkins

Pinangangasiwaan mula sa headquarters ng Simbahan

Pacific



Craig A. Cardon
Unang Tagapayo

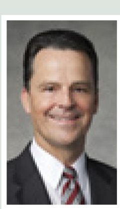


O. Vincent Haleck
Pangulo

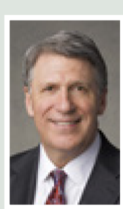
Ian S. Ardern
Pangalawang Tagapayo

Philippines

Allen D. Haynie
Unang Tagapayo

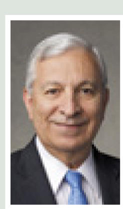


Shayne M. Bowen
Pangulo

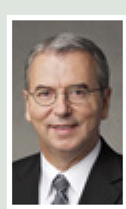


Evan A. Schmutz
Pangalawang Tagapayo

South America Northwest



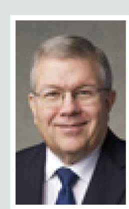
Enrique R. Falabella
Unang Tagapayo



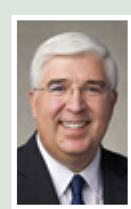
Carlos A. Godoy
Pangulo

Hugo Montoya
Pangalawang Tagapayo

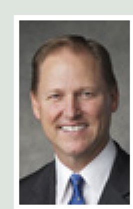
South America South



Allan F. Packer
Unang Tagapayo



José A. Teixeira
Pangulo



Mark A. Bragg
Pangalawang Tagapayo

* *Area Seventy*

MGA ORASAN

Ni Christy Rusch Banz

Ang Espiritu Santo ay parang mga orasan na lubhang nakabighani sa anak ko.

Noong mga dalawang taong gulang ang anak kong si Joshua, labis siyang nagkainteres sa mga orasan. Kung may naraanan kaming orasan sa bahay, gusto niyang tumigil at tingnan ito. Gustung-gusto niyang ilapit nang husto ang tainga niya sa orasan at pakinggan ang pagtiktak nito. Nagdaan siya sa isang yugto ng buhay kung saan hindi namin maaaring maraanan ang isang orasan nang hindi tumitigil para pakinggan ang pagtiktak nito.

May ilang nakatutuwang bagay akong natanto sa simpleng gawaing iyon. Una, palaging tumitiktak ang orasan, hindi lang kapag pinakinggan namin ito. Pangalawa, kahit alam namin na tumunog ang orasan, kinailangan naming lapitan ito at tumahimik at pumanatag para marinig ang mahinang pagtiktak nito.

Ang Espiritu Santo ay parang mga orasan na lubhang nakabighani sa anak ko. Yaong mga nabinyagan sa atin at nakatanggap ng kaloob na Espiritu Santo ay maaari Siyang makasama palagi kung mamumuhay tayo nang marapat para dito. Ang Espiritu Santo ay palagi nating kasama, ngunit kung minsan ay hinahayaan nating mangibabaw ang mga ingay ng mundo sa banayad na mga pahiwatig Niya sa atin. Tulad namin ng anak ko na kailangan naming tumahimik at pumanatag para marinig ang mahinang pagtiktak ng orasan, kailangan ng bawat isa sa atin na pumanatag para marinig, o madama, ang banayad na mga pahiwatig ng Espiritu.

Sabi ni Pangulong Boyd K. Packer (1924–2015), Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Ang tinig ng Espiritu ay inilarawan sa mga banal na kasulatan na hindi 'malakas' ni 'garalgal.' 'Hindi ito tinig ng kulog, ni tunog man ng napakalakas na ingay.' Sa halip, ito ay 'isang tahimik na tinig nang ganap na kahinahunan, sa wari'y isang bulong,' at maaaring 'tumagos maging sa buong kaluluwa' at '[m]agpaalab sa [puso]' (3 Nephi 11:3; Helaman 5:30; D at T 85:6–7). . . .

"Ang Espiritu," pagtuturo ni Pangulong Packer, "ay hindi tayo pinupukaw sa pagsigaw o pagyugyog sa atin nang malakas. Sa halip ay bumubulong ito. Masuyo tayong hinahaplos nito kaya maaaring hindi natin ito madama kapag abala tayo. . . .

"Kung minsan pipilitin tayo nito nang sapat para makinig tayo. Ngunit kadalasan, kung hindi natin papansinin ang magiliw na damdamin, lalayo ang Espiritu at maghihintay hanggang sa maghanap at makinig tayo" ("The Candle of the Lord," *Ensign,* Ene. 1983, 53).

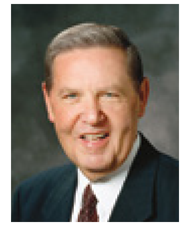
Ngayon tuwing maririnig ko ang mahinang tiktak ng orasan, hindi ko maiwasang maalala ang simpleng aral na itinuro sa akin ng anak ko na pumanatag para marinig ang banayad na mga pahiwatig ng Espiritu. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

ANG PAG-AALALA NG PANGINOON SA AMIN

Ni Paige Anderson

Nang gunitain ko ang panahon na ang pamilya ko ang pinagtuunan ng mga ward council, natanto ko na hindi lang pala ang ward ang nag-aalala sa amin—nag-aalala rin ang Panginoon.



"Marahil ay mapagmahal na paglilingkod at debosyon sa mga pangangailangan ng iba ang pangunahing katangian ng buhay ng Tagapagligtas sa lupa. Iyon ay mananatiling tanda ng mga disipulo ng [Panginoon]."

Elder Jeffrey R. Holland, "Ang Nais Kong Malaman ng Bawat Bagong Miyembro—at Matandaan ng Bawat Matagal nang Miyembro," *Liahona*, Okt. 2006, 12.

Nang tanungin ng bishop ko kung tatanggapin ko ang tawag na maging Young Women president, gusto ko sanang humindi. Pakiramdam ko hindi ko kayang mamuno sa mga kabataang babae. Ngunit tatlong buwan matapos ko itong tanggapin, nalungkot akong malaman na magbabago ang mga hangganang sakop ng ward namin at ire-release ako.

Ipinagdasal kong malaman kung bakit tinulutan ng Panginoon na mapamahal sa akin ang mga kabataang babae para lamang magpaalam ako kaagad. Dumating ang sagot sa akin nang di-inaasahan sa isang ward council meeting.

Pinagkuwento ang mga miyembro ng council sa stake conference tungkol sa pagtulong sa mga miyembro ng aming ward, pero nag-alala ako na baka madama ng ilan na proyekto lang ng ward ang pagtulong sa kanila. Gayunman, pagkatapos kong ipaalam ang pag-aalala ko, sinabi sa akin ng Espiritu na nag-aalala ang Ama sa Langit tungkol sa lahat ng Kanyang anak.

Ilang taon na ang nakararaan kaming mag-asawa ang pinagtuunan ng ward council, at alam namin iyon. Bumalik ako sa pagkaaktibo nang isilang ang aming panganay na anak, pero hindi ang asawa ko. Ilang taon kaming pinagsikapang tulungan ng mga stake presidency, bishopric, at home teacher.

Pagkatapos ay lumipat kami sa ibang ward. Isang matiyaga at mapagmahal na bishop at isang home teacher ang naging mga kaibigan ng asawa ko. Sa pagkakataong ito nadama ng asawa ko ang Espiritu. Nahikayat siyang basahin ang Aklat ni Mormon, at nagsimulang magsimba. Unti-unti siyang nagkaroong muli ng patotoo. Hinding-hindi ko malilimutan ang magandang araw na nabuklod sa templo ang aming pamilya.

Naunawaan ko lang ang ibig sabihin ng mapagtuunan ng ward council nang matawag akong Young Women president at magkaroon ng pagkakataong maglingkod sa ward council. Nalaman ko na ang mga ward council ay nakatuon sa ilang tao hindi dahil sa mahalagang makarami sila kundi dahil nagmamalasakit sila, at ang Panginoon, sa mga tao. Kapag naglilingkod tayo sa ating mga tungkulin, pinupuspos tayo ng Panginoon ng Kanyang pagmamahal para sa ating mga pinaglilingkuran.

Nang gunitain ko ang panahon na ang pamilya ko ang pinagtuunan ng mga ward council, natanto ko na hindi lang pala ang *ward* ang nag-aalala sa amin—nag-aalala rin ang *Panginoon*. Nagmalasakit sila sa amin dahil nagmamalasakit Siya sa amin.

Ang totoo, nag-aalala sa ating lahat ang Panginoon. Dahil sa pagmamahal, gumawa Siya ng isang plano para palakasin tayo at, kung kailangan, pakilusin tayo—isang plano na madalas isagawa ng mga taong kagaya ng bishop at home teacher na tumulong sa asawa ko. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

Ni Elder Terence M. Vinson
Ng Pitumpu

Pagbabasbas SA MGA TAONG Di-Gaanong Aktibo

Kapag namuhay tayo ayon sa patnubay ng Espiritu at humingi ng tulong sa Panginoon, pagpapalain Niya ang ating mga pagsisikap na maibalik ang kanyang nawawalang mga tupa sa kawan.

PAGPAPAGALING, NI J. KIRK RICHARDS

Marami tayong natutuklasang magagandang katotohanan ng buhay sa pamamagitan ng ating mga espirituwal na pandama sa halip na sa pamamagitan ng ating mga pisikal na pandama. Sa katunayan, maraming mahalagang bagay—kabilang na ang mga bagay na walang hanggan—ang nadarama ngunit hindi nakikita.

Itinuro ni Apostol Pablo ang alituntuning ito sa mga Banal na taga-Corinto: "Samantalang kami ay nagsisitingin hindi sa mga bagay na nangakikita, kundi sa mga bagay na hindi nangakikita: sapagka't ang mga bagay na nangakikita ay may katapusan; datapuwa't ang mga bagay na hindi nangakikita ay walang hanggan" (II Mga Taga Corinto 4:18).

Ang pagmamahal ay natututuhan at nadarama sa pamamagitan ng mga espirituwal na pandama. Gayundin, ang habag, pagkakaibigan, mahabang pagtitiis, at pananampalataya ay mga bunga ng Espiritu (tingnan sa Mga Taga Galacia 5:22). Ginagamit ng Ama sa Langit ang mga paramdam na ito ng Espiritu upang pagpalain ang Kanyang mga anak, pati na yaong mga naligaw ng landas.

Halos buong buhay akong nakatira sa Pacific Area. Maraming tao sa Pacific ang may malalim na pagkaunawa sa kahalagahan ng mga bagay na hindi nakikita na inilarawan ni Pablo, at marami talaga ang mas nagpapahalaga sa mga espirituwal na bagay kaysa temporal na mga pangangailangan.

Ang lugar na ito ng Simbahan ay iba-iba, na may maunlad at sopistikadong mga bansa, tulad ng Australia at New Zealand, at mayroon ding mga bansang nagsasaka at nangingisda, tulad ng Tonga at Samoa, kung saan kinakatawan ng mga miyembro ng Simbahan ang malalaking bahagi ng populasyon. At nariyan pa ang umuunlad na mga bansa, tulad ng Papua New Guinea at Solomon Islands, kung saan nahaharap sa malalaking hamon ang mga tao.

Ang mga pagkakaibang ito ay nagbibigay ng mga pagkakataong matuto.

Pangangailangang Bisitahin ang mga Di-Gaanong Aktibo

Naalala ko ang isang karanasan na nagbigay-aral sa akin. Bilang Area Seventy, naatasan akong mamuno sa isang stake conference sa New Zealand. Ilang buwan lang bago iyon,

MGA PAGLALARAWAN NI BRIAN CALL

naghatid ng isang nakaaantig na mensahe si Pangulong Thomas S. Monson sa lahat ng Pitumpu sa mundo. Nakasentro ang Kanyang mensahe sa pagsagip sa mga tao na sa kung anong kadahilanan ay tumalikod sa mga ordenansa ng ebanghelyo.

Dahil sa mensahe ni Pangulong Monson at sa hatid nitong hamon sa amin, nadama ko na kailangang bisitahin at anyayahan ang mga taong hindi lubos na nakikilahok sa ebanghelyo na bumalik sa mga tipan at ordenansa ng kaligtasan. Inanyayahan ko ang mga stake president na isama nila ako sa kanilang stake conference tuwing katapusan ng linggo upang bisitahin ang mga di-gaanong aktibong miyembro. Ang mga pagbisitang iyon ay palaging nakasisiya.

Isang araw ng Sabado sa isang partikular na stake conference sa katapusan ng linggo, binisita namin ng stake president ang ilang pamilya. Ang mag-asawa sa isa mga pamilyang ito ay mga 10 taon nang kasal at nabuklod na sila sa templo ngunit ngayon ay di-gaanong aktibo. Malugod nila kaming tinanggap, at naging espirituwal ang pagbisita namin. Nang patapos na ang pagbisitang ito, nahikayat akong itanong sa lalaki kung gusto niyang magpabasbas at pagkatapos ay hilingan siyang basbasan ang kanyang asawa.

Pambihira ang pahiwatig na ito. Natutuhan ko na bilang panauhin sa tahanan ng iba, hindi ako dapat mamuno at na ang pinuno ng tahanan ang dapat magpasiya kung ano ang gagawin. Gayunman, nagpasalamat ang brother na ito sa alok na basbasan siya, at halatang naantig siya nang matapos kami ng stake president.

Gayunman, pagtindig niya, itinanong niya kung babasbasan ng isa sa amin ang kanyang asawa. Sinabi niya sa amin na kahit 10 taon na silang kasal, hindi pa niya ito nabasbasan kahit minsan at asiwa siyang gawin ito.

"Tutulungan ka namin," sabi ko, na hinihikayat siya.

Matapos naming ipaliwanag kung paano magbasbas at tulungan siyang ensayuhin ang sasabihin sa simula at sa huli, binigyan niya ng napakagandang basbas ang kanyang asawa. Nang matapos siya, may luha ang mga mata naming lahat, at tinanggap nilang mag-asawa ang aming paanyaya na bumalik sa ebanghelyo.

Dahil sa magandang karanasang ito, nagkainspirasyon ang stake president sa kanyang mensahe sa mga miyembro ng stake kinabukasan na anyayahan ang mga priesthood holder na umuwi pagkatapos ng stake conference at basbasan ang kanilang mga kapamilya.

Ang mga manggagawang pumapasok sa ubasan nang huli ay tatanggap ng gantimpalang tinanggap ng mga matagal nang nagtatrabaho roon.

KABABAIHAN SA UBASAN, NI J. KIRK RICHARDS

Nahikayat na Magbasbas

Nang matapos ang sesyong iyon ng stake conference sa araw ng Linggo, nadama ko ang isa pang pahiwatig—sa pagkakataong ito na lapitan ang isang dalagang nakaupo mga 10 hanay mula sa harapan ng chapel at tanungin kung kailangan niya ng basbas. Hindi ko siya kilala, pero patuloy kong nadama ang pahiwatig.

Nagulat ang dalaga at atubiling sinabing, "Hindi po, salamat."

Medyo nagpasalamat ako sa sagot niya, ngunit nadama ko na nasunod ko ang iniutos ng Espiritu. Bumalik ako sa harapan ng chapel para batiin ang mga miyembro nang biglang lumapit ang dalaga at nagtanong sa akin kung gusto ko pa rin siyang basbasan. Sinabi ko sa kanya na "siyempre naman" at pinapunta ko siya sa opisina ng stake president, kung saan ko siya pupuntahan maya-maya.

Habang papunta kami ng stake president sa kanyang opisina, tinanong ko siya tungkol sa dalaga. Ipinaliwanag niya na kababalik lang nito sa Simbahan pagkaraan ng mga 10 taon na hindi siya nagsimba. Mag-isa siyang namumuhay, pero sa loob ng 10 taong iyon hindi nakaayon ang buhay niya sa mga pamantayan ng ebanghelyo.

Bago ang pagbabasbas, ipinaalam sa amin ng dalaga na pakiramdam niya ay hindi siya karapat-dapat. Nang lumayo siya sa Simbahan, sabi niya, talagang ginawa niya ang gusto niya nang hindi iniisip ang mga espirituwal na bagay. Simula noon ay muli siyang naging interesado sa ebanghelyo ngunit nadama niya na parang napakababa ng kanyang

espirituwalidad at wala na siyang pag-asang makamtan ang kanyang walang-hanggang potensyal.

Itinuro namin sa kanya na ang mga manggagawang pumapasok sa ubasan nang huli—at yaong mga bumalik sa ubasan pagkatapos umalis sandali—ay tatanggap pa rin ng gantimpala na tulad ng mga taong matagal nang nagtatrabaho roon (tingnan sa Mateo 20:1–16). Pagkatapos ay binigyan namin siya ng priesthood blessing.

Habang binibigkas ko ang basbas na iyon, napuspos ako ng nadama kong pagbuhos ng pagmamahal ng Panginoon para sa kanya. Mas matindi ang damdaming iyon kaysa nadama ko noong araw—na nagpapabatid sa akin na kasama ko ang isang marangal na espiritu. Nang matapos namin ang basbas, tumayo ang sister mula sa upuan. Dalawang maiitim na guhit ng mascara ang tumulo mula sa kanyang mga mata. Napaluha rin ako.

Ipinakita sa akin ng Panginoon na ang natatanging dalagang ito ay nasa mga unang yugto ng proseso na kailangang maranasan nating lahat upang makamtan ang ating ganap na potensyal dito sa lupa. Kapag espirituwal tayong naligaw ng landas at nagkasala tayo, kailangan nating magpakumbabang lahat at magsisi.

Tulad ng itinuro ni Apostol Pablo sa mga taga-Galacia, ang buhay na ito ang panahon para supilin ng espiritu ang laman. "Sapagka't ang laman ay nagnanasa ng laban sa Espiritu, at ang Espiritu ay laban sa laman: sapagka't ang mga ito ay nagkakalaban; upang huwag ninyong gawin ang bagay na inyong ibigin" (Mga Taga Galacia 5:17).

Ang pagkakamit ng ating potensyal ay nakasalalay sa pagsupil ng ating espiritu sa ating katawan, sa pagdaig natin sa "likas na tao" (Mosias 3:19). Sa mundo ngayon, marami ang tila ayaw sumabak sa labanang ito. Mga pita ng laman ang sumusupil sa kanilang buhay, at dinaraig ng laman ang kanilang espiritu.

Ang dalagang ito ay nasa landas na magagawa ng kanyang espiritu na masupil ang laman. Determinado siyang manalo sa nasimulan niyang pakikibaka.

"Magsilakad Kayo Ayon sa Espiritu"

Nang lisanin ko ang stake noong araw na iyon, hiningi ko sa stake president ang contact information ng mga taong nakilala ko noong katapusan ng linggong iyon para mahikayat ko silang magpatuloy sa landas ng ebanghelyo at alalahanin ang mga pangakong ginawa nila.

Patuloy na umunlad ang dalaga at mabilis niya itong ginawa. Dahil sa kanyang pananampalataya, nagsimula siyang "[lumakad] ayon sa Espiritu" at "[mabuhay] sa pamamagitan ng Espiritu" (Mga Taga Galacia 5:16, 25). Patuloy siyang nakipag-ugnayan at nagtapat sa akin tungkol sa malalaking hamon na nadaig niya at nakaharap mula noon. Naging malapit siyang kaibigan ng aming pamilya, at nakita namin ang tatag ng kanyang espiritu habang napapalapit siya sa Tagapagligtas.

Ngayo'y nagtatamasa na siya ng mga pagpapala ng templo, nakapaglingkod na bilang ordinance worker, at mababanaag sa kanya ang mga espirituwal na kaloob na pag-ibig sa kapwa at kabutihan. Nakasal na siya sa isang karapat-dapat na binata sa templo.

Maliwanag na nadaig ng espirituwal ang temporal sa dalagang ito. Nakita namin na naging dalisay ang kanyang puso, at "wala na [siyang] hangarin pang gumawa ng masama, kundi ang patuloy na gumawa ng mabuti" (Mosias 5:2).

Marahil ay alam ng Panginoon na marangal ang kanyang kaluluwa kaya nakatanggap ako ng pahiwatig noong araw na iyon. Napagpala ako ng pahiwatig na iyon na makita ang kapangyarihan at biyaya ng Ama sa Langit sa buhay niya.

Lahat tayo ay may responsibilidad na tulungan ang ating di-gaanong aktibong mga kapatid, at lahat tayo ay maaaring makadama ng pahiwatig kung paano natin sila mapagpapala. Habang namumuhay tayo ayon sa Espiritu at humihingi ng tulong sa Panginoon, pagpapalain Niya ang ating mga pagsisikap na "[ibalik sila] sa kawan" ("Nasa Puso ng Pastol," *Mga Himno,* blg. 134; tingnan din sa Alma 26:4). ■

136 NA BILYONG PORNOGRAPIKONG *video ang napanood sa mga smartphone noong 2015.*

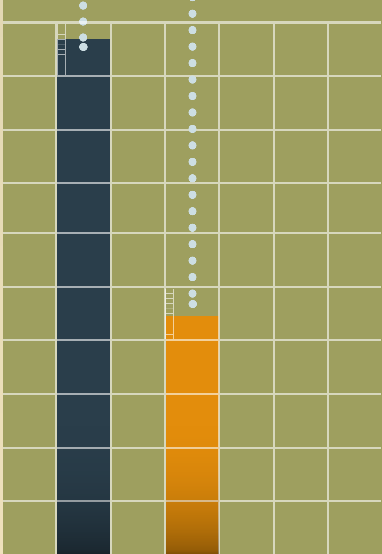
30% ng INTERNET DATA ay **PORNOGRAPIYA.**

Ang pornograpiya ay isang industriyang nagkakahalaga ng

$97 BILYON.

Kung ihahambing, ang **PINAGSAMANG** *kita ng nangungunang-10 liga sa isports sa North America, Europe, at Asia ay*

$45.8 BILYON.



WALONG ESTRATEHIYA PARA

Matulungan ang mga Bata na Iwaksi ang Pornograpiya

Ni Lisa Ann Thomson

Ang estadistika ay maaaring makapanghina sa mga magulang. Tinataya ng Extremetech.com na mga 30 porsiyento ng lahat ng datos na inilipat sa internet ay pornograpiya.[1] Talagang matatagpuan ito sa daan-daang milyong web page, kabilang na ang mga higante sa social media na Facebook, Twitter, at YouTube. Makikita ito sa telebisyon, mga computer, mga tablet, at mga smartphone.

"Ang materyal na nakikita ng isang bata ay talagang nakapipinsala sa murang isipan ng bata," pagtuturo ng therapist na si Dr. Jill C. Manning, na madalas maglahad ng epekto ng pornograpiya sa mag-asawa at pamilya.

Ngunit may pag-asa pa.

Bagama't tila laganap na ang pornograpiya, may kapangyarihan ang mga magulang na protektahan ang kanilang mga anak at ihanda silang harapin at iwaksi ang pornograpiya.

Narito ang walong estratehiya mula sa mga pinuno ng Simbahan at mga eksperto para matulungan ang mga magulang na protektahan ang kanilang pamilya.

1. Kontrolin ang Access at mga Patakaran sa Pamilya

Magsimula sa mga panlabas na depensa. "Pinangangalagaan natin ang ating mga anak hanggang sa mapangalagaan nila ang kanilang sarili," sabi ni Jason S. Carroll, propesor ng family life sa Brigham Young University. Ang brain stem, na kinaroroonan ng sentro ng kasiyahan ng utak, ang unang nabubuo, paliwanag niya. Kalaunan lamang lubos na nabubuo ang mga kakayahang mangatwiran at magdesisyon sa frontal cortex. "Kaya nakatapak ang mga bata sa pedal pero hindi nila alam kung kailan sila hihinto," wika niya. Samakatwid, ang mga external filter at pagsubaybay ay napakahalaga para sa mga kabataan.

Mapoprotektahan ng mga simpleng hakbang at patakaran ang mga bata (at matanda) mula sa di-sadyang pagkalantad [sa pornograpiya] at matutulungan silang magdalawang-isip tungkol sa content ng pinipili nilang tingnan:

- Gumamit ng mga filter sa computer, router, at sa pag-access mula sa inyong internet-service-provider.
- Bigyang-kakayahan ang mga magulang na makontrol ang content ng panonoorin sa telebisyon at Internet.
- I-set up ang content restriction settings sa mga mobile device.
- Ilagay ang mga computer at tablet sa mga lugar na maraming tao.
- Sabihin sa mga bata at tinedyer na ibigay sa inyo ang kanilang mga phone at mobile device sa gabi.

MGA LARAWAN MULA SA BAGOTA/BOKAN76/IKRYANNIKOVGMAILCOM/GETTY IMAGES AND ANDREY_KUZMIN/SHUTTERSTOCK

TURUAN ANG MGA ANAK kung ano ang gagawin kung makakita sila ng **PORNOGRAPIYA:**

–Pumikit.
–Patayin ang device.
–Sabihin sa isang matanda.
–Ibaling sa iba ang kanilang isipan.

76% *ng mga gumagamit ng internet sa 40 bansa ay gumagamit ng social media.*

SOCIAL MEDIA *platforms ang naging karaniwang exchange sites ng pornograpiya.*

- Magkaroon ng patakaran na walang maglilihim; maaaring tingnan ng mga magulang ang mga text at social media account ng kanilang mga anak anumang oras.

Ituro sa mga bata kung ano ang gagawin kung makakita sila ng pornograpiya: (1) papikitin sila at isara ang device, (2) magsumbong sa isang matanda, at (3) ituon sa iba ang kanilang isipan. Tiyakin sa kanila na wala silang nagawang mali at hindi sila pagagalitan.

2. Mangaral tungkol kay Cristo

"Ang mga filter ay mga tool na nakatutulong, ngunit ang pinakamatinding filter sa mundo, ang tangi at talagang magpoprotekta, ay ang sariling filter sa ating kalooban na nagmumula sa malalim at matibay na patotoo sa pagmamahal ng ating Ama sa Langit at nagbabayad-salang sakripisyo ng ating Tagapagligtas para sa bawat isa sa atin," sabi ni Linda S. Reeves, Pangalawang Tagapayo sa Relief Society General Presidency.[2]

Para matulungan ang mga bata na magkaroon ng filter na iyon sa kanilang kalooban, itinuro ni Sister Reeves ang payo ni Nephi: "Nangungusap tayo tungkol kay Cristo, nagagalak tayo kay Cristo, nangangaral tayo tungkol kay Cristo, [at] nagpopropesiya tayo tungkol kay Cristo, . . . upang malaman ng ating mga anak kung kanino sila aasa para sa kapatawaran ng kanilang mga kasalanan" (2 Nephi 25:26).

Sang-ayon ang mga eksperto. Napatunayan sa mga pag-aaral na ang pagiging relihiyoso sa tahanan, at pagkakaroon ng "mapagmahal na mga magulang," ay nagpoprotekta laban sa pornograpiya.[3]

"Ang pinakamahusay na paraan sa paghadlang at pagdaig sa pagkalulong sa pornograpiya ay ang tunay na pagtuturo ng ebanghelyo sa tahanan," sabi ni Timothy Rarick, parenting professor sa Brigham Young University–Idaho at miyembro ng United Families International advisory board. "Ang pinakamagandang magagawa natin ay tulungan ang ating mga anak na magkaroon ng sarili nilang koneksyon sa Langit."

3. Turuan ang mga Anak Kung Paano Pumili ng Media

Maituturo ng mga magulang ang partikular na mga estratehiya sa pagfilter ng media sa pamamagitan ng mga pamantayan ng ebanghelyo. Para kay Dr. Manning, ang ikalabintatlong saligan ng pananampalataya ang pinakamahusay na filter para sa lahat ng pipiliin sa media.

"Naniniwala kami sa pagiging matapat, tunay, malinis, mapagkawanggawa, marangal, at sa paggawa ng mabuti sa lahat ng [lalaki at babae]; . . . Kung may anumang bagay na marangal, kaaya-aya, o magandang balita, o maipagkakapuri, hinahangad namin ang mga bagay na ito" (Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13). Maraming materyal sa panahong ito na hindi tugma sa mga pamantayang iyon. At kung hindi tugma ang nakita natin sa media, patuloy tayong maghanap," sabi ni Dr. Manning.

At ang pagsisikap na iyon ang nagpapabukod-tangi sa mga Banal sa mga Huling Araw, itinuro ni Pangulong Thomas S. Monson: "Habang palayo nang palayo ang

mundo sa mga alituntunin at pamantayang ibinigay sa atin ng mapagmahal na Ama sa Langit, mamumukod-tangi tayo sa mga tao. . . . Magiging kakaiba tayo kapag nagpasiya tayong huwag punuin ang ating isipan ng media na imoral at nagpapababa ng pagkatao at magpapalayo sa espiritu sa ating tahanan at buhay."[4]

4. Ituro sa mga Anak ang Malusog na Seksuwalidad

Ang tuntuning "pagsalungat sa lahat ng bagay" (2 Nephi 2:11) ay angkop sa pornograpiya. Hindi sapat na sabihing masama ang pornograpiya; kailangan din ng mga magulang na ituro sa kanilang mga anak kung ano ang mabuti.

"Ang isa sa pinakamalalakas na pananggalang at proteksyon para sa ating mga kabataan ay turuan sila ng tungkol sa seksuwalidad sa tahanan, na nagsisimula nang maaga," sabi ni Dr. Manning. "Nahihirapan ang ating mga kabataan dahil lumalaki sila sa isang kapaligiran na puno ng nakalalasong mga mensahe at hindi sapat ang mga positibong mensaheng itinuturo ayon sa pananaw ng ebanghelyo."

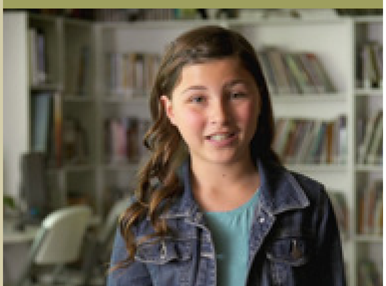
Tuwirang ipinaliwanag ng family life professor sa Brigham Young University na si Mark H. Butler ang tungkol sa bagay na ito: "Ang pagtugon sa seksuwal na pang-aakit ay likas sa ating mga tao. Ang hangarin at sigla natin ay kaloob ng Diyos na nagpapala sa atin, na likas at magiliw na naglalapit sa atin sa opposite sex, tungo sa pag-aasawa, at tungo sa buhay-pamilya."

Ang mga talakayang angkop sa edad tungkol sa malusog na seksuwalidad ay maaaring magsimula nang maaga. Itinuro ni Professor Carroll na ang mga pag-uusap tungkol sa mabuting paghaplos at masamang paghaplos at personal privacy, kasabay ng tamang terminolohiya para sa mga bahagi ng katawan, ay maituturo sa murang edad. Sa edad na walo, kayang makaunawa ng isang bata tungkol sa seks ayon sa kontekstong pisikal, espirituwal, emosyonal, at pakikipagrelasyon, sabi niya.

Pinasasalamatan din ng mga kabataan ang tama at tuwirang pananalita. Sabi ng isang binata, "Kung magpapaliguy-ligoy ka pa, talagang maaaring magkamali sa pag-unawa ang mga tao. Ilang beses akong tinuruan tungkol sa batas ng kalinisang-puri bago ko nalaman na seks ang pinag-uusapan nila."

Sabi ni Professor Carroll, dapat pagtuunan ng pansin ng mga magulang ang konteksto ng mga talakayang ito. "Gawin ang lahat para hindi maging pormal ang mga pag-uusap na ito," sabi niya. "Isinasama natin ang ating mga anak para maghapunan sa labas, nagsusuot tayo ng damit-pangsimba, o nag-uusap sa paradahan ng templo," sabi niya. At kung naunawaan ng mga bata na maaari lamang pag-usapan ang seks sa mga sitwasyong iyon, baka hindi nila malaman kung paano

Panoorin ang video ng mga bata na nagpapaliwanag kung paano manatiling ligtas mula sa pornograpiya sa **lds.org/go/81722.**



muling magagawa ang mga sitwasyong iyon kapag may mga tanong sila.

Sa halip, dapat ay patuloy na kausapin ng mga magulang ang kanilang mga anak at bigyan sila ng mga oportunidad na makapagtanong tuwing may mga tanong sila tungkol doon. “Kung nangyari ang pag-uusap habang nakaupo kayo sa sahig ng kuwarto ninyo o sa inyong pickup truck o habang namimitas ng mga strawberry, alam nila kung paano muling magagawa iyon,” sabi ni Carroll.

“Nalaman ko sa aking pag-aaral na ang mga tinedyer na pinakaaktibo sa seksuwal ay karaniwang pinaka-kaunti ang alam,” pagtuturo ng BYU associate professor na si Bradley R. Wilcox. “Ang mga kabataang sinasagot ng mga magulang habang bata pa sila ay karaniwang siyang umiiwas na sumubok sa seks.”

5. Alisin ang Maling Pag-unawa tungkol sa Pornograpiya

Malinaw na ipinahayag ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008) ang katotohanan tungkol sa pornograpiya. “Ito ay mapanganib,” sabi niya. “Ito ay mahalay at marumi. Ito ay mapang-akit at nakawiwili. Tiyak na hihilahin [kayo] nito sa kapahamakan . . . na parang walang anuman. Ang kababaang-uri nito ang nagpapayaman sa mga mapagsamantala, at nagpapahirap sa mga biktima nito.”[5]

“Ang paggamit ng pornograpiya ng mga kabataan at young adult ay madalas humantong sa baluktot na pananaw tungkol sa seksuwalidad at sa papel nito sa pagkakaroon ng mabubuting personal na relasyon,” pagtuturo ng American College of Pediatricians. “Kabilang sa mga baluktot na pananaw na ito ang laganap na pakikipagseks sa komunidad, ang paniniwala na ang walang-delikadesang pakikipagseks ay normal, at ang paniniwala na ang hindi pakikipagtalik ay masama sa kalusugan.”[6]

Sa mga talakayan tungkol sa pornograpiya, dapat ituro ng mga magulang na maraming iba-ibang maling

Sa paglutas ng mga problema, SURIIN ITO NANG WASTO:

—Gaano katagal na ba ito nangyayari?

konsepto tungkol sa pornograpiya. Ang mga ugaling ipinapakita sa pornograpiya ay hindi normal ni hindi kakikitaan ng nararapat asamin o asahan sa isang mabuting relasyon. "Ang pornograpiya ay kaakit-akit lamang kapag tinanggap ang mga maling konsepto tungkol sa pornograpiya," sabi ni Professor Carroll.

6. Ibahin ang Pag-uusap tungkol sa Problema

Nagbababala ang mga eksperto at pinuno ng Simbahan na huwag ipalagay kaagad na nagpapahiwatig ng pagkalulong ang anumang panonood o pagtingin sa pornograpiya.

"Hindi lahat ng sadyang gumagamit ng pornograpiya ay lulong na rito," pagtuturo ni Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol. Sa katunayan, karamihan ng kabataang lalaki at babae na may problema sa pornograpiya ay hindi lulong. Napakahalagang malaman ang pagkakaibang iyan—hindi lamang para sa mga magulang, mag-asawa, at lider na gustong tumulong kundi maging sa mga taong may ganitong problema."[7]

"Tumitingin ang mga kabataang lalaki at babae sa pornograpiya dahil gusto nilang mag-usisa, dahil madali itong ma-access, at dahil hindi pa husto ang kanilang pag-iisip," sabi ni Professor Carroll. "Bawat isa sa atin ay likas na tumutugon sa pisikal, emosyonal, at mental na pang-aakit sa panahon ng pagdadalaga o pagbibinata, bago pa tayo magkaroon ng emosyonal o espirituwal na kahustuhan upang lubos itong maunawaan."

Napuna ni Richard Neitzel Holzapfel, BYU professor ng Church history at faculty adviser sa student club tungkol sa Unraveling Pornography, na "totoo ang problema at nakakakilabot ang mga bunga, ngunit ang paggawa ng panglahatang pahayag tungkol sa problema ay kadalasang lalong nagpapalala sa problema ng mga taong nahihirapan."

Itinuro ni Elder Oaks na maaaring nagsimula ang mga problema sa pornograpiya mula sa "paminsan-minsan o paulit-ulit na sadyang paggamit, hanggang sa matindihang paggamit, hanggang sa walang kontrol na paggamit (pagkalulong). . . . Kung ang gawi ay inakala kaagad na adiksyon, maaaring isipin ng gumagamit nito na nawalan na siya ng kalayaan at kakayahang daigin ang problema. . . . Sa kabilang banda, ang mas malinaw na pag-unawa sa lalim ng problema—na baka hindi naman ito talamak o matindi na gaya ng ipinangangamba—ay magbibigay ng pag-asa at dagdag na kakayahang magamit ang kalayaang tigilan ito at magsisi."[8]

Sa paglutas ng mga problema, iminungkahi ni Professor Butler na suriin ito nang wasto ng mga magulang: Gaano katagal na ba ito nangyayari? Gaano kadalas ba nila ito tinitingnan? Paano ba nila ito ina-access?

Magkaroom ng TULUY-TULOY NA PAG-UUSAP para makapagtanong ang mga bata.

ANG PANUNUROT NG BUDHI *ay isang likas na tugon sa mga pagkakamali na maaaring* **maghikayat ng pagbabago.**

ANG KAHIHIYAN *ay isang mapanirang pakiramdam na maaaring* **humantong sa kawalang-pag-asa.**

Sa gayon ay maaaring makipagtulungan ang mga magulang sa mga kabataan para matukoy ang angkop na gagawin.

"Unawain ang tao at kung sino sila," sabi ni Professor Holzapfel. "Gaano ba kalalim ang kanilang problema? Ano ba talaga ang nangyayari? Bakit daw ba sila tumitingin sa pornograpiya, at paano natin malulutas ang mas malalalim na problema?"

7. Ituro Kung Paano Kontrolin ang Emosyon

Maaaring ang paglutas din sa mas malalalim na problema ang susi sa pag-iwas sa mga problema sa pornograpiya, sabi ni Nathan Acree, isang therapist na nakabase sa Utah. Bukod pa sa likas na pag-uusisa, madalas gamitin ang pornograpiya bilang isang paraan para makayanan ang emosyon, lalo na ang napakatinding emosyon."

Sabi pa ni Professor Butler, "May pagkakataon na may mahirap o masakit na karanasan ang isang kabataang lalaki o babae na pangkaisipan, sa pakikipagrelasyon, o sa espirituwal." Sinabi niya na ang negatibong mga karanasan ay maaaring magpabaling sa isipan ng kabataan sa "mga karanasang maganda sa pakiramdam" tulad ng pagtingin sa pornograpiya at paggawa ng mga ugaling kaugnay nito tulad ng pagpaparaos sa sarili o masturbation. Ang mga emosyong nalikha ng gayong mga ugali ay pumapalit o nagkukubli sa matitinding emosyon. At naroon ang panganib: "Lumalayo ang tao sa isang karanasang maganda sa pakiramdam at nagsisimulang umasa sa gayong mga ugali. Ngayon ay ginagamit niya ang ugaling iyon bilang paraan ng pagkontrol sa buhay."

Sinabi ni Brother Acree na dapat turuan ng mga magulang ang mga anak na ang kanais-nais at di-kanais-nais na mga damdamin ay normal, at OK lang na makaranas ng negatibong mga damdamin tulad ng lungkot, galit, kabiguan, o sakit. Madalas madama ng mga magulang na kailangan nilang pigilin ang emosyon ng kanilang mga anak, ngunit ang hayaan silang maranasan at kayanin ang negatibong mga damdamin ay lumlikha ng mahalagang kasanayan.

Kung may problema sa pornograpiya, dapat tiyakin ng mga magulang na huwag nang dagdagan pa ang emosyonal na problema ng bata sa pagpapahiya sa kanya. Binanggit ng BYU family life professor na si James M. Harper na bagama't ang *panunurot ng budhi* ay isang likas na tugon sa mga pagkakamali na maaaring maghikayat ng pagbabago, ang *kahihiyan* ay isang mapanirang damdamin na maaaring humantong sa kawalang-pag-asa.

Sa madaling salita, ang paglikha o pagpapalala ng kahihiyan sa isang bata ay sumisira sa kakayahan ng bata na magkaroon ng positibong mga emosyonal na pagtugon at makilala ang impluwensya ng Espiritu, na sa huli ay siyang pinakamalaking tulong sa pag-iwas at paggaling mula sa paggamit ng pornograpiya.

Malinaw na naalala ng isang binatang nahihirapang umiwas sa pornograpiya kung paano tumugon ang kanyang mga magulang nang matuklasan nila ang kanyang problema sa pornograpiya: "Matindi ang reaksyon ng nanay ko, na nagsisigaw at nag-iiyak, at naging mas masahol ang pakiramdam ko tungkol dito sa halip na umasa ako na madaraig ko ito," wika niya. "Ang lubos na nakatulong

ay nang paulit-ulit na sinabi sa akin ng tatay ko kung gaano niya ako kamahal."

"Huwag sana ninyo silang husgahan," pakiusap ni Elder Oaks. "Hindi sila masama o wala nang pag-asa. Sila ay mga anak na lalaki at babae ng ating Ama sa Langit."[9]

8. Ituro na Gumagana ang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas

Sa mga mensahe, aral, at babasahing materyal, natatanggap ng mga kabataan ang malinaw na mensahe na ang pornograpiya ay isang mapanganib na kasamaan, ngunit kailangan nating bigyang-diin pa ang doktrina ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo.

Para sa mga kabataan, naniniwala si Professor Butler na maaaring ang isip ng kabataan ay isa sa mga pangunahing dahilan para turuan sila tungkol sa Pagbabayad-sala. "Ang utak ng kabataan ay hindi pa lubos na nabubuo, at humahantong iyan sa ilang problema gaya ng hindi makontrol ang bugso ng damdamin at hindi pag-iisip sa mangyayari," paliwanag niya. "Ang espirituwal na tapat at nagsusumikap na tinedyer ay maaaring manghina sa malakas na panunurot ng budhi kapag madali siyang tinablan ng mga kahinaan dahil isip-bata pa siya. Napakahalaga na, kasabay ng pagtuturo ng mga kautusan, ituro ninyo sa mga kabataan ang Pagbabayad-sala—na mayroon nito para sa layunin na matutong magtiis at magtiyaga sa buhay."

"Kailangan nating lahat ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo. . . . Sa pamamagitan ng wasto at lubos na pagsisisi, sila ay maaaring maging malinis, dalisay, at karapat-dapat sa bawat tipan at pagpapala ng templo na ipinangako ng Diyos," sabi ni Elder Oaks.[10] Kabilang dito ang mga gumamit na ng pornograpiya.

At iyan ay isang mensahe ng pag-asa: malaki ang magagawa ng mga magulang para maihanda ang kanilang mga anak na iwaksi ang pornograpiya, at kapag nanghina sila, gagawing posible ng walang-hanggang Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas ang pagbabago at pagsisisi.

"Ibig sabihin, ano man ang mangyari, hinding-hindi titigil ang Ama sa Langit na mahalin kayo, at kami, na inyong mga magulang, ay hinding-hindi titigil na mahalin kayo," sabi ni Professor Rarick. Para sa isang bata, walang ibang pag-asang mas malaki pa kaysa riyan. ■

Hango sa "Arm Your Kids for the Battle," BYU Magazine, *Spring 2015.*

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

MGA TALA

1. Sebastian Anthony, "Just How Big Are Porn Sites?" *ExtremeTech,* Abr. 4, 2012, extremetech.com.
2. Linda S. Reeves, "Proteksyon Laban sa Pornograpiya—Tahanang Nakatuon kay Cristo," *Liahona,* Mayo 2014, 16.
3. Tingnan sa Sam A. Hardy and others, "Adolescent Religiousness as a Protective Factor against Pornography Use," *Journal of Applied Developmental Psychology,* vol. 34 (May–June 2013), 131–39, sciencedirect.com. Ininterbyu rin ng may-akda ang lead researcher.
4. Thomas S. Monson, "Maging Huwaran at Liwanag," *Liahona,* Nob. 2015, 88.
5. Gordon B. Hinckley, "Magiging Malaki ang Kapayapaan ng Iyong mga Anak," *Liahona,* Ene. 2001, 62.
6. "The Impact of Pornography on Children," *American College of Pediatrics,* Hunyo 2016, acpeds.org.
7. Dallin H. Oaks, "Paghulagpos mula sa Bitag ng Pornograpiya," *Liahona,* Okt. 2015, 52.
8. Dallin H. Oaks, "Paghulagpos," 52–53.
9. Dallin H. Oaks, "Paghulagpos," 55.
10. Dallin H. Oaks, "Paghulagpos," 55.

MGA PAGLALARAWAN NI SIMONE SHIN

Sa mahahalagang sandaling ito masusubukan ang inyong integridad. Kapag pinili ninyo ang katapatan at katotohanan, matatanto ninyo na ang mahahalagang pagpapasiya ay nagiging mga pangunahing sandigan ng lakas sa inyong espirituwal na paglago.

Ni Elder Neil L. Andersen
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

ANG BANAL NA PAMANTAYAN NG Katapatan

Para sa isang disipulo ni Cristo, katapatan ang pinamahalagang bahagi ng espirituwalidad.

Ang ating Diyos Ama at ang Kanyang Anak na si Jesucristo ay mga nilalang na tiyak, sakdal, at lubos ang katapatan at katotohanan. Tayo ay mga anak ng Diyos. Ang tadhana natin ay maging katulad Niya. Hangad nating maging ganap na matapat at totoo na katulad ng ating Ama at ng Kanyang Anak. Katapatan ang naglalarawan sa pagkatao ng Diyos (tingnan sa Isaias 65:16), at samakatwid, katapatan ang pinakamahalagang bahagi ng ating espirituwal na paglago at mga kaloob.

Ipinahayag ni Jesus, "Ako ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay" (Juan 14:6; tingnan din sa Juan 18:37; D at T 84:45; 93:36).

Tinanong ng Panginoon ang kapatid ni Jared, "Maniniwala ka ba sa mga salitang sasabihin ko sa iyo?"

At sumagot ang kapatid ni Jared: "Oo, Panginoon, nalalaman ko na nagsasabi kayo ng totoo, sapagkat kayo ay Diyos ng katotohanan, at hindi maaaring magsinungaling" (Eter 3:11, 12).

At narito ang mga salita mismo ng Tagapagligtas: "Ako ang Espiritu ng katotohanan" (D at T 93:26; tingnan din sa talata 24). "Sinasalita ko sa inyo ang katotohanan" (Juan 16:7; tingnan din sa talata 13).

Sa kabilang dako, inilarawan si Satanas bilang ama ng mga kasinungalingan: "At siya ay naging si Satanas, oo, maging ang diyablo, ang ama ng lahat ng kasinungalingan, upang linlangin at bulagin ang mga tao, at akayin silang bihag sa kanyang kagustuhan, maging kasindami ng hindi makikinig sa aking tinig" (Moises 4:4).

Sasabihin ng mundo sa atin na mahirap matukoy ang katotohanan at katapatan. Ngunit maaari tayong manirahan sa mundo ngunit hindi maging makamundo kung tatanggihan natin ang mga maling konsepto at turo.

Sabi ni Jesus, "[Ang] diablo . . . [ay] hindi nananatili sa katotohanan, sapagka't walang katotohanan sa kaniya. Pagka nagsasalita siya ng kasinungalingan, ay nagsasalita siya ng sa ganang kaniya: sapagka't siya'y isang sinungaling" (Juan 8:44; tingnan din sa D at T 93:39).

Patuloy na pinagsabihan ng Tagapagligtas ang mga taong hayagang nagpahayag ng isang bagay ngunit iba naman ang nilalaman ng kanilang puso (tingnan sa Mateo 23:27). Pinuri Niya ang mga taong namuhay nang walang panlilinlang (tingnan sa D at T 124:15). Nakikita ba ninyo ang pagkakaiba? Sa isang dako ay may pagsisinungaling, panlilinlang, pagkukunwari, at kadiliman. Sa kabilang dako naman ay may katotohanan, liwanag, katapatan, at integridad. Nilinaw ng Panginoon ang pagkakaiba ng mga ito.

Sabi ni Pangulong Thomas S. Monson:

"Noon halos lahat ng pamantayan ng Simbahan at ng lipunan ay magkakatugma, ngayo'y may malawak na puwang sa ating pagitan, at lumalawak pa ito. . . .

"Inilarawan ng Tagapagligtas ng sangkatauhan ang Kanyang sarili bilang nasa mundo ngunit hindi makamundo [tingnan sa Juan 17:14; D at T 49:5]. Tayo man ay magiging gayon kung tatanggihan natin ang mga maling konsepto at turo at mananatili tayong tapat sa ipinag-uutos ng Diyos."[1]

Sasabihin ng mundo sa atin na mahirap matukoy ang katotohanan at katapatan. Ginagawang biro ng mundo ang kaswal na pagsisinungaling at agad na pinangangatwiranan ang tinatawag na "walang-malay" na panlilinlang. Ang pagkakaiba ng tama sa mali ay pinalalabo, at ang mga bunga ng pagsisinungaling ay minamaliit.

Upang laging matanggap ang Espiritu ng Katotohanan—ang Espiritu Santo—kailangan nating puspusin ng katotohanan at katapatan ang ating buhay. Kapag tayo ay naging lubos na matapat, higit na naliliwanagan ang ating espirituwal na mga mata.

Madali ninyong mauunawaan kung paano pinagagaan ng espirituwal na lakas na ito ang pagkatuto ninyo sa klase. Ngunit nakikita rin ba ninyo kung paano naaangkop ang alituntuning ito sa mahahalagang desisyon kung paano ninyo ginugugol ang inyong oras, kanino ninyo ginugugol ang inyong oras, at paano ninyo hinuhubog ang inyong buhay?

Mangakong Maging Matapat

Hindi ninyo maaaring paghiwalayin ang espirituwal na kaloob ng katotohanan na kailangan at nais ninyo mula sa inyong pagiging isang taong matapat at makatotohanan. Ang katotohanang hinahangad ninyo ay nakaugnay sa inyong pagkatao. Ang liwanag, espirituwal na mga kasagutan, at patnubay ng langit ay laging nakaugnay sa sarili ninyong pagiging matapat at makatotohanan. Karamihan sa inyong nagtatagal na kasiyahan sa buhay ay darating kapag patuloy kayong nangangakong maging matapat.

Ibinahagi ni Roy D. Atkin ang kuwentong ito:

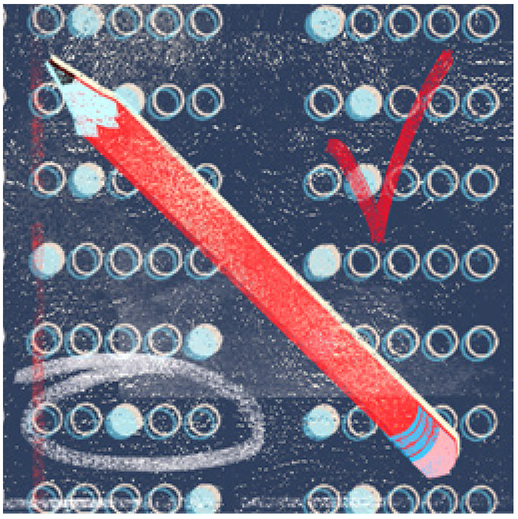
"Matapos mag-drop out ang ilang estudyante kasunod ng freshman year [ko], mas nagpagalingan ang mga kaklase ko sa dental school. Lahat ay nagsumikap na manguna sa klase. Habang nag-iibayo ang kompetisyon, ipinasiya ng ilang estudyante na mandaya para pumasa. Labis akong nagalala dahil dito. . . .

". . . Alam kong hindi ako puwedeng mandaya. Mas gusto kong maging tama sa paningin ng Diyos kaysa maging isang dentista.

"[Noong] junior year ko, may nag-alok sa akin ng kopya ng isang parating na test sa isang napakahalagang klase. Malinaw na nangahulugan iyan na hawak na nang maaga ng ilan sa mga kaklase ko ang mga tanong sa test. Tinanggihan ko ang alok. Nang ibalik na ang na-check na test papers, napakataas ng average ng klase, kaya mababa ang naging score ko kung ihahambing. Hiniling ng propesor na makausap ako.

" 'Roy,' sabi niya, 'karaniwa'y mataas ang marka mo sa mga test. Ano'ng nangyari?'

" 'Sir,' sabi ko sa propesor ko, 'sa susunod na exam, kung magbibigay po kayo ng test na hindi pa ninyo naibigay noon, naniniwala ako na makikita ninyong mataas ang marka ko.' Hindi siya sumagot.



"Nagkaroon kami ng isa pang test sa klaseng iyon. Nang ibigay na ang test, may mga nagreklamo. Bagung-bago kasi ang test na ibinigay ng guro. Nang ibalik ang mga test namin na may marka na, isa ako sa pinakamataas ang marka sa klase. Mula noon, bago na ang lahat ng test."[2]

Dahil tayo ay mga disipulo ni Cristo, lalong tumitibay ang banal na pamantayan ng katapatan sa ating kalooban. Sa Aklat ni Mormon, ang payo ni Haring Benjamin na "hubarin ang likas na tao" (Mosias 3:19) ay isang panawagan para sa pinag-ibayong katapatan at katotohanan.

Sa mga taga-Efeso, ipinayo ni Apostol Pablo, "Iwan . . . ang dating pagkatao, na [masama] . . . at mangagbago sa espiritu ng inyong pagiisip." Pagkatapos ay nagbigay si Pablo ng partikular na payo tungkol sa pagkakaroon ng "bagong pagkatao": ang pinakaunang sinabi niya sa kanila ay "[itakwil ang] kasinungalingan, . . . [magsalita] ang bawa't isa sa inyo ng katotohanan" (tingnan sa Mga Taga Efeso 4:22–25; tingnan din sa Mga Taga Colosas 3:9; 3 Nephi 30:2).

Gusto ko ang paglalarawang ito sa katapatan: "Ang katapatan ay pagiging lubos na tapat, matwid, at makatarungan." Gayundin, ang integridad ay "[pagkakaroon] ng katapangang moral na iangkop ang [inyong] mga kilos sa kaalaman [ninyo] tungkol sa tama at mali."[3]

Ikinuwentong minsan ni Pangulong James E. Faust (1920–2007), Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan, na nag-aplay siya sa Officer's Candidate School sa United States Army. Sabi niya:

"Pinaharap ako sa board of inquiry. Kakaunti ang mga kwalipikasyon ko, pero may dalawang taon ako sa kolehiyo at nakapagmisyon ako para sa simbahan sa South America.

"Ang mga itinanong sa akin sa officers' board of inquiry ay talagang nakakagulat. Halos lahat sa mga ito ay nakatuon sa mga paniniwala ko. 'Naninigarilyo ka ba?' 'Umiinom ka ba ng alak?' 'Ano ang palagay mo sa mga taong naninigarilyo at umiinom?' Hindi ako nahirapang sagutin ang mga tanong na ito.

" 'Nagdarasal ka ba?' 'Naniniwala ka ba na dapat magdasal ang isang opisyal?' Ang opisyal na nagtatanong nito ay isang tigasing sundalo. Mukhang hindi siya madalas magdasal. . . . Gustung-gusto kong maging opisyal. . . .

"Ipinasiya kong huwag nang magpaliguy-ligoy. Inamin ko na nagdasal ako at na nadama ko na maaaring humingi ng banal na patnubay ang mga opisyal tulad ng ginawa ng ilang magagaling na heneral. . . .

"Nagsulputan ang mas nakatutuwang mga tanong. 'Sa panahon ng digmaan, hindi ba dapat ibaba ang pamantayan ng moralidad? Hindi ba makatwirang gawin ng mga lalaki ang hindi nila gagawin kapag nasa bahay sila at normal ang mga sitwasyon dahil sa hirap ng digmaan?'

". . . Inakala ko na hindi ipinamumuhay ng mga lalaking nagtatanong sa akin nito ang mga pamantayang itinuro sa akin. Sumagi sa aking isipan na marahil ay maaari kong sabihin na may sarili akong mga paniniwala, pero ayaw kong ipilit ito sa iba. Ngunit parang sumagi sa aking isipan ang mukha ng maraming taong naturuan ko ng batas ng kalinisang-puri noong missionary ako. Sa huli'y sinabi ko na lang na, "Hindi ako naniniwala na may dalawang magkaibang pamantayan ng moralidad.'

"Nilisan ko ang pagdinig na iyon na naniniwala na ang mga tigasing opisyal na iyon ay . . . tiyak na bibigyan ako ng napakababang marka. Makalipas ang ilang araw

nang ipaskil ang mga marka, nagulat ako na nakapasa ako. Kabilang ako sa unang grupo ng mga tinanggap sa Officer's Candidate School!"

At pagkatapos ay sinabi ni Pangulong Faust, nang matanto na maaaring magkaroon ng malalaking bunga ang maliliit na desisyon, "Ito ang isa sa mahahalagang pagpapasiya sa buhay ko."[4]

Ang katapatan, integridad, at katotohanan ay mga walang-hanggang alituntunin na mahalaga sa paghubog ng ating karanasan sa buhay at tumutulong na matukoy ang ating walang-hanggang tadhana. Para sa isang disipulo ni Cristo, katapatan ang pinakamahalagang bahagi ng espirituwalidad.

Tuparin ang Inyong Sinabi

May impluwensya ang katapatan sa bawat bahagi ng inyong buhay araw-araw, ngunit tutukuyin ko ang ilang partikular na halimbawa. Noong estudyante pa ako, naaalala ko na ibinahagi ng noon ay pangulo ng Brigham Young University na si Dallin H. Oaks, na miyembro na ngayon ng Korum ng Labindalawang Apostol, ang pahayag na ito ni Karl G. Maeser: "Mga kaibigan kong kabataan, may nagtanong sa akin kung ano ang ibig sabihin ng palabra-de-honor. Sasabihin ko sa inyo. Ikulong mo ako—sa batong pader [na napakataas,] na ubod nang kapal, na nakabaong mabuti sa lupa—may posibilidad na kahit paano'y makatakas ako. Ngunit patayuin mo ako [sa sahig na iyan] at guhitan ng yeso ang aking paligid at hayaang ibigay ko ang aking palabra-de-honor na di ako kailanman hahakbang dito. Makalalabas ba ako sa bilog? Hindi kailanman! Mamamatay na muna ako!"[5]

May mga pagkakataon na tinutupad natin ang ating mga pangako dahil lamang sa pumayag tayong tuparin ang mga ito. Magkakaroon ng mga sitwasyon sa buhay ninyo na matutukso kayong balewalain ang kasunduang nagawa ninyo. Sa una'y makikipagkasundo kayo dahil sa isang bagay na nais ninyong matanggap bilang kapalit. Kalaunan, dahil nagbago ang sitwasyon, ayaw na ninyong tuparin ang mga napagkasunduan ninyo. Dapat ninyong malaman ngayon na kapag nagbitaw kayo ng salita, kapag nangako kayo, kapag pumirma kayo, ang inyong katapatan at integridad ay inoobliga kayong tuparin ang inyong sinabi, ang inyong ipinangako, ang inyong napagkasunduan.

Kaylaki ng pasasalamat namin na "naniniwala [kayo] sa pagiging matapat" (Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13), na nagsasabi kayo ng totoo, na hindi kayo mandaraya sa exam, mangongopya ng isinulat ng iba at aangkinin ito, o lilinlangin ang isa't isa. Sinabi sa atin ng Tagapagligtas:

"At ang katotohanan ay kaalaman ng mga bagay sa ngayon, at sa nakalipas, at sa mga darating pa;

"At ano man ang humigit-kumulang kaysa rito ay espiritu ng yaong masama na isang sinungaling mula pa sa simula" (D at T 93:24–25).

Kadalasa'y dumarating ang ating mga hamon nang "humigit-kumulang"—ang maliliit na tukso na huwag maging lubos na matapat. Noong college freshman ako, may inipit akong isang pahayag sa ibabaw ng mesa ko na madalas banggitin noon ni Pangulong David O. McKay (1873–1970). Sabi roon: "Ang pinakamatinding digmaan sa buhay ay nilalabanan sa tahimik na kaibuturan ng kaluluwa."[6]

Ano sa palagay ninyo ang pakiramdam ng Panginoon kapag gumagawa tayo ng mahihirap na desisyon na nangangailangan ng katapatan? May malaking espirituwal na lakas sa pananatiling tunay at matapat kapag ang mga bunga ng inyong katapatan ay tila walang kabuluhan. Bawat isa sa inyo ay mahaharap sa gayong mga desisyon. Sa mahahalagang sandaling ito masusubukan ang inyong integridad. Kapag pinili ninyo ang katapatan at katotohanan—umaayon man ang sitwasyon sa inaasahan ninyo o hindi—matatanto ninyo na ang mahahalagang pagpapasiyang ito ay nagiging mga pangunahing sandigan ng lakas sa inyong espirituwal na paglago.

"Maging Matwid sa Dilim"

Sinabing minsan ni Pangulong Brigham Young (1801–77), "Kailangan nating matutong maging matwid sa dilim."[7] Ang isang kahulugan ng pahayag na ito ay kailangan nating matutong maging matapat kapag walang makakaalam kung magsinungaling man tayo. Hinahamon ko kayo na maging "matwid sa dilim." Piliin ang landas na pipiliin ng Tagapagligtas mismo.

Isinulat ng makatang si Edgar A. Guest:

Ayaw kong itago sa loob ng istante
Ang maraming lihim tungkol sa aking
sarili,
At lokohin ang sarili ko, sa pagparoo't
parito,
Na isiping walang ibang makakaalam nito.[8]

Alalahanin ang magagandang salita ni Propetang Joseph Smith: "Ito'y alam ko, at nalalaman ko na ito ay alam ng Diyos, at ito'y hindi ko maipagkakaila, ni tangkain kong gawin ito; at nalalaman ko na kung ito'y aking gagawin ay magkakasala ako sa Diyos, at mapapasailalim sa sumpa" (Joseph Smith—Kasaysayan 1:25).

May pamimilit sa inyo na magtagumpay kayo, panatilihing matataas ang marka ninyo, makakita ng trabaho, magkaroon ng mga kaibigan, pasayahin ang mga nasa paligid ninyo, makatapos sa pag-aaral. Huwag hayaang madaig ng mga pamimilit na ito ang matapat ninyong pagkatao. Maging matapat kahit maging negatibo ang ibubunga nito sa inyo. Manalangin na maging mas matapat, pag-isipan ang mga aspeto ng buhay na nanaisin ng Panginoon na maging mas matapat kayo, at maging matapang na gawin ang kailangang mga hakbang upang mas determinadong maging lubos na matapat.

Ipinayo sa atin ni Pangulong Monson, "Nawa'y maging mga halimbawa tayo ng katapatan at integridad saanman tayo magpunta at anuman ang ating ginagawa."[9] Maaari ninyong ilagay ang payong ito ng propeta ng Panginoon kung saan ninyo ito madalas na makikita.

Ipinayo ni Elder Oaks, "Hindi tayo dapat magparaya sa ating sarili. Dapat tayong sumunod sa mga hinihingi ng katotohanan."[10] Maging matatag ka sa iyong sarili. Sabi ni Jesus, "Kung ang sinomang tao'y ibig sumunod sa akin ay tumanggi sa kaniyang sarili, at pasanin ang kaniyang krus, at sumunod sa akin" (Mateo 16:24).

Magtatapos ako kung saan ako nagsimula. Ang ating Ama sa Langit at ang Kanyang Anak ay mga nilalang na tiyak, perpekto, at lubos ang katapatan. Pinatototohanan ko na buhay ang ating Ama sa Langit at ang Kanyang Pinakamamahal na Anak. Kilala Nila kayo nang personal. Mahal Nila kayo. Ang inyong tadhana bilang anak na lalaki o anak na babae ng Diyos ay maging katulad Nila. Tayo ay mga disipulo ng Panginoong Jesucristo. Magkaroon tayo ng tapang na sundin Siya. ■

Mula sa isang mensahe sa devotional na, "Honesty—The Heart of Spirituality," na ibinigay sa Brigham Young University noong Setyembre 13, 2011. Para sa buong teksto sa Ingles, magpunta sa speeches.byu.edu.

Huwag hayaang madaig ng mga problema sa buhay ang inyong matapat na pagkatao. Maging tapat kahit mukhang hindi umaayon sa gusto ninyo ang mga bunga nito.

MGA TALA

1. Thomas S. Monson, "Kapangyarihan ng Priesthood," *Liahona,* Mayo 2011, 66, 67.
2. Roy D. Atkin, "I Wouldn't Cheat," *New Era,* Okt. 2006, 22–23.
3. *Pansariling Pag-unlad ng Young Women* (buklet, 2009), 61.
4. James E. Faust, "Honesty—A Moral Compass," *Ensign,* Nob. 1996, 42–43.
5. Sa Alma P. Burton, *Karl G. Maeser: Mormon Educator* (1953), 71; tingnan din sa Dallin H. Oaks, "Be Honest in All Behavior" (Brigham Young University devotional, Ene. 30, 1973), 4, speeches.byu.edu.
6. Tingnan sa James L. Gordon, *The Young Man and His Problems* (1911), 130.
7. Office Journal ni Brigham Young, Ene. 28, 1857.
8. Edgar A. Guest, "Myself," sa *The Best Loved Poems of the American People* (1936), 91.
9. Thomas S. Monson, "Sa Paghihiwa-hiwalay," *Liahona,* Mayo 2011, 114.
10. Dallin H. Oaks, "Pagbabalanse ng Katotohanan at Pagpaparaya," *Liahona,* Peb. 2013, 32.

Ni Elder Kim B. Clark
Ng Pitumpu
Commissioner of the Church Educational System

PAGKATUTO PARA SA BUONG KALULUWA

Ang mensaheng ito ay para sa mga kabataan at young adult sa Simbahan ng Panginoon. Maraming taon na ang nakararaan nagkaroon ako ng malakas na impresyon tungkol sa inyo at sa araw na ito. Parang nakita ko ang mga bata sa Primary sa buong mundo. Alam ko na gagawa at tutupad sila ng mga tipan sa Panginoon. At alam ko na bibiyayaan sila ng Panginoon ng mga pagkakataon para sa malalim na pagkatuto, sa espirituwal at temporal, at palalakihin sila bilang isang malakas na hukbo na magtatayo ng Kanyang kaharian at maghahanda sa daigdig para sa Kanyang pagbabalik.

Kayo ang mga batang iyon, at ito ang inyong panahon.

Dakilang araw ito sa kaharian ng Diyos, isang araw na puno ng mga pagkakataon para kayo matuto at lumago at magalak at lumigaya. Tiyak na darating ang mahahalagang hamon. Subalit sa pamamagitan ng nakatutubos at nagpapalakas na mga kapangyarihan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo, sa pamamagitan ng Kanyang maluwalhating ebanghelyo at Kanyang tunay at buhay na Simbahan, patuloy na nagbubukas at naghahanda ng daan ang Panginoon para kayo makapagsisi, matuto nang malalim, umunlad sa espirituwal, at lalong maniwala sa Kanya. Inihahanda ng Panginoon ang Kanyang kaharian at Kanyang mga tao para sa Kanyang pagbabalik, at kayong bagong henerasyon ay may mahalagang gagampanan sa dakilang gawaing iyon.

Ito ay araw ng mga himala. Ginagawang posible ng mga bagong teknolohiya na matuto at

Ang Panginoon ay kumikilos nang may kapangyarihan sa Kanyang Simbahan para matamo ninyo ang edukasyon na nais Niyang matamo ninyo.

makapag-aral upang umunlad. Totoo iyan kapwa para sa sekular at sa espirituwal na kaalaman. Ang Panginoon ay kumikilos nang may kapangyarihan sa Kanyang Simbahan para matamo ninyo ang edukasyon na nais Niyang matamo ninyo.

Lahat ng ito ay bahagi ng utos ng Panginoon kay Propetang Joseph Smith (1805–44) sa simula ng Pagpapanumbalik: "Aking kalooban na kayo ay . . . magtamo ng kaalaman ng kasaysayan, at ng mga bansa, at ng mga kaharian, ng mga batas ng Diyos at tao, at lahat ng ito ay para sa kaligtasan ng Sion" (D at T 93:53).

Ang utos na ito ay kailangan nang madaliin sa ating panahon dahil pinabibilis ng Panginoon ang Kanyang gawain. Panahon na para samantalahin ninyo ang mga pagkakataon para sa edukasyong makukuha ninyo, at ang potensyal ninyong matuto at lumago.

Dapat ninyong isipin ang mga salitang ito ni Pangulong Thomas S. Monson araw-araw:

"Hinihimok kong ipagpatuloy ninyo ang inyong pag-aaral."[1]

"Madaragdagan ang inyong mga talento habang nag-aaral kayo at natututo."[2]

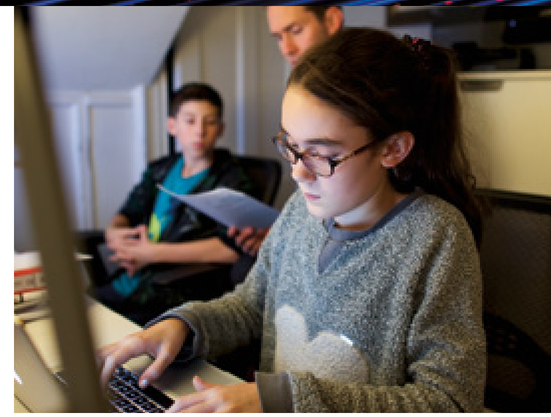
"Bawat isa sa inyo . . . ay may pagkakataong matuto at lumago. Lawakan ang inyong kaalaman, kapwa sa intelektuwal at sa espirituwal, hanggang sa lubos ninyong makamit ang inyong banal na potensyal."[3]

Malalim na Pagkatuto

Ang pag-aaral na nagtutulot sa bawat isa na "lubos ninyong makamit ang inyong banal na potensyal" ay tinatawag kong *malalim na pagkatuto:* pagkatuto ng buong kaluluwa—ng isipan, ng puso, ng katawan, at ng walang-kamatayang espiritu. Ang malalim na pagkatuto ay angkop sa lahat ng uri ng kaalaman, espirituwal man o sekular. Malalim ang pagkatuto kapag dinaragdagan nito ang inyong kakayahang gawin ang tatlong bagay: (1) makaalam at makaunawa; (2) kumilos nang epektibo at matwid; at (3) maging higit na katulad ng ating Ama sa Langit.[4]

Tulad ng itinuro ng Panginoon kay Propetang Joseph, ang malalim na pagkatuto ay kailangang gawin sa paraan ng Panginoon, sa pamamagitan ng paghahayag at inspirasyon sa liwanag ni Cristo at sa kapangyarihan ng Espiritu Santo at sa aktibo at masigasig na pag-aaral at pagtuturo sa isa't isa, na dinaluhan ng biyaya ni Jesucristo. Totoo iyan sa anumang uri ng kaalaman. Narito ang mga kautusan ng Panginoon tungkol sa malalim na pagkatuto:

"Masigasig na maghanap at turuan ang bawat isa ng mga salita ng karunungan; oo, maghanap kayo sa mga pinakamabubuting aklat ng mga salita ng karunungan; maghangad na matuto, maging sa pamamagitan ng pag-aaral at gayon din sa pamamagitan ng pananampalataya" (D at T 88:118).



Ang pag-aaral ay mahalaga upang matulungan tayong maabot ang ating potensyal sa mundo at sa kawalang-hanggan.

"Masigasig kayong magturo at ang aking biyaya ay dadalo sa inyo, upang kayo ay lalong ganap na matagubilinan sa teoriya, sa alituntunin, sa doktrina, sa batas ng ebanghelyo, sa lahat ng bagay na nauukol sa kaharian ng Diyos, na kapaki-pakinabang ninyong maunawaan" (D at T 88:78).

Espirituwal na Kaalaman ang Dapat Unahin

Ang malalim na pagkatuto, sa anumang larangan, ay talagang isang espirituwal na karanasan, na nakasalig sa pundasyon ng pananampalataya kay Jesucristo, pagsisisi, at pagsunod sa Kanyang mga kautusan para maturuan kayo ng Espiritu Santo. Ang malalim na pagkatuto ay hindi madali, ngunit sulit ito! Kung talagang gusto ninyong matuto nang malalim, kung ang inyong puso't isipan ay handang matuto, at kung kikilos kayo ayon sa hangaring iyan, pagpapalain kayo ng Panginoon. Kapag ginawa ninyo ang inyong bahagi—manalangin nang may pananampalataya, maghanda, mag-aral, aktibong makibahagi, at gawin ang lahat—tuturuan kayo ng Espiritu Santo, daragdagan ang inyong kakayahang kumilos ayon sa natutuhan ninyo, at tutulungan kayong maging katulad ng nais ng

BORDER MULA KAY RALF HIEMISCH/ GETTY IMAGES

Panginoon na kahinatnan ninyo. "Ang kaligtasan," pagtuturo ni Pangulong Joseph F. Smith (1838–1918), "sa ilalim ng Pagbabayad-sala ni Cristo, ay isang patuloy na edukasyon. . . . Ang kaalaman ay isang paraan ng pag-unlad na walang hanggan."[5]

Ang prosesong ito ay angkop sa anumang sitwasyon ninyo at sa anumang uri ng kaalaman. Gayunman, ang pinakamahalagang kaalamang kailangan ninyong matamo ay ang kaalaman tungkol sa mga bagay ng Diyos. Ang espirituwal na kaalaman, kung gayon, ay kailangang maging pinakamahalaga sa inyong puso at sa inyong mga prayoridad. Binigyang-diin ni Propetang Joseph Smith ang kalamangan ng espirituwal na kaalaman sa mga salitang ito: "Ang tao ay kailangan munang matuto bago maligtas, sapagkat kung hindi siya magtatamo ng kaalaman, siya ay mabibihag ng kapangyarihan ng kasamaan sa kabilang daigdig, sapagkat higit ang kaalaman ng masasamang espiritu, at bunga nito ay mas makapangyarihan kaysa sa maraming tao na nasa lupa. Kaya nga kailangan ang paghahayag para matulungan, at mabigyan tayo ng kaalaman tungkol sa mga bagay ng Diyos."[6]

Totoo na saklaw ng ebanghelyo ang buong katotohanan,[7] ngunit ang kaalaman at pag-unawa sa payak at simpleng mga katotohanan ng ebanghelyo ni Jesucristo ang kailangang maging pundasyon ninyo para sa lahat ng malalim na pagkatuto. Ang pag-una sa espirituwal na kaalaman sa inyong puso't isipan ay tumitiyak na magtitiwala kayo sa Panginoon at sa Banal na Espiritu sa inyong pag-aaral, na makikita ninyo ang lahat ng bagay na pinag-aaralan ninyo nang may kaalaman tungkol sa Kanyang ebanghelyo, at patuloy kayong matututo nang malalim sa buong buhay ninyo.

Malalim na Pagkatuto Habambuhay

Ang malalim na pagkatuto tungkol sa espirituwal at sekular na kaalaman ay isang kautusan ng Panginoon. Isipin kung ano ang mangyayari kung titigil kayo sa pag-aaral. Paano kung tumigil na ako sa pag-aaral nang makatapos ako ng kolehiyo sa kalagitnaan ng 1970s? Wala sana akong mga bagong ideya o paghahayag mula sa mga buhay na propeta, sa mga banal na kasulatan, o sa Espiritu Santo; wala sana akong alam tungkol sa patuloy na pag-unlad sa teknolohiya, pangangalagang pangkalusugan, mga nangyayari sa mundo, mga pamamalakad ng pamahalaan, o edukasyon.

Ang pag-aaral ay kailangang isagawa sa paraan ng Panginoon, sa pamamagitan ng paghahayag at inspirasyon.

Wala sanang personal na paglago o espirituwal na pag-unlad sa pamamagitan ng pagsisisi at pagkatuto mula sa karanasan.

Nang maglingkod ako bilang Pangulo ng Brigham Young University–Idaho, madalas itanong ni Sister Clark, "Paano mo nakilala si President Clark?" Ang sagot niya kadalasa'y nagsimula sa, "Hindi pa siya si President Clark nang makilala ko siya." Kung hindi ako nagpatuloy sa pag-aaral, tumanda nga ako, pero ako pa rin sana ang 25-taong-gulang na nakilala ni Sister Clark nang makatapos ako ng kolehiyo—hindi magandang hinaharap para kay Sister Clark o sa aming pamilya!

Kung titigil kayo sa pag-aaral, hindi kayo maaaring maging mas maalam, mas epektibo, mas kapaki-pakinabang, mas matapat, o mas katulad ng inyong Ama sa Langit.

Ang inyong karanasan sa pag-aaral sa mga taon ng inyong kabataan at pagiging young adult ang nagtatakda ng pundasyon para sa habambuhay na pag-aaral. Kung magkakaroon kayo ng kakayahang mag-aral nang malalim sa paraan ng Panginoon—sa pamamagitan ng Espiritu at sa masigasig at aktibong pag-aaral—magiging malaking pagpapala ito sa inyo.

Ang susi para matamo ang pagpapalang iyon ay panatilihing bukas ang inyong puso't isipan sa pag-aaral at pagkatuto. Narito ang tatlong bagay na magagawa ninyo upang lagi kayong maging handang matuto:

1. Hilingin sa Panginoon na biyayaan kayo ng hangarin na matuto nang lubusan.

Kung may hangarin na kayong matuto nang lubusan, napakaganda niyan. Kung wala pa, hilingin sa Diyos na pagkalooban kayo nito. Itutuwid ng Panginoon ang inyong mga hangarin upang naisin ninyong malaman kung ano at paano Niya kayo nais na matuto habambuhay. Sa plano ng Panginoon, *kung paano* Niya kayo nais na matuto—sa pamamagitan ng Espiritu, sa masigasig na pag-aaral—ay kasinghalaga ng *kung ano* ang nais Niyang matutuhan ninyo.

2. Gawing sentro ng inyong buhay ang pagsisisi.

Ang pagsisisi ay isang banal na proseso. Ito ang paraan ng ating pagbabago, pag-unlad, at pagiging mas mahusay sa pamamagitan ng tumutubos at nagpapalakas na kapangyarihan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Kung mahalaga ang pagsisisi sa inyong buhay, lagi kayong luluhod, magpapakumbaba sa harapan ng Panginoon, hihingi ng Kanyang tulong kung paano gagamitin ang inyong oras at kung paano maglilingkod sa kanya.

3. *Sumamba sa templo nang madalas hangga't kaya ninyo.*

Ang templo ang bahay ng paghahayag ng Panginoon at ng pagkatuto. Kung pupunta kayo roon nang madalas, kung dadalhin ninyo ang inyong mga tanong at hangaring matuto, tuturuan kayo ng Panginoon mismo.

Pagdaig sa Oposisyon sa Malalim na Pagkatuto

Ang malalim na pagkatuto ngayon ay maghahanda sa inyo para sa pag-aaral sa habambuhay. Gayunman, alam ko na nahaharap kayo sa mga balakid at maging sa lantarang oposisyon sa pagkatutong nais ng Panginoon na matamo ninyo. Ang takot, panghihina ng loob, katamaran, hirap sa pagbabasa, kawalan ng suporta o oportunidad, kultura o mga tradisyon sa pamilya, mga problema sa gastos, mga tukso sa mundo, mga maling ideya tungkol sa edukasyon, at marami pang iba ay maaaring maging sagabal sa inyong daan.[8]

Sa pamamagitan ng kapangyarihan ng Panginoon, kabilang na ang mga pag-unlad sa teknolohiya, mas madaling magkaroon ng mga oportunidad na matuto kaysa rati.

Alam ko na nahaharap ang ilan sa inyo sa ilan sa mga bagay na ito, at ang mga ito ay tila napakalalaking balakid sa pag-aaral.

Pinatototohanan ko na saanman kayo nakatira, anuman ang inyong sitwasyon, tutulungan kayo ng Panginoong Jesucristo laban sa lahat ng oposisyong ito dahil sa Kanyang nanunubos na pag-ibig at napakalakas na kapangyarihan. Sa pamamagitan ng Kanyang nagbabayad-salang sakripisyo, naranasan at nadaig Niya ang lahat ng maaaring humadlang sa inyong pag-unlad tungo sa buhay na walang hanggan. Sa Kanyang lakas at sa Kanyang kapangyarihan, madaraig ninyo ang anumang nakapagitan sa inyo at sa pagkatutong nais ng Panginoon na matamo ninyo.

Ito ang Kanyang pangako sa inyo, at ang Kanyang mga pangako

ay totoo: “Magsilapit sa akin at ako ay lalapit sa inyo; masigasig akong hanapin at inyo akong matatagpuan; humingi, at kayo ay makatatanggap; kumatok, at kayo ay pagbubuksan”(D at T 88:63; tingnan din sa Mateo 7:7).

Katapusan

Talagang dakilang araw ito sa kaharian ng Diyos. Pinabibilis ng Panginoon ang Kanyang gawain, at nakakita na tayo ng sunud-sunod na himala habang kumikilos ang Panginoon nang may kapangyarihan upang magbukas ng magagandang oportunidad para matuto kayo nang lubusan.

Kumikilos ang Panginoon sa inyong buhay upang pagpalain at ihanda kayo. Dalangin ko na kumilos kayo nang may pananampalataya kay Jesucristo upang samantalahin ang bawat pagkakataong matuto nang lubusan, umunlad sa kaalaman at pang-unawa, isakatuparan ang Kanyang mabubuting layunin, at maging kung ano ang dapat ninyong kahinatnan. ■

Para sa iba pang impormasyon tungkol sa mga oportunidad sa edukasyon ng Simbahan, bisitahin ang **education.lds.org.** *Para malaman ang iba pa tungkol sa seminary para sa mga kabataan, tingnan sa pahina 50 sa isyung ito. Para malaman ang iba pa tungkol sa institute para sa mga young adult, tingnan sa mga pahina 44 at 46 sa isyung ito.*

MGA TALA

1. Thomas S. Monson, “Kung Kayo ay Handa Kayo ay Hindi Matatakot,” *Liahona,* Nob. 2004, 116.
2. Thomas S. Monson, “Tatlong Mithiin na Gagabay sa Inyo,” *Liahona,* Nob. 2007, 119.
3. Thomas S. Monson, “The Mighty Strength of Relief Society,” *Ensign,* Nob. 1997, 95.
4. Ang huwarang “matuto, gawin, at maging” ay nagamit nang husto bilang gabay sa pag-unlad sa pamumuno at sa pagtalakay sa plano ng Panginoon para sa espirituwal na pag-unlad ng Kanyang mga anak. Tingnan sa Thomas S. Monson, “Para Matuto, Para Gawin, Para Maging,” *Liahona,* Nob. 2008, 60–68; at Dallin H. Oaks, “Ang Paghamon na Magkaroon ng Kahihinatnan,” *Liahona,* Nob. 2000, 32–34. Para sa detalyadong paliwanag tungkol sa bawat isa sa mga bahagi ng huwarang ito, tingnan ang serye ng tatlong aklat ni David A. Bednar, *Increase in Learning* (2011); *Act in Doctrine* (2012); and *Power to Become* (2014).
5. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph F. Smith* (1999), 375.
6. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith* (2007), 309–10.
7. Mahusay na naipaliwanag ng pahayag na ito ni Brigham Young ang ideya: “Hindi lamang ginagawa ng relihiyon ni Jesucristo na makilala ng mga tao ang mga bagay ng Diyos, at mabuo sa kanila ang kadakilaan ng kalooban at kadalisayan, bagkus nagkakaloob din ito ng lahat ng maaaring paghimok at paghikayat, para maragdagan ang kanilang kaalaman at katalinuhan, sa bawat sangay ng teknolohiya, o sa sining o sa agham, sapagkat ang lahat ng karunungan, at ang lahat ng sining at agham sa daigdig ay mula sa Diyos, at pinanukala para sa ikabubuti ng kanyang mga tao” (*Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Brigham Young* [1997], 215–16).
8. Narito ang halimbawa ng isang maling ideyang nagmula sa mga tradisyon ng kultura na maaaring makaapekto sa mga young adult: Isang henerasyon na ang nakararaan, makakakita ang isang taong naninirahan sa maunlad na daigdig ng isang maganda at mataas-ang-sahod na trabaho nang may sapat na kita upang masuportahan ang isang pamilya, na nakatuntong lang sa high school o, ang mas maganda pa, nakatapos ng high school. Nariyan pa rin ang ideyang iyan sa kabila ng katotohanan na para sa halos lahat ng tao, sa halos lahat ng mauunlad na bansa, at maging sa umuunlad na bansa, ang mga araw na iyon ay lipas na. Ang edukasyon at pag-aaral nang higit pa sa high school sa mga larangang malaki ang pangangailangan, sa pagtatamo man ng sertipiko sa teknikal na mga kasanayan o pagtatamo ng isang degree sa kolehiyo (at sa ilang larangan ay isang mas mataas na degree), ay naging mahalaga sa pagsuporta sa pamilya, paglalaan para sa mga taon ng pagreretiro, at pagkakaroon ng temporal na pundasyon para makapaglingkod sa Simbahan.

Nakakita na tayo ng sunud-sunod na himala habang kumikilos ang Panginoon upang magbukas ng magagandang oportunidad para matuto kayo nang lubusan.

BYU–Pathway Worldwide

Ni Elder Kim B. Clark

Sa ating panahon kumikilos nang may kapangyarihan ang Panginoon sa Kanyang Simbahan upang palalimin ang pagkatuto at palawakin ang saklaw nito sa mas marami pang tulad ninyo. Marahil ang pinakamagandang halimbawa ng pagpapalawak ng Simbahan sa saklaw ng malalim na pagkatuto ay ang balita nitong 2017 tungkol sa isang bagong organisasyon sa loob ng Church Educational System (CES) na kilala bilang BYU–Pathway Worldwide. Ang bagong organisasyong ito ay binigyang-inspirasyon ng Pathway program.

Pathway

Noong 2009 pinahintulutan ng Church Board of Education ang Brigham Young University–Idaho na lumikha ng bagong programa sa akademya na tinatawag na Pathway na may layuning magbigay ng mga oportunidad para sa mas mataas na edukasyon sa marami pang miyembro ng Simbahan. Ang Pathway ay isang tatlong-semestreng programa na naghahanda sa mga estudyante para sa mas mataas na edukasyon sa pamamagitan ng pagkuha ng online courses at pagtitipon sa isang institute o meetinghouse bawat linggo para mag-aral ng relihiyon at makilahok sa mga talakayang pinamumunuan ng mga estudyante tungkol sa materyal na nasa online courses. Ang Pathway program ay ginagabayan ng lokal na mga lider ng priesthood at pinangangasiwaan ng mga service missionary ng Simbahan na nagtuturo at sumusuporta sa mga estudyante. Ang tatlong layunin ng Pathway ay (1) itanim ang ebanghelyo sa puso ng mga estudyante, (2) tulungan ang mga estudyante na magkaroon ng kakayahang matuto, at (3) ihanda ang mga estudyante sa pamumuno at pagsuporta sa mga pamilya.

Ang Pathway ay tumatakbo na ngayon sa halos 500 sites sa buong mundo at nakapaglingkod na sa mahigit 57,000 estudyante, nagbibigay ng mga oportunidad, nagpapaibayo ng pag-asa at pananampalataya sa Tagapagligtas, at nagpapalalim sa pagkatuto ng libu-libo sa inyo. Ang pagkumpleto ng Pathway program ay nagbigay-kakayahan sa maraming estudyante na makaenrol sa mas mataas na paaralan, kabilang na ang certificate at degree programs na iniaalok online sa pamamagitan ng BYU–Idaho o sa lokal na mga institusyong pang-edukasyon.

BYU–Pathway Worldwide

Nabigyang-inspirasyon ng paglago at tagumpay ng Pathway program ang paglikha ng isang bagong organisasyon, na nauugnay sa lahat ng institusyon ng CES, na tinatawag na BYU–Pathway Worldwide (BYU–PW). Ang BYU–PW ang nangangasiwa sa Pathway at pinag-uugnay ang lahat ng CES online higher education certificate at degree programs. Pinaglilingkuran ng organisasyon ang mga estudyante sa pamamagitan ng online courses at pinamamahalaan ang mga aktibidad sa pagtitipon sa Pathway sites sa buong mundo, kabilang na ang mga talakayang pinamumunuan ng mga estudyante ukol sa akademya at workshops at local career services.

Ang BYU–PW ay bunga ng isang patakarang inaprubahan ng Church Board of Education noong Nobyembre 2015: "Sisikapin ng Church Educational System na mabigyan ng mga pagkakataong makapag-aral ang mga miyembro ng Simbahan saan man nakatatag ang Simbahan."

Matutulungan ka ng BYU–Pathway Worldwide na magkaroon ng access sa online certificate at degree programs nito na magbibigay ng mas magagandang oportunidad para makapagtrabaho. Kasama ang pag-aaral ng relihiyon sa institute at pagkatuto sa pamamagitan ng Espiritu sa paraan ng Panginoon, malalim ang matututuhan mo saan ka man nag-aaral. Bukod pa sa pagpapayo ukol sa akademya, magkakaroon ka ng access sa payo at suporta ng mga tauhan ng CES at Self-Reliance Services para matulungan kang makahanap ng mga internship at trabaho o patuloy na makapag-aral sa inyong lugar.

Maaari mong ma-access ang BYU–Pathway Worldwide programs, kabilang na ang Pathway, pagtuturo sa wikang Ingles, mga certificate, at mga degree, sa pamamagitan ng inyong lokal na mga unit at lider ng Simbahan. Ang mga programang ito ay makukuha na sa maraming lugar ngayon, at patuloy na magdaragdag ng bagong Pathway sites at programs ang BYU–PW sa maingat at tuluy-tuloy na paraan habang sumusulong ang Simbahan ayon sa patnubay ng Panginoon. ■

Bisitahin ang **pathway.lds.org** *para sa iba pang impormasyon (sa Ingles).*

Nakapunta si Niki at ang kanyang pamilya sa Italy nang ilang beses dahil sa pag-aaral ng klasikal na sining. Kasalukuyang tinatapos ni Niki ang kanyang pag-aaral sa Rome, kung saan siya nakatutuklas ng mga paraan para magamit ang kanyang mga talento at ang sining para patotohanan si Jesucristo.

CODY BELL, RETRATISTA

Niki Covington

Lazio, Italy

Paano ninyo ginagamit ang mga kaloob at talentong bigay sa inyo ng Diyos upang maibahagi sa iba ang inyong patotoo at damdamin tungkol sa ebanghelyo? Ang tanong na ito ay nagtulak sa aming pamilya na hangaring malaman kung ano ang mga kaloob sa amin at kung paano namin magagamit ang mga ito upang mapatotohanan ang Tagapagligtas.

Nang pag-aralan ko ang mga pinagmulan ng sining, nalaman ko na ang sining ay may napakasagradong pinagmulan sa Diyos. Siya ang may-akda ng lahat ng kagandahan, kabutihan, at katotohanan. Lahat ng anyo ng kagandahan ay nagmumula sa Kanya. Malaking tuklas ito para sa akin bilang pintor. Sana, sa pamamagitan ng aking mga kamay, maiwan ko ito bilang patotoo para sa aking mga anak at sa iba.

Alamin ang iba pa tungkol sa paglalakbay nang may pananampalataya ni Niki sa **lds.org/go/81739.**
Tingnan ang nagbibigay-inspirasyong mga sining mula sa mga miyembro sa buong mundo sa **lds.org/go/817art.**

"ALAM KONG BUHAY ANG DIYOS"

Ako'y taga-Nigeria, isang bansa kung saan Ingles ang salita, kaya nang matawag akong maglingkod sa Benin Cotonou Mission at matanto ko na magsasalita ako ng French, kinabahan ako. Paano ko ituturo ang ebanghelyo? Tulad ng inaasahan ko, nahirapan akong matutong magsalita ng French habang nasa missionary training center ako sa Ghana. Maraming beses akong halos mawalan ng pag-asa.

Pagkatapos, sa unang area ko, hinilingan akong magpatotoo sa branch *sa French*! Tahimik na nakaupo ang lahat habang dahan-dahan akong naglakad papunta sa pulpito. Dinukot ko sa bulsa ang maikling patotoong naisulat ko. Pero hindi ko makita iyon! Agad akong binalot ng takot!

Nang matanaw ko ang magagandang mukha sa aking harapan, napuno ng luha ang aking mga mata. Napakarami kong gustong ibahagi, pero hindi ko alam kung paano sabihin iyon. Sinabi ko ang tanging masasabi ko sa French: "Alam kong buhay ang Diyos."

Bumaba ako at naupo at sa natitirang oras ng pulong, taimtim akong nagdasal. Sinabi ko sa Ama sa Langit na gusto ko talagang magsalita ng French, at na kung tutulungan Niya ako, paglilingkuran ko Siya nang buong puso.

Makalipas ang tatlong buwan bumisita sa branch ang isang bagong missionary couple mula sa Estados Unidos. Hinilingan din silang magpatotoo. Naglakad papunta sa pulpito ang sister, nagsalita ng ilang salita sa French, pagkatapos ay tumigil. Tumulo ang luha sa kanyang mukha. Tahimik ang chapel. Nilapitan ko siya at tinanong kung puwede akong mag-interpret para sa kanya.

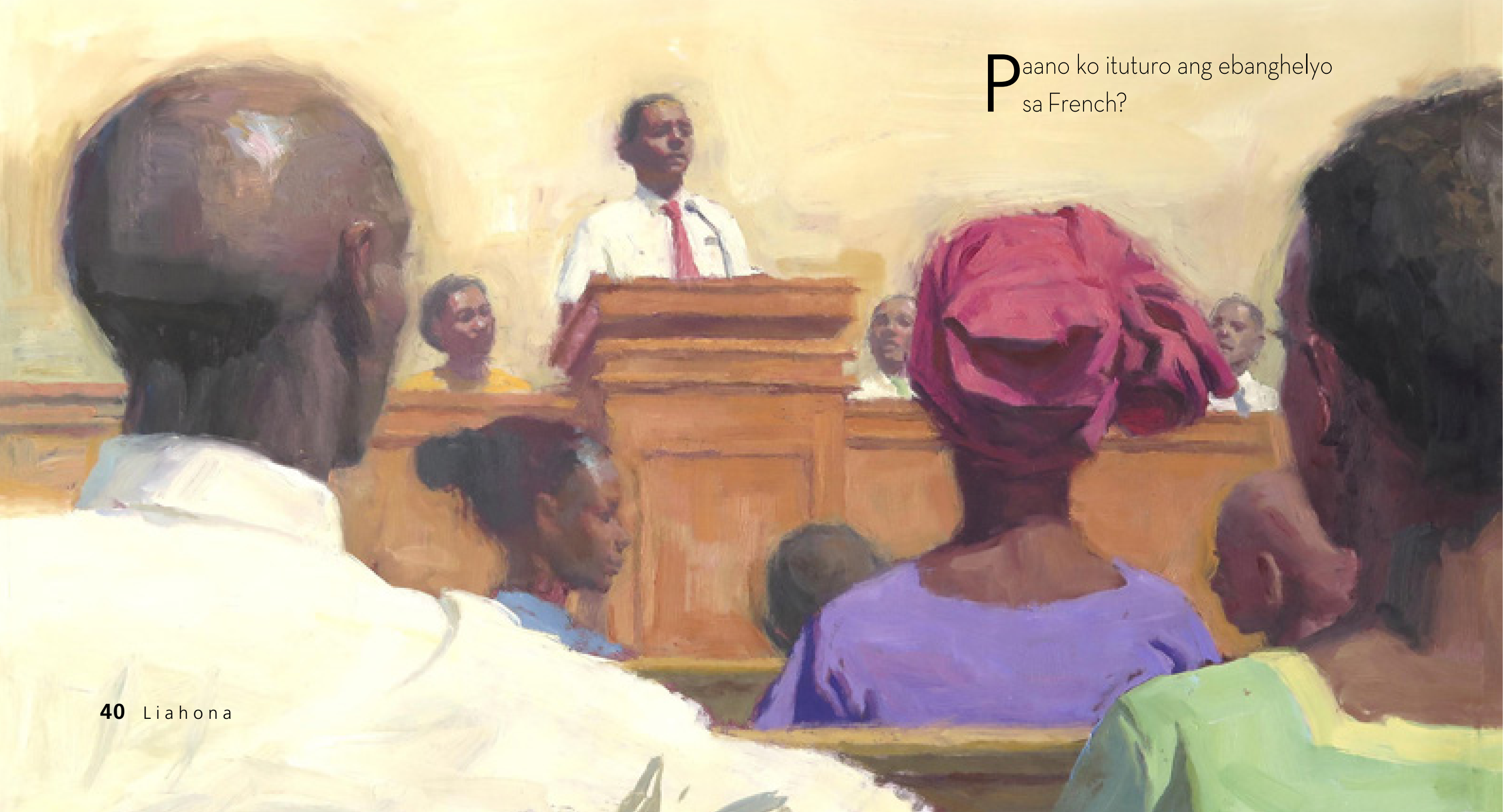
"Naku, maraming salamat, Elder," wika niya. Nadama ko ang Espiritu nang magsalita siya sa Ingles, at ininterpret ko ang kanyang patotoo, bawat salita, sa wikang French.

Pagkatapos ng pulong ay sinabi sa akin ng asawa ng branch president, "Naaalala ko kung gaano katagal mo natutuhang sabihin ang, 'Alam kong buhay ang Diyos' nang una kang dumating. Tama, talagang buhay ang Diyos at hinipo Niya ang dila mo."

Alam ko na nauunawaan ng Diyos ang lahat ng wika at lahat ng problemang kinakaharap natin. Nariyan Siya upang tulungan tayo kung magtitiwala tayo sa Kanya, at pinagpapala Niya ang ating mga pagsisikap kapag nagsikap tayo. Dahil sinagot Niya ang dalangin ko, nagawa kong ituro ang ebanghelyo sa French at napagpala ang buhay ko. ■

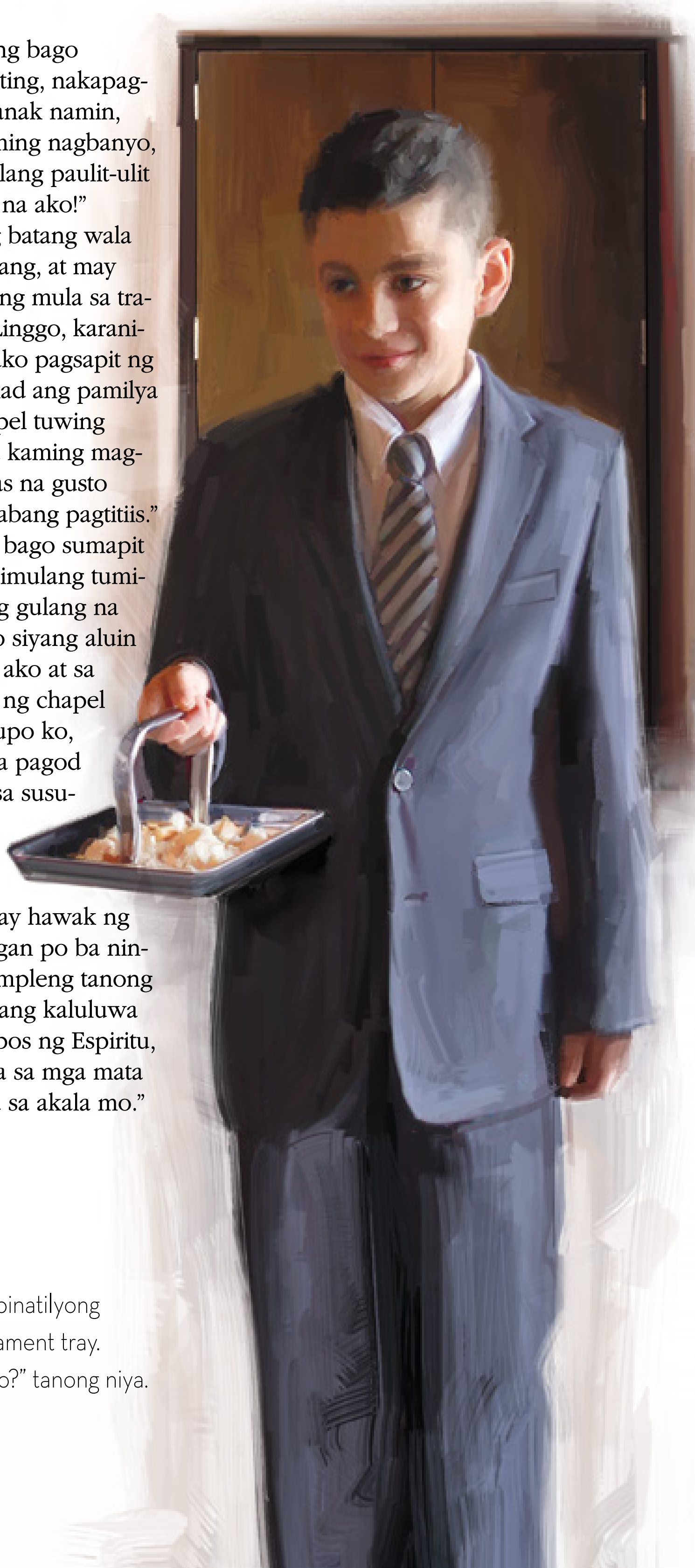
Donaldson Izekor, Utah, USA

Paano ko ituturo ang ebanghelyo sa French?



PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

KAILANGAN KO BA ANG SAKRAMENTO?



Limang minuto na lang bago mag-sacrament meeting, nakapag-alboroto na ang isang anak namin, dalawang beses na kaming nagbanyo, nagpalit ng lampin, at ilang paulit-ulit na palahaw ng "gutom na ako!"

Bilang ina ng limang batang wala pang walong taong gulang, at may asawa na nakakauwi lang mula sa trabaho tuwing Sabado't Linggo, karaniwa'y pagod na pagod ako pagsapit ng Linggo. Kapag naglalakad ang pamilya namin papasok ng chapel tuwing Linggo, naghahanda na kaming mag-asawa para sa isang oras na gusto naming tawaging "mahabang pagtitiis."

Labinlimang minuto bago sumapit ang isang pulong, nagsimulang tumili ang siyam-na-buwang gulang na anak namin. Sinikap ko siyang aluin at patahimikin. Nabigo ako at sa huli ay inilabas ko siya ng chapel para pakalmahin. Pag-upo ko, natuon ang isipan ko sa pagod ko at sa mga gagawin sa susunod na buong linggo. Nanghina ako.

Bigla akong ginulat ng isang binatilyong may hawak ng sacrament tray. "Kailangan po ba ninyo ito?" tanong niya. Simpleng tanong iyon, pero inantig nito ang kaluluwa ko. Agad akong napuspos ng Espiritu, at namuo ang mga luha sa mga mata ko. Naisip ko: "Higit pa sa akala mo."

Maaari tayong masaid sa araw-araw na mga gawain at responsibilidad sa buong linggo, ngunit mapupuno tayo sa pagtanggap ng sakramento. Nang tumanggap ako ng sakramento, nadama kong dumaloy sa akin ang kapayapaan at pagpapagaling. Sa sandaling iyon natanto ko na kailangan ko ang sakramento nang higit kaysa anupaman dahil kailangang mapasaakin ang Espiritu.

Natuon ang mga mata ko sa isang painting sa bulwagan ng Tagapagligtas na nakaunat ang Kanyang mga kamay. Nag-umapaw ang pasasalamat sa puso ko nang pagnilayan ko kung paano Siya palaging handang pagalingin at palakasin tayo. Naaalala ko ang mga ito tuwing Linggo kapag tumatanggap ako ng sakramento. Nagpapasalamat ako na tinuruan ako ng Espiritu sa pamamagitan ng isang simpleng tanong na sa gitna ng mga hamon sa buhay, ang Tagapagligtas ang pinagkukunan natin ng lakas at kapayapaan. ■

Julie Archer, Utah, USA

Ginulat ako ng isang binatilyong may hawak ng sacrament tray. "Kailangan po ba ninyo ito?" tanong niya.

PAGLALARAWAN NI JOSHUA DENNIS

TINATAWAG AKONG MULI NG DIYOS

Nang makatapos ako ng kolehiyo, naging research scientist ako. Dahil bihasa sa mga pamamaraan ng siyensya, tinanggap ko lamang kung ano ang mauunawaan at mapapatunayan. Nabuhay ako nang walang impluwensya ng Diyos sa aking buhay; isa akong ateista.

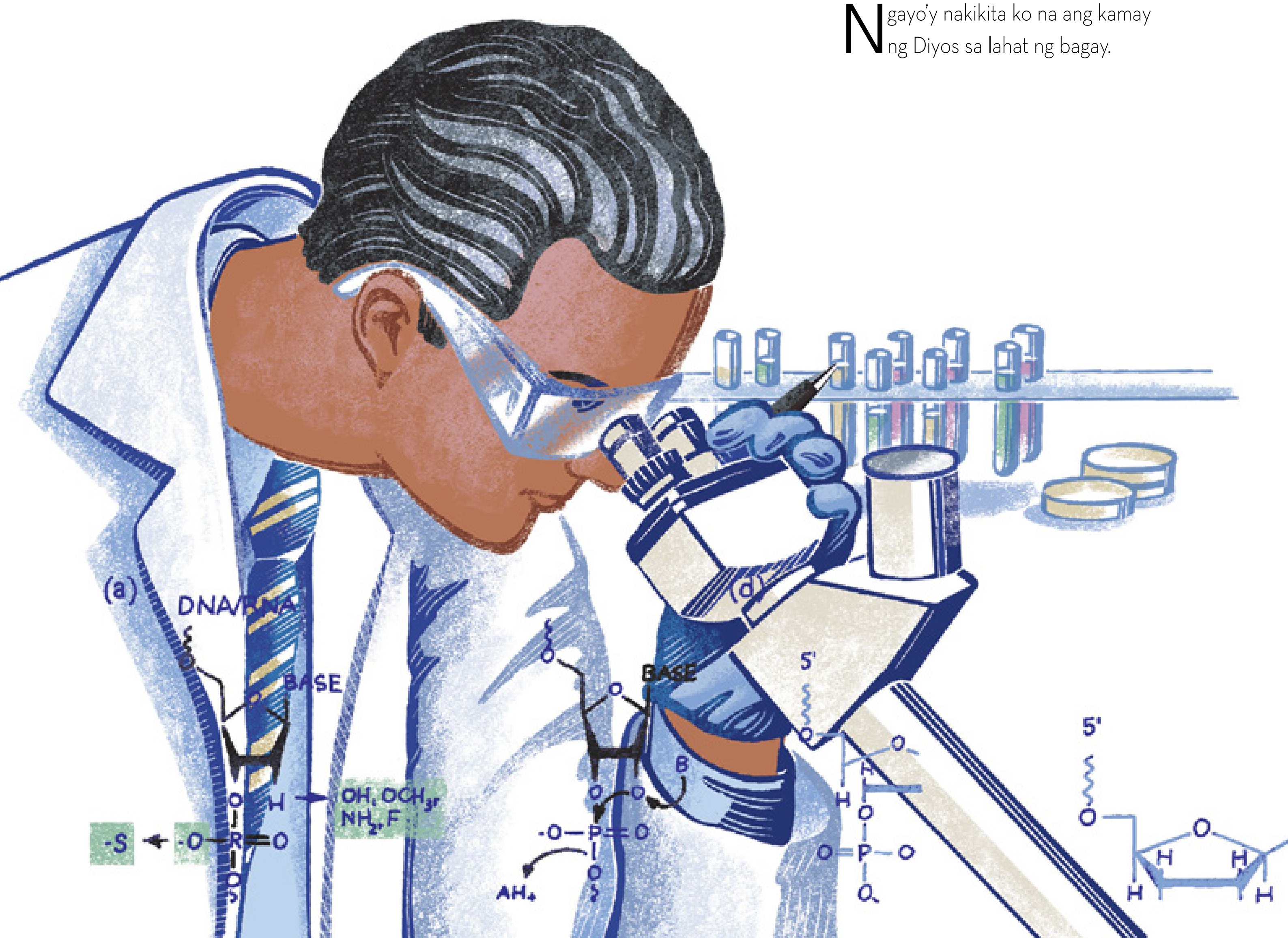
Pagkatapos isang umaga nakatanggap ako ng tawag na sangkot sa isang matinding aksidente sa kotse ang anak kong lalaki. Habang papunta sa ospital, nadama ko na kailangan kong bigkasin ang panalangin ng Panginoon, na natutuhan ko noong bata pa ako. Hindi ko ito maalala, pero nadama ko na kailangan ko pa ring magdasal.

Kahit tinawag na ako ng Diyos, nang makalagpas sa krisis at gumaling ang anak ko, patuloy akong namuhay nang wala Siya sa buhay ko.

Ilang taon kalaunan sinimulan kong ideyt ang isang babaeng nagngangalang Rubí. Miyembro siya ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, bagama't hindi siya aktibo. Tatlong taon na kaming nagsasama nang madama niya ang hangaring magsimba. Hiniling niyang samahan ko siya, pero lagi akong tumatanggi.

Isang araw kumatok ang mga missionary sa pinto namin. Binigyan nila ako ng Aklat ni Mormon at nag-iwan sila sa akin ng mga takdang-babasahin. Binasa ko ang ipinabasa nila pero wala akong naramdaman. Nagsimba rin ako pero lagi akong

Ngayo'y nakikita ko na ang kamay ng Diyos sa lahat ng bagay.



may pag-aalinlangan. Gayon pa man, nadama ko na kailangan kong patuloy na basahin ang Aklat ni Mormon. Tinatawag akong muli ng Diyos.

Nang patuloy akong magbasa, nadama ko na ang aklat ay totoo. Lumalakas na ang pananampalataya ko. Nang makarating ako sa 3 Nephi 13:9–13 at mabasa ko ang panalangin ng Panginoon, bumuhos sa akin ang Espiritu. Napahikbi ako. Tinatawag ako ng Diyos sa ikatlong pagkakataon. Sa pagkakataong ito'y nakinig ako.

Lumakas ang pananampalataya ko sa Diyos. Ginusto kong malaman pa ang iba. Sa loob ng maikling panahon, nabasa ko ang lahat ng pamantayang banal na kasulatan. Patuloy akong nagsimba, at matapos kaming makasal ni Rubí, nabinyagan ako. Hinding-hindi ko malilimutan ang galak na nadama ko nang makumpirma akong miyembro ng Simbahan.

Ngayo'y isa pa rin akong research scientist. Pero ngayo'y nakikita ko na ang kamay ng Diyos sa lahat ng bagay. Sang-ayon ako kay Alma, na nagsabing, "Lahat ng bagay ay nagpapatunay na may Diyos; oo, maging ang mundo, at lahat ng bagay na nasa ibabaw nito, oo, at ang pag-inog nito, oo, at gayon din ang lahat ng planetang gumagalaw sa kanilang karaniwang ayos ay nagpapatunay na may Kataas-taasang Tagapaglikha" (Alma 30:44). ■

Sergio I. Alva Estrada,
Mexico City, Mexico

PAGLALARAWAN NI CAROLYN VIBBERT

ANG MARAMING HIMALA KAY CRISTINA

Nasaksihan ng pamilya namin ang maraming himala dahil sa kapatid kong si Cristina. Ipinanganak siya na may malubhang depekto sa puso. Nang suriin siya ng mga doktor, sinabi nila sa mga magulang ko na malamang na hindi siya mabuhay. Gayunman, kinarga ng mga magulang ko ang kanilang mahinang sanggol at nagtiwala sila sa Panginoon. Himala na nabuhay si Cristina.

Nagdaan ang mga taon, at si Cristina ay naging malakas, matalino, at mahilig maglaro at magandang bata. Noong siya ay 12 anyos, kinailangan siyang operahan para malagyan ng artificial valve ang puso niya. Nag-alala kami kung makakaligtas siya sa operasyon, ngunit nang may labis na lakas at tapang, nagpaalam siya sa amin at pumasok sa operating room.

Nakaligtas si Cristina sa operasyon at umuwi sa amin. Lagi siyang mukhang masaya at nagpapasalamat sa Ama sa Langit na buhay siya at may pagkakataong matuto at lumago. Hindi inakala ng mga kaibigan niya na may depekto siya sa puso, dahil napakaaktibo niya.

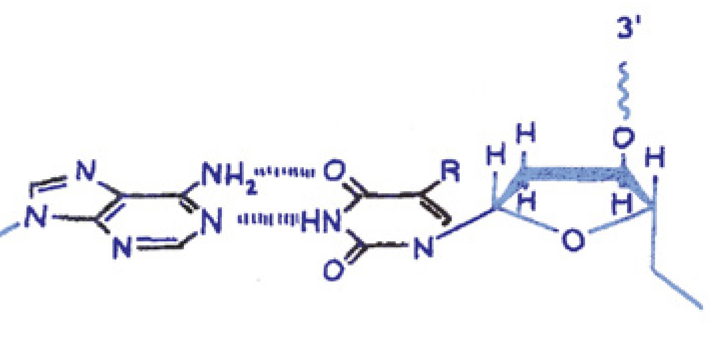
Matapos gumaling mula sa isang stroke sa edad na 16, pinatulong si Cristina sa pagtuturo ng seminary. Hinikayat niya ang maraming estudyante nang magsaulo sila ng mga talata sa banal na kasulatan at matuto mula sa Aklat ni Mormon. Tumugtog din ng piyano si Cristina at mahilig siyang kumanta. Hindi siya nag-atubili nang anyayahan siya na kumumpas sa isang koro na may 60 katao para sa isang ward conference.

Noong siya ay 22, ikinasal si Cristina sa isang binata sa templo para sa kawalang-hanggan. Hindi nagtagal matapos ang kasal, tinawag siyang maging Young Women president sa kanyang ward.

Noong siya ay 26, mabilis na bumagsak ang kalusugan ni Cristina. Nagpunta siya sa São Paulo para sa ilang pagsusuri. Doo'y nalaman niya na kailangan niya ng isa pang operasyon. Habang inooperahan, inatake sa puso si Cristina at nagdulot ito ng pinsala sa kanyang utak. Lumipas ang ilang buwan, at hindi umigi ang kanyang kalagayan. Nagtipon kami bilang pamilya para mag-ayuno at manalangin para sa kanyang paggaling, ngunit hindi umigi ang kanyang kalagayan. Nagpasiya kaming mag-ayunong muli, sa pagkakataong ito para humingi ng tulong na tanggapin ang kalooban ng ating Ama sa Langit. Kinabukasan pumanaw si Cristina.

Hindi iyon ang inasam namin, ngunit natanto namin na himala rin ito. Hindi na kailangang magdusa ni Cristina. Ang ebanghelyo ay nagbigay sa amin ng galak at kapayapaan, kahit sa mga sandali ng matinding kalungkutan. Dahil nabuklod sa kami, alam namin na maaari naming makapiling na muli si Cristina. ■

Gislaine Batista Pires Skraba,
Paraná, Brazil



Ano ang Institute?

Ni Wayne L. Davis
Seminaries and Institutes

Nang hikayatin ni Elder M. Russell Ballard ng Korum ng Labindalawang Apostol ang mga young adult na maging "pinakamahusay na henerasyon . . . sa kasaysayan ng Simbahan," ang isang bagay na iminungkahi niyang gawin nila ay ang mag-enroll sa institute of religion. Nangako siyang sa paggawa nito, sila ay magiging mas handa para sa misyon, kasal na pangwalang-hanggan, at buhay bilang adult, at mas makatatanggap ng inspirasyon at patnubay mula sa Espiritu.[1]

Ngunit kung hindi kayo gaanong sigurado kung ano ang institute of religion ng Simbahan o kung paano nito mapagpapala ang buhay ninyo pagkatapos ng high school, susubukan kong sagutin ang ilang katanungan na maaaring mayroon kayo.

Sino ang Maaaring Dumalo?

Pinipili ng karamihan sa mga kabataan na makibahagi sa seminary, ngunit ano ang kasunod nito? Ang ilang estudyante ay pumapasok sa isang unibersidad o kolehiyo ng Simbahan, kung saan ang mga kurso sa relihiyon ay kasama sa iskedyul ng mga klase. Bakit? Dahil napakahalagang pagsabayin ang espirituwal na edukasyon at sekular na edukasyon.

Pero paano kung hindi kayo papasok sa isang paaralan ng Simbahan? Hindi naiisip ng maraming young adult na maaari nilang makamit ang pinagsamang sekular at espirituwal na edukasyon saan man sila naroroon. Sa pagpasok ninyo sa kolehiyo, malimit na may malapit na institute of religion program, kadalasan ay isang tawid lang mula sa kolehiyo o sa isang lokal na gusali ng Simbahan. Kung minsan pa nga ay pinahihintulutan ng ilang kolehiyo na magdaos ng mga klase ng institute sa loob ng kanilang mga kampus. Kahit kapag nakatapos na kayo sa kolehiyo, maaari kayong dumalo.

Hindi ninyo kailangang maging estudyante sa kolehiyo. Lahat ng young adult, edad 18–30, may asawa man o wala, ay maaaring dumalo sa institute.

Bisitahin ang **institute.lds.org** para makahanap ng institute na malapit sa inyo.

Bakit Dapat Dumalo?

Mayroon lamang 57 estudyante nang magsimula ang programa malapit sa isang kolehiyo sa Moscow, Idaho, USA, at ngayon ay mayroon na itong mahigit 250,000 estudyante sa buong mundo. Nakikita nila ang malaking kalakasan at pagpapalang bumubuhos sa buhay nila. Sa isang survey na ginawa kamakailan, tinanong ang mga estudyante sa institute sa 10 magkakaibang bansa kung ano ang nagawa ng institute para sa kanila. Bakit sila dumadalo rito? Paano sila natutulungan nito? Libu-libong tugon ang natipon at nagpahayag ng tatlong pangunahing tema: Tinutulungan ng institute ang mga estudyante na (1) patibayin ang kanilang kaugnayan kay Jesucristo, (2) umunlad sa espirituwal, at (3) magkaroon ng tiwala sa sarili sa paggawa ng mahahalagang desisyon sa buhay.

Pag-isipan ang mga pagdedesisyunan ninyo: pagpili ng papasukang kolehiyo; pagpapasiya kung magmimisyon o hindi; at pagpili ng trabaho,

Huwag palampasin ang pagkakataong magkaroon ng mga kaibigan, espirituwal na proteksyon, at kaalaman sa ebanghelyo.

mga kaibigan, at mapapangasawa. Ito ay malalaking desisyon. At tulad ng sabi ni Pangulong Thomas S. Monson, "Mga desisyon ang nagpapasiya ng tadhana."[2] Tiyak na ang mahahalagang desisyong ito ay dapat gawin sa tulong ng Espiritu Santo. Ang kailangang banal na tulong ay makikita kapag kayo ay umuugnay sa Espiritu, sa mga banal na kasulatan, at sa mga kaibigan na kapareho ninyo ang mga pinahahalagahan sa isang religion class sa institute o sa isang paaralan ng Simbahan.

Si Laura ay isang estudyante na nakikinabang sa institute. Nang magsimula siyang mag-aral sa isang unibersidad sa Ontario, Canada, parang hindi niya alam kung nasaan siya at nadama niya na hindi na kasinglakas ng dati ang kanyang patotoo. Nagsimula siyang dumalo sa institute at muling "nadama na katulad pa rin siya ng dati" at "nalaman kung sino siya." (Tingnan ang kanyang kuwento at ang mga kuwento ng iba pang mga young adult sa **InstituteIsForMe.lds.org.**)

Kapag alam ninyo talaga kung sino kayo—isang lalaki o babaeng anak ng isang mapagmahal na Ama sa Langit na nagnanais na kayo ay maging kahanga-hanga—makagagawa kayo ng mahahalagang desisyon na hahantong sa kaligayahan at tagumpay.

Habang dinaragdagan ninyo ang inyong mga natutuhan sa seminary at sa iba pang mga gawain sa Simbahan, patitibayin ng pagdalo sa institute ang inyong kaugnayan kay Jesucristo sa napakahalagang bahagi ng inyong buhay at tutulungan kayong ipagpatuloy ang inyong espirituwal na pag-unlad.

Mahal kayo ng Ama sa Langit. Maglalaan Siya ng paraan para patuloy kayong maging katulad Niya. Ang institute ay isa sa mga paraan na gumagawa ng kaibhan sa daan-daang libong buhay bawat taon. ■

MGA TALA

1. M. Russell Ballard, "Ang Pinakadakilang Henerasyon ng mga Young Adult," *Liahona,* Mayo 2015, 68, 69.
2. Thomas S. Monson, "Sundin ang mga Propeta," *Liahona,* Ene. 2015, 5.

ANO ANG MATUTUTUHAN NINYO?

Ang institute ay nag-aalok ng iba't ibang mga kurso. Lahat ng estudyante ay inaanyayahang kumuha ng apat na cornerstone course:

- Si Jesucristo at ang Walang-Hanggang Ebanghelyo ay nagtuturo ng tungkol sa banal na misyon ni Cristo at kung paano ninyo pahahalagahan ang Kanyang ginagampanan sa inyong buhay.
- Ang Walang-Hanggang Pamilya ay tumatalakay sa mga paksang tulad ng pag-unawa sa kaugnayan ng kasarian at walang-hanggang pagkakakilanlan, pagsampalataya habang nasa mahihirap na sitwasyon ang pamilya, at mas pagpapataimtim ng pagsamba sa templo.
- Ang Mga Pundasyon ng Panunumbalik ay ipinaliliwanag ang doktrinal na pundasyon at ang kasaysayan ng Simbahan sa konteksto ng kasaysayan at kung paano ito nauugnay sa inyo ngayon.
- Ang Mga Turo at Doktrina ng Aklat ni Mormon ay tutulungan kayong maunawaan ang pangunahing doktrinal na mga tema ng aklat na ito ng banal na kasulatan na isinulat para sa ating panahon.

Ang Institute ay para sa Atin

Ni Leah Welker
Mga Magasin ng Simbahan

Paano mapagpapala ng institute of religion ng Simbahan ang *inyong* buhay?

Maraming bagay tayong kailangang gawin. Ang ilan sa atin ay mga estudyante. Ang ilan ay nagtatrabaho nang mahabang oras. Ang ilan sa atin ay malayo sa mga kaibigan at pamilya, o may mabibigat na responsibilidad. Ang ilan sa atin ay sinusubukang makaakma sa buhay pagkatapos magmisyon, o katatapos lang sa high school at hindi sigurado kung ano ang kasunod nito.

Tila salungat sa karaniwang inaasahan kung idaragdag pa ang institute sa lahat ng iba pang bagay. Marami sa atin ang nagtatanong kung minsan, makakatulong ba talaga ang institute sa akin?

Ang sagot ay *oo*.

Libu-libong kabataan sa buong daigdig, at marami sa kanila ay kapareho ninyo ang sitwasyon, ang nagkakaroon ng lakas, suporta, kaibigan, at espirituwal na pag-unlad sa institute. Ang sumusunod ay dalawang halimbawa lamang ng pambihirang mga young adult na nakakaalam, sa kabila ng lahat ng pagsubok nila, na ang institute ay para sa kanila.

Ang Institute ay Makakabuti sa Puso

Kuwento ni Aric, Toronto, Ontario

Si Aric (nakalarawan sa kanan sa itaas) ay isang estudyante ng PhD sa University of Toronto, na nag-aaral tungkol sa heart tissue at regenerative medicine.

Sa paglalarawan ng kanyang pagsasaliksik, ipinaliwanag niya, "Ang ilang uri ng stem cell ay maaaring maging kahit ano sa inyong katawan. Maaari nating ilagay ang mga stem cell sa isang petri dish at patubuin ang mga ito hanggang sa maging selula ng puso. Pagkaraan ng dalawang linggo, magsisimula silang tumibok na magisa. Pagkatapos ay gagamitin natin ang mga ito para ipakita ang iba't ibang uri ng sakit at subukan ang iba't ibang gamot. Mithiin kong magpatubo ng puso balang-araw sa isang laboratoryong katulad nito."

Nagbago ang sariling puso ni Aric nang magmisyon siya sa Belo Horizonte, Brazil. "Nang magmisyon ako, natutuhan ko kung paano makinig at sumunod sa Espiritu. Natulungan ako nitong matuto kung paano mag-aral, matuto kung paano ito ipamuhay." Napakalaki ng kanyang pagbabago kaya nag-alala siya tungkol sa pag-uwi. "Hindi ko talaga alam kung paano kikilos o ano ang gagawin," pag-amin niya. "Kinailangan kong muling pag-aralan kung paano kumilos sa ilang sitwasyon. Nakatulong sa akin ang pagdalo sa institute."

Mahalaga kay Aric ang ugnayan niya sa mga tao sa institute. "Nagawa kong kaibiganin ang mga taong kailangan ng mga kaibigan. Nagawa kong aliwin ang mga tao nang kailanganin nila ng aliw. Mahalaga iyan sa akin, na tulungan ang ibang tao, pero mahalaga ring madama ko iyon mula sa ibang tao."

Nagbibiro siya tungkol sa haba ng panahon ng pagdalo niya sa institute, pero patuloy siyang dumadalo. "Tuwing dadalo ako, nadarama ko ang Espiritung naroon. At tinutulungan ako nitong maging mas mabuting tao, manatili sa mabubuting lugar, at galingan ang trabaho ko."

Pinaghambing ni Aric ang kanyang trabaho at ang institute. "Kung maglalagay tayo ng isang selula sa isang magandang kapaligiran, may nangyayaring mga pagbabago sa loob ng selula para mas madali itong tumanggap ng magagandang pagbabago o positibong senyales na nais nating ibigay rito. Sa paglipas ng panahon, nagbabago ang selula—nagiging mas maganda at mas malaki kaysa sarili nito. Para sa akin, talagang napakaespesyal niyan. Kung ilalagay ko ang sarili ko sa tamang kapaligiran, mas madali kong mahihiwatigan ang espirituwal na mga aspetong ito ng buhay at hindi ako gaanong maaapektuhan ng mga negatibong impluwensyang nangyayari sa mundo."

Pagtatapos niya, "Ang Diyos ay totoo. Isang bagay iyan na nadarama ko sa aking kalooban. Hindi ko palaging nadarama ang Kanyang pagmamahal sa buhay ko. Unti-unti ko nang nauunawaan na bunga ito ng ginawa kong mga desisyon. Naisip ko na nariyan Siya para tulungan ako, na gusto Niya talaga akong maging napakahusay."

Tinutulungan Ako ng Institute na Maalala si Cristo

Kuwento ni Veronica, Madrid, Spain

Noong 17 anyos si Veronica (nakalarawan sa ibaba), namatay ang kakambal niya sa kanyang mga bisig. Tatlong taon mula nang mamatay ang kanyang kapatid, nag-iisa at nahihirapan sa buhay, nagsimulang maglakad-lakad si Veronica para malunasan ang nadarama niyang kalungkutan. Noon pa man ay naniniwala na siya sa Diyos, kaya isang araw habang naglalakad, nagdasal siya, "Panginoon, bakit ninyo ginagawa sa akin ang lahat ng ito?"

Sa sandaling iyon, napatingin siya sa isang gusali ng Simbahang LDS na lagi niyang nadaraanan. Nang tunay na mapagmasdan ito sa unang pagkakataon, naintriga siya; pumasok siya sa loob at nagpakilala sa dalawang sister missionary, na nagturo sa kanya kalaunan nang linggong iyon.

Sinabi ni Veronica na pagkatapos ng unang talakayan, "Tumayo ako at sinabi ko sa kanila, 'Baliw kayong lahat,' at umalis ako." Ayaw niya ng alinman dito, ngunit kalaunan ay pinag-isipan niya itong muli.

"Palagay ko iyon ang unang pagkakataon na nagdasal ako nang husto. Parang sinasabi noon ng Diyos sa akin na, 'Ibinibigay ko sa iyo ang pagkakataong ito para mas makilala mo ako. Ayaw mo ba?"

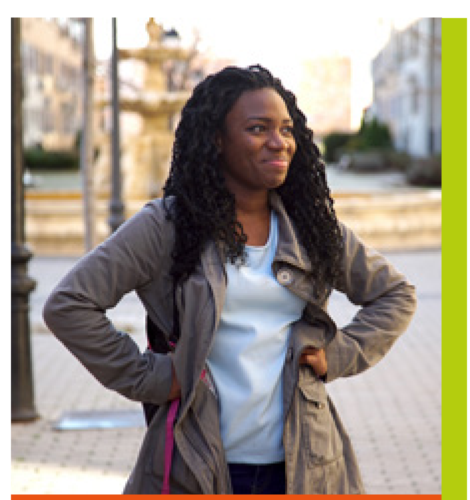
Nagdesisyon siya na gusto *nga* niya iyon. Kahit nawalan siya ng tahanan at trabaho dahil sa ebanghelyo, nabinyagan siya. Kahit patuloy siyang nahirapan sa buhay kung minsan, nagtiwala siya sa Panginoon. "Bago ko nalaman ang tungkol sa Simbahan, umiiyak o nagagalit ako kapag hindi ko alam kung paano ko mababayaran ang upa ko sa bahay. Pero ngayon alam ko na maglalaan ang Panginoon."

Binanggit sa patriarchal blessing ni Veronica na magmimisyon siya, pero wala siyang anumang palda o anumang paraan para makabili nito. Naparaan ang isang miyembro ng Pitumpu at ang asawa nito sa lugar at nabalitaan ang kanyang pangangailangan; nagkaroon ng inspirasyon ang kanyang asawa na mag-empake ng ekstrang mga palda para sa biyahe, at ibinigay niya ang marami sa mga ito kay Veronica. Hinikayat din niya si Veronica na dumalo sa institute. Nang simulan ng bishop ni Veronica ang institute program sa kanilang lugar, nagsimula siyang dumalo nang regular.

Naging panatag at masaya siya sa institute. "Palagay ko ang pinakagusto ko sa institute ay na sa buong linggo, marami kaming iba't ibang ginagawa. Mayroon kaming mga araw ng Linggo para magpanibago ng aming mga tipan sa Ama sa Langit. Pero sa araw ng Lunes, Martes, Miyerkules, Huwebes, Biyernes, ano ang ginagawa namin? Nagpapasalamat ako na may institute kami kahit minsan lang sa isang linggo dahil isang paraan ito para alalahanin si Jesucristo. Ang institute ay isang paraan na tinutulungan Niya akong umunlad."

At nagmisyon nga si Veronica. Noong Oktubre 2016, umalis siya para maglingkod sa Chile Osorno Mission.

Sabi niya, "Alam ko na narito ako ngayon dahil sa Kanya. Alam ko na naghanda Siya ng isang plano na perpekto para sa bawat isa sa atin. Bibigyan Niya tayo ng mga pagkakataon habang nabubuhay tayo. Nadarama ko ang Kanyang pagmamahal araw-araw, kahit kung minsan ay nasasabi kong, 'Ama, bakit nangyayari ito sa akin?' Pero bago ako matulog, sumasagot Siya, 'Nangyayari ito dahil



ANG DAPAT MALAMAN NG MGA LIDER TUNGKOL SA INSTITUTE

Lahat ng young single adult na hindi nakatapos sa isang unibersidad o institute of religion ng Simbahan ay dapat hikayating mag-enrol at maka-graduate sa institute.

Nagsasanggunian ang mga lokal na lider sa paggawa ng isang epektibong plano para matukoy at maanyayahan ang bawat young single adult na dumalo sa institute. Handang tumulong ang mga tauhan ng seminary at institute sa mga lider ng priesthood sa mga pagsisikap na ito.

Ang pinakaepektibong mga pagsisikap ay kinapapalooban ng mga sumusunod:

- **Mga lider ng priesthood** ang namumuno sa inisyatibo.
- **Personal na iniimbitahan** ang mga young adult.
- Gumagamit ang mga lider ng isang **sistema ng pananagutan** sa pagrereport tungkol sa ginawang mga paanyaya.

PAG-ANYAYA SA MGA YOUNG ADULT NA DUMALO SA INSTITUTE: ISANG KUWENTO NG TAGUMPAY

Ang pag-anyaya sa lahat ng young adult na dumalo sa institute ay isa sa mga mithiin ng Simbahan. Depende sa stake, maaaring mapabilang sa gawaing ito ang ilang lider:

- Mga institute coordinator
- Mga miyembro ng stake presidency at mga bishop
- Mga institute teacher
- Mga young single adult representative
- Mga estudyante

Isang maliit na bayan sa New Zealand ang nagpakita ng isang napakagandang halimbawa kung paano nagsama-sama ang mga lider sa isang stake upang bumuo ng isang institute class para mas matugunan ang mga pangangailangan sa kanilang area.

Gustong malaman ni Sam Higgins, bishop ng Ngaruawahia Ward, kung paano niya matutulungan ang mga young adult sa kanyang ward. Iminungkahi ni President Bobby Hamon, pangalawang tagapayo sa Hamilton New Zealand Stake presidency, na magkaroon ng institute, at nakipag-ugnayan siya kay Jonathan Warwick, ang institute coordinator para sa lugar na iyon.

Ipinaliwanag ni Brother Warwick, "Noong una, iminungkahi naming dagdagan ang pag-aanunsyo at personal na pagkontak para hikayatin ang mga estudyante na maglakbay nang 30 hanggang 45 minuto patungong Hamilton para dumalo sa institute doon. Pero nadama ng lahat na makakatulong sa mga estudyante ang pagkakaroon ng klase sa Ngaruawahia para komportable sila."

Sa tulong ng isang senior missionary couple, bumuo sila ng isang institute class sa Ngaruawahia. Mula sa 2 estudyante ay lumago ang klase sa mahigit 40.

Sabi ni Brother Warwick, "Ang Ngaruawahia institute class ay naging mahimalang sagot sa aming mga dalangin. Sa pamamagitan ng klaseng ito, napaalalahanan ang mga indibiduwal na talagang mahal ng Panginoon ang Kanyang mga anak at nasasabik Siyang magbigay ng solusyon na magpapalakas sa kanilang patotoo tungkol kay Jesucristo, tutulungan silang maranasan ang matibay na pagbabalik-loob sa ebanghelyo, at tutulungan silang madama ang kapangyarihan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo sa kanilang buhay."

Para sa mga karagdagang ideya mula sa mga lider na ito tungkol sa matagumpay na karanasang ito o para sa tulong kung paano makipagtulungan sa pagpapalakas sa mga young adult sa inyong stake, bumisita sa **lds.org/go/81747.**

dito. Kaya matulog ka na.' At mahal ko rin Siya. Siguro kailangan kong pagdaanan ang lahat ng pinagdaanan ko para makadama ng labis na pagmamahal sa Kanya." ■

ANG INSTITUTE AY PARA SA AKIN—MGA KUWENTO SA VIDEO

Panoorin ang mga kuwento nina Aric, Veronica, at ng iba pang mga young adult sa **lds.org/go/81749.**

GAWING PRAYORIDAD ANG INSTITUTE

"Isipin ninyo ito. Mabubuo ang mga pagkakaibigan, madarama ang Espiritu, at mapapalakas ang pananampalataya. Ipinapangako ko sa inyo na kapag nakibahagi kayo sa institute at masigasig ninyong pinag-aralan ang mga banal na kasulatan, ang kakayahan ninyong makaiwas sa tukso at tumanggap ng patnubay mula sa Espiritu Santo sa lahat ng inyong ginagawa ay mag-iibayo. Iyan ang pangakong iniiwan ko sa inyo."

Pangulong Thomas S. Monson, Abr. 21, 2009, si.lds.org.

SEMINARY: Kung Saan Tayo NAGKAKAUGNAYAN

Sa maraming paraan, sa seminary nagkakaugnay ang mga bagay-bagay.

Ni David A. Edwards
Mga Magasin ng Simbahan

Nadarama mo ba kung minsan na nag-iisa ka habang sinusubukan mong unawain ang iyong buhay, ang iyong mga pagsubok, at ang mga banal na kasulatan? Kung gayon, ang isang paraan para matakasan ang damdaming ito ay makiugnay.

Ang isa sa pinakamagagandang lugar para gawin ito ay sa seminary. Narito ang ilang pakikiugnay na magagawa mo roon.

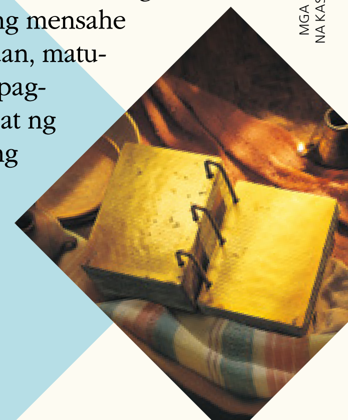
Makiugnay sa Ibang mga Tao

Ang seminary ay isang magandang paalaala na hindi ka nag-iisa. At napakagandang lugar nito para makiugnay sa iba sa isang ligtas at sumusuportang kapaligiran.

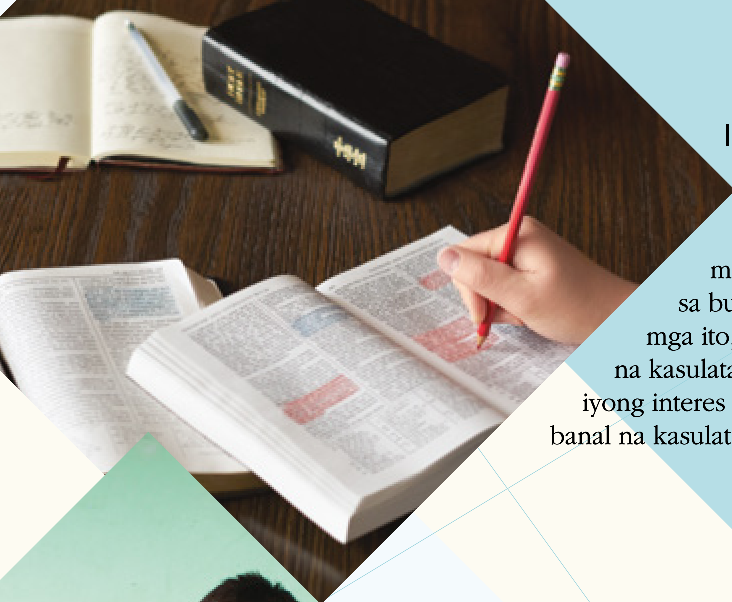
Nagkaklase ka man araw-araw sa isang silid-aralan o nagho-home o online study, iniuugnay ka ng seminary sa iba pang mga kabataan gayundin sa isang mapagmahal na titser. Sila ang mga taong tanggap ang pinakamabuti mong pagkatao. Maaari kang magsaliksik ng mga banal na kasulatan, magtanong, maghanap ng mga sagot, magbahagi ng mga ideya at damdamin at karanasan. Maaari kayong tumawa, umiyak, at kumanta nang sabay-sabay—at posible pa ngang kumain nang sabay-sabay (magtanong sa teacher mo kung puwedeng gawin ito; kung ang sagot ay hindi, huwag itong gawin).

Makiugnay sa mga Banal na Kasulatan

Kahit napakatagal nang naisulat ang mga banal na kasulatan, tinutulungan ka ng seminary na malaman ang nangyari noon para makaugnay ka talaga sa mga ito. Tinutulungan ka nito na maunawaan ang mga pagkakatulad at pagkakaiba ng mundo noon sa mundo ngayon. At tinutulungan ka nitong makita ang di-nagbabagong mensahe ng Diyos sa Kanyang mga tao at sa mundo. Sa ganitong paraan, matutulungan ka ng seminary na makita kung paano maaaring makipag-usap sa iyo ang Diyos sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at ng Espiritu para bigyan ka ng personal na patnubay. Tumutulong din itong gawing matalik na kaibigan ang mga banal na kasulatan habambuhay—isang palagiang pinagmumulan ng kapanatagan, payo, at tulong.



MGA PAGLALARAWAN NG MGA KABATAAN SA KLASE, PAGMAMARKA NG MGA BANAL NA KASULATAN, AT BINATANG NAGDARASAL NI MASON COBERLY



Iugnay ang mga Banal na Kasulatan sa Isa't Isa

Ano ang kinalaman ng mga turo ni Alma sa mga turo ni Mateo? May pagkakatulad ba ang mga turo ni Isaias sa mga turo sa Doktrina at mga Tipan? Tinutulungan ka ng seminary na makita ang mga hiblang nagbibigkis sa lahat ng turo ng ebanghelyo sa buong banal na kasulatan. Kapag sinimulan mong pag-ugnayin ang mga ito, nagiging kapaki-pakinabang at kapana-kapanabik ang mga banal na kasulatan, at nagiging kasiya-siya at pamilyar din. Patitindihin nito ang iyong interes sa paggawa ng marami pang pag-uugnay na ito sa pagitan ng mga banal na kasulatan. At ang seminary ay nariyan para tulungan kang gawin ito.

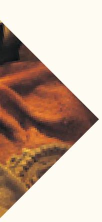
Iugnay ang Iyong Kasalukuyan sa Iyong Hinaharap

Maaaring nakarinig na ang *Ikaw-Ngayon* tungkol sa *Ikaw-sa-Hinaharap,* ngunit maganda kung mas makikilala pa nila ang isa't isa. Sa pamamagitan ng seminary, magkakaroon ka ng mas magandang ideya kung sino ang *Ikaw-sa-Hinaharap* na ito. Halimbawa, maaari mong makita kung paano ginagamit ni *Ikaw-Bilang-Missionary-sa-Hinaharap* ang mga banal na kasulatan para ituro sa mga tao ang ebanghelyo, lutasin ang kanilang mga problema, at tulungan silang baguhin ang kanilang buhay. O maaari kang magkaroon ng ideya kung paano itinatanim ni *Ikaw-Bilang-Magulang-sa-Hinaharap* ang pagmamahal sa mga banal na kasulatan sa puso ng mga bata. O maaari mo nang maunawaan kung paano makakatulong ang pagtuon sa mga katotohanan sa banal na kasulatan kay *Ikaw-Bilang-Lingkod-sa-Simbahan-sa-Hinaharap* upang mapaglingkuran, maturuan, at mahikayat ang iba. At siyempre, makikita mo kung paano nararanasan ni *Ikaw-sa-Hinaharap* ang personal na kagalakan, kapayapaan, at inspirasyon mula sa nakagawiang pag-aaral ng mga banal na kasulatan araw-araw.

Makiugnay sa Iyong Tunay na Sarili

Ang iyong tunay na sarili ang bahagi mo na nakakaalam kung anong klase kang nilalang, saan ka nanggaling, at kung sino ang iyong mga Magulang sa Langit. Alam din ng iyong tunay na sarili kung ano ang iyong tunay na potensyal, anong klaseng lakas ang taglay mo na, at ang napakatinding lakas na magagamit mo kung pipiliin mo ang tama.

Kapag lubos mong naunawaan ang mga doktrina sa mga banal na kasulatan sa pamamagitan ng seminary at nadama mo na pinagtitibay ng Banal na Espiritu ang katotohanan ng mga ito sa puso mo, pinalalalim mo ang kaalamang ito. Madarama mo rin ang mga pahiwatig ng Espiritu na kumilos—magsisi, maglingkod, magdasal, matuto, at gawin ang lahat ng iyong makakaya para makaugnay sa iyong tunay at pinakamahusay na sarili na alam ng Ama sa Langit at ni Jesucristo na maaabot mo.



Makiugnay sa Ama sa Langit

Pinatitibay mo ang iyong pakikiugnay sa Ama sa Langit kapag nanalangin ka sa Kanya, natuto ka tungkol sa Kanya at sa Tagapagligtas, at namuhay ka sa paraang nais Nila. Sa seminary natututuhan mo kung paano nangungusap sa iyo ang Ama sa Langit sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at ng Espiritu Santo, na dumarating sa iyo kapag masigasig mong pinag-aralan ang mga banal na kasulatan. Madalas ka ring bigyan ng seminary ng mga pagkakataong manalangin, magnilay, magpatotoo, at gumawa ng marami pang mga pakikiugnay sa Ama sa Langit.

Tingnan kung paano nakiugnay ang mga kabataang ito.

Marlou

Tuwing nasa seminary ako, alam ko na mahal at pinagmamalasakitan ako ng Ama sa Langit! Ang pagdalo sa seminary ay nabiyayaan ako ng mas malinaw na pang-unawa kung sino ako at kung bakit ako narito. Ang mga alituntunin at doktrinang natutuhan ko sa seminary ay nakatulong sa akin na gumawa ng mabubuting desisyon. Mas determinado na ako ngayong magmisyon nang full time at nasasabik akong ibahagi ang ebanghelyo sa iba.

Marlou T., edad 20, Sorsogon, Pilipinas

Noong lumalaki ako, hindi ako naging aktibong masyado sa Simbahan. Wala akong matibay na patotoo. Pero dahil sa pagdalo ko sa seminary araw-araw, nalaman ko na maaari akong manalangin at makadama ng kapanatagan at makatanggap ng mga sagot. Nakaugnay ako sa mga kuwento sa banal na kasulatan. Palagay ko ni hindi pa ako nakabasa ng kahit isang kabanata sa sarili ko bago ako nag-seminary. Natutuhan ko ang mga pangunahing alituntunin ng ebanghelyo dahil nag-enrol ako sa seminary. Palagi akong makasusumpong ng kapayapaan sa seminary. Hindi ko maipahayag nang sapat na ginagabayan ng Panginoon ang seminary.

Brynn W., edad 17, Idaho, USA

Brynn

Anastasia

Sa mga taon na nag-seminary ako, marami akong natutuhan tungkol sa kung saan ako nanggaling, bakit ako narito, at ano ang dapat kong gawin. Itinuro sa akin ng seminary kung paano magtanong at makahanap ng mga sagot. Dati-rati, nahihirapan akong ipamuhay ang mga banal na kasulatan. Ngunit sa bawat lesson, gumawa kami ng mga paghahalintulad sa aming buhay, kaya hindi lang mga kuwento sa mga banal na kasulatan ang natutuhan ko kundi nalaman ko rin na ang buhay ko ay bahagi ng kuwentong iyan at na nag-iwan ng patnubay ang mga propeta para sa akin. Dahil diyan, mas madali para sa akin na hanapin ang tamang landas at gumawa ng mga tamang desisyon.

Anastasia V., edad 18, Moscow, Russia

Nadaragdagan nang husto ang pagmamahal ko sa mga pamantayang banal na kasulatan sa bawat taon ng seminary. Ipinadama sa akin ng pagmamahal na ito ang mas matinding hangarin na gawin ang nais ipagawa sa atin ng Ama sa Langit. Tinulungan Niya akong makadama ng taos-pusong pagmamahal para sa aking kapwa. Nagkaroon ako ng pagkakataong ibahagi ang ebanghelyo sa bawat tao sa paligid ko. Dahil sa seminary, isang programang binigyang-inspirasyon ng Diyos, nalagpasan ko ang mga paghihirap na iniharap sa akin ng mundo. Tinulungan ako ng Ama sa Langit na malaman kung anong klaseng anak ang gusto Niyang kahinatnan ko, anong mga bagay ang dapat kong pagtuunan, at paano ako dapat kumilos.

Mirian C., edad 18, Guatemala, Guatemala

Sa nakalipas na ilang taon, pinaglabanan ko ang depresyon at pagkabalisa. Noong nakaraang taon ang pinakamalala para sa akin. Unti-unting naglalaho ang aking patotoo, at seminary lang ang nakatulong sa akin na malagpasan ito. Nakilala ko ang ilang batang babae na agad kong naging matatalik na kaibigan. Nagsimulang magkaroon ng kahulugan sa akin ang mga banal na kasulatan. At nagturo ang aming titser sa isang paraan na naging makabuluhan sa buhay naming mga tinedyer ang mga kuwento sa Bagong Tipan tungkol kay Jesucristo na napakatagal nang naganap. Nakilala ko ang Tagapagligtas at ang aking Ama sa Langit. Hindi lamang unti-unting nanumbalik ang aking patotoo kundi naging mas malakas at mas matibay rin ito. Hindi natapos ang pakikibaka ko sa aking mental na kalusugan, ngunit dahil sa seminary, ang pag-asang minsang nawala ay sagana na ngayon. May patotoo ako kay Jesucristo; alam ko na Siya ay buhay, mahal Niya tayo, at kaya Niyang dalhin ang ating mga pasanin kung lalapit tayo sa Kanya. Kung walang seminary hindi ko sana natanggap ang pagpapalang iyon.

Jalee D., edad 16, Colorado, USA

Bago sumapit ang unang taon ko sa seminary, hindi ko naunawaan kung bakit kailangan nating pag-aralan ang mga banal na kasulatan. Akala ko nakakabagot na mga kuwento lang ang naroon. Pero salamat sa seminary, nalaman ko na bawat kuwento ay may mahalagang aral at magagamit ko iyan sa buhay ko ngayon. Hangad kong patuloy na pag-aralan ang mga banal na kasulatan.

Oscar B., edad 15, Limón, Costa Rica

Nabinyagan ako noong Mayo 2016. Ang unang taon ko sa seminary ay nagsimula kalaunan pa sa taong iyon. May pag-aalinlangan ako noong una, at hindi ako handang gumising nang maaga, pero nahikayat akong dumalo. Medyo hindi pa rin ako gaanong sigurado tungkol sa pagkilala sa tinig ng Espiritu, pero nakatulong sa akin ang pagdalo sa seminary para makilala ang tinig na iyon. Sa pamamagitan ng Espiritu, nalaman ko na ang mga banal na kasulatan ay totoo. Alam ko na ginagabayan ako ng Espiritu na markahan ang mga talatang makahulugan at na palaging may dahilan. Ginagabayan ako ng mga banal na kasulatan kapag naliligaw ako ng landas, at tinuturuan ako nito. Tuwing masama ang araw ko, maaari kong buklatin ito at pagandahin ang araw ko. ■

Shelby L., edad 16, Montana, USA

Paano Ka Makakatulong sa GAWAIN SA TEMPLO

Ang gawain sa templo ay naghahatid ng kagalakan sa iyo at sa mga mahal mo sa buhay.

Ni Megan Armknecht

Nanabik ka na ba sa isang bagay na hindi ka makapaghintay na magsimula? Siguro'y nanabik kang umalis kasama ng iyong kapatid na lalaki para panooring maglaro ang paboritong mong sports team, o siguro'y inimbitahan ka ng matalik mong kaibigan na manood ng isang magandang konsiyerto.

Noong mga 1840, ipinanumbalik ng Diyos ang isang katotohanan ng ebanghelyo na talagang nagpasaya at nagpasabik kay Joseph Smith. Nalaman niya na sa pamamagitan ng wastong awtoridad ng priesthood, maaaring mabinyagan ang mga tao sa pamamagitan ng proxy para sa kanilang mga

mahal sa buhay na hindi nabinyagan sa buhay na ito.

Ang doktrina ng binyag para sa mga patay ay nagpasaya lalo na kay Joseph dahil namatay ang kuya niyang si Alvin sa edad na 25 nang hindi nabinyagan. Matagal na nag-alala si Joseph na baka nahatulan si Alvin ng walang-hanggang pagdurusa dahil hindi ito nabinyagan noong buhay ito.

Ngunit sa pamamagitan ng mga paghahayag tungkol sa kaligtasan para sa mga patay, nalaman ni Joseph na maaaring mabinyagan si Alvin sa pamamagitan ng proxy at maligtas sa kahariang selestiyal (tingnan sa D at T 137).

Pagbabahagi sa Iba ng Katotohanan tungkol sa Pagbibinyag para sa mga Patay

Hindi lamang masayang balita ito para sa pamilya Smith, masayang balita rin ito para sa iba pang mga Banal sa Nauvoo, Illinois. Noong Agosto 15, 1840, nagturo si Joseph Smith tungkol sa ordenansa ng pagbibinyag para sa kanilang mga ninuno sa isang burol para kay Seymour Brunson. Sinabi ni Joseph na panahon na para isakatuparan at ibalik ang gawaing iyon, na ginawa na ng mga Banal noong unang panahon (tingnan sa I Mga Taga Corinto 15:29).[1]

Nang marinig ng mga Banal sa Nauvoo na maaari silang binyagan para sa mga kapamilya nilang pumanaw, tuwang-tuwa sila. "Nang akin itong mabalitaan, lumukso sa galak ang aking kaluluwa," sabi ni Pangulong Wilford Woodruff (1807–98).[2]

Nang malaman ng mga banal na maaari silang magsagawa ng mga binyag para sa mga patay, ginusto nilang tapusin ang gawain para sa kanilang mga pamilya sa lalong madaling panahon. Maraming sumulat sa kanilang mga kapamilya para makakalap ng mga pangalan ng mga yumaong kamag-anak. Dahil wala pang templo noon, daan-daang tao ang bumaba sa Ilog Mississippi para isagawa ang mga ordenansa.

Pagbibinyag para sa mga Patay at Ikaw

Ang kagalakan ay patuloy sa panahong ito tungkol sa gawain sa templo at binyag para sa mga patay. May mga templo sa iba't ibang dako ng mundo, at binubuksan ng gawain sa templo ang pintuan para makamit ng *lahat* ang kaligtasan. Ito ay isang napakagandang regalo!

Tulad ng mga Banal sa Nauvoo, maaari kayong magsama-sama ng mga kaibigan at pamilya mo para gawin ang pagbibinyag para sa mga pumanaw na. Maaari mong dalhin ang iyong pamilya sa templo. Ibig sabihin ay hindi lang ang *buhay* mong kapamilya ang dadalhin mo sa templo kundi maging ang iyong mga mahal sa buhay na pumanaw na. Kung hindi makakapunta ang iyong pamilya sa templo, maaari mong hilingin sa iyong mga kaibigan, lider, o miyembro ng korum at klase na samahan ka.

Ang pagpunta sa templo na kasama ang mga mahal sa buhay ay naghahatid ng kagalakan. Pinag-uugnay nito ang mga pamilya, nagdudulot ng kapayapaan, at nagpapaalala sa atin na mahal tayong lahat ng Diyos at nag-aalok Siya ng kaligtasan sa lahat ng Kanyang anak.

At isang bagay iyan na maaari nating ikatuwang lahat. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

MGA TALA

1. Tingnan sa Matthew McBride, "Letters on Baptism for the Dead," Mayo 29, 2013, history.lds.org.
2. Wilford Woodruff, sa *Deseret News,* Mayo 27, 1857, 91.

PAGBUBUKLOD NG ATING PAMILYA

"Kung ang mga kabataan sa bawat ward ay hindi lamang pupunta sa templo at magpapabinyag para sa kanilang mga patay kundi tutulong din sa kanilang pamilya at iba pang mga miyembro ng ward na makapagbigay ng mga pangalan ng pamilya para sa ordenansang isinasagawa nila, sila at ang Simbahan ay lubos na mapagpapala. . . . Ang walang-hanggang kahalagahan ng pagpapalang mabuklod sa sarili nating pamilya ay halos hindi kayang unawain."

Elder Quentin L. Cook ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Mga Ugat at mga Sanga," *Liahona,* Mayo 2014, 46–47.

Sampung tip mula sa mga kabataan para matulungan ang pamilya mo na makamtan ang mga dakilang bagay sa pamamagitan ng panalangin.

Ni Charlotte Larcabal
Mga Magasin ng Simbahan

Alam mo ba na isang kautusan ang manalangin na kasama ang pamilya mo? *Inutusan* ni Jesucristo ang mga Nephita na "manalangin kayo sa inyong mag-anak sa Ama" (3 Nephi 18:21). Mula noon, itinuro na rin ito ng mga propeta at apostol. Halimbawa, itinuro ni Elder Richard G. Scott (1928–2015) ng Korum ng Labindalawang Apostol na dapat itong "unahin palagi sa inyong buhay araw-araw."[1]

Mahalaga ang panalangin ng pamilya! Isa rin itong susi para maging malapit sa isa't isa at sa Ama sa Langit. At hindi lang ito nakasalalay kina Inay at Itay. Maaari kang magkaroon ng malaking impluwensya sa iyong pamilya! Maaari kang maging isang kampeon ng panalangin ng pamilya.

MAGING ISANG KAMPEON

Ano ang isang kampeon ng panalangin ng pamilya? Kapag naiisip mo ang mga kampeon, maaaring naiisip mo ang mga taong naging pinakamahusay sa isang bagay. Isang uri iyan ng kampeon: isang taong nagwagi ng unang gantimpala o nanguna sa isang paligsahan. Ang isa pang uri ng kampeon ay ang isang tao na may ipinaglalaban, isang tagatangkilik o tagapagtanggol. Kaya ang isang kampeon ng panalangin ng pamilya ay isang taong ipinaglalaban, pinaninindigan, at ipinagtatanggol ang panalangin ng pamilya.

Magagawa mo kaya iyan?

MGA KAMPEON
ng Panalangin ng Pamilya

Narito ang ilang tip kung paano maging kampeon ng panalangin ng pamilya:

1. Subukang huwag umusal ng paulit-ulit na mga panalangin kapag ikaw na ang magdarasal. *Jeanel S., edad 14, Idaho, USA*

2. Gumawa ng listahan ng mga bagay na kailangan ninyong ipagdasal bilang pamilya. *Samantha B., edad 17, Alabama, USA*

3. Sa pamilya ko palagi naming sinisikap na mas magpasalamat kaysa humiling ng mga bagay-bagay. Sinisikap namin palagi na magpasalamat sa Ama sa Langit, kaya sinisikap kong tulungan diyan ang mga kapatid ko. *Karla S., edad 17, Tijuana, Mexico*

4. Paalalahanan ang lahat. Kung hindi palaging nagdarasal nang sama-sama ang pamilya mo, magandang magsimula sa pagkakaroon ng personal na panalangin. *Camille G., edad 18, Alabama, USA* 5

5. Gumising nang mas maaga nang ilang minuto para tiyakin na makapagdasal ang pamilya bago ka umalis. Maaari mong i-set ang alarm para ipaalala sa iyo na oras na para sa panalangin ng pamilya. *Tess Z., edad 16, Texas, USA*

6. Pakinggan ang sinasabi ng taong nagdarasal, at ulitin ito sa iyong isipan. Pagkatapos, tingnan kung ano ang matatandaan mo sa kanilang panalangin. Ang ibig sabihin ng "Amen" ay "mangyari nawa," o na sumasang-ayon ka. Gusto ko talagang malaman at maunawaan kung ano ang sinasang-ayunan ko. *Grace M., edad 14, California, USA*

7. Magkaroon ng mabuting saloobin tungkol sa panalangin ng pamilya. Huwag isipin na isa itong bagay na dapat gawin bago ka matulog. Tandaan na ang panalangin ng pamilya ay lalong ilalapit ang inyong pamilya sa isa't isa. *Ranoah H., edad 17, Alabama, USA*

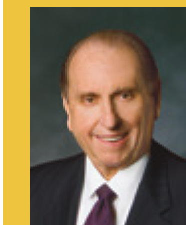
8. Sikaping tulungan ang lahat ng kapatid mo. Malaki ang nagagawa ng pagkakaroon lang ng mabuting saloobin at pagiging mabuting halimbawa. *Will W., edad 14, California, USA*

9. Isipin kung ano ang gusto mong ipagdasal bago ka manalangin. *Lyric A., edad 13, Arkansas, USA*

10. Tandaan na walang nang mas mahalaga pa kaysa riyan. Ang pag-uukol ng oras sa piling ng iyong pamilya at pagtiyak na nagugol ninyong mabuti ang oras ninyo sa pagbabasa ng mga banal na kasulatan at pagdarasal ay talagang mahalaga. *Isaac S., edad 14, California, USA*

TALA

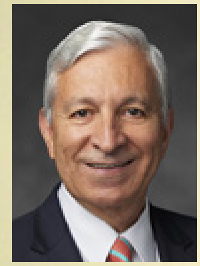
1. Richard G. Scott, "Unahin Ninyong Manampalataya," *Liahona,* Nob. 2014, 93.



"Wala nang mas magandang tanawin sa buong mundong ito kaysa [sa] isang pamilyang sama-samang nagdarasal."

Pangulong Thomas S. Monson, "Lumapit sa Kanya sa Panalangin at Pananampalataya," ***Liahona,*** **Mar. 2009, 3.**

Pagpapapasiyang MAGING Tapat



Ni Elder Enrique R. Falabella
Ng Pitumpu

Maaaring maging kapaki-pakinabang sa iyo ang apat na desisyong ito.

Ang isa sa pinakamalalaking hamong kinaharap ko habang lumalaki ako noon sa Guatemala ay ang karalitaan—espirituwal na karalitaan dahil hindi namin alam ang ebanghelyo at temporal na karalitaan dahil sa kawalan ng pera. Namatay ang aking ina noong ako ay limang taong gulang, at naiwang mag-isa ang aking ama sa pagtataguyod sa apat na maliliit na anak. Dahil gusto ng aking ama na magkasama-sama pa rin kami, kinailangan niyang bigyan kaming magkakapatid ng ilan sa mga responsibilidad sa bahay.

Ako ang panganay at inatasan akong maghanda ng tanghalian at hapunan para sa pamilya araw-araw. Mahirap ito noong una, pero natuto ako ng ilang paraan ng pagluluto. Bawat araw ay iniiwanan ako ng 25 sentimo ni Itay para ipambili ng pagkain. Bumibili ako ng isang librang beans na 6 na sentimo at isang librang bigas na 7 sentimo. Pagkatapos ay bumibili ako ng 5 sentimong uling na ginagamit ko para lutuin ang lahat, 2 sentimong pamparingas, at 5 sentimong tortilyas. Ginawa ko ito araw-araw, at araw-araw kaming kumain ng kanin at beans na may kasamang tortilyas. Kahit noon ay maliit na halaga lang ang 25 sentimo, pero nakaraos kami rito.

Ang hamon ay kung paano makakaalis sa paulit-ulit na karalitaang ito. At lahat ng ito ay nakabatay sa mga desisyon—ang pagpiling gawin ang isang bagay na makakabuti sa buhay ko. Tayo, bilang mga indibiduwal, ay laging gumagawa ng mga desisyon para sa ating sarili, kahit na hindi natin alam na ginagawa natin ito. Halimbawa, *pinipili* nating maniwala. Kung minsan ay nalilito tayo kung ano ang itinuturo ng mundo at kung ano ang itinuturo ni Jesucristo. Ngunit ang pinakamainam na pagkunan ng gabay sa ating buhay ay ang doktrina ni Jesucristo. Nang magdesisyon ako batay sa doktrinang ito, nadama ko ang kamay ng Panginoon sa aking buhay.

Ang hamon ay kung paano makakaalis sa paulit-ulit na karalitaang ito.

At lahat ng ito ay nakabatay sa mga desisyon—ang pagpiling gawin ang isang bagay na makakabuti sa buhay ko.

Gusto kong ibahagi sa inyo ang apat na desisyong nagkaroon ng malaking epekto sa buhay ko. Kung gagawin ninyo ang mga desisyong ito at paninindigan ang mga ito, magiging pagpapala rin ang mga ito sa inyo: (1) ang desisyong magpabinyag (2) ang desisyong maniwala kay Jesucristo at manatiling aktibo sa Simbahan, (3) ang desisyong magtiwala sa mga pangako ng Panginoon, at (4) ang desisyong manatiling tapat at sumunod sa payo ng mga propeta.

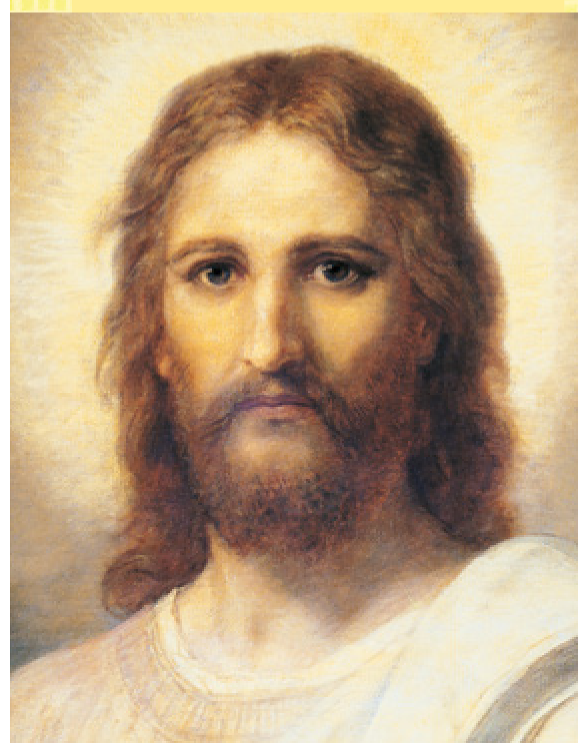
Ang Desisyong Magpabinyag

Noong ako ay 12 anyos, nagsimula ang mga missionary na turuan kaming magkakapatid. Noong una'y hindi nakisali ang tatay ko. Naupo lang siya sa isang silid sa likod ng kurtina at nakinig. Ngunit nabasa niya ang isang polyeto ng Simbahan na nagsasaad kung paano maaaring mabuhay nang magkakasama magpakailanman ang isang lalaki at isang babaeng ikinasal ng isang taong may tamang awtoridad. Nakuha nito ang kanyang pansin dahil kahit pumanaw na ang kanyang asawa, maaari niya itong makasamang muli. Nang malaman niya ito, nagpasiya siyang magpabinyag. At nabinyagan kami bilang isang pamilya.

Ang bagong pananaw na ibinigay ng ebanghelyo ang tumulong sa akin na maunawaan na makakamit ko ang mas mabubuting bagay sa buhay kung gagamitin ko ito at magiging masunurin ako. Nagdesisyon akong gawin ang anumang kailangang gawin upang manatili sa landas ng Panginoon.

Ang Desisyong Maniwala kay Cristo at Manatiling Aktibo sa Simbahan

Naaalala ko na ginawa ko ang pangakong ito isang araw habang nakaupo ako sa isang chapel at naghihintay na magsimula ang isang serbisyo sa binyag. Habang nakaupo ako at nagninilay tungkol sa doktrina ni Cristo, nagsimula akong magkaroon ng matinding kagalakang nagsasabi sa akin na lahat ng natutuhan ko mula sa mga missionary ay totoo. Sa sandaling iyon tahimik akong nangako sa Diyos na lagi akong magtitiwala sa Kanya at mananatiling aktibo sa Kanyang Simbahan habambuhay kung ang kahulugan nito ay patuloy kong madarama ang galak na nagmumula sa Espiritu Santo. Para sa akin, ang pangakong ito ay hindi lamang kinapapalooban ng pagsisimba tuwing Linggo kundi ng pagtitiwala rin sa doktrina ng Panginoon, mga banal na kasulatan, mga buhay na propeta, at lalo na sa aking Tagapagligtas na si Jesucristo.



Ang Desisyong Magtiwala sa mga Pangako ng Panginoon

Medyo bata-bata pa ako nang gawin ko ang mahalagang desisyong ito na magtiwala sa mga pangako ng Panginoon. Mula noon napatunayan ko na ang desisyon ko ay lubos na nakabuti sa akin. Tuwing dumarating ang isang pag-aalinlangan o tanong, naaalala ko ang pangakong ginawa ko at naibatay ko ang mga desisyon ko sa buhay sa pangakong iyon. Ang pagpapasiya nang maaga tungkol sa mga pamantayang susundin mo sa buhay ay tutulungan kang gawin ang mga tamang pagpili kapag dumating ang mga pag-aalinlangan o problema.

Nagkaroon ako ng di-malilimutang karanasan sa alituntuning ito noong estudyante ako. Palagi akong masipag mag-aral para matuto at makapaghanda para sa hinaharap. Nalaman ko na para makaalis sa karalitaan, kailangan kong makahanap ng trabahong magbubukas ng mga pintuan para sa mga bagong oportunidad sa buhay. Nalaman ko rin na para magkaroon ng ganitong uri ng trabaho, kailangan kong magtuon sa aking pag-aaral.

Mahalaga man ang edukasyon sa akin, gumawa ako ng personal na desisyon na huwag mag-aral tuwing Linggo. Bilang miyembro ng Simbahan, nalaman ko na sinabi ng Panginoon na ang Sabbath ay Kanyang araw, hindi sa atin. Sinikap kong gumawa ng mga makabuluhang desisyon tungkol sa gagawin ko sa espesyal na araw na ito. Gayunman, kahit nagawa ko na ang desisyong ito, kung minsan ay natutukso akong huwag sundin ang sarili kong patakaran, lalo na kapag may pagsusulit ako. Iniisip ko, "Hindi naman ito masama; nag-aaral lang ako. Makakasimba ako sa umaga at mag-aaral sa hapon at gabi."

Ngunit kapag naalala ko ang pangakong ginawa ko na mananatili akong aktibo at tapat sa payo ng mga propeta ng Panginoon, mas madaling sundin ang desisyon kong huwag mag-aral tuwing Linggo at sa halip ay gamitin ang araw ng Panginoon sa paglilingkod at pagsamba. Nagpasiya na akong manatiling tapat, kaya para sa akin tungkol lamang ito sa pag-unawa sa kahulugan ng sinabi ng Panginoon tungkol sa araw ng Sabbath at pagsunod sa Kanyang payo sa abot ng aking makakaya sa buhay ko.

Dahil dito'y naging mahusay ako sa aking pag-aaral at nagkaroon ako ng magandang trabaho na nakatulong sa akin upang matustusan ang aking pamilya. Alam ko na dahil tinupad ko ang aking pangako sa Panginoon, pinagpala niya akong magkaroon ng mas magandang buhay.

Ang Desisyong Manatiling Tapat at Sumunod sa Payo ng mga Propeta

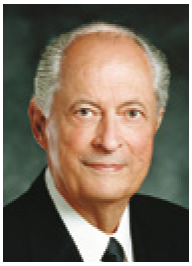
Para sa bawat isa sa atin, ang manatiling tapat sa Panginoon ay nakabatay sa kung gaano natin personal na pinaniniwalaan na si Jesus ang Cristo, na ang mga sumulat ng mga banal na kasulatan ay binigyang-inspirasyon ng Diyos, at na ang Unang Panguluhan at ang Korum ng Labindalawang Apostol ay tunay na mga lingkod ng Diyos. Ang pagkabatid na may paghahayag sa ating panahon at na ang mga propeta ay tinawag ng Diyos ay mas nagpapadali sa atin na manatiling tapat sa ebanghelyo kapag nahaharap tayo sa mahihirap na sitwasyon.

Kung ganito ang uri ng inyong pagtitiwala, kailanman ay hindi kayo babagabagin ng mga tanong tungkol sa kung anong mga asal o gawain ang angkop o hindi. Lahat ng alalahaning ito ay masasagot kapag naghanap kayo ng mga sagot nang may pananampalataya sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan, ng Espiritu, at ng mga propeta—ang hinirang na mga lingkod ng Diyos. ■

KAHALAGAHAN NG SARILI

Tulad ng isang bulaklak, bawat tao ay mahalaga, paano o kailan man sila namumukadkad.

LARAWANG KUHA NG GETTY IMAGES



Ni Elder Robert D. Hales
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

PAANO TUMUGON NANG MAY KATAPANGAN NG ISANG KRISTIYANO

Dumarating ang isa sa pinakamalalaking pagsubok sa mortalidad kapag ang ating mga paniniwala ay binabatikos o pinipintasan. Sa gayong mga pagkakataon, gusto nating gumanti kaagad—na "maghandang makipagtalo." Ngunit kapag sumagot tayo sa mga nagpaparatang sa atin na tulad ng ginawa ng Tagapagligtas, hindi lang tayo nagiging higit na katulad ni Cristo, inaanyayahan din natin ang iba na damhin ang Kanyang pagmamahal at sumunod sa Kanya.

Bilang mga tunay na disipulo, ang una nating dapat isipin ay ang kapakanan ng iba, hindi ang patunayan na tayo ang tama. Ang mga pambabatikos at pamimintas ay nagbibigay sa atin ng pagkakataon na tulungan ang iba at ipakita na mahalaga sila sa ating Ama sa Langit at sa atin. Ang dapat nating maging layunin ay tulungan silang maunawaan ang katotohanan, hindi ang ipagtanggol ang ating sarili o manalo sa isang debate tungkol sa Diyos. Ang ating taos-pusong mga patotoo ang pinakamabisang sagot na maibibigay natin sa mga nagpaparatang sa atin. At ang gayong mga patotoo ay maibabahagi lamang nang may pagmamahal at kaamuan. Dapat nating gayahin si Edward Partridge, na sinabi ng Panginoon na, "Ang kanyang puso ay dalisay sa harapan ko, sapagkat siya ay katulad ni Natanael noong sinauna, na sa kanya ay walang pandaraya" (D at T 41:11). Ang hindi pandaraya ay pagiging inosente na tulad ng isang bata, hindi madaling magdamdam at mabilis magpatawad.

Sa lahat ng naghahangad na malaman kung paano tayo dapat tumugon sa mga nagpaparatang sa atin, isinasagot ko, mahalin sila. Anuman ang kanilang lahi, doktrina, relihiyon, o pinapanigan sa pulitika, kung susunod tayo kay Cristo at magpapamalas ng Kanyang katapangan, kailangan natin silang mahalin. Hindi natin madarama na mas mabuti tayo kaysa kanila. Bagkus, nais nating ang ating pagmamahal ang magpakita sa kanila ng mas mabuting landas—ang landas ni Jesucristo. Ang Kanyang landas ay patungo sa pagpapabinyag, sa makipot at makitid na landas ng matwid na pamumuhay, at sa templo ng Diyos. Siya "ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay" (Juan 14:6). Tanging sa pamamagitan Niya mamamana natin at ng lahat ng kapatid natin ang pinakadakilang kaloob na matatanggap natin—ang buhay na walang hanggan at walang-hanggang kaligayahan. Ang pagtulong sa kanila, ang pagiging halimbawa sa kanila, ay hindi para sa mahihina. Para ito sa malalakas. Para ito sa inyo at sa akin, na mga Banal sa mga Huling Araw na naging marapat na maging disipulo sa pagsagot sa mga nagpaparatang sa atin nang may katapangan ng isang Kristiyano. ■

Mula sa isang mensahe sa pangkalahatang kumperensya noong Oktubre 2008.

PAANO MO ITO NAIPAMUHAY?

Maging mabait sa kanila na katulad ng Tagapagligtas para makilala nila ang tunay mong pagkatao sa halip na husgahan ka ayon sa mga bagay na narinig nila. Kung nadarama mo ang pagmamahal ng Tagapagligtas, magiging mas madaling harapin ang sitwasyon.

Samantha L., edad 18, Chihuahua, Mexico

Ang pinakamainam na paraan ay maging mabuting halimbawa sa iba. Karamihan sa atin ay nakaranas na ng mga sandali na tayo ay nag-iisa o natatakot. Kapag tayo ay nagmahal, yumakap, o kahit ngumiti man lang, matutulungan natin ang iba at maging ang ating sarili.

Yandri P., edad 17, Chihuahua, Mexico

"Paano ko matutulungan ang mga kaibigan ko na madaig ang mga problemang gaya ng pagmumura at sobrang paglalaro ng video games?"

Ang pagtulong sa mga kaibigan mo na madaig ang mga problema ay maaaring isang senstibong paksa, dahil hindi mo naman nais na magmukha kang nangangaral o nanghuhusga. Kahit magkakaiba ang bawat sitwasyon, mahalagang tandaan na mahalaga ang iyong halimbawa. Kung paninindigan mo ang iyong mga pamantayan, mapapansin ito ng iba—at maaari kang maging mabuting impluwensya. Halimbawa, kung nagmumura ang kaibigan mo, tiyakin na palaging malinis na pananalita lamang ang ginagamit mo—kabilang na ang malilinis na biro at komento. Sa gayong paraan, may nakikita siyang magandang halimbawa kung paano maaaring maging katawa-tawa at popular nang hindi nagmumura.

Madalas na mapapansin ng mga kaibigan mo ang iyong mga pagpapasiya at igagalang nila ito. Igagalang ng mabubuting kaibigan ang iyong mga pasiya, kahit iba ang sa kanila.

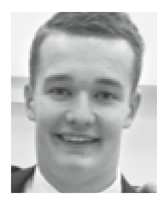
Pero paano kung hindi tumigil sa paggawa ng anumang bumabagabag sa iyo ang kaibigan mo, kahit isa kang magandang halimbawa? Mahalaga ring tandaan na hindi mababasa ng mga kaibigan mo ang nasa isip mo. Kung minsan, baka hindi pa nga nila *matanto* na may partikular na ugali sila na nakakabagabag sa iyo. Kung, pagkaraan ng kaunting panahon, hindi pa siya tumitigil, OK lang naman na maayos at magalang silang pakiusapan.

Anumang problema ang kinakaharap ng mga kaibigan mo, maaari kang maging positibong impluwensya sa kanila sa pamamagitan ng pagpili ng tama. Puwede mo silang anyayahan sa masasaya at nakasisiglang mga gawain. Kung masaya ka sa pagpili ng tama, mapapansin ito ng mga tao.

Palakasin ang mga Kaibigan Mo

Nagbigay ako ng isang lesson sa Mutwal tungkol sa pananalita. Sa palagay ko naging mabisa ito, kahit sa isa man lang sa mabubuti kong kaibigan. Kailangan muna tayong magpakita ng halimbawa. Maaari nating ipagdasal ang ating mga kaibigan at magkaroon tayo ng tapang na sabihin sa kanila sa tamang panahon na, "Huwag naman kayong magmura. Hinahamon kita na huwag magsalita ng masasamang bagay sa araw na ito."

Dante C., edad 19, Puebla, Mexico



Ipakita sa Kanila ang Mas Mabubuting Bagay na Magagawa Nila

Sa halip na kastiguhin sila, tulungan silang maunawaan na may mas mabubuting bagay silang magagawa. Anyayahan silang gumawa ng masaya at makabuluhang mga aktibidad na kasama ka at hikayatin silang gumawa ng mas kapaki-pakinabang na mga libangan tulad ng pag-aaral na tumugtog ng isang instrumentong musikal, pakikipaglaro sa mga kapatid, o pagtulong sa kanila sa mga gawaing-bahay.

Elder Cobabe, edad 19, at Elder Allred, edad 19, Hong Kong China Mission

Magdasal Bago Sila Kausapin

Una, magdarasal ako bago ko siya kausapin. Pangalawa, kakausapin ko sila sa maayos at mahusay na paraan, at papayuhan ko sila gaya halimbawa

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

ng iwasang gumanti kapag nagagalit. Makakatulong din ang halimbawa ko na gumamit sila ng mas mabuting pananalita.
Ndansia B., edad 18, Kimbanseke, Democratic Republic of the Congo

Pagsasanay ang Paraan para Maging Perpekto

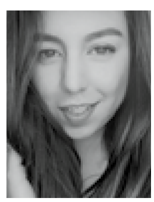
Sasabihin ko sa kanila na ipagdasal na magkaroon sila ng lakas at magsanay silang magsalita nang hindi nagmumura o gumagamit ng masasamang salita. Sasabihin ko rin sa kanila na ang paggugol ng napakatagal na oras sa mga video game ay lilimitahan ang kanilang pakikipag-ugnayan sa pamilya at mga kaibigan at na maititigil nila ito sa pamamagitan ng pakikilahok sa kapaki-pakinabang at makabuhulang mga gawain. Kung masumpungan nila na nagkamali sila, maaari nilang ipagdasal na magkaroon sila ng lakas at patuloy silang magsanay dahil pagsasanay ang paraan para maging perpekto.
Ozioma O., edad 17, Abia, Nigeria

Magkaroon ng "Swearing Jar"

Ang isang paraan para matulungan ko ang mga kaibigan ko na tumigil sa pagmumura ay sa paggamit ng "swearing jar," at tuwing may magmumura, kailangan nilang maglagay ng barya sa garapon. Makakatulong ako sa paghikayat na tumigil sa sobrang paglalaro ng video games kung aanyayahan ko ang mga kaibigan ko sa mga youth camp, mga kaganapan sa Simbahan, at iba pang masasayang aktibidad. Maaari ko rin silang ipakilala sa iba na tutulong sa kanila na makihalubilo at maging aktibo.
Owyn P., edad 13, Hawaii, USA

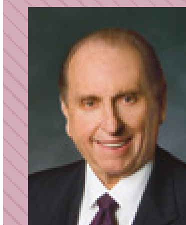
Impluwensyahan Sila sa Kabutihan

Hindi natin makokontrol ang mga kilos ng ibang tao, ngunit maiimpluwensyahan natin sila sa kabutihan. Maaari tayong mamuhay bilang mabubuting halimbawa na tulad ni Cristo at tumulong sa mga nasa paligid natin na lumapit kay Cristo. Kung mali ang ginagawang desisyon ng ating mga kaibigan, maaari tayong magmungkahi ng mas magagandang alternatibo at ipahayag natin ang alam nating tama at totoo sa pamamagitan ng ating mga salita at kilos.
Mosiah M., edad 17, Utah, USA



Pagmamalasakit sa Ibang Tao

Pagiging mabuting halimbawa ang pinakamahalagang bagay na magagawa ko dahil ang pagsisikap na tulungan ang isang tao na itigil ang isang masamang pag-uugali samantalang ginagawa ko rin iyon ay hindi makatwiran. Hindi nila seseryosohin ang payo o pananaw ko. Matutulungan ko rin ang mga kaibigan ko sa pagpapaliwanag sa kanila kung bakit hindi ako komportable sa kanilang ginagawa. Kung hindi angkop ang kanilang pananalita, matutulungan ko silang makita ang impresyong nagagawa nila sa ibang tao kapag ginagamit nila ang gayong uri ng masamang pananalita.
Alejandra T., edad 17, Chihuahua, Mexico



MAGING ULIRAN SA KASIGLAHAN

"Dapat tayong maging uliran sa kasiglahan. Para sa akin ang ibig sabihin niyan ay sikapin nating mamuhay nang may kabaitan, pasasalamat, pagpapatawad, at mabuting kalooban. Ang mga katangiang ito ay magbibigay sa atin ng sigla na [iimpluwensya] sa buhay ng mga nakapaligid sa atin."

Pangulong Thomas S. Monson, "Maging Huwaran at Liwanag," *Liahona,* Nob. 2015, 86–87.

Manalangin

Maaari mong ipagdasal na tumigil na sila sa pagmumura o sa sobrang paglalaro ng video games. Hindi makakasama ang magdasal.
Joshua L., edad 14, Oregon, USA

SUSUNOD NA TANONG

"Anong mga aktibidad ang dapat kong gawin sa libreng oras ko para maging mas kapaki-pakinabang ito?"

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

Isama lamang ang mga 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 taong gulang, 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.

Ni Lori Fuller
Mga Magasin ng Simbahan
Batay sa tunay na buhay

*"Ang [katotohanan at] tama'y ipaglalaban. Ako'y maaasahan [ng Panginoon]" (*Aklat ng mga Awit Pambata, *85).*

"Hoy, tingnan mo ito." Dinukot ni Jack ang isang nakatuping papel sa kanyang bulsa. "Nakita ko ito sa isang magasin kaninang umaga." Iniladlad niya ito at iniabot kay Taran.

Ngunit nakita kaagad ni Taran na isang bagay ito na ayaw niyang tingnan. Tumalikod siya at sinabi, "Ayaw kong tingnan 'yan."

Nagkibit-balikat si Jack at ibinalik ang papel sa kanyang bulsa. "Baby."

Hindi ito pinansin ni Taran.

Pagdating ni Taran sa bahay nila, tinulungan niya si Inay na gumawa ng manipis na tinapay para sa hapunan. Hinila niya ang isang upuan papunta sa counter, at itinali ni Inay ang apron niya.

"Inay," sabi niya, "noong nasa bahay po ako ni Ian, tinangka akong pakitaan ng kaibigan niya ng larawan ng

MGA PAGLALARAWAN NI BEN SIMONSEN

isang taong nakahubad. Tumalikod po ako at umalis."

Inilapag ni Inay ang mangkok ng masa at niyakap si Taran. "Napakaganda ng ginawa mo. Salamat at sinabi mo ito sa akin."

"Noong family night iyan po ang sinabi ninyong gawin ko," sabi ni Taran habang tinatapik ng kanyang mga kamay ang harina at itinataas ang masa sa counter.

"Natutuwa ako't naalala mo. Iyan ba ang unang pagkakataon na may nagpakita sa iyo ng malaswang larawan?"

Tumango si Taran.

"Masaya talaga ako at sinabi mo sa akin. Alam mong puwede mo akong tanungin o sabihan tungkol sa anumang bagay, 'di ba? Kahit mali ang pinili mo, gusto ko pa ring malaman para makatulong ako. Hindi ako magagalit." Tinuldukan niya ng kaunting harina ang ilong ni Taran.

Ngumiti si Taran at ikinunot ang kanyang ilong na may harina. "Opo. Alam ko po."

Pagkatapos ng hapunan nang gabing iyon, sinabi ni Itay, "Kanina may sumubok na pakitaan si Taran ng malaswang larawan, na katulad ng pinag-usapan natin sa family night."

Nagtaas ng kamay si Reena. "Naaalala ko po na pinag-usapan natin 'yan!" Napakabata pa ni Dhara para maalala ang lahat, pero tumango rin siya.

"Ano ang ginawa mo?" tanong ni Sonia kay Taran.

"Hindi ko iyon tiningnan at umalis ako," sabi ni Taran.

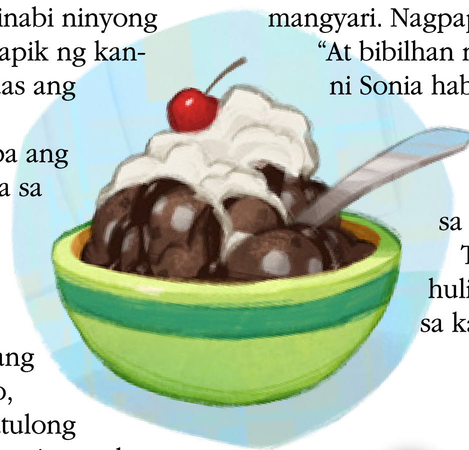
Tumango si Inay. "Masaya talaga kami na napakaganda ng ginawa ni Taran. At ipinagmamalaki namin siya dahil ipinaalam niya sa akin ang nangyari."

Dumukwang si Itay sa mesa at nakipag-apir kay Taran. "Ang galing mo, anak." Pumalakpak sina Reena at Dhara, at nginitian nang husto ni Sonia si Taran.

"Kaya may espesyal na pagkain tayo para masaya!" sabi ni Itay. Nagsaya ang *lahat* dahil dito.

Tumayo si Inay para kunin ang ice cream sa freezer, at tumakbo sina Taran at Sonia para kumuha ng mga mangkok at kutsara.

"OK, anak," sabi ni Itay, habang itinuturo ang panalok ng ice cream kay Taran. "Anong flavor ang gusto mo?"



Habang kumakain sila ng ice cream, sabi ni Inay, "Gusto lang namin ni Itay na tandaan ninyong mga bata na kung nag-aalala kayo o may mga tanong kayo, palagi ninyo kaming malalapitan at makakausap, anuman ang mangyari. Nagpapasaya ito sa amin."

"At bibilhan ninyo kami ng ice cream?" tanong ni Sonia habang hawak ang isang kutsara ng tsokolate.

Tumawa si Inay. "Kung minsan. Pero kadalasan nagpapasaya lang ito sa amin. At sapat na iyan."

Tumango si Taran habang tinatapos ang huling subo ng ice cream. Nagpasaya rin sa kanya ang pagsasabi niya kay Inay. ■

PAT HAMON

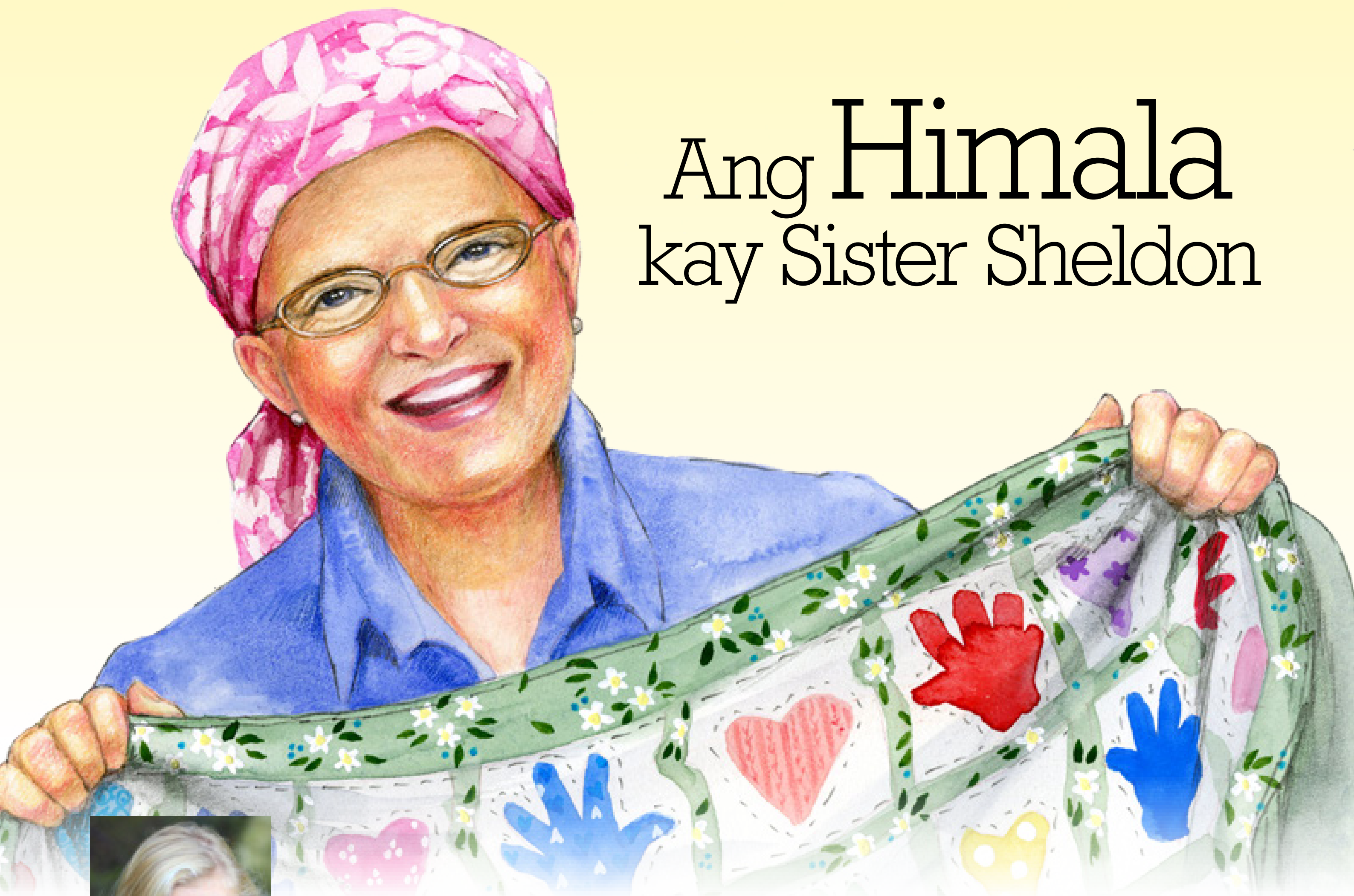
"Tanging mga bagay lamang na nakalulugod sa Ama sa Langit ang babasahin at panonoorin ko" (Mga Pamantayan Ko sa Ebanghelyo).

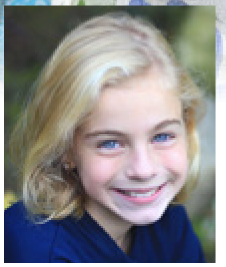
- ☐ Magsanay na humindi kung may magtangkang magpakita sa iyo ng isang malaswang bagay. Tumalikod at umalis.
- ☐ Kausapin ang isang magulang o pinagkakatiwalaang matanda kung bakit hindi mabuti ang pornograpiya para sa atin.
- ☐ Magplano kasama ang pamilya mo. Kung may makita kang malaswa, sabihin kaagad sa isang magulang o pinagkakatiwalaang matanda para maalis kaagad ang masamang pakiramdam.
- ☐ Hinahamon ko ang sarili ko na . . .

  ____

  ____

Ang Himala kay Sister Sheldon





Ni Elyse D., edad 10, Washington, USA

Si Sister Sheldon ang pinakamagaling na Primary president sa lahat! Masigla siya at nakakatawa. Kapag tumayo na siya para sa sharing time, paulit-ulit naming sinasabi na, "Sheldon sharing time na" habang kumakaway at nakangiti. Gustung-gusto niya ito!

Kasisimula pa lang ng 2015 nang matuklasan ni Sister Sheldon na may kanser na naman siya, sa ikalimang pagkakataon! Ipinaliwanag niya sa aming lahat kung ano ang kanser at kung ano ang nagagawa nito. Sinabi niya sa amin na baka hindi siya makapagsimba kung minsan at malamang na malugas ang buhok niya. Hiniling niya na mag-ayuno at manalangin kami para mawala ang kanser.

Sa panahong ito, gumawa ng helping hand challenge ang Primary namin, kung saan gumupit kami ng mga kamay na papel at sinulatan iyon ng mga paglilingkod na ginawa namin. Naisip ni Sister Ashby, na nasa Primary presidency, na gumawa kami ng helping hands quilt para kay Sister Sheldon. Gusto naming lahat na malaman niya na mahal namin siya, kaya nagbakat ng mga kamay at puso ang buong Primary, at sa araw ng aktibidad ay ginamit ito ng mga bata para gumawa ng quilt. Nanahi kami, namalantsa, at nagbuhos ng buong pagmamahal dito. Ang ilan sa amin ay nagtali pa ng sinulid sa aming daliri para maalala si Sister Sheldon.

Ibinigay namin ang quilt kay Sister Sheldon. Dinala niya ito sa mga chemotherapy session niya at nadama niya ang aming pagmamahal.

Ang pinakamagandang bahagi ay nang magpatotoo si Sister Sheldon sa buong Primary. Sinabi niya sa amin kung gaano kami kaespesyal sa kanya at na mahal niya kami. Alam niya na malaking bahagi kami kung bakit niya nakayanang muli ang chemo. Kahit natakot ako na baka hindi niya ito makayanan, alam kong makakayanan niya ito. Ngayon ay wala nang kanser si Sister Sheldon! ■

PAGLALARAWAN NI MAREN SCOTT

Pagiging Katulad ni Nephi

Ni Mason J., edad 8, Utah, USA

Isang araw, natutuhan ko sa Primary kung gaano katapat at kabuti si Nephi. Kaya nagpasiya akong tularan si Nephi.

Kinabukasan nagsikap akong gumawa ng mas mabubuting pasiya. Pinalo ako ng kapatid kong lalaki. Nagalit ako. Gusto ko siyang gantihan ng palo, pero nagpasiya akong tularan si Nephi. Sa halip na paluin din ang kapatid ko, lumayo na lang ako. Nakatulong ito para mawala ang galit ko.

Sa iba namang pagkakataon, nilaro ng kapatid ko ang eroplano ko nang walang paalam, at nag-alala ako na baka masira niya ito. Kaya maayos kong hiniling sa kanya na ibalik ito, at ibinalik nga niya!

Mahirap piliin ang tama kung minsan, pero iniisip ko ang mga halimbawa nina Jesus at Nephi. Binabasa ko rin ang aking banal na kasulatan gabi-gabi, at tinutulungan ako nito sa buong maghapon na piliin ang tama. Alam ko na kapag matapat tayo na katulad nina Jesus at Nephi, magpapasaya ito sa atin. ■

PAGLALARAWAN NI BRANDON DORMAN

Ni Elder Neil L. Andersen
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

Paano ko maipadarama sa LAHAT na tanggap sila sa Primary?

Mahal ng Diyos ang lahat ng Kanyang anak. Lahat tayo ay Kanyang anak. Kailangan nating maging maalalahanin at mabait. Ang ilan sa ating mga kaibigan ay nagsisimbang mag-isa. Ang ilan ay maaari lamang mabinyagan kapag malaki na sila.

MGA PAGLALARAWAN NI JULISSA MORA

Mula sa "Sinomang Tumanggap sa Kanila, ay Ako ang Tinanggap," Liahona, *May 2016, 49–52.*

PAGTULONG sa mga Bagong Kaibigan

Bumisita sina Elder Neil L. Andersen at ang kanyang asawang si Kathy sa Democratic Republic of the Congo sa Africa. Nagdaos sila ng pulong ng Simbahan sa mga tolda sa labas. Napapaligiran ng malaking bakod ang mga tolda. Nakikita ni Elder Andersen ang mga batang nanonood sa kanila sa kabila ng bakod. Tinanong siya ni Sister Andersen, "Gusto mo bang papasukin ang mga batang iyon?" Lumapit si Elder Andersen sa lalaking nasa mikropono. Pinaimbitahan niya sa lalaki ang mga bata na pumasok at sumali sa kanila.

Patakbong nagsipasok ang mga bata! Nakangiti silang lahat at sabik na maging bahagi ng pulong.

Ikinuwento rin ni Elder Andersen ang batang si Joshua na tumulong sa isa pang bata sa simbahan.

Nang magsimba si Joseph, isang bata mula sa Uganda, sa unang pagkakataon, wala siyang kasamang kapamilya roon para tulungan siyang malaman kung saan pupunta. Pagkatapos ay ipinakilala siya ng mga missionary kay Joshua.

Sinabi ni Joshua kay Joseph na magkaibigan na sila. Binigyan niya si Joseph ng isang aklat ng mga awitin para sa Primary, at tinabihan niya ito sa upuan. Pagkatapos ay kumanta ang Primary class ng "Ako ay Anak ng Diyos" para kay Joseph. Ipinadama ng lahat kay Joseph na napakaespesyal niya, lalo na ng bagong kaibigan niyang si Joshua. Nang lumaki na sila, naging magkompanyon sina Joshua at Joseph sa misyon!

Ipinaalala ng mga karanasang ito kay Elder Andersen na kailangan nating lahat na tulungan ang mga tao sa ating paligid na maaaring nadarama na sila ay di-kabilang o nag-iisa. ■

Masayang Makatulong!

Gusto ko ang enchilada, math, at kulay na mint green. Ang mga magulang ko ay taga-Burundi, isang bansa sa East Africa. Ipinanganak ako sa isang refugee camp sa Tanzania. Naninirahan ako ngayon sa Utah, USA.

Ako si Angelina!

ISANG ESPESYAL NA PANGALAN

Nagsasalita ako ng Ingles at ng wikang tinatawag na Kirundi. Ang ibig sabihin ng apelyido ko ay "Lagi akong magpapasalamat sa lahat ng mayroon ako." Nagpapasalamat ako na malapit din ang tirahan ng marami sa mga kamag-anak ko.

SOBRE MULA SA VVOEVALE/GETTY IMAGES

PAGPAPAKITA NG PAGMAMAHAL SA MGA BAGONG DATING NA BATA

- Kung hindi ka nagsasalita ng wika nila, humanap ng isang taong marunong magsalin.
- Matutong magsalita ng hello. Sa Kirundi, sabihing "Amakuru." Sa Swahili, sabihing "Jambo!"
- Anyayahan silang makipaglaro sa iyo.

KASAYAHAN SA PAMILYA

Tuwing pista-opisyal, pumupunta kami ng pamilya ko sa bahay ni Lola para sa hapunan. Kumakain kami ng sambusas (pritong tinapay na may kanin o karne sa loob). Pagkatapos ay nagkukuwento ang mga magulang ko, nagtatambol ang tito at pinsan ko, at sumasayaw kami ng kapatid kong babae!

PAGTULONG SA MGA BAGONG DATING

Gusto ko ring tumutulong sa Primary. Ang ilang bata sa branch namin ay nagsasalita ng Kirundi sa bahay, at ang ilan ay nagsasalita ng Swahili. Ingles ang gamit namin sa Primary. Kapag may mga bagong dating na bata sa Primary na Kirundi lang ang salita, isinasalin ko ang mga salita para sa kanila.

PAGTULONG SA KAPWA

Paglaki ko, gusto kong maging nars. Pero sa ngayon makakatulong ako sa paglalaba, pagpapalit ng lampin ng bunsong kapatid kong babae, at paggawa ng homework ng kapatid kong si Sophie.

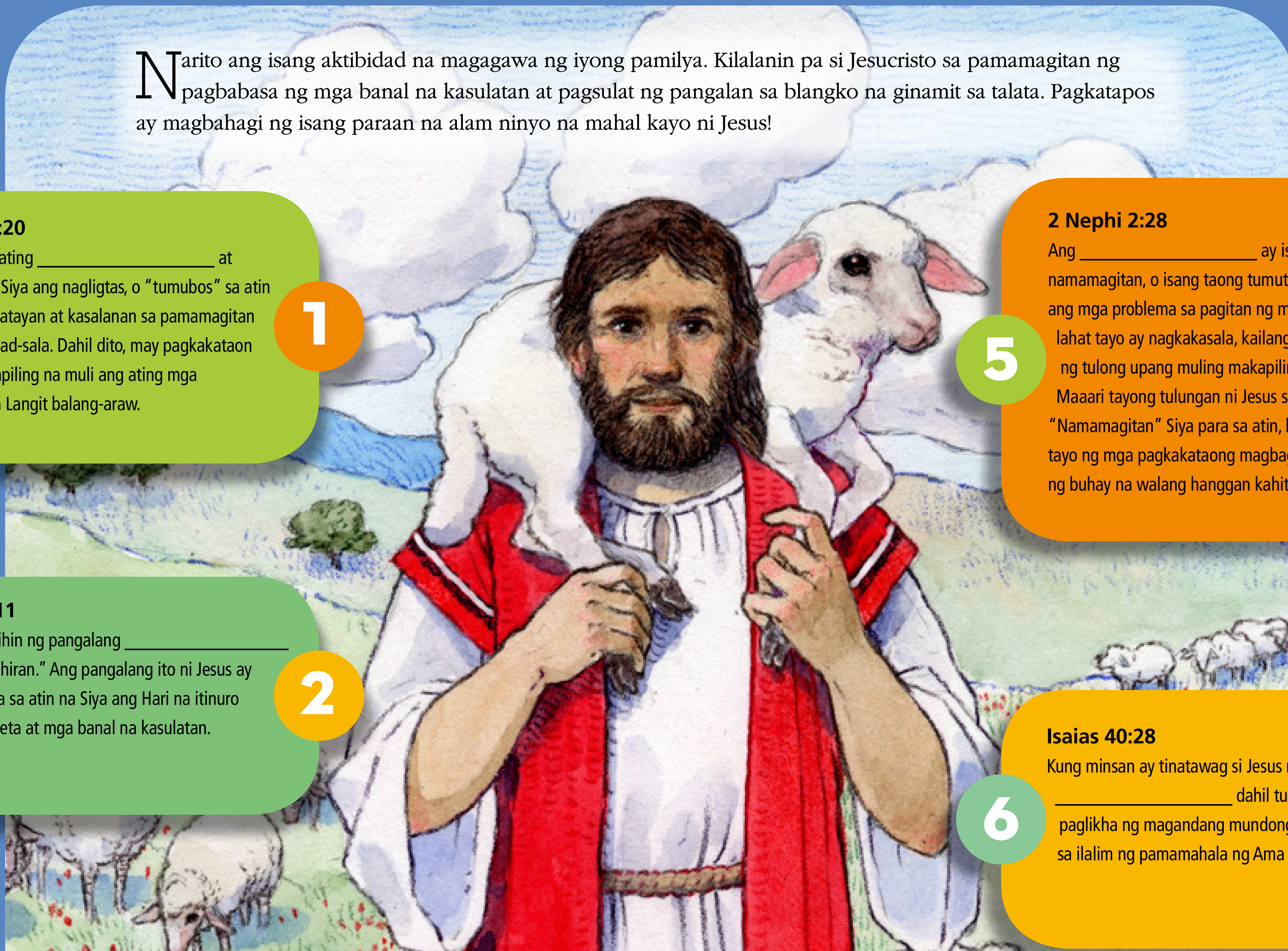
Mula sa interbyu ni Jordan Wright, Utah, USA

PADALHAN KAMI NG PUSO!

Paano mo sinusunod si Jesus sa pagpapakita ng pagmamahal? Padalhan kami ng puso na kasama ang iyong kuwento at larawan, pati na ang pahintulot ng magulang mo. Ipadala ito sa liahona.lds.org (i-klik ang "Submit an Article") o mag-email sa liahona@ldschurch.org.

Subukan ang ideyang ito na nakasentro kay Cristo sa family home evening.

Mga Pangalan ni Jesus



Narito ang isang aktibidad na magagawa ng iyong pamilya. Kilalanin pa si Jesucristo sa pamamagitan ng pagbabasa ng mga banal na kasulatan at pagsulat ng pangalan sa blangko na ginamit sa talata. Pagkatapos ay magbahagi ng isang paraan na alam ninyo na mahal kayo ni Jesus!

1

Mosias 3:20
Si Jesus ang ating ________________ at Manunubos. Siya ang nagligtas, o "tumubos" sa atin mula sa kamatayan at kasalanan sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala. Dahil dito, may pagkakataon tayong makapiling na muli ang ating mga Magulang sa Langit balang-araw.

2

Jarom 1:11
Ang ibig sabihin ng pangalang ________________ ay "ang pinahiran." Ang pangalang ito ni Jesus ay nagpapaalala sa atin na Siya ang Hari na itinuro ng mga propeta at mga banal na kasulatan.

5

2 Nephi 2:28
Ang ________________ ay isang taong namamagitan, o isang taong tumutulong na lutasin ang mga problema sa pagitan ng mga tao. Dahil lahat tayo ay nagkakasala, kailangan nating lahat ng tulong upang muling makapiling ang Diyos. Maaari tayong tulungan ni Jesus sa problemang ito! "Namamagitan" Siya para sa atin, binibigyan Niya tayo ng mga pagkakataong magbago at magkaroon ng buhay na walang hanggan kahit nagkakamali tayo.

6

Isaias 40:28
Kung minsan ay tinatawag si Jesus na ________________ dahil tumulong Siya sa paglikha ng magandang mundong ito para sa atin, sa ilalim ng pamamahala ng Ama sa Langit.

Abraham 2:8
Bago isinilang si Jesus sa lupa, siya ay tinawag na __________________, ang Diyos ng Israel. Ang pangalang ito ay napakasagrado kaya hindi ito sinasabi nang malakas ng mga Judio, ngunit sa halip ay gumamit sila ng ibang pangalan tulad ng Panginoon kapag nagsasalita tungkol sa Kanya.

3

Mga Awit 23:1–3
Si Jesus ang Mabuting __________________. Mahal Niya tayo at nais Niya tayong gabayan at protektahan, tulad ng isang pastol na nangangalaga sa kanyang mga kawan.

4

7

Juan 8:12
Si Jesus ang __________________. Kahit nangyayari ang masasamang bagay, maaari nating madama ang kapayapaan at pag-asa sa pamamagitan ng pag-aaral tungkol kay Jesus at sa pagsunod sa Kanyang mga turo. Mahal niya ang bawat tao sa mundong ito—pati ikaw!

PAGLALARAWAN NI KRISTIN KWAN

Maaari mo ring panoorin ang isang video sa **Mormon.org** tungkol sa mga pangalan ni Jesucristo.

Mga Sagot: *Tagapagligtas, Mesiyas, Jehova, Pastol, Tagapamagitan, Lumikha, Ilaw ng Sanlibutan*

MGA KUWENTO TUNGKOL KAY JESUS

Nagpatawad si Jesus

Ni Kim Webb Reid

Isang araw ay nagdarasal si Jesus. Isa sa mga disipulo ang nagtanong kay Jesus, "Panginoon, turuan mo kaming manalangin."

Sinabi ni Jesus sa Kanyang mga disipulo na manalangin at hilingin sa Ama sa Langit na patawarin ang kanilang mga kasalanan. Sinabi Niya na patatawarin sila ng Ama sa Langit kung patatawarin nila ang ibang tao.

Minsa'y tinanong ni Pedro si Jesus kung ilang beses niya dapat patawarin ang isang taong may ginawang mali. "Pitong ulit?" paghula ni Pedro.

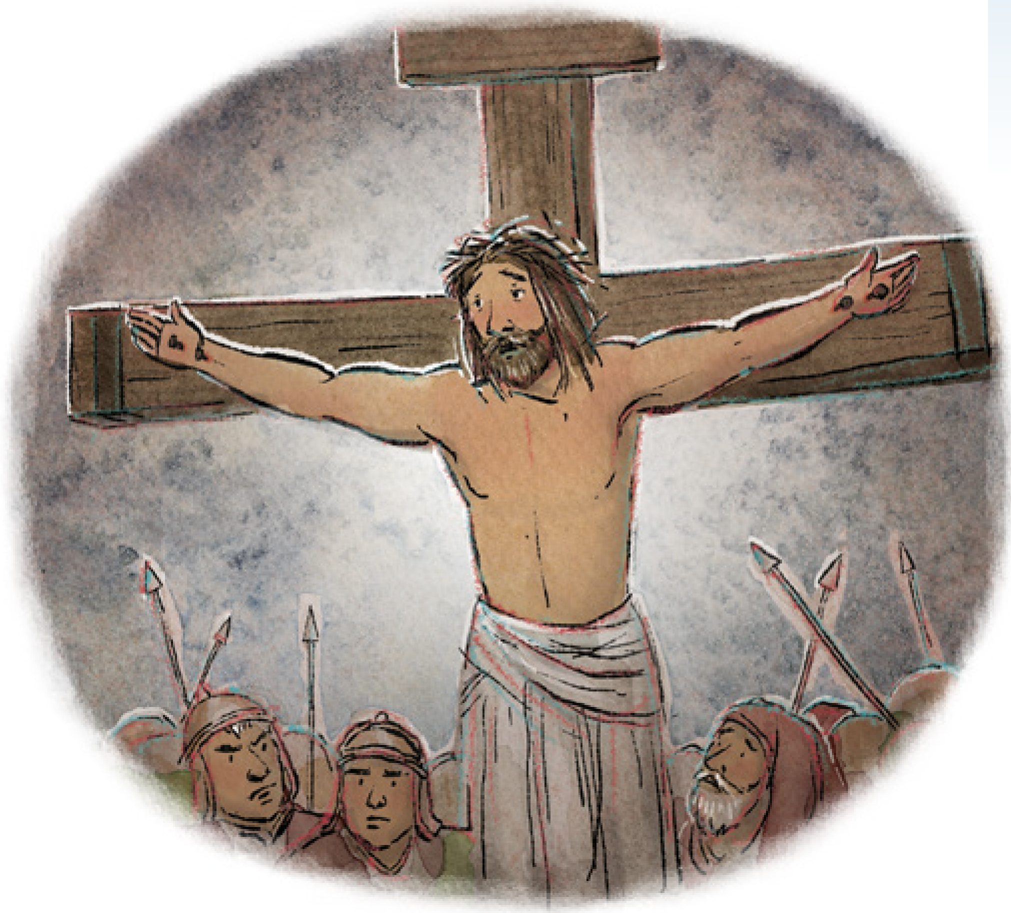
"Pitong ulit na pitumpu," sabi ni Jesus.

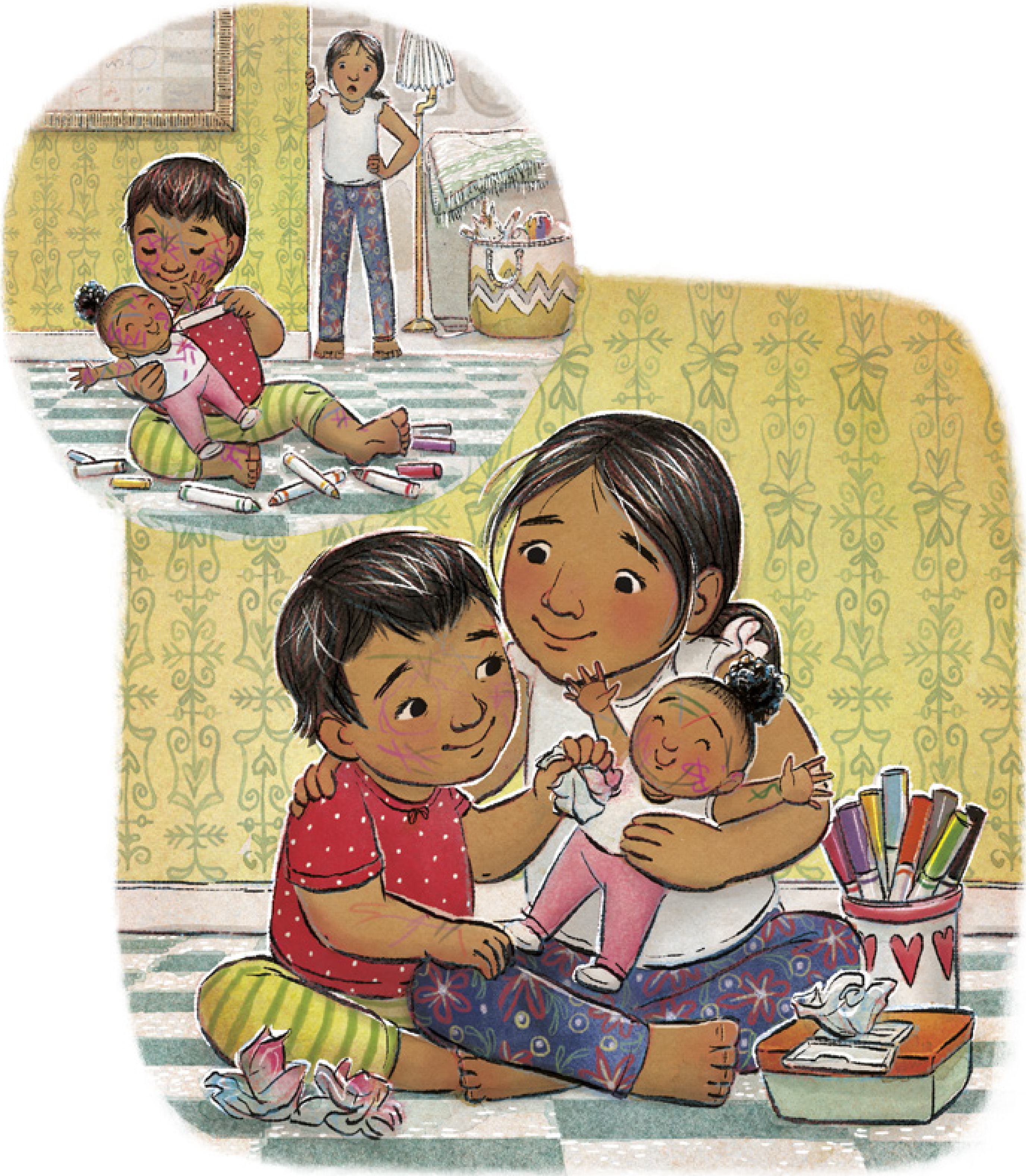
Itinuro ni Jesus sa kanyang mga disipulo na kailangan ay *palagi* tayong magpatawad.

MGA PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

Pinatawad ni Jesus ang mga taong nagsisi sa kanilang mga kasalanan. Nang patawarin Niya ang isang babae, labis ang pasasalamat ng babae kaya hinugasan nito ng kanyang mga luha ang Kanyang mga paa.

Pinatawad din ni Jesus ang mga taong hindi nalalaman na mali ang kanilang ginagawa. Hiniling Niya sa Ama sa Langit na patawarin ang mga taong nagpako sa Kanya dahil hindi nila alam na ang sinasaktan nila ay ang anak ng Diyos.

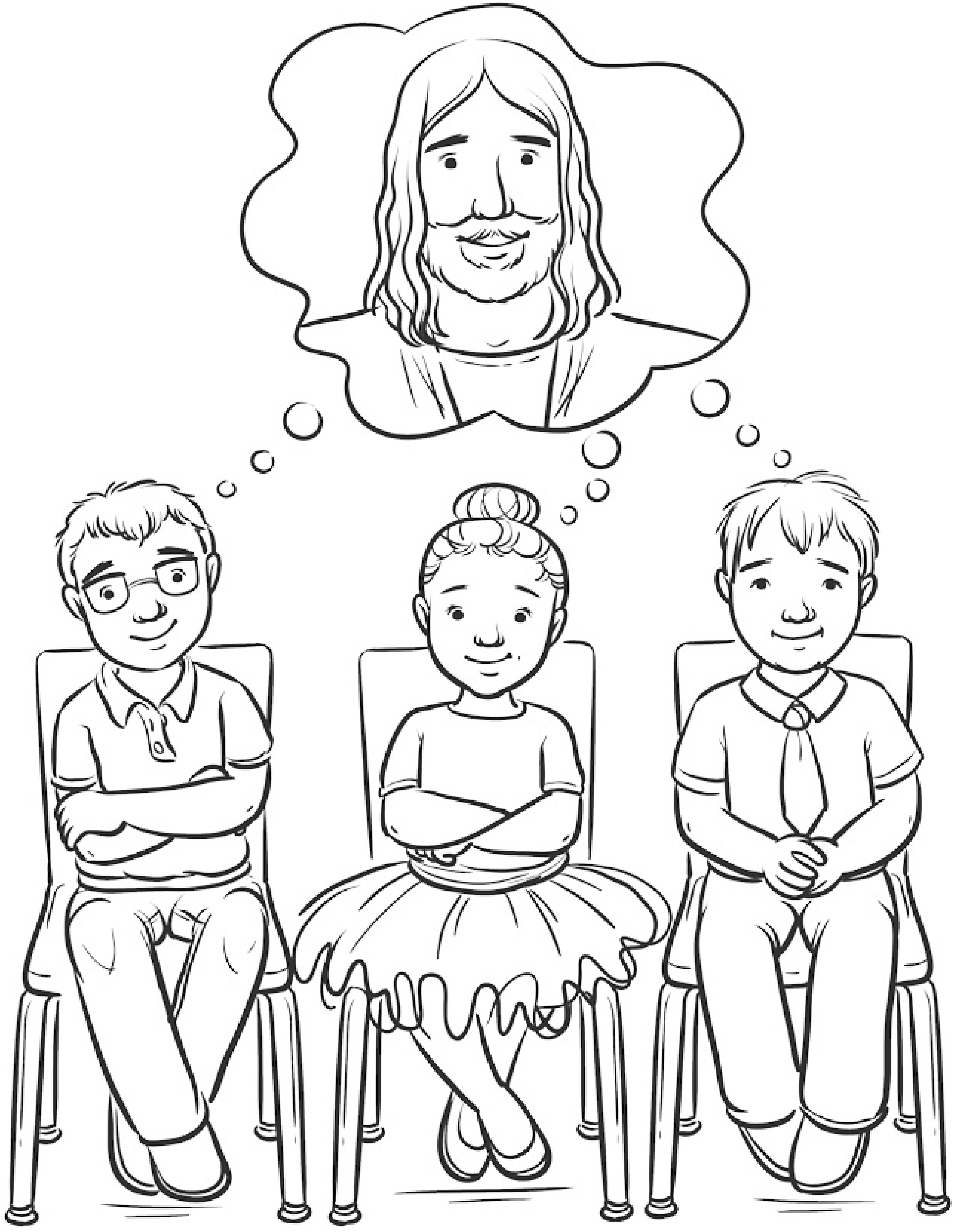




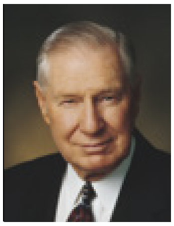
Pinatatawad ni Jesus ang mga tao dahil mahal Niya sila. Maaari kong subukang tularan si Jesus sa pagpapatawad din sa iba! ■

Mula sa Mateo 18:21–22; Lucas 7:37–48; Lucas 11:1–4; Lucas 23:34

Maaari Akong Maging Mapitagan



PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT



Ni Pangulong James E. Faust (1920–2007)
Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan

BUMALIK KAYO!

Iniuunat namin ang aming mga bisig sa inyo. Kailangan namin ang tulong ninyo.

Sa mga nasaktan o nawalan ng interes [sa Simbahan], o tumalikod sa anumang kadahilanan, inaanyayahan namin kayo na lubusang makisamang muli sa amin. Ang matatapat na miyembro, sa kabila ng lahat ng pagkakamali at pagkukulang nila, ay mapagkumbabang nagsisikap na gawin ang banal na gawain ng Diyos sa buong mundo. Kailangan namin ang tulong ninyo sa dakilang pakikibaka laban sa mga puwersa ng kadiliman na napakalaganap sa mundo ngayon. Sa pakikibahagi sa gawaing ito, matutugunan ninyong lahat ang pinakamatitinding pagnanais ng inyong mga kaluluwa. Makadarama kayo ng kapanatagan na masusumpungan sa paghahangad ng mga sagrado at banal na bagay ng Diyos. Maaari ninyong matamasa ang mga pagpapala at tipan na ginagawa sa mga banal na templo. Maaari kayong magkaroon ng magandang kahulugan at layunin sa buhay, kahit sa mundong ito na puno ng kasamaan na ating tinitirhan. Maaari kayong magkaroon ng katatagan ng pagkatao upang makakilos kayo para sa inyong sarili at hindi pinakikilos ng iba. (Tingnan sa 2 Nephi 2:26.)

Ilang taon na ang nakalipas, ibinigay ng Unang Panguluhan ng Simbahan ang paanyayang [ito]:

"Nalalaman namin ang tungkol sa ilang miyembro na hindi aktibo, ang tungkol sa iba pa na naging mapunahin at may inklinasyong humanap ng mga pagkakamali, at sa mga taong na-disfellowship o na-excommunicate dahil sa mabibigat na kasalanan.

"Sa kanila ay ipinaaabot namin ang aming pagmamahal. Ninanais naming magpatawad alinsunod sa diwa Niya na nagsabi: 'Ako, ang Panginoon, ay magpapatawad sa yaong aking patatawarin, subalit kayo ay kinakailangang magpatawad sa lahat ng tao (D at T 64:10).'

"Hinihikayat namin ang mga miyembro ng Simbahan na patawarin ang mga taong nagkasala sa kanila. Sa mga tumigil sa pagsisimba at sa mga naging mapunahin, sinasabi namin, 'Bumalik kayo. Bumalik kayo at magpakabusog sa hapag ng Panginoon, at tikmang muli ang magiliw at kasiya-siyang mga bunga ng pakikisama sa mga Banal.'

"Nakatitiyak kami na marami ang [gustong] bumalik, ngunit nahihiyang gawin ito. Tinitiyak namin sa inyo na makasusumpong kayo ng mga bisig na nakaunat upang tanggapin kayo at mga kamay na nakahandang tulungan kayo" (*Church News,* Dis. 22, 1985, 3).

. . . Taimtim at mapagkumbaba kong inuulit ang kahilingang iyan. At inuunat namin ang aming mga bisig sa inyo. ■

Mula sa "A Priceless Heritage," Ensign, *Nob. 1992, 85–86.*

LARAWAN MULA SA WESTBURY/GETTY IMAGES

***PINAGALING NI CRISTO ANG MGA MAYSAKIT,* NI JEFFREY HEIN**

"Gayunpaman, huwag ninyo siyang itataboy palabas ng inyong mga sinagoga, o sa inyong mga pook ng sambahan, sapagkat sa mga yaon kayo ay patuloy na maglilingkod; sapagkat hindi ninyo alam kung sila ay magbabalik at magsisisi, at lalapit sa akin nang may buong layunin ng puso, at pagagalingin ko sila; at kayo ang magiging daan ng pagdadala ng kaligtasan sa kanila" (3 Nephi 18:32).

Kabilang Din sa Isyung Ito

PARA SA MGA YOUNG ADULT

Ano ang Institute?

Hindi ba ninyo alam kung ano ang institute of religion o kung paano nito pagpapalain ang inyong buhay? Alamin kung bakit ang institute ay talagang para sa inyo!

p. 44

PARA SA MGA KABATAAN

p. 56

MGA KAMPEON *ng Panalangin ng Pamilya*

Gusto mo bang tulungan ang iyong pamilya na regular na magawa ang panalangin ng pamilya? Gamitin ang 10 mungkahi upang maging kampeon ng panalangin ng inyong pamilya.

PARA SA MGA BATA

Mga Pangalan ni Jesus

Alam mo ba na si Jesus ay tinatawag sa maraming iba't ibang pangalan? Subukan kung gaano ang alam mo sa iba pa Niyang mga pangalan.

p. 74

TAGALOG
4 02144 48893 3

ANG SIMBAHAN NI JESUCRISTO NG MGA BANAL SA MGA HULING ARAW