

ANG SIMBAHAN NI JESUKRISTO SA MGA SANTOS SA ULAHING MGA ADLAW • HUNYO 2020

Lihona



ANG
Mapadayagon
nga mga
Panghitabo
SA 1829

pahina 12

Andam ba nga Magpabunyag
ang Akong Anak nga adunay
Kakulian sa Panglawas?
pahina 18

Mga Allergy sa Pagkaon:
Paghimo sa Simbahan nga
mas Luwas nga Dapit,
pahina 22

Gihulagway
sa Abilidad,
Dili sa Kakulian,
pahina 28

ANIA
DINHI ANG
SIMBAHAN

Lungsod sa Oakland **Pennsylvania,**



USA

Kini nga panimalay sa Dapit sa Pagpahiuli sa Pagkapari maoy usa ka pagtukod og usab sa panimalay ni Joseph ug Emma sa Harmony, nga karon nailhan nga Lungsod sa Oakland.



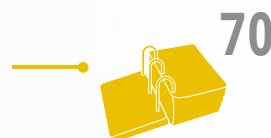
Mga ward ug mga branch, lakip sa Susquehanna Branch, diha sa Scranton Pennsylvania Stake.

Mga milya (260 km) gikan sa Dapit sa Pagpahiuli sa Pagkapari ngadto sa Templo sa Palmyra New York.



Mga pagpadayag nga nadawat diha sa Harmony, Pennsylvania, nga gilakip diha sa Doktrina ug mga Pakigsaad.

Gibana-bana nga porsiyento sa Basahon ni Mormon nga nahubad diha sa panimalay ni Joseph ug Emma.



1804 Si Emma Hale (sa wala madugay nakigminyo kang Joseph Smith) natawo didto sa Harmony.

1829 Si Juan Bautista mitugyan sa Aaronic nga Pagkapari ngadto ni Joseph Smith ug Oliver Cowdery. Wala madugay, si Pedro, Santiago, ug Juan mitugyan diha kanila sa Melchizedek nga Pagkapari.

1960 Ang monumento nga nagpasidungog sa pagpahiuli sa priesthood gibutang diha sa dapit.

2015 Si Presidente Russell M. Nelson mipahinungod sa Dapit sa Pagpahiuli sa Pagkapari.



Pagkat-on pa og dugang mahitungod sa mga dapit sa kasaysayan sa Simbahan diha sa history.ChurchofJesusChrist.org.

GILITRATOHAN NI LESLIE NILSSON

Pagpangalagad
pinaagi sa Miting
sa Sakramento
8



Ang Importante nga
Tahas sa Pagkapari
diha sa Pagpahiuli
Elder Gary E. Stevenson

12



Pagdumala sa
mga Allergy sa Pagka-
on diha sa Simbahan
Lisa Ann Thomson

22

Espesyal nga mga
Panginahanglan,
Espesyal nga mga
Leksyon
Elder Paul B. Pieper
ug Melissa T. Pieper

28



Ang Desisyon sa Bunyag

Bag-ohay lang, ang akong bana ug ako naningkamot sa paghukom kon ang among siyete anyos nga anak nga lalaki andam na ba nga magpabunyag. Aduna siyay autism, busa dili kami sigurado kon igo ang iyang pagsabut aron adunay tulubagon alang niini nga desisyon. Sa pahina 18, mahimo ka nga mobasa mahitungod sa daghang butang nga among gikonsiderar samtang naningkamot kami sa paghimo sa husto nga desisyon.

Isip usa ka disabilities specialist sa Simbahan, nasayud ko nga daghang talagsaong mga tawo nga adunay kakulian nagtinguha nga mobati nga nalakip diha sa simbahan. Sa tanan natong kaigsoonan kinsa adunay mga kakulian sa managlahing matang ug ngadto sa ilang mga pamilya, moingon kami: Gimahal namo kamo, nagkinahanglan kami kaninyo, ug gusto namo nga makat-on unsaon nga mas maayong makapangalagad kaninyo.

Pipila ka mga artikulo niini nga isyu makatabang kanato nga makasabut sa mga kakulian ug kon sa unsang paagi kita mas maayong makaugmad og pag-apil diha sa atong mga ward ug mga komunidad:

- Pahina 28: Si Elder Paul B. Pieper sa Seventy ug ang iyang asawa, si

Melissa, kinsa adunay anak nga may mga kakulian, mihatag og paglaum ug pag-awhag sa mga ginikanan.

- Pahina 21: Sa katapusan sa akong artikulo, makakita kamo og mga ideya kon unsaon nga mas matagad ang mga miyembro nga adunay kakulian diha sa mga leksyon ug mga calling sa Simbahan.
- Pahina H16: Ang mga ginikanan makagamit niini nga istorya diha sa *Higala* sa pagtabang sa ilang mga anak nga makakita og usa ka ehemplo sa pagkahimong higala ngadto sa tawo nga adunay kakulian.

Samtang imong basahon kini nga isyu, hinumdumi nga “ang bili sa kalag mahinungdanon sa panan-aw sa Dios” (Doktrina ug mga Pakigsaad 18:10). Makatabang kita sa pag-ugmad og mahigugmaon, malakipon nga mga kahimtang sa panimalay ug sa Simbahan aron ang tanan nga gusto nga moduol ug mahimong sama kang Jesus aduna niana nga oportunidad.

Uban sa gugma,
Katie Edna Steed

Disabilities Specialist, Departamento sa
Pagkapari ug Pamilya

Mga Sulod

- 5 Ang Pagpahiuli sa Aaronic nga Pagkapari** 🕒
- 6 Mga Hulagway sa Pagtuo** 🕒
Lini Uilaau
Si Lini kaniadto nanlimbasug sa mga pagbati sa kasuko. Apan ang ebanghelyo ni Jesukristo nakatabang kaniya nga mailisan og kalinaw ang iyang kasuko.
- 8 Mga Baruganan sa Pagpangalagad**
Pagpangalagad pinaagi sa Miting sa Sakramento
Ang miting sa sakramento naghatag kanato og mga oportunidad nga mokonektar ug mangalagad sa uban.
- 12 Ang Importante nga Tahas sa Pagkapari diha sa Pagpahiuli**
Ni Elder Gary E. Stevenson
Salamat sa pagbalik sa pagkapari dinhi sa yuta, ang Pagpahiuli nakahimo sa pagpadayon.
- 18 Andam ba nga Magpabunyag ang Akong Anak nga adunay Kakulian sa Panglawas?**
Ni Katie Edna Steed
Ang among anak nga lalaki hapit na mag-otso anyos. Apan unsaon namo sa pagsiguro nga andam na siya alang sa bunyag?
- 22 Pagdumala sa mga Allergy sa Pagkaon diha sa Simbahan**
Ni Lisa Ann Thomson
Usahay mogamit kita sa mga pagkaon aron sa pagpakita og gugma. Apan sa sitwasyon sa grabe nga mga allergy sa pagkaon, ang *kakulang sa pagkaon* pwede usab nga mahimong usa ka pagpahayag sa gugma.
- 28 Espesyal nga mga Panginahanglan, Espesyal nga mga Leksyon**
Ni Elder Paul B. Pieper ug Melissa T. Pieper
Ang among anak nga babaye adunay espesyal nga mga panginahanglan. Daghan kami og nakat-unan gikan kaniya kay sa among nahunahuna.
- 32 Mga Tingog sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw** 🕒
Usa ka magtutudlo nakadungog sa tingog sa propeta sa wala damha nga dapit; usa ka tawo mipili tali sa iyang trabaho ug sa ebanghelyo; usa ka magtiayon nag-ampo alang sa kaluwasan sa ilang wala pa matawo nga bata; ang kasingkasing sa usa ka tawo nabuksan pinaagi sa pagbisita sa templo.
- 36 Atong mga Panimalay, Atong mga Pamilya** 🕒
Usa ka Gasa sa Gugma
Ni Faith S. Watson
Diha sa malumo nga panalagin sa pagkapari sa akong bana ngadto sa among masuso nga babaye, akong nakita ang gugma sa Langitnong Amahan isip usa ka gasa ngari kanato.
- 38 Dali, Sunod Kanako: Basahon ni Mormon** 📖 🕒
Kining sinemana nga mga artikulo makasuporta sa imong pagtuon sa Basahon ni Mormon karong bulana.

🕒 Dali nga Mabasa

📖 Suporta sa *Dali, Sunod Kanako*



Anaa sa Hapin

Diha Kaninyo nga Akong Kauban nga mga Sulugoon,
ni Linda Curley Christensen ug Michael Malm

Mga Seksyon

Mga Young Adult

42

Ang pagnabigar sa imong kinabuhi sa pagpakig-date mahimong maka-hadlok—apan dili kinahanglan nga maingon niana. Basaha ang mga istorya gikan sa ubang mga young adult kinsa malampusong **nakawagtang sa kahamol** gikan sa **pagpangita og mahang-turong kauban**.



Kabatan-onan

50

Pagkat-on mahitungod sa **kasaysayan sa Young Women** nga organisasyon.



Mga Bata

Higala

Pagkat-on mahitungod ni Abish ug **pakighimamat og mga higala** gikan sa Germany.



PANG-DIGITAL LAMANG NGA MGA ARTIKULO SA HUNYO

**Nagkinahanglan Siya og Panalangin sa Pagkapari. Makahimo ba Ako Niini?***Ni O'Dale Johnson*

Usa ka young adult mipaambit kon giunsa niya pagbuntog ang iyang kahadlok sa paghatag og mga panalangin sa pagkapari.

**Unsa ang Gitudlo Kanako sa Kakulian sa Akong Anak nga Babaye mahitungod sa Grasya**
Ni Jeffrey S. McClellan

Usa ka amahan mihatag og panabut kon sa unsang paagi ang grasya ni Jesukristo mihatag kaniya og paglaum sa iyang mga kahimtang.

**Pagsalig diha sa Ikaduha nga mga Impresyon ug sa Giya sa Espiritu**
Ni Marie Netzler

Usa ka young adult sa Australia mipaambit kon sa unsang paagi ang paghatag sa usa ka tawo og ikaduha nga tsansa nakahimo sa tanang kalainan sa iyang kinabuhi.

**Ang Pagkadili Pa Minyo Nagpahanumdom Kanako nga Mosalig sa Tibuok Plano sa Dios alang Kanako**
Ni Christina Cotterall

Usa ka young single adult mipaambit kon sa unsang paagi nakakaplag siya og bag-ong paglaum alang sa iyang kinabuhi sa dihang ang mga butang wala mahitabo sumala sa iyang giplano.

MANGITA PA OG DAGHAN

Diha sa app sa Gospel Library ug sa liahona.ChurchofJesusChrist.org, makahimo ikaw sa:

- Pagpangita sa bag-ong isyu.
- Pagdiskobre sa digital lamang nga sulod.
- Pagpangita sa milabay nang mga isyu.
- Pagsumiter sa imong mga sugilanon ug mga feedback.
- Pag-subscribe o paghatag og regalo nga subskripsyon.
- Pagpalambo sa pagtuon gamit ang mga himan nga digital.
- Pagpaambit og paboritong mga artikulo ug mga video.
- Pag-download o pag-print og mga artikulo.
- Paminaw sa paborito nimong mga artikulo.

KONTAKA KAMI

Ipadala ang imong mga pangutana ug feedback ngadto sa liahona@ChurchofJesusChrist.org.

I-sumiter ang imong mga sugilanon diha sa liahona.ChurchofJesusChrist.org o i-email ngadto sa: *Liahona*, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

HUNYO 2020 VOL. 23 NU. 6
LIAHONA 16721 853

Internasyonal nga magasin sa Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw

Ang Unang Kapangulohan: Russell M. Nelson, Dalin H. Oaks, Henry B. Eyring

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

Editor: Randy D. Funk

Mga Adviser: Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

Tigdalang Direktor: Richard I. Heaton

Direktor sa mga Magasin sa Simbahan: Allan R. Loyborg

Business Manager: Garff Cannon

Tigdalang Editor: Adam C. Olson

Luyo-luyo sa Tigdalang Editor: Ryan Carr

Tig-abag sa Pagmantala: Camila

Castro

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

Direktor sa Art: Tadd R. Peterson

Desinyo: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinkley, Eric P. Johnson, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Aleri Regehr, Mark W. Robison, K. Nicole Walkenhorst

Coordinator sa Intellectual Property: Collette Nebeker Aune

Tigdalang sa Produksyon: Jane Ann Peters

Produksyon: Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nelson, Marissa M. Smith

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Direktor sa Pag-impronta: Steven T. Lewis

Direktor sa Pagpang-apud-apod: Nelson Gonzalez

Paghubad: Shahlo Alinsug

Mailing address: *Liahona*, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

Ipadala ang subskripsyon, mga pangutana, ug mga taho ngadto sa Dateline Philippines sa *Liahona*, The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, Temple Drive, Greenmeadows Subdivision, Quetzon City 1110, Metro Manila, Philippines o sa P. O. Box 1505, Ortigas Center, Emerald Avenue, Pasig 1600, Metro Manila, Philippines. Numero sa telepono 635-9183. Presyo sa subskripsyon sa Pilipinas, P48 matag tuig, P4.00 matag gula, gawas sa mga espesyal nga isyu.

Sa pag-subscribe ug pag-renew sa magasin, bisitahi ang <http://store.ChurchofJesusChrist.org>. Paliugyaw kalimti sa pagbutang sa imong ward/branch isip address aya ipadala ang imong subskripsyon.

Kon dunay mga pangutana mahitungod sa subskripsyon paliugyaw tawag sa Church's Global Service Center (GSC) sa 1800-8-680-3950 alang sa mga subscriber sa PLDT ug Smart o 1800-1-441-0687 alang sa mga subscriber sa Globe.

Isumiter ang mga manuskrito ug mga pangutana online sa liahona.ChurchofJesusChrist.org; kon ipadala ngadto sa *Liahona*, Fl. 23, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-0023, USA; o i-email sa: liahona@ChurchofJesusChrist.org

Ang *Liahona* (usa ka termino sa Basahon ni Mormon nga nagpasabut nga "kompas" o "direktor") gimantala sa Albanian, Armenian, Bislama, Bulgarian, Cambodian, Cebuano, Chinese, Chinese (simplified), Croatian, Czech, Danish, Dutch, English, Estonian, Fijian, Finnish, French, German, Greek, Hungarian, Icelandic, Indonesian, Italian, Japanese, Kiribati, Korean, Latvian, Lithuanian, Malagasy, Marshallese, Mongolian, Norwegian, Polish, Portuguese, Romanian, Russian, Samoan, Slovenian, Spanish, Swahili, Swedish, Tagalog, Tahitian, Thai, Tongan, Ukrainian, Urdu, and Vietnamese. (Ang kasagad magkalahi depende sa pinulongan.)

© 2020 pinaagi sa Intellectual Reserve, Inc. Tanang mga katungod gigahin. Gigamit sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw nga may pagtuon. Glimprinta sa Estados Unidos sa Amerika ug sa Pilipinas.

Copyright nga impormasyon: Gawas kon sa laing paagi gipasabut, ang mga indibidwal mahimong mokopya sa materyal gikan sa *Liahona* alang sa ilang personal, dili pangkomersyo nga paggamit (lakip sa mga calling sa Simbahan). Kini nga katungod mahimong kuhaon pag-usab sa bisan unsang panahon. Ang biswal nga material dili mahimong kopyahan kon kini adunay mga pagdili diha sa linya sa kredito sa maong artwork. Ang copyright nga mga

pangutana kinahanglan ipadala ngadto sa Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; email: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States

and Canada: June 2020 Vol. 23 No. 6.

LIAHONA (USPS 311-480) Cebuano (ISSN

1096-5114) 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. (Canada Post

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.



Ang Pagpahiuli sa Aaronic nga Pagkapari

Niadlong Mayo 15, 1829, gitugyan ni Juan Bautista ang Aaronic nga Pagkapari ngadto ni Joseph Smith ug Oliver Cowdery. Kini nga mga kinutlo sa ilang mga paghinumdom nianang importante nga adlaw nagpakita unsa kadto ka talagsaon nga panghitabo.

“**A**ng sinugo nga miduaw kanamo niini nga higayon mitugyan niini nga Pagkapari ngari kanamo, miingon nga **ang iyang ngalan mao si Juan, kadto gihapon nga gita-wag og Juan Bautista sa Bag-ong Tugon**, ug nga siya nagbuhat ubos sa panudlo ni Pedro, Santiago, ug Juan, kinsa naghupot sa mga yawe sa Pagkapari ni Melchizedek.”

Joseph Smith, sa Joseph Smith—Kasaysayan 1:72



Bible video nga paghulagway ni Juan Bautista nga nagbunyag ni Jesukristo.



Ang Suba sa Susquehanna sa Harmony, Pennsylvania, duol sa dapit diin si Joseph Smith ug Oliver Cowdery gibunyagan niadtong Mayo 15, 1829.



Si Oliver Cowdery kauban usab ni Joseph Smith niadtong 1836 sa diha nga ang mga yawe sa pagkapari gipahiuli diha sa Templo sa Kirtland.

“Ingon nga gikan sa taliwala sa kahangturan, **ang tingog sa Manunubos misulti og kalinaw ngari kanamo, samtang ang tabil gibukas ug ang anghel sa Dios mikunsad nga gisuluban uban sa himaya**, ug gihatud ang gipaabut nga mensahe, ug ang mga yawe sa Ebanghelyo sa paghinulsol. Unsa ka hingpit nga kalipay! unsa ka katingalahan! unsa ka kajibulongan!”

Oliver Cowdery, sa Joseph Smith—Kasaysayan 1:71, mubong sulat

Aron makat-on og dugang mahitunod sa pagpahiuli sa pagkapari ug sa mahinungdanong tahas niini, tan-awa sa artikulo ni Elder Gary E. Stevenson “Ang Importante nga Tahas sa Pagkapari diha sa Pagpahiuli” sa pahina 12.

Lini Uilaau

Savai'i, Samoa



Si Lini kaniadto nanlimbasug sa mga pagbati sa kasuko ug pagkawalay pailub. Apan sa dihang siya ug ang iyang bana mipasakop sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw, gibati ni Lini nga kadto nga mga pagbati nawala samtang nagsunod siya sa ebanghelyo.

LESLIE NILSSON, LITRATISTA

Misugod ako sa pagtuon sa ebanghelyo ug nakakat-on pinaagi sa mga pagtulun-an sa Simbahan kon sa unsang paagi si Jesus nahigugma sa mga bata. Kanunay Siya nga mabination kaayo ngadto kanila.

Misugod ko sa pagpaningkamot nga mas mahisama kang Jesus. Karon naningkamot kong mas higugmaon ang tanang sakop sa akong pamilya. Naggahin ko og mas dakong panahon uban kanila ug mas dakong panahon sa pag-ila sa ilang mga panginahanglan. Nagbasa kami sa mga kasulatan isip pamilya ug dungan nga mag-ampo matag gabii.

Mas humok na karon ang akong kasingkasing. Mibati ako og dugang gugma ug kalinaw ug kalipay sa among panimalay samtang misunod kami sa mga pagtulun-an ni Jesukristo. Mapasalamaton ko sa paagi nga ang ebanghelyo nakatabang nako nga makat-on unsaon sa pagkahimong mas maayong asawa, inahan, ug apohan nga babaye.





DISKUBRIHA PA ANG DAGHAN

Pagtan-aw pa mahitungod sa panaw sa pagtuo ni Lini, lakip sa dugang nga mga litrato, sa online o Gospel Library nga bersyon niini nga artikulo sa **ChurchofJesusChrist.org/go/6206**.

Basaha kon giunsa pagtudlo ni Elder Neil L. Andersen kon sa unsang paagi ang atong gugma alang sa Ginoo modasig kanato nga mahimong mas maayo: **ChurchofJesusChrist.org/go/6207**.

Mga Baruganan sa Pagpangalagad

PAGPANGALAGAD PINAAGI SA MITING SA SAKRAMENTO

Ang miting sa sakramento naghatag og mga oportunidad nga mokonektar ug mangalagad sa uban.

Ang miting sa sakramento maoy panahon alang sa espirituhanong pag-amuma ug personal nga pagpamalandong kabahin sa Man-luluwas ug sa Iyang Pag-ula. Samtang moambit kita sa sakramento matag semana, kitang tanan mahatagan og kaayohan (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 84:110). Apan ang pipila sa atong mga ward ug mga branch nagdala uban kanila og bug-at nga mga palas-anon o wala gayud diha.

Ania ang pipila ka oportunidad kon unsaon nato sa paggamit nianang sagrado nga oras sa pagpangalagad sa uban ug paghimo og kalainan diha sa ilang kinabuhi.

MOTABANG SA PAGHIMO SA MITING SA SAKRAMENTO NGA MAS MAAYO ALANG NIADTONG IMONG GIALAGARAN

Ang unang lakang sa pagkat-on unsaon sa pagpangalagad mao ang pag-ila sa mga indibidwal o mga pamilya ug sa ilang mga panginahanglan. Tingali adunay daghang paagi nga makatabang ka sa paghimo sa ilang kasinatian sa pagsimba sa sakramento nga mas maayo pinaagi sa pagkat-on og dugang mahitungod kanila.



Alang ni Mindy, usa ka batan-ong inahan sa kaluha nga gagmayng bata, ang yanong mga paningkamot sa iyang tigpangalagad nga sister mihimo og dako kaayong kalainan sa iyang kasinatian sa miting sa sakramento matag semana.

“Tungod sa iskedyul sa trabaho sa akong bana, ako lamang ang modala sa among kaluha nga mga anak nga babaye ngadto sa simbahan matag semana,” mipasabut si Mindy. “Lisud gyud kaayo ang paningkamot nga makahuman sa tibuok miting sa sakramento nga adunay duha ka lihokan



nga mga bata, apan ang akong tigpangalagad nga sister miangkong sa responsibilidad sa pagtabang kanako.

“Molingkod siya tupad namo ug motabang nako sa pag-atiman sa akong mga anak matag semana. Ang iyang pagtupad nako importante kaayo

ug nakapagaan gayud sa akong kabalaka sa mga panahon nga saputon o maglangas sila. Morag dili gayud siya mahibalo kon unsa ka dako ang epekto sa iyang mga buhat niining panahona sa akong kinabuhi. Iyang nakita ang akong panginahanglan isip usa ka batan-on, mabalak-on nga inahan, ug mitabang siya sa paghimo sa simbahan nga usa ka malinawon ug malipayon nga dapit alang kanamong tanan.”

Mga Ideya sa Pagtabang Niadtong adunay Piho nga mga Panginahanglan

- Pakigtambag sa mga lider sa elders quorum ug Relief Society mahitungod sa mga panginahanglan sa mga miyembro.
- Ang mga lider moplano sa mga pakigpulong sa miting sa sakramento aron motabang sa pagtubag sa mga panginahanglan sa mga miyembro. Kon kadtong imong gipangalagaran makabenepisyo sa pagpaminaw sa usa ka piho nga mensahe, ipaambit ang ideya ngadto sa imong mga lider.
- Kon nahibalo ka nga ang usa ka tawo adunay kakulian sa panglawas o allergy sa pagkaon nga makapugong kanila sa pagtagamtam sa mga panalangin sa sakramento, pangutan-a sila sa mga detalye ug unsa nga mga pagpahiangay ang mahimo aron mapalambo ang ilang kasinatian sa pagsimba. Ipaambit kini nga impormasyon ngadto sa imong mga lider.¹
- Kon ang tawo nga imong gipangalagaran o nailhan nakapundo sa balay, permanente man o temporaryo lang, pangutan-a ang imong bishop kon ang sakramento mahimo ba nga mahatag kanila diha sa balay. Mahimo gani ka nga magsulat atol sa miting sa sakramento ug ipaambit kini diha sa telepono, pinaagi sa email, o sa personal.
- Kon ang tawo nga imong gipangalagaran adunay gagmay nga mga bata, mahimo ka nga motanyag sa pagtabang kanila panahon sa miting sa sakramento.
- Kon kadtong imong gipangalagaran dili kanunay motabong sa miting sa sakramento, paningkamuti sa pagsabut ug pagkonsiderar og mga paagi nga makatabang ka. Kon nagkinahanglan sila og transportasyon, mahimo ka nga motanyag kanila og masakyan. Kon mibati sila nga wala suportahi sa ilang pamilya, mahimo nimo silang dapiton sa paglingkod tupad nimo. Pwede ka nga mohimo og espesyal nga mga pagdapit aron sa pagtabang kanila nga mobati nga gihangup ug gikinahanglan sa miting sa sakramento.

HINUMDUMI, ANG YANO NGA MGA BUHAT DAKO KAAYO OG EPEKTO

Namulong kalabut sa pagpangalagad, si Sister Jean B. Bingham, Kinatibuk-ang Presidente sa Relief Society, mitudlo: “Usahay maghunahuna kita nga kinahanglang mobuhat kita og usa ka butang nga bililhon kaayo ug bayanihon aron ‘maiha’ isip pagserbisyo sa atong mga silingan. Apan ang yano nga mga buhat sa serbisyo mahimong adunay lawom nga mga epekto sa uban—ingon man sa atong mga kaugalingon.”²

Sa usa ka gamay nga ward sa Belgium, si Evita motanyag kanunay nga mohubad alang sa mga bisita ug mga miyembro nga Kinatsila ang pinulongan atol sa mga miting sa Simbahan. Usa ka higayon, si Evita gipaila ngadto sa usa ka tawo nga gikan sa Dominican Republic kinsa nagkat-on pa mahitungod sa Simbahan. Nakahibalo siya og diyutay nga Iningles, apan Kinatsila ang iyang lumad nga pinulongan. Mao nga si Evita mitanyag nga hinay nga mohubad alang kaniya sa miting sa sakramento aron mobati siya nga mas komportable.

“Ang paghubad usahay makahimo sa akong Igpapahulay nga mas okupado,” miingon si Evita. “Apan ang pagsunod sa mga pag-aghat nga mangutana sa uban kon nagkinahanglan ba sila og tighubad nakahatag gayud kanako og pagbati sa kalipay ug kainit sa pagkasayod nga nakahimo ako sa pagtabang kanila nga mobati sa Espiritu ug maganahan sa ilang mga miting.”





Mga Ideya sa Pagtabang pinaagi sa Yano nga mga Buhat

- Pakigsulti sa imong mga lider aron mahibalo kinsa ang posibleng nagkinahanglan og dugang nga pagserbisyo atol sa miting sa sakramento. O kon nakaila ka og tawo nga nanginahanglan, siguroa nga ang imong mga lider nahibalo kanila.
- Paglingkod nga hilom samtang naghulat ka sa miting nga mosugod. Makatabang kini sa “ubang masulub-ong mga kasingkasing ug magul-anong mga kalag nga naglibut kanato”³ kinsa nagkinahanglan og kalinaw nga moabut pinaagi sa balaang pagtahud sa balaan nga dapit.
- Sa Dominggo sa puasa, ikonsiderar ang pagpahinungod sa imong pagpuasa ug mga pag-ampo sa usa ka tawo nga imong gipangalagaran kinsa tingali nagkinahanglan og dugang nga paghupay.
- Pag-ampo aron masayud kon adunay tawo nga makabenepisyo sa imong paglingkod tupad o duol kanila panahon sa miting sa sakramento o aduna pay laing paagi nga makatabang ka.

Importante nga masiguro nga ang tanan nga nanambong sa miting sa sakramento mobati nga gihangup ug naamuma sa espirituhanong paagi.

ANG MITING SA SAKRAMENTO PWEDENG MAHIMONG MAHINANGPON NGA DAPIT ALANG SA TANAN

Si Presidente Joseph Fielding Smith (1876–1972) mitudlo, “Ang miting sa sakramento mao ang labing sagrado, labing balaan, sa tanang miting sa Simbahan.”⁴ Tungod niana, importante nga masiguro nga ang tanan nga nanambong sa miting sa sakramento mobati nga gihangup ug naamuma sa espirituhanong paagi—ilabi na sa bag-ong mga miyembro o mga miyembro kinsa taud-taod na nga wala makatambong.

Si Merania sa New South Wales, Australia, nakighigala og usa ka babaye nga nagkat-on mahitungod sa Simbahan diha sa iyang ward. “Nahimo siyang usa sa akong suod nga mga higala karon,” miingon si Merania. “Ganahan ko nga molingkod tupad niya diha sa miting sa sakramento matag semana, ug mangumusta ako kaniya kanunay ug kon aduna akoy mahimo sa pagtabang kaniya.” Wala madugay, ang higala ni Merania nabunyagan. Ang mga paningkamot sa mga miyembro sa ward, ingon man ang mahinangpong palibut sa miting sa sakramento, nakahimo og dako nga parte sa iyang desisyon.

Mga Ideya sa Pagpangalagad sa Mibalik o Bag-ong mga Miyembro



- Kon mamulong ka diha sa miting sa sakramento, mahimo nimong dapiton ang mga higala, pamilya, ug uban sa pagpaminaw sa imong mensahe.
- Mahimo nimong pangitaon ug hangupon kadtong nag-inusara o kinsa tingali nagkinahanglan og tabang. Pangutan-a kon mahimo ka ba nga motupad sa paglingkod kanila o modapit kanila sa paglingkod tupad nimo.
- Kon matapos na ang miting, mahimo nimong dapiton kadtong imong gipangalagaran ug ang uban sa umaabut nga mga kalihokan sa Simbahan, ngadto sa templo, o sa sosyal nga kalihokan.
- Kon ang usa ka tawo nga imong gipangalagaran nga dugay na nga wala makatambong mitambong sa miting sa sakramento, mahimo nimo silang pangutan-on kon duna ba silay mga pangutana mahitungod sa unsay gitudlo. Sultihi sila nga makahimo sila kanunay sa pagduol kanimo kon adunay termino, istorya, o parte sa doktrina nga wala nila masabti. Mahimo ninyong pangitaon og dungan ang mga tubag kon gikinahanglan. ■

MUBO NGA MGA SULAT

1. Ikonsiderar ang pagbasa sa “4 ka Paagi sa Pagserbisyo sa mga Pamilya nga dunay mga Kakulangan” (pang-digital lamang nga artikulo), *Liahona*, Hunyo 2018; o “Pagdumala sa mga Allergy sa Pagkaon diha sa Simbahan” sa pahina 22 niini nga isyu.
2. Jean B. Bingham, “Pagpangalagad sama sa Gibuhat sa Manluluwas,” *Liahona*, Mayo 2018, 104.
3. Jeffrey R. Holland, “Tan-awa ang Kordero sa Dios,” *Liahona*, Mayo 2019, 46.
4. Joseph Fielding Smith, sa Conference Report, Okt. 1929, 60–61.





Ni Elder Gary E. Stevenson

Sa Korum sa
Napulog Duha
ka mga Apostoles

ANG *Importante nga* *Tahas sa Pagkapari* DIHA SA PAGPAHIULI

Kon wala mahibalik ang pagkapari dinhi sa yuta, ang Pagpahiuli dili unta mahitabo.

Pagka-Abril 1829, si Joseph Smith nagdawatan na og balaan nga mga pagbisita sa dul-an usa ka dekada. Ang Amahan ug Anak mipakita kaniya niadtong 1820 sa kakahoyan duol sa iyang panimalay sa dihang 14 anyos siya (tan-awa sa Joseph Smith–Kasaysayan 1:5–17).¹ Ang unang pagbisita ni anghel Moroni nahitabo niadtong 1823, nga gisundan og tinuig nga mga pagbisita diin gitudloan ug gigiyahan si Joseph hangtud niadtong 1827, sa dihang nadawat niya ang karaang rekord nga gisulat diha sa mga palid nga nahimong Basahon ni Mormon (tan-awa sa Joseph Smith–Kasaysayan 1:30–54).

Hinoon, sulod sa 18 ka bulan human makuha ang mga palid, naglisud si Joseph sa paghubad sa rekord tungod sa pagsamuk-samok sa mga lokal nga lumulupyo, pag-ilis og mga tigsulat, ug sa pagkawala sa usa ka bahin sa manuskrito. Usa kadto ka makapasagmuyo ug sakit nga panahon alang ni Joseph. (Tan-awa sa Joseph Smith–Kasaysayan 1:58–62; Doktrina ug mga Pakigsaad 3.)

Apan ang tanan nausab niadtong Abril 1829 sa pag-abut sa usa ka magtutudlo nga ginganlan og Oliver Cowdery, kinsa nahimong full-time nga tigsulat ni Joseph. Ang paghubad sa Basahon ni Mormon dali dayon nga mipaspas.

Human migahin og dakong bahin sa iyang panahon sa tinglarag sa 1828 sa pagtrabaho sa iyang umahan sa Harmony, Pennsylvania, aron makasangkap sa iyang pamilya, gibalang ni Joseph ang iyang hingpit nga pagtagad niadtong 1829 ngadto sa paghubad sa Basahon ni Mormon. Sulod sa mubo nga panahon, ang asawa ni Joseph, nga si Emma, ug ang iyang igsoong si Samuel mao ang nagsilbi nga mga tigsulat. Sa samang higayon, si Oliver Cowdery mipuyo sa panimalay sa mga ginikanan ni Joseph didto sa New York.

Pagkadungog mahitungod sa mga palid ug sa paghubad niini, si Oliver naintriga ug nagtinguha nga masayud kon mga butang ba kini sa Dios. “Usa ka gabii human siya miadto sa higdaanan nangamuyo siya sa Ginoo aron masayud kon tinuod ba kining mga butanga,” mirekord si Joseph, “ug ang Ginoo mipakita kaniya nga kini tinuod.”²

Si Oliver mibiyahe dayon sa 140 ka milya (225 km) ngadto sa Harmony aron makigkita kang Joseph. Si Oliver mao ang tubag sa mga pag-ampo ni Joseph. Duha ka adlaw human sila nagkita sa Abril, ang paghubad sa Basahon ni Mormon paspas nga mipadayon, nga hapit makompleto sa makahingangha nga 60 ngadto 65 ka gibana-bana nga mga adlaw sa pagtrabaho. Ang tibuok paghubad nakompleto pagka-Hunyo 30.

Si Propeta Joseph Smith naghunahuna tingali nga ang iyang tibuok buhat hapit na mahuman, kay nahimo na man niya ang iyang balaang sugo nga gihatag sa anghel nga mensahero sa paghubad ug pagmantala sa karaang rekord. Wala mahibalo ang Propeta nga wala siya nagkompleto

apan hinoon nagsugod pa lang sa iyang mahinungdanong tahas diha sa Pagpahiuli sa ebanghelyo ni Jesukristo.

Pipila lang ka panghitabo sa kasaysayan ang matandi sa kaimportante sa unsay nahitabo sa tingpamulak sa 1829. Gihulagway ni Oliver kining talagsaong hugna sa Pagpahiuli isip “mga adlaw nga dili gayud makalimtan” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:71, mubong sulat).

Gawas sa milagro sa paghubad sa Basahon ni Mormon, ang mga anghel dayon mipakita ug mitugyan sa awtoridad sa pagkapari diha ni Joseph ug Oliver.

Gawas sa milagro sa paghubad sa Basahon ni Mormon, ang mga anghel dayon mipakita ug mitugyan sa awtoridad sa pagkapari diha ni Joseph ug Oliver. Kining mapadayagong panahon sa paghubad ug pagpahiuli mipa-usab ug mipalapad sa panglantaw ni Joseph ug miandam alang sa pormal nga pag-organisar sa Simbahan paglabay sa usa ka tuig.

Pagpahiuli sa Aaronic nga Pagkapari

Samtang naghubad sa Basahon ni Mormon, si Joseph ug Oliver nakasugat og daghang mga tudling kalabut sa bunyag ug sa awtoridad. Gisultihan na si Joseph kaniadto nga “ang Ginoo [mo]hatag sa balaan nga pagkapari ngadto sa pipila ka tawo.”³ Pagka-Mayo 15, 1829, si Joseph ug Oliver miadto sa usa ka hilit nga lugar duol sa kakahoyan nga mga sugar maple “aron sa pagpangutana sa Ginoo, pinaagi sa pag-ampo, [sa] Iyang kabubut-on mahitungod kanako.”⁴

Samtang nag-ampo sila, ang tingog sa Manunubos namulong og kalinaw diha kanila “samtang ang tabil gibukas ug ang anghel sa Dios mikun-sad nga gisul-uban uban sa himaya, ug gihatud ang gipaabut nga mensahe, ug ang mga yawe sa Ebanghelyo sa paghinulsol” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:71, mubong sulat). Ang anghel mipaila sa iyang kaugalingon nga si Juan, “kadto gihapon nga gitawag og Juan Bautista sa Bag-ong Tugon, ug nga siya nagbuhat ubos sa panudlo ni Pedro, Santiago ug Juan” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:72).

Si Joseph ug Oliver miluhod samtang ang nabanhaw nga si Juan mibutang sa iyang mga kamot diha sa ilang mga ulo ug mitugyan kanila sa Aaronic nga Pagkapari, “nga naghupot sa mga yawe sa pagpangalagad sa mga anghel, ug sa ebanghelyo sa paghinulsol, ug sa bunyag pinaagi sa

pagpaunlod alang sa kapasayloan sa mga sala” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:69; tan-awa usab sa Doktrina ug mga Pakigsaad 13:1). Gisaaran sila nga ang dugang nga awtoridad sa pagkapari itugyan diha kanila “sa angay nga panahon.” Si Joseph gitawag nga “unang Anciano sa Simbahan, ug siya (Oliver Cowdery) ang ikaduha” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:72). Gisugo usab sila sa pagbunyag sa usag usa—si Joseph mou-na sa pagbunyag ni Oliver ug dayon si Oliver mobunyag ni Joseph.

Atol nianang adlaw, ang duha “miadto sa tubig” sa daplin sa Suba sa Susquehanna aron magpabunyag. Sila “napugos sa pagtago sa mga hitabo nga may kalabutan sa pagdawat sa Pagkapari ug sa [ilang] pagbunyag, tungod sa espiritu sa pagpanggukod diin mipakita na diha sa mga kasilinganan” (Joseph Smith—Kasaysayan 1:74). Ang suba maoy nagsilbing nag-una nga agianan alang sa komersyo ug transportasyon atol sa mga baha sa tingpamulak, kanunay nga adunay lumalabay nga mga sakyanang



pangtubig. Posible nga si Joseph ug Oliver mihulat sa pagsalop sa adlaw o mipahimulos sa taas nga tubig ug nakakita og mas hilit nga dapit diha sa bahaanan nga yuta.⁵

Human mobunyag sa usag usa, si Joseph mi-orden ni Oliver ngadto sa Aaronic nga Pagkapari. Si Oliver dayon mi-orden ni Joseph sama sa gisugo sa anghel kanila. Si Presidente Joseph Fielding Smith mitudlo nga gikinahanglan nga makumpirma pag-usab ang unang ordinasyon nga nadawat ubos sa mga kamot ni Juan Bautista human sa ilang mga bunyag aron “*masilyo pag-usab* kadto nga mga panalangin sa husto nga han-ay.”⁶

Pagpahiuli sa Melchizedek nga Pagkapari

Gamay ra ang atong detalye kalabut sa pagbisita ni Pedro, Santiago, ug Juan ngadto ni Joseph ug Oliver aron sa pagpahiuli sa Melchizedek nga Pagkapari. Ang lain-laing interpretasyon nga gibase sa mga istorya sa mga tawo human milabay ang katuigan mibutang sa panghitabo gikan sa tingpamulak sa 1829, tingali sa ulahing bahin sa Mayo o Hunyo, ngadto sa mas ulahi pa nga mga bulan.⁷ Wala gayud mabutangi og petsa ni Joseph ug Oliver ang pagpakita ni Pedro, Santiago, ug Juan, sama sa ilang gibuhat kang Juan Bautista ug sa pagpahiuli sa Aaronic nga Pagkapari. Wala pa tingali sila hingpit nga makasabut sa kinaiya sa pagkapari o sa mga dibisyon niini sa sinugdanan. Ang panabut ni Joseph sa pagkapari miabut sa anam-anam nga paagi.

Gikan sa 1830 hangtud sa 1835, giklaro ang mga katungdanan sa pagkapari, ug ang mga korum, mga konseho, mga kapangulohan, ug mga bishopric giporma. Bisan ang termino nga *Melchizedek nga Pagkapari* wala gamita isip ngalan alang sa “Halangdon nga Pagkapari” o “labaw nga pagkapari” (Doktrina ug mga Pakigsaad 107:9; 84:19) hangtud 1835 (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 107:2–4).

Mihatag si Joseph ug yano nga mga detalye mahitungod sa dapit. Niadtong 1842, nahinumdom siya nga nakadungog sa “tingog ni Pedro, Santiago, ug Juan diha sa kamingawan taliwala sa Harmony . . . ug sa lungsod sa Colesville . . . sa suba sa Susquehanna, nagpahayag sa ilang kaugalingon ingon nga naghupot sa mga yawe sa gingharian” (Doktrina ug mga Pakigsaad 128:20).

Nagsugyot kini nga ang pagpahiuli sa Melchizedek nga Pagkapari nahitabo sa usa ka dapit subay sa 28 ka milya (45 km) nga seksyon sa dalan tali sa balay nga Smith sa Harmony, Pennsylvania, ug sa lungsod sa Colesville, New York, diin nagpuyo ang pamilya ni Joseph Knight. Ang pamilyang Knight mga unang miyembro sa Simbahan ug maunungong mga higala ni Joseph Smith. Mihatat sila og papel ug mga suplay atol sa paghubad sa Basahon ni Mormon ug sa wala madugay nagsilbing mahinungdanong parte sa Colesville Branch sa Simbahan.

Agig dugang sa pagdawat sa Melchizedek nga Pagkapari gikan ni Pedro, Santiago, ug Juan, si Joseph ug Oliver gi-orden nga “mahimo nga mga apostoles, ug talagsaon nga mga saksi” sa Ginoo (Doktrina ug mga Pakigsaad 27:12) ug nakadawat sa mga yawe nga gikinahanglan sa pagpahinabo sa dispensasyon sa kahingpitan sa panahon. Karon aduna na silay awtoridad sa pagpahigayon sa tanang mga ordinansa sa pagkapari, lakip sa pagtugyan sa gasa sa Espiritu Santo.



Ang pagpahiuli sa pagkapari usa ka mahinungdanon nga bahin sa balaang tawag ni Joseph Smith isip ang unang propeta niining dispensasyon.

Nadawat usab nila ang “mga yawe sa tanan nga espirituhanon nga mga panalangin sa simbahan” (Doktrina ug mga Pakigsaad 107:18) nga importante sa pag-organisar sa Simbahan niadtong Abril 1830 ug nakadawat og pagpadayag nga ipahiuli ang tanang butang sa tukma nga pagkahan-ay niini. Ang espirituhanong mga panalangin gipakita pinaagi sa mga milagro, mga pagpang-ayo, ug mga ordinansa nga gipahigayon pinaagi sa awtoridad sa pagkapari. Niadtong 1836, ang dugang nga mga mensaherong anghel mitugyan sa mga yawe nga may kalabutan sa pagpundok sa Israel ug sa buhat sa templo (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 110).

Mga Implikasyon sa Pagpahiuli sa Pagkapari

Si Presidente David O. McKay (1873–1970) mitudlo nga ang labing talagsaong hiyas sa gipahiuli nga Simbahan sa Manluluwas mao ang “balaan nga awtoridad pinaagi sa direkta nga pagpadayag.”⁸ Kon wala mahibalik ang pagkapari dinhi sa yuta, ang Pagpahiuli dili unta mahitabo. Ang pagkapari nagtugot sa pagpahigayon

Hinaut nga ang matag usa

kanato mahimong andam

nga mga partisipante

sa nagpadayon nga

Pagpahiuli sa ebanghelyo

pinaagi sa madasigong

paghangup ug pagbuhat sa

unsay gipadayag ngadto sa

modernong mga propeta.

sa mga ordinansa ug naghatag og estruktura sa pagdumala sa Simbahan sa Ginoo dinhi sa yuta.

Pormal nga giorganisar ni Joseph ang Simbahan niadtong Abril 6, 1830. Sa misunod nga pipila ka tuig, ang Unang Kapangulohan ug ang Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles naorganisar. Ubos sa direksyon sa Presidente sa Simbahan, ang mga yawe sa pagkapari gidelegar ngadto sa lokal nga mga lider sa tibuok kalibutan, nagtugot sa ebanghelyo nga “mokaylap ngadto sa mga kinatumyan sa yuta” (Doktrina ug mga Pakigsaad 65:2).

Ang pagpahiuli sa pagkapari usa ka mahinungdanon nga bahin sa balaang tawag ni Joseph Smith isip ang unang propeta niining dispensasyon. Sa pasiuna sa Doktrina ug mga Pakigsaad, ang Ginoo mipasabut, “Busa, Ako ang Ginoo, nahibalo sa katalagman nga moabut diha sa mga lumulupyo sa yuta, mitawag sa akong sulugoon si Joseph Smith, Jun., ug namulong ngadto kaniya gikan sa langit, ug mihatag kaniya og mga sugo” (Doktrina ug mga Pakigsaad 1:17).

Sa wala pa ang pagbisita ni Juan Bautista sa Mayo 1829, gitutukan ni Joseph ang paghubad sa Basahon ni Mormon. Tungod sa pagpahiuli sa Aaronic ug Melchizedek nga Pagkapari, nakaamgo siya nga ang iyang tawag naglakip og mas daghan pa. Ang pagdawat og awtoridad gikan sa langit dugang nga miandam ni Joseph sa pagpas-an sa iyang mga responsibilidad isip “manalagna, maghuhubad, propeta, [ug] apostol ni Jesukristo” (Doktrina ug mga Pakigsaad 21:1).

Si Elder Robert D. Hales (1932–2017) sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles mihulagway kon sama sa unsa ang atong kinabuhi kon wala ang pagkapari: “Kon ang gahum sa pagkapari wala sa yuta, ang kaaway adunay kagawasan sa pagsuroy ug paghari nga walay pagpugong. Walay gasa sa Espiritu Santo nga mogiya ug molamdag kanato; walay mga propeta nga mamulong sa ngalan sa Ginoo; walay mga templo diin kita mohimo og sagrado, mahangturong mga pakigsaad; walay awtoridad sa pagpanalagin o pagbunyag, sa pag-ayo o paghupay. Kon wala ang gahum sa pagkapari, ‘ang tibuok yuta sa hingpit pagalaglagon’ (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 2:1–3). Walay kahayag, walay paglaum—kangitngit lang.”⁹

Ang pagdawat og mga ordinansa sa pagkapari mahinungdanon sa buhat sa Ginoo sa “pagpahinabo sa pagka-immortal ug sa kinabuhi nga dayon sa tawo” (Moises 1:39). Ang bunyag ug kumpirmasyon, ang tuga sa templo, ug ang pagsilyo alang sa karon ug sa kahangturan mahinungdanon sa atong

kaluwasan. Ang abilidad sa pagbugkos ug pagsilyo og mga pamilya sa mga templo alang niadtong anaa sa duha ka habig sa tabil mahimo lamang pinaagi sa awtoridad ug mga yawe sa pagkapari sumala sa pagdumala sa Presidente sa Simbahan.

Ang Nagpadayon nga Pagpahiuli

Sa unsang paagi kaha nga ang awtoridad sa pagkapari makadasig

sa imong pag-apil sa nagpadayon nga Pagpahiuli sa Simbahan? Tingali wala kita masayud kon unsay umaabut, apan klaro nga ang Pagpahiuli nagpadayon. Ang Ginoo wala mopadayag sa matag doktrina o ordinansa, o mohatag sa tanang instruksyon ngadto ni Joseph sa Sagradong Kakahoyan, pinaagi ni Moroni sa Cumorah, o sa miting sa pagorganisar sa Simbahan. Ang Pagpahiuli wala mapahigayon isip usa lang ka panghitabo. Hinoon, ang Ginoo mipadayag sa mga butang “pagtulun-an human sa usa ka pagtulun-an” (2 Nephi 28:30) ngadto ni Joseph sama nga Siya nagpadayon sa pagpadayag og mga butang ngadto sa Iyang mga propeta karon sumala sa Iyang mga katuyoan ug panahon.

Ang wala maputol nga linya sa mga propeta sukad sa panahon ni Joseph Smith namulong alang sa Ginoo ug padayon nga nagpahibalo sa Iyang kabubut-on. Ang mga propeta makakita sa mas lapad nga panglantaw ug makadawat og piho nga direksyon alang sa mga hagit sa ilang panahon. Si Presidente Russell M. Nelson namahayag nga kitang tanan “mga saksi sa proseso sa pagpahiuli. Kon maghunahuna kamo nga hingpit na nga napahiuli ang Simbahan, ang sinugdanan pa lamang ang inyong nakita. Daghan pa kaayo ang moabut.”¹⁰

Ang Pagpahiuli ug Ikaw

Hinaut nga ang matag usa kanato mahimong andam nga mga partisipante sa nagpadayon nga Pagpahiuli sa ebanghelyo pinaagi sa madasigong paghangup ug pagbuhat sa unsay gipadayag ngadto sa modernong mga propeta. Ang mga ehemplo naglakip sa pagsunod sa mas taas ug mas balaan nga balaod sa pagpangalagad sa atong kaigsoonan.¹¹ Ug hinaut nga ang matag usa kanato makakaplag og malungtarong kalipay sa ebanghelyo pinaagi sa nakasentro sa panimalay, gisuportahan sa Simbahan nga plano sa pagkat-on sa doktrina, paglig-on sa pagtuo, pagsunod sa mga sugo, ug pagpalambo og mas dakong personal nga pagsimba, lakip ang home evening nga makatubag sa mga panginahanglan sa indibidwal ug pamilya.¹²

Makaandam kita alang sa Ikaduhang Pag-anhi sa Manluluwas pinaagi sa pagpadali sa pagpundok sa Israel sa duha ka habig sa tabil.¹³ Pwede kitang mahimong mas maayo sa paghimo sa adlawng Igpapahulay nga kahimut-an diha sa atong mga tulumanon sa pagsimba sa Dominggo ug sa panimalay.¹⁴ Pwede kitang magpabiling mas napahiuyon ngadto sa Espiritu Santo pinaagi sa pagbuhat sa espirituhanong buhat nga gikinahanglan aron makadawat og personal nga pagpadayag kada adlaw.¹⁵

Mopamatuod ko nga ang kalangitan nagpabiling bukas ug adunay daghan pa kaayong moabut samtang ang Ginoo nag-andam kanato alang sa makahinam nga mga adlaw nga moabut. Ang pagpahiuli sa pagkapari nagtugot sa mga anak sa Dios sa pagpahigayon ug pagdawat sa makaluwas nga mga ordinansa, ug nagtugot kini sa modernong mga propeta, mga manalagna, ug mga tigpadayag sa paggiya sa gingharian sa Ginoo.

Ang dili maihap nga mga panalangin moabut sa Simbahan ug sa mga miyembro niini matag adlaw tungod sa pagkadaling magamit sa pagkapari sa Ginoo. Hinaut nga mopahayag kita sa atong pasalamat matag adlaw alang sa pagpakita ni Juan Bautista ug ni Pedro, Santiago, ug Juan ug alang sa pagbalik sa Aaronic ug Melchizedek nga Pagkapari niining katapusang dispensasyon agig pagpangandam sa pagbalik sa atong Ginoo ug Manluluwas, gani si Jesukristo. ■

MUBO NGA MGA SULAT

1. Joseph Smith, History, 1838–1856, vol. A-1, gimugna Hunyo 11, 1839–Ago. 24, 1843, 15, Church History Library.
2. Joseph Smith, sa *History of the Church*, 1:35.
3. Oliver Cowdery, sulat ngadto ni W. W. Phelps, sa *Latter Day Saints' Messenger and Advocate*, Okt. 1835, 199.
4. *Mga Pagtulun-an sa mga Presidente sa Simbahan: Joseph Smith* (2007), 100. Samtang ang dugay nang gisunod nga tradisyon mibutang kanila diha sa daplin sa Suba sa Susquehanna, ang mga rekord nga nasulat sa samang panahon nagpakita nga sila miadto sa kakahoyan sa mga sugar maple sa amihanang bahin sa kayutaan (tan-awa sa Mark Lyman Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored? Identifying the Location of John the Baptist’s Appearance, May 15, 1829,” *Mormon Historical Studies* 12, nu. 2 [Fall 2011]: 142–59).
5. Tan-awa sa Mark L. Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored?” 153.
6. Joseph Fielding Smith, *Doctrines of Salvation*, comp. Bruce R. McConkie (1955), 1:197.
7. Tan-awa sa Larry C. Porter, “Dating the Restoration of the Melchizedek Priesthood,” *Ensign*, Hunyo 1979, 5–9; Larry C. Porter, “The Restoration of the Aaronic and Melchizedek Priesthoods,” *Ensign*, Dis. 1996, 42–44.
8. David O. McKay, “The Mission of the Church and Its Members,” *Improvement Era*, Nob. 1956, 781.
9. Robert D. Hales, “Blessings of the Priesthood,” *Ensign*, Nob. 1995, 32.
10. “Latter-day Saint Prophet, Wife and Apostle Share Insights of Global Ministry,” newsroom .ChurchofJesusChrist.org.
11. Tan-awa sa Russell M. Nelson, “Ang Pagpangalagad uban sa Gahum ug Katungod sa Dios,” *Liahona*, Mayo 2018, 68–70, 75; Russell M. Nelson, “Pagpangalagad,” *Liahona*, Mayo 2018, 100; Henry B. Eyring, “Dinasig nga Pagpangalagad,” *Liahona*, Mayo 2018, 61–64; Jean B. Bingham, “Pagpangalagad sama sa Gibuhat sa Manluluwas,” *Liahona*, Mayo 2018, 104–106.
12. Tan-awa sa Russell M. Nelson, “Pasiuna nga Pakigpulong,” *Liahona*, Nob. 2018, 6–8; Quentin L. Cook, “Lig-on ug Malungtarong Pagkakabig ngadto sa Langitnong Amahan ug kang Ginoong Jesukristo,” *Liahona*, Nob. 2018, 8–12.
13. Tan-awa sa Russell M. Nelson, “Paglaum sa Israel” (tibuok kalibutan nga debosyonal sa kabatan-onan, Hun. 3, 2018), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org; Russell M. Nelson, “Ang Partisipasyon sa mga Sister sa Pagpundok sa Israel,” *Liahona*, Nob. 2018, 69–70.
14. Tan-awa sa Russel M. Nelson, “Ang Igpapahulay usa ka Kahimut-an,” *Liahona*, Mayo 2015, 129–32.
15. Tan-awa sa Russell M. Nelson, “Pagpadayag alang sa Simbahan, Pagpadayag alang sa Atong mga Kinabuhi,” *Liahona*, Mayo 2018, 93–96.



A close-up photograph of a baby's feet sticking out of the water in a swimming pool. The pool has light blue square tiles. The water is clear and shows some ripples. The baby's feet are pink and appear to be wearing small, light-colored flip-flops.

Andam ba nga Magpabunyag ang Akong Anak nga adunay Kakulian sa Panglawas?

Ang ikawalo nga birthday sa among anak nga lalaki nagsingabut na. Apan unsaon namo sa pagsiguro nga andam na siya alang sa bunyag?

Ni Katie Edna Steed

Dili na lang kaabut og tuig, ang among anak, si David, mag-otso anyos na. Ang akong bana ug ako gusto nga maandam siya sa paghimo sa sagradong mga pakigsaad sa bunyag. Nagpasabut kana sa paghimo og mga butang sama sa pagbasa sa Basahon ni Mormon, pagtuon sa mga pakigsaad sa bunyag, ug pagribyu sa mga pangutana sa interbyu sa bunyag. Nabuhat na namo kining tanan sa magulang ni David nga babaye, apan si David adunay autism, busa ang paghukom kon angay ba siya nga magpa-bunyag dili sayon alang kanamo.

Oo, nasayud kami unsay buhaton sa pagtabang kaniya nga maandam, apan ang kanunay namong gihunahuna mao ang mga pangutana: *Angay* ba nga bunyagan si David? Andam ba siya? Kinahanglan ba nga mabunyagan siya? Nakasabut ba siya kon unsa nga pasalig ang iyang buhaton? Unsaon namo nga siguradong makahibalo nga husto ang among gibuhay?

Sama sa daghang mga ginikanan nga adunay anak nga may kakulian, kini nga mga pangutana midala kanamo sa usa ka panaw sa pagtinguha og mga pana-but sa doktrina ug personal nga pagpadayag.

Ang Edad sa Pagkaadunay Tulubagon vs. Pagka-adunay Tulubagon

Ang Doktrina ug mga Pakigsaad 68:27 mabasa, “Ug ang ilang mga anak pagabunyagan alang sa kapasay-loan sa ilang mga sala kon moabut sa walo ka tuig ang panuigon, ug makadawat sa pagpandong sa mga kamot.”

Kon mosalig lamang kita niini nga kasulatan, maka-ingon kita nga ang bisan kinsang otso anyos andam na nga magpabunyag. Hinoon, ang mga kasulatan nagtudlo usab:

“Ang gagmay nga mga bata natubos . . . pinaagi sa akong Bugtong Anak;

“Busa, sila dili makasala . . . hangtud nga sila mag-sugod nga mahimo nga adunay tulubagon sa akong atubangan” (Doktrina ug mga Pakigsaad 29:46–47; tan-awa usab sa Moroni 8:7–22).

Unsaon namo sa akong bana pagsabut kon si David may tulubagon na? Mipadayon kami sa pagsiksik.

Among nakat-unan gikan sa polisiya sa Simbahan nga ang pagkaadunay tulubagon sa indibidwal parehong mag-agad sa iyang mga tinguha ug sa iyang lebel sa pagsabut: kon si David takus ug matinguhaon nga mabunyagan ug mopakita nga mahimo siyang manubag, kinahanglang dili namo ihikaw ang bunyag kaniya.

Nakat-unan usab namo nga kon ang kakulian ni David mipugong sa iyang intelektwal nga kapasidad kutob ngadto sa usa ka gamay nga bata, wala siyay tulubagon ug dili magkinahanglan og makaluwas nga mga ordinansa (tan-awa sa *Tamdanan nga Basahon 1: Mga Presidente sa Stake ug mga Bishop* [2010], 16.1.8; ang mga miyembro nga dunay mga pangutana mahitugod sa mga polisiya sa Simbahan mahimong mokonsulta sa ilang mga bishop).

Ang intelektwal nga kapasidad ni David sa tinuod kasarangan ra. Hinoon, nagpangutana gihapon ko sa akong kaugalingon kon si David nakaabut ba og tukma nga lebel sa pagkaadunay tulubagon. Mipadayon ko sa mainampoong pagsiksik ug paglaum alang sa giya nga makahatag nako og kalinaw.

Mga Kakulian ug Pagka-inosente

Nasayud ko og pipila ka mga ginikanan nga adunay anak nga may kakulian kinsa mobati og dakong kahu-payan sa pagbasa nga kadtong miagi sa mortalidad nga wala mahimo nga adunay tulubagon magpabilin sa kahimtang nga inosente: “Ang tanan nga gagmay nga mga bata mga buhi diha kang Kristo. . . . Kay ang gahum sa katubsanang modangat diha sa tanan kanila

nga walay balaod; . . . ug ngadto kanila ang bunyag walay kapuslanan” (Moroni 8:22).

Si Propeta Joseph Smith mihulagway usab sa kahimtang sa mga bata nga namatay ug wala mahimo nga adunay tulubagon: “Ug ako usab nakasud-ong nga ang tanan nga mga bata kinsa namatay sa wala pa sila moabut sa panuigon sa pagkamay-tulubagon maluwas diha sa celestial nga gingharian sa langit” (Doktrina ug mga Pakigsaad 137:10).

Nasayud ako nga alang niini nga mga indibidwal, ang bunyag dili kinahanglan niini nga kinabuhi. Nasayud usab ako nga ang Dios motabang kanamo nga masayud unsa ang labing maayo alang kang David.

Pagtinguha og Balaan nga Giya

Alang niadtong adunay mga kakulian, adunay daghang nagkalain-lain nga mga abilidad. Daghang mga indibidwal nga adunay mga kakulian ang mas taas og lebel sa panghunahuna sa otso anyos ug mahimong mabunyagan ug makumpirmahan kon mahimo sila nga adunay tulubagon (tan-awa sa *Tamdanan nga Basahon 1*, 16.3.5). Ang ubang indibidwal walay tulubagon. Nasayud ko nga ang akong bana ug ako makahimo sa pagkonsulta sa among anak, sa Dios, ug sa among bishop, kinsa mobarug isip “maghuhukom sa Israel,” aron makatabang sa paghimo og dinasig nga desisyon mahitungod sa kaandam ni David nga magpabunyag (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 107:76).

Kini nga mga pulong gikan kang Alma mihatag kanako og dakong kalinaw: “Ug karon, ingon nga kamo mga matinguhaon sa pag-ipon ngadto sa panon sa Dios, ug pagatawgon nga iyang mga katawhan, . . . unsay anaa kaninyo batok sa pagpabunyag diha sa ngalan sa Ginoo, ingon og usa ka saksi sa iyang atubangan nga kamo nakasulod ngadto sa usa ka pakigsaad uban kaniya, nga kamo mag-alagad kaniya ug maghupot sa iyang mga sugo, nga siya unta mobubu sa kabuhong sa iyang Espiritu diha kaninyo?” (Mosiah 18:8, 10).

Human sa tanan namong pagpangandam, sa tanan namong mga leksyon sa panimalay ug diha sa Primary, misugod ko sa pagpangutana kang David sa mga pangutana nga nasayud ko nga pangutan-on siya sa iyang interbyu sa bunyag.

Usahay ang iyang mga tubag nagpakita og pagsabut, apan usahay dili siya kahibalo unsaon sa pagtubag. Naghunahuna ko kon husto ba ang among gibuhat.

Sa katapusan, ang Espiritu mihunghong sa akong kasingkasing, “Nganong dili man nimo pangutan-on si David kon unsay iyang hunahuna?”

Miatubang ko ni David ug nangutana, “David, gusto ba nimo nga magpabunyag?”

Mitan-aw siya nako ug miingon, “Oo!”

Sa dihang gipangutana nako siya nganong gusto niya nga magpabunyag, miingon siya, “Aron mahimong sama kang Jesus.”

Nasanapan ko sa kalinaw ug direksyon. Nasayud ko diha-diha dayon nga bisan kon si David wala makasabut sa hingpit sa matag pangutana, andam na siya nga magpabunyag ug magpakumpirma. Nasayud siya sa unsay kinahanglan niyang masayran, ug labing importante, aduna siyay tinguha nga mosulod sa gingharian sa Dios pinaagi sa bunyag.

Ang adlaw nga nabunyagan ug nakumpirmahan si David isip miyembro sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw puno sa gugma, panaghigalaay, ug kalinaw. Ang kwarto napuno sa pamilya, mga miyembro sa ward, mga higala sa eskwelahan, ug bisan mga magtutudlo sa eskwelahan ni David. Ang ehemplo nga gipakita ni David nianang adlaw sa pagpili nga mosunod ni Jesus ug magpabunyag usa ka ehemplo nga nakaimpluwensya og daghan alang sa kaayohan. Ang among pamilya mas lig-on tungod kay kami adunay oportunidad sa pagkat-on kon sa unsang paagi ang buhat sa Dios mahimong ipakita pinaagi sa among anak, si David (tan-awa sa Juan 9:3). ■

Ang tagsulat nagpuyo sa Utah, USA.

UNSAON NATO PAGTABANG ANG MGA MIYEMBRO NGA ADUNAY MGA KAKULIAN?

Samtang ang mga lider mahigugmaong mosunod sa ehemplo sa Manluluwas sa pagtabang sa uban nga mobati nga nalakip, ang mga miyembro nga may mga kakulian ug ang ilang mga pamilya mobati sa iyang gugma ug makasabut sa ilang importante nga dapit diha sa lawas ni Kristo (tan-awa sa 1 Mga Taga-Corinto 12:12, 18). Samtang mangulo ka ug moserbisyo, ikonsiderar ang mosunod:

- 1. Ayaw kahadlok sa pagpangutana.** Usahay mahadlok kita nga maghisgot og mga kalainan, apan samtang mangutana ka sa matinahurong paagi, ang mga indibidwal makadayeg sa imong sinserong tinguha nga mosabut sa ilang mga kahimtang. Han-aya ang mga pangutana sa mahigugmaong paagi, sama sa: “Sa unsang paagi ako makatabang sa paghimo sa imong kasinatian sa simbahan nga mas makahuluganon?” Ang mga miyembro nga may kakulian ug ang ilang mga pamilya sa kasagaran mao ang labing maayo nga kapanguhaan kalabut sa ilang kakulian ug makasulti kanimo kon asa gikinahanglan ang tabang.

pangutana, paggamit og mga closed caption sa mga video, pagtugot niadtong adunay limitado nga pangdungog o panan-aw sa paglingkod sa dapit nga mas makadungog o makakita sila, ug sa paggamit og lain-laing mga media sa pagpresentar sa mga leksyon. Mahimo usab nimong konsultahon ang ward o stake disability specialist mahitungod sa piho nga mga pagpahiangay nga pwede nimong mahimo.
- 2. Tabangi ang uban nga makasabut.** Human mokonsulta sa mga miyembro mahitungod sa ilang mga kakulian, hisguti kanila kon unsa ang imong mapaambit sa uban nga mobati sila nga komportable. Dayon, kon angay, tabangi ang mga lider sa ward ug ubang mga miyembro nga makasabut sa mga kakulian ug mga panginahanglan sa indibidwal. Makaugmad kini og mas dakong kalooy ug pagsabut ingon man sa inspirasyon kon unsaon sa paghatag og suporta.
- 3. Paghimo og mga pagpahiangay.** Adunay daghang yano nga mga kausaban nga pwede nimong mahimo aron sa pag-awhag og pagkat-on ug pag-apil alang sa tanan, lakip ang pagtugot og sobra nga oras sa pagtubag sa mga
- 4. Paghimo og mga oportunidad sa pagserbisyo.** Pakighimamat sa mga indibidwal ug sa ilang mga tig-atiman aron masayud unsa ang ilang mga kahanas ug mga talento. Dayon pagmainampoon sa pag-ila og makahuluganong mga paagi nga makaserbisyo sila. Ang tanan adunay ikatampo sa buhat.
- 5. Pakigsulti uban sa gugma.** Tinguhaa ang pagsunod sa bukas nga pagdawat diha sa mga pulong ni Elder Jeffrey R. Holland: “Isip mga miyembro sa Simbahan, anaa kitang tanan niini nga panaw. . . . Bisan unsa ang inyong mga kahimtang, gihangup namo kamo” (“Ang Akong Gipangandoy nga Mahibaloan sa Kada Bag-o nga Miyembro—ug Mahinumduman sa Tanang Dugay na nga mga Miyembro,” *Liahona*, Okt. 2006, 10). Sa tanang mga kapanguhaan sa Simbahan, ang usa sa labing maayo mao kanunay ang mga indibidwal kinsa nangalagad sa usag usa diha sa gugma ug panaghigalaay.

Pagdumala sa mga **ALLERGY SA PAGKAON** diha sa Simbahan

Ni Lisa Ann Thomson

Usa ka kalihokan sa kabatan-onan sa tugnaw nga kagabhion sa Enero 2017 miusab sa kahangturan sa pamilyang Sorenson. Ang anak ni Terry ug Jenilyn nga si Tanner 14 anyos niadtong panahona. Ang hiniyang kalihokan hapit na mahuman. Usa ka lider mihalad sa katapusan sa mga meryenda. Si Tanner, kinsa allergic sa mani, mikuha og cookie ug miingkit niini. Wala unta niya kadto buhata. Peanut butter cookie kadto.

“Mainampingon kaayo siya sa kasagaran,” miingon si Terry.

Nakapauli pa si Tanner—naa ra sa unahan sa ilang meetinghouse ang iyang balay. Apan dali kaayo siyang nawadan sa panimuot pagkahuman. Mihunong siya sa pagginhawa. Ang mga paramedic ug mga kawani sa emergency room naningkamot pag-ayo nga maluwas siya. Apan subo lang kay wala magmalampuson ang ilang mga paningkamot.

Namatay si Tanner nianang gabhiona tungod sa iyang allergy sa pagkaon.

Tibuok Kalibutan nga Isyu

Sa tibuok kalibutan, mga lima ka porsyento sa mga bata adunay allergy sa pagkaon.¹ Sa Estados Unidos, mga upat ka porsyento sa mga hamtong ug hangtud walo ka porsyento sa mga bata ang adunay allergy,² nga susama ang gidaghanon ang na-report diha sa mga nasud sa Europe ug pipila ka mga nasud sa Asia.³ Sa usa ka ward nga adunay 200 ka hamtong, mga 8 kana ka tawo, ug sa Primary nga adunay 50 ka sakop, 4 kana ka bata.

Sobra sa 170 ka pagkaon ang giila nga posible nga allergen [maka-allergy], apan sa Estados Unidos ang “Dakong 8” maoy hinungdan sa kadaghanan sa mga allergy sa pagkaon: gatas, itlog, mani, mga liso sa kahoy, trigo, soy, isda, ug mananap sa dagat nga adunay bayanan [pasayan, lambay, ubp].⁴ Sa rehiyon, lahi nga mga pagkaon ang nag-una sa lista sa mga allergen, sama sa garbansos sa India, buckwheat sa South Korea ug Japan, ug mga itlog sa hulmigas sa





Amihanang Thailand. Ang gatas sa baka ug mga itlog kanunay nga naapil sa labing komon nga mga pagkaon nga allergen sa tibuok kalibutan.⁵

Ang usa ka allergic reaction mahitabo kon ang immune system sa lawas sobra ra nga milihok batok sa usa ka butang nga giisip niini nga hulga. Ang labing grabe niini nga mga reaksyon mao ang anaphylaxis, nga usa ka paspas nga reaksyon sa lawas nga mahimong moresulta sa kamatayon.⁶ Ang mga sintoma mahimong maglakip sa pagpanggilok o pagpa-ngatol sulod sa baba; paghubag sa mga ngabil, nawong, dila, o ubang bahin sa lawas; kasukaon o pagsuka; paglisud sa pagginhawa; paspas nga pulso ug pagkalipong; ug pagkawala sa panimuot.⁷

“Sama kini ka seryoso, kon dili mas grabe pa, sa tawo nga giataki sa utok o kasingkasing diha sa simbahan,” mipasabut si Dr. Jonathan Olson, usa ka allergist ug miyembro sa Simbahan. “Ang tawo nga adunay usa ka allergic reaction posibleng mas daling mamatay kay sa tawo nga giataki sa kasingkasing.”

Bisan tuod ang umaabut nga mga pagtambal nagpakita og potensyal, sa pagkakaron wala pay tambal alang sa mga allergy sa pagkaon. Ang sumbanan sa pagpanambal mao gihapon ang “paglikay sa allergen ug pag-ila ug pagtambal sa anaphylaxis,” miingon si Dr. Olson.

Ang Pagkaon Gugma

Ang pagkaon kasagaran maoy dakong bahin sa mga panagpundok. Nagrepresentar kini sa kultura, mga tradisyon, ug mga holiday. Ang pagkaon gigamit sa paghatag og kusog sa atong kalawasan, apan gigamit usab kini sa pagtabang kanato sa sosyal ug emosyonal nga paagi, sa pagpakita og gugma ug pagpakabana, ug pagdani sa mga tawo sa pagpundok ug pagkonektar sa usag usa.

Labi na kining tinuod diha sa Simbahan. Ang ginagmay nga mga pagkaon ihatag diha sa mga klase aron makaawhag og

“Ang tawo nga adunay usa ka allergic reaction posibleng mas daling mamatay kay sa tawo nga giataki sa kasingkasing.”



pagtambong o paghatag og gibug-aton sa usa ka leksyon. Ang mga potluck, kompetisyon sa pagluto, ug ubang kalihokan sa ward makahatag sa mga Santos og rason nga magpundok ug makighigala. Mag-andam kita og mga pagkaon alang sa bagong mga inahan ug alang sa mga haya isip kinasingkasing nga pagserbisyo. Magbilin kita og ginagmayng pagkaon sa mga pultahan aron sa pagsulti nga naghunahuna kami kaninyo.

Bisan ang Manluluwas mipakaon sa 5,000 kinsa nanagpundok aron maminaw Kaniya nga nagtudlo.⁸

Kini nga mga chemplo nakatabang nga mapakita kon nganong ang mga allergy sa pagkaon mahimong mahagiton kaayo nga madumala ug lisud kaayo nga masabtan sa uban,

bisan—ug ilabi na—sa simbahan. Kasagaran gayud nga ang pagkaon gugma. Apan kon ang mga miyembro sa ward motan-aw sa mga allergy sa pagkaon isip usa ka oportunidad sa pagpangalagad, nan ang paghimo og mga pagpahiangay alang niadtong adunay mga allergy, ug bisan ang *kakulang sa pagkaon* mahimo usab nga usa ka pagpahayag sa gugma.

Paghimo sa Sakramento nga Sagrado—ug Luwas

Si Elder Jeffrey R. Holland sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles miingon: “[Ang] sakramento sa Panihapon sa Ginoo [mao] ang sagrado, giila nga maoy sentro sa atong sinemana nga kasinatian sa pagsimba. . .

“ . . . Kini nga oras nga gi-orden sa Ginoo mao ang labing sagrado nga oras sa atong semana.”⁹

Hinoon, sama sa nabutang diha sa bag-o lang gimantala sa Simbahan nga mga giya sa mga allergy sa

.ChurchofJesusChrist.org.) Ang pagsunod niini nga mga giya makapaniguro og luwas nga kasinatian sa sakramento alang sa kadaghanan sa mga miyembro.

Ang mga miyembro nga adunay mga allergy mahimong makig-istorya sa ilang bishop sa mga pagpahiangay nga haum alang sa sakramento. Ang mga miyembro mahimong mosang-

Ang mga miyembro nga adunay mga allergy mahimong makigsulti sa mga lider kalabut sa luwas nga mga kapilian alang sa ilang pan sa sakramento.



pagkaon ug pagbansay mahitungod sa pagtakud sa ubang pagkaon [cross-contamination], “Ang mga allergy ug mga reaksyon sa pagkaon mahimong adunay dakong epekto sa emosyonal nga kahimsog ug abilidad sa tawo sa pag-apil sa mga miting ug mga kalihokan sa Simbahan.”¹⁰

Ang mga giya sa Simbahan mahitungod sa allergy sa pagkaon naglakip og mga instruksyon sa paghatag og luwas nga pan sa sakramento ingon man usab kon unsaon nga malikayan ang pagtakud diha sa lamesa sa sakramento. (Ang detalyado nga impormasyon makita diha sa disability

kap og ilang kaugalingong walay allergen nga pan sulod sa sinilyohan nga plastik bag.

Dugang pa, ang mga pamilya nga adunay mga allergy sa pagkaon makasinati og mga hagit kon ang uban magdala og pagkaon o mga pang-timo atol sa miting sa sakramento. Tungod kay ang ubang allergic reaction mahitabo pinaagi lamang sa paghingus o paghikap sa usa ka allergen, ang mga pamilya nga adunay mga allergy sa pagkaon monabigar sa miting sa sakramento pinaagi sa pagbalhin og lingkuranan o pagbalhin ngadto sa lobby kon adunay pagkaon.

Sa usa ka miting sa pagbansay niadtong Abril 2015, si Presidente M. Russell Ballard, Akting nga Presidente sa Korum sa Napulog

Duha ka Apostoles, misugyot, “Ang atong nag-unang tumong mao nga ang tanan adunay espirituhanong kasinatian ug nagkalig-on nga pagtuo diha sa atong Langitnong Amahan ug ni Ginoong Jesukristo pinaagi sa pagbalaan sa adlaw nga Igpapahulay.” Midugang siya, “Sa pagkatinuod makalaum kita nga ang mga cell phone ug Ipad, mga dula ug mga pagkaon mahimong ihiklin sulod sa usa ka bililhong oras gikan sa 168 ka mga oras sa usa ka semana alang sa miting sa sakramento nga gipahinungod ngadto sa Langitnong Amahan ug sa Iyang Hinigugmang Anak, si Ginoong Jesukristo.”¹¹

Tungod sa lain-laing mga rason, dili tanan ang makahiklin og pagkaon panahon sa pagsimba. Apan tungod sa gipamub-an nga iskedyul, tingali atong ikonsiderar ang sugyot ni Presidente Ballard ug timbang-timbangon kon kinahanglan ba ka nga magdala og pagkaon ngadto sa miting sa sakramento.

Motabang sa mga Alantuson sa Usag Usa

Samtang ang pisikal nga epekto sa mga allergy sa pagkaon posible nga grabe, ang espiritwal nga epekto mahimong sama ka bug-at—alang sa maayo o dautan.

Ang anak nga babaye ni Francesca adunay grabe nga allergy sa gatas. Samtang ang iyang anak diha sa Primary, usa sa iyang mga magtutudlo ganahan nga magdala sa klase og hinimo sa panimalay nga mga cupcake alang sa mga birthday. Si Francesca mitanyag nga magdala og luwas nga mga cupcake matag higayon nga adunay birthday. Ang magtutudlo mibalad sa tanyag ug hinoon mipalingkod sa sayis anyos nga batang babaye diha sa hallway kon adunay ipaambit nga mga pagkaon sa birthday.

“Sakit kaayo kini sa daghang paagi,” mihinumdom si Francesca. “Imbis nga tudloan ang ubang mga bata nga ‘mahimong sama kang Jesus’ ug igong magpakabana aron mopaapil sa tanan, mitudlo siya kanila nga dili magpaapil.”

Ang pag-apil ug dili pag-apil maoy komon nga tema kon makigsulti ka sa mga pamilya nga dunay mga allergy sa pagkaon. Ang nuybe anyos nga anak nga lalaki ni Cynthia, kinsa allergic sa mani ug sa mga liso sa kahoy, naghinam-hinam nga motambong og adlawan nga kamping. Hinoon, sa buntag sa kamping, usa ka lider ang mitawag nga naghangyo kaniya nga dili motambong. Dili sila makaatiman sa iyang mga allergy.

“Gihunong nako ang among pag-istoryahanay ug mihilak,” mihinumdom si Cynthia, “sa masulub-on, kinasingkasing nga mga luha alang sa akong gamay nga anak kinsa wala na usab gipaapil.”

Si Katie Edna Steed, disability specialist manager sa Simbahan, mihisgot: “Ang Manluluwas mobiya sa 99 ug mangita sa usa. Kinahanglan natong hinumduman kana nga chempro—nga makakita sa usa ug mahibalo sa usa.”

Makatabang Kita

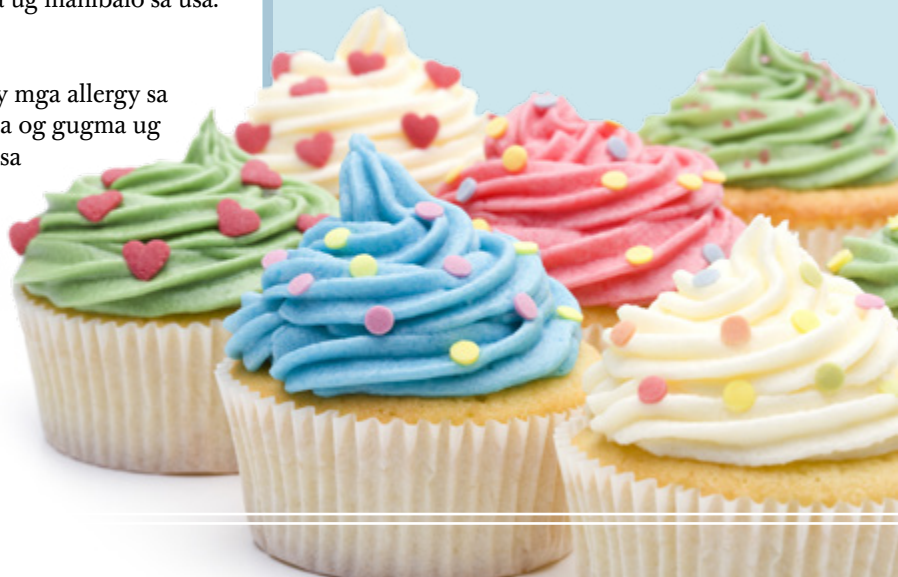
Daghan ang mahimo sa mga miyembro nga adunay mga allergy sa pagkaon ug sa ilang mga pamilya sa ward sa pagpakita og gugma ug sa paghimong luwas ug malukpanon sa pag-apil diha sa simbahan.

Unsa ang mabuhat sa mga pamilya nga adunay mga allergy sa pagkaon?

Ang mga pamilya nga adunay mga allergy mahimong mopasabut sa ilang mga panginahanglan ngadto sa mga lider ug mga magtutudlo—ug makigsulti pag-usab kon mailisan ang mga lider

Mga Angayng Ipangutana Kon Magplano og Kalihokan o Leksyon

1. Ang paglakip ba og pagkaon sa akong leksyon o kalihokan mosuporta sa akong mensahe? Mahimo ba nakong wagtangon ang pagkaon gikan sa akong leksyon o kalihokan?
2. Kon ang pagkaon importante nga bahin sa akong kalihokan, unsaon nako sa pagpa-ngalagad niadtong adunay mga allergy sa pagkaon? Aduna bay mga kapilian sa pagkaon nga makatabang sa akong tuyo samtang luwas alang sa tanang nalambigit? Mahimo ba nakong hangyoon ang mga indibidwal o mga ginikanan sa paghatag og luwas nga pagkaon o pagtabang kanako sa pag-ila og luwas nga kapilian?
3. Kon walay paagi nga makahatag og butang nga mahimong makaon sa tanan, makahatag ba ko og alternatibo alang niadtong adunay mga allergy? Mahimo ba akong direktang makigsabut niadtong adunay mga allergy sa paghimo og plano diin mobati sila nga komportable?





ug mga magtutudlo. Mahimo silang motanyag sa pagsangkap og luwas nga pagkaon ug motabang sa pagplano sa mga menu ug mga kalihokan. Makahatag sila og yano, makaluwas sa kinabuhi nga pagbansay ug mga plano sa emerhensiya.

“Ang Manluluwas mobiya sa 99 ug mangita sa usa. Hinumdumi nga mangita sa usa ug mahibalo sa usa.”

Magmasinabtanon sila kon ang mga miyembro mopadayag og kahadlok o pagduha-duha, apan mapailubon silang moedukar sa mga miyembro ug makigtambayayong sa pagpangita og mga opsyon nga luwas ug malukpanon. Kinahanglan silang mohangyo og mga pagpahiangay nga mahimo ug mapadayon sa ward.

Unsa ang mabuhat sa mga miyembro sa ward?

Ang mga miyembro sa ward mahimong magtinguha nga makasabut sa indibidwal nga mga sitwasyon. Ang mga miyembro sa ward kinahanglang monunot sa instruksyon sa ginikanan mahitungod sa paghatag og pagkaon ngadto sa usa ka bata. Kon ang pagkaon gikinahanglan alang sa usa ka kalihokan o leksyon, ang mga magtutudlo ug mga lider mahimong mangutana sa mga indibidwal ug mga ginikanan kon luwas ba ang pagkaon. Ang mga miyembro sa ward mahimong modapit og mga indibidwal ug mga ginikanan sa pag-apil ug pagsulbad sa problema kon gikinahanglan sa sirkumstanya.

Si Suzanne adunay pipila ka allergy sa pagkaon. Gibati niya nga gipangga pag-ayo tungod sa kasensitibo sa mga priest sa iyang ward samtang mangandam sila sa sakramento. “Natandog ko sa batan-ong mga lalaki nga mihimo sa pag-ambit sa sakramento nga luwas alang kanako,” miingon siya.

Sa usa ka Domingo, ang sakramento wala gipasa ngadto kaniya. Ang mga pari nga miandam niini nakamatikod nga ang iyang pan natakdan sa laing pan diha sa lamesa.

“Nakigkita sila nako human sa miting sa sakramento, mipasabut unsay nahitabo, ug misulti kanako nga nakadawat sila og espesyal nga pagtugot sa bishop nga ipahigayon ang sakramento ngari kanako diha sa klasehanan,” miingon si Suzanne. “Mihilak ko samtang mipanalangin ug mipaam-

bit sila sa sakramento nianang gamayng kwarto. Kusganon nakong nabati ang gugma sa Manluluwas ug ang Iyang kahibalo kon unsa ang akong panlimbasug niini nga hagit.”

“Ang pagpakita og kaandam nga mohimo og luwas nga kahimtang diha sa simbahan alang sa mga tawo nga adunay grabe nga mga allergy nagpakita usab og kaan-



dam nga motabang sa mga alantuson sa usag usa,” miingon si Suzanne.

Ang anak nga babaye ni Francesca anaa na karon sa Young Women. Ang iyang presidente sa Young Women naaghat nga motabang niini nga pamilya sa ilang alantuson. “Gibati nako nga kinahanglan namong buhaton ang unsay gikinahanglan aron sa pagsiguro nga wala siya gipugos sa pagpili tali sa iyang seguridad ug sa iyang pagsimba,” miingon siya. “Nag-ampo ko kon sa unsang paagi nga gikinahanglan namong atubangon kini nga sitwasyon ug kusganong mibati nga kinahanglan namong hangupon kini

nga pamilya ug siguroon nga hingpit silang nalakip.”

Ang mga lider sa kabatan-onan midawat sa hagit nga magplano og usa ka komperensya sa kabatan-onan nga molungtad sa gabii nga luwas nga matambungan sa anak nga babaye ni Francesca. Si Francesca mitabang sa pagplano sa menu ug sa pagpamalit og pagkaon. Ang batan-ong mga lalaki mihugas pag-ayo sa mga griddle sa wala pa kini gamita sa pagluto.

“Nindot kaayo kadto!” miingon si Francesca. “Nakahilak ko ug mibati sa gugma sa Dios pinaagi sa ilang mabination, malukpanon nga binuhatan. Mao usab ang akong anak nga babaye.”

Ang mga Buhat sa Dios Gipakita

Ang pamilya ni Tanner mibati og daghang milagro, dagko ug gagmay, sukad nawad-an sa ilang anak. Naglaum sila nga ang napadak-an nga kahibalo mahitungod sa mga allergy sa pagkaon maoy usa niini.

“Dili kay iresponsable kining mga bataa nga adunay mga allergy. Dili kay wala sila magbantay. Apan mga bata sila,” miingon ang amahan ni Tanner, si Terry. “Usa lamang ka segundo ang gikinahanglan nga dili kaayo ka mag-amping.”

Apan ang pagpangalagad makatabang kani-la nga maprotektahan. “Ang pagpangalagad, sa kahulugan niini, nagpasabut nga moatiman sa mga panginahanglan sa uban,” miingon si Dr. Olson. “Ang tanan kalabut sa Simbahan nakabase sa mga panginahanglan sa matag indibid-

wal ug sa pagsiguro nga natubag ang ilang espirituhanon ug pisikal nga mga panginahanglan.”

Si Sharon Eubank, Unang Magtatambag sa Kinatibuk-ang Kapangulohan sa Relief Society, mitudlo: “Si Kristo malumong misulti sa mga Nephite, ‘Ako misugo nga walay mopalayo kaninyo.’ . . . Usa ka walay pagkausab nga panginahanglanon sa Kristiyanong mga disipulo ug sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw ang pagpakita og tiunay nga gugma sa usag usa.”¹²

Alang kang Francesca, human sa personal nga panlim-basug sa pagsabut nganong ang iyang anak nag-atubang sa

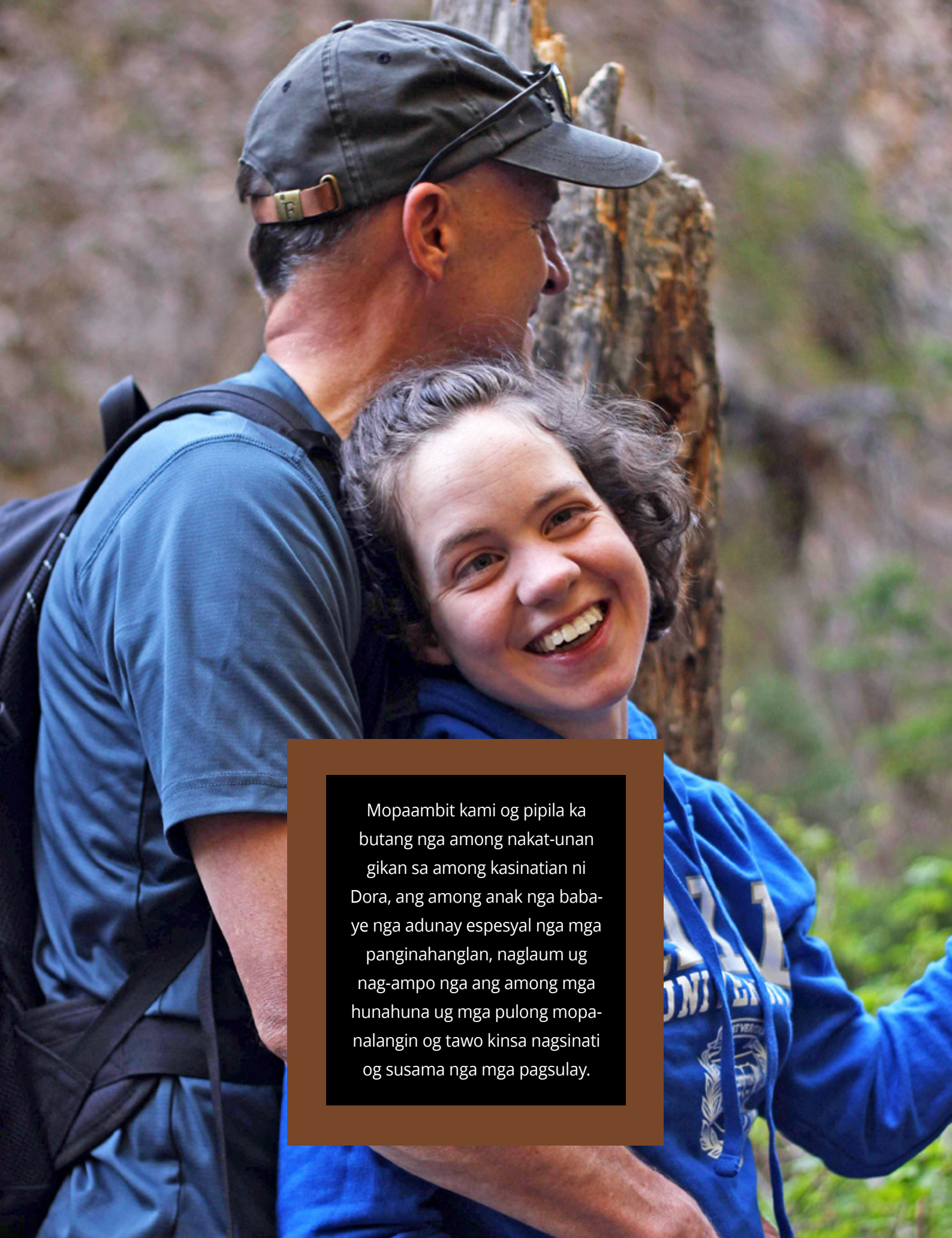


Ang mga pamilya, mga magtutudlo, ug mga lider mahimong magtinabangay sa paghi-mo sa simbahan nga mas luwas nga dapit alang sa pagkat-on ug paglambo sa tanan.

problema sa allergy sa pagkaon, nakaamgo siya, “Usahay ang Dios moayo og tawo nga may kakulian sa panglawas aron mapakita ang Iyang mahimayaon nga mga buhat, ug usahay tugutan Niya nga mapabilin sa tawo ang ilang kakulian sa panglawas tungod kay gusto Niya nga mapakita ang Iyang mga buhat pinaagi sa pagtratar sa uban nianang tawhana. Ang Dios mihatag kanatong tanan og mga oportunidad nga makat-on sa pagkamabination ug makat-on nga mahimong sama Kaniya pinaagi sa pagtugot kanato nga mahimong mila-gro alang sa usa ka tawo diha sa ilang pag-antus.” ■

MUBO NGA MGA SULAT

1. Tan-awa sa “Food Allergies: Global Burden, Causes, Treatment, Prevention and Public Policy” (gikaayunan nga pagtuon sa U.S. Institute of Medicine, 2017), National Academies of Science.
2. Tan-awa sa Wenying Loh ug Mimi L. K. Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context,” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 15, nu. 9 (Sept. 18, 2018), 2043, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6163515.
3. Tan-awa sa Alison Joanne Lee, Meera Thalayasingam, ug Bee Wah Lee, “Food Allergy in Asia: How Does It Compare?” *Asia Pacific Allergy*, vol. 3, nu. 1 (Ene. 2013), 3–14, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3563019/; FARE: Food Allergy Research & Education. “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.,” foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf. Ang pipila ka mga allergy sa pagkaon mawala sa pagdako, hinungdan nga mas dako ang porsiyento diha sa pagkabata ikumpara sa pagkahamtong.
4. Tan-awa sa FARE, “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.”
5. Tan-awa sa Loh ug Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context.”
6. Tan-awa sa “Signs and Symptoms,” anaphylaxis.org.uk/hcp/what-is-anaphylaxis/signs-and-symptoms.
7. Tan-awa sa Mayo Clinic, “Food allergy,” mayoclinic.org.
8. Tan-awa sa Marcos 6:37–44; Lucas 9:10–17.
9. Jeffrey R. Holland, “Tan-awa ang Kordero sa Dios,” *Liahona*, Mayo 2019, 45, 46.
10. “Food Allergies,” sa Policies and Guidelines nga seksyon sa disability.ChurchOfJesusChrist.org.
11. M. Russell Ballard, sa “April 2015: Sabbath Day Observance” (video), ChurchOfJesusChrist.org/media-library.
12. Sharon Eubank, “Kristo: Ang Kahayang nga Nagdan-ag taliwala sa Kangitngit,” *Liahona*, Mayo 2019, 74.



Mopaambit kami og pipila ka butang nga among nakat-unan gikan sa among kasinatian ni Dora, ang among anak nga babaye nga adunay espesyal nga mga panginahanglan, naglaum ug nag-ampo nga ang among mga hunahuna ug mga pulong mopa-nalangin og tawo kinsa nagsinati og susama nga mga pagsulay.



Ni Elder Paul B. Pieper
Sa Seventy
Ug ni Melissa T. Pieper

Espesyal nga mga Panginahanglan, Espesyal nga mga Leksyon

Sa mga adlaw human sa gi-iskedyul nga pagkatawo sa among anak nga si Dora pinaagi sa Caesarean, nasa-yud kami nga adunay medyo lahi kaniya. Apan niadto lamang gidali siya pagdala sa ospital gikan sa check-up sa doktor paglabay sa tulo ka semana nga misugod kami sa pagsabut unsa ka makapausab sa kinabuhi nga panghitabo ang iyang pagkahimugso alang sa among pamilya.

Sa mga semana ug mga bulan nga misunod nagpuli-puli ang among gibati nga mga paglaum ug kahadlok samtang ang mapahinungurong mga propesyonal misulay sa paghiling sa kahimtang ni Dora. Ang matag bag-ong teyoriya nagdala og kaugalingon niining hugpong sa mga kabalaka.

“O palihug, dili *kana*. Dili namo kaya nga mawala siya,” mitubag kami sa usa ka posible nga diagnosis. “Kon mao *kini*, dili kami sigurado unsaon kini pag-atubang,” mitubag kami sa lain.

Ang diagnosis usa ka espada nga duhay suwab. Makahatag

kini og kahupayan ug makatabang sa pagsabut kon sama sa unsa ang umaabut, apan makamugna usab kini og mga ekspektasyon o mohulagway og mga limitasyon nga tingali dili gani tinuod. Sa among sitwasyon, mapasalamaton kami nga human sa tanang teyoriya ug mga pagsusi, ang mga doktor

wala gayud makahimo og piho nga diagnosis alang ni Dora.

“Normal ra siya og panglawas sa tanang aspeto,” misulti sila kanamo, “apan nag-antus siya og ubos nga kondisyon sa kaunoran ug mga pagkirig.”

Nagpuyo kami sa milabay nga 28 ka tuig uban niana nga pamahayag—ang mga kawalay kasiguroan niini, ang naglahi-lahi nga mga kahimtang niini, ang mga hagit niini, ug ang kalipay ug mga posibilidad niini. Wala kami masayud kon sama sa unsa ang umaabut, apan wala gayud kami mobati nga nalimitahan sa usa ka piho nga medikal nga diagnosis.

Ganahan kami nga mohulagway ni Dora pinaagi sa iyang mga abilidad kay sa iyang mga limitasyon.



Paghulagway sa Tawo nga adunay Espesyal nga mga Panginahanglan

Ang pipila sa kanunay nga mga pangutana nga among nadawat paglabay sa katuigan kalabut ni Dora mao ang “Unsa ang iyang sakit?” ug “Unsa ang iyang kakulian?” Kasagaran motubag kami pinaagi sa pagsulti og sama sa, “Kanang, dili siya mosulti, molakaw nga walay tabang, o mokaon o mag-ilis nga siya ra, apan labaw pa kaayo siya kay niana.”

Nakakat-on kami nga dili siya ihulagway pinaagi sa mga dili niya mabuhay o sa iyang mga limitasyon. Hinoon, ganahan kaming mohulagway niya pinaagi sa iyang mga abilidad.

Sama pananglit, si Dora makapahiyom. Ang iyang pahiyom makahimo niadtong naglibut kaniya sa pagpahiyom. Ang hingpit nga mga estranghero mipahunong namo sa airport aron mohangyo kon mahimo ba silang magpalitrato uban ni Dora tungod kay nadani sila sa kahayag sa iyang malipayong pahiyom.

Makahatag siya og mga gakos. Kon swertehon ka nga makakuha og gakos gikan ni Dora, makapausab kini sa imong kinabuhi. Kausa, sa dihang nanggawas kami gikan sa usa ka kalihokan sa sport, si Dora nakaagi og tawo nga walay pinuy-anan sa daplin sa dalan ug diha-diha miduol ug migakos kaniya. Klaro sa iyang panagway nga ang gakos ni Dora maoy usa sa labing talagsaong butang nga iyang nasinati nianang adlaw.

Si Dora makatabang nimo nga mobati nga gimahal. Kon si Dora makatutok kanimo, bisan sa usa lang ka gutlo, mobati



HUYANG NGA LAWAS, BALANG PADULNGAN

“Wala kinahanglana ang perpekto nga lawas aron maangkon ang usa ka balaan nga padulngan. Sa pagkatinuod, ang ubang pinakamalumong mga espiritu anaa sulod sa huyang nga mga lawas.

Dakong espirituhanong kalig-on sagad mapalambo sa mga tawo nga adunay pisikal nga mga hagit—tungod kay nahagit gayud sila. Ang ingon niana nga mga indibidwal may katungod sa tanang panalangin nga giandam alang sa tanan Niyang matinud-anong mga anak.”

Presidente Russell M. Nelson, “Ang Inyong Lawas: Usa ka Talagsaong Gasa nga Angay Mahalon,” *Liahona*, Ago. 2019, 53.

ka og gugma ug katam-is nga makapahimo sa mga luha nga molugmaw sa imong mga mata. Tungod niadtong talagsaon nga mga gasa, nganong mohulagway man kami niya isip “adunay kakulian” o “baldado”? Nakaimpluwensya siya og gatusan ka kinabuhi alang sa maayo pinaagi lamang sa pagkahimong siya ug sa pagbuhay sa unsay iyang gibuhay.

Anam-anam Matag Adlaw

Sayon ra sa mga ginikanan nga mobati nga mabug-atan sa dihang ilang maamguhan nga ang ilang anak magsalig kanila sa tibuok kinabuhi. Ang pagbati nga nabug-atan mas kusog kon ang bata nagkinahanglan og makanunayong suporta sa

pisikal, emosyonal, ug tingali sa medikal. Ang posibilidad sa pagpakaon, pag-ilis og sinina, pagligo, pag-atiman, ug pag-suporta og usa ka bata matag adlaw mahimong makita isip bukid nga taas kaayo ug tungason kaayo nga katkaton.

Niadto nga mga higayon, importante nga mohunong kadali ug moingon, “Kinahanglan lamang nga buhaton ko kini karong adlaw.” Among nakaplagan nga pinaagi sa pagtutok lamang sa mga panginahanglan ug mga oportunidad sa matag adlaw, ang buluhaton daw mas daling madumala. Magpakabuhi kita usa lang ka adlaw matag higayon, ug mahimo kitang mangita sa kalipay ug kalamboan nga moabut uban nianang adlaw.

Makahimo sa Paglambo

Ang matag espiritu nga gipadala sa yuta makahimo sa “[pag]lambo.”¹ Kitang tanan gilauman nga mogamit sa atong kabubut-on kutob sa atong mahimo. Kita nga mga tig-atiman maoy responsable sa pagtabang niadtong atong giatiman nga motubo ug molambo sa pisikal, emosyonal, ug espiritwal nga paagi kutob sa ilang mahimo. Mahimong nagpasabut kana sa pagtabang kanila nga makaangkon og mga oportunidad sa pagserbisyo—sama ni Dora nga nanghatag og mga gakos o mga pahiyom. Mahimong nagpasabut usab kana sa pagtabang nila sa paggamit ug, kon mahimo, pagpalambo sa ilang pisikal ug mental nga mga kapasidad pinaagi sa pagpatambal ug kalihokan.

Sa pagbuhat niini, kinahanglan kita nga nakabase sa reyalidad. Kon kanunay kita nga nasagmuyo, tingali paspas ug sobra ra ang atong gibuhay. Ang Ginoo makatabang nato ug mogiya nato pinaagi sa Iyang Espiritu sa pagbuhat niadto nga mga butang nga posible ug tukma. Sa ubang sitwasyon, moha-tag Siya kanato og mga milagro, bisan kon daw gagmay ra.

Kanunay namong mahinumduman nga gisultihan sa usa ka nag-una nga orthopedic specialist nga si Dora dili gayud makalakaw. Apan human sa pipila ka tuig sa hilabihang pag-ampo ug pagkugi og maayo, si Dora karon makalakaw na uban sa tabang. Ang iyang kinatibuk-ang kahimtang wala mausab, apan ang Ginoo mihatag kanamo og gamay nga milagro aron sa pagtabang kaniya nga molambo ug makakap-lap og dugang kalipay sa kinabuhi.

Pagtuo nga Dili Mamaayo

Natural lamang nga mangu-tana og *ngano?* kon ang usa ka bililhon, naglisud nga anak sa Dios ipadala ngadto sa atong panimalay. Ang atong pagtuo natural lang nga moduso kanato sa paghangyo sa Dios kon mahimo ba nga maayo o matangtang ang kahimtang sa bata. Aduna kami pihong pagtuo nga ang Dios makahimo sa pag-ayo sa among anak, apan giklaro usab Niya nga dili Iyang kabubut-on ang pagbuhat niini karon.

Ang Langitnong Amahan adunay Iyang kaugalingong katuyoan sa pagpadala ni Dora kanamo, ug Siya moayo kaniya—kon ug sa dihang buot Niya nga mohimo niini.

Kanang adlaw tingali dili moabut hangtud sa panahon sa hingpit nga pagkaayo—sa Pagkabanhaw. Nagkinahanglan og samang pagtuo ang pagdawat sa kabubut-on sa Dios nga kining bililhon nga mga bata dili mamaayo karon ingon man sa pagtuo nga Siya makaayo kanila karon. Si Dora gipadala kanamo nga adunay katuyoan, ug mibati kami nga napahimangnoan nga dili magtinguha sa *ngano* apan mangutana sa Langitnong Amahan *unsa* ang gusto Niya nga among makat-unan.

“Ang pagpangutana, Nganong kinahanglan nga mahitabo kini kanako? Nganong kinahanglang mag-antus ako niini, karon? Unsay akong nabuhat nga nakaingon niini? mosangput sa imong dili pagkasabut,” miingon si Elder Richard G. Scott (1928–2015) sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles. Hinoon, miingon siya, “Pangutana, Unsa man ang akong buhaton? Unsa ang angay nakong makat-unan gikan niini nga kasinatian? . . . Kon mag-ampo kamo uban sa tinuod nga konbiksyon nga, ‘Palihug ipahibalo kanako ang Imong kabubut-on’ ug ‘Unta ang Imong kabubut-on maoy matuman,’ anaa kamo sa kinalig-unang dapit aron makadawat sa kinadak-ang tabang gikan sa inyong mapinanggaon nga Amahan.”²

Usahay maghunahuna kita sa mga ginikanan niadtong mga bata nga giayo sa Manluluwas panahon sa Iyang mortal nga pangalagad. Tingali, sama kanato, kadto nga mga ginikanan naghunahuna kon *unsa* ang katuyoan nga ang ilang mga anak gipadala nganha kanila. Human ang Manluluwas miayo kanila, ang mga ginikanan makasabut nga imposible unta alang Kaniya ang pagpakita sa Iyang makaayo nga gahum ug

pagkabalaan kon walay tawo nga ayuhon. Aduna kami pagtuo nga ang usa ka panahon sa pagkaayo moabut sa tanang anak sa Dios.³

Naghandum kami ngadto niana nga adlaw. ■

Kita nga mga tig-atiman
maoy responsable sa
pagtabang niadtong atong
giatiman nga motubo
ug molambo sa pisikal,
emosyonal, ug espiritwal nga
paagi kutob sa ilang mahimo.

MUBO NGA MGA SULAT

1. Gitudlo ni Propeta Joseph Smith, “Ang tanang mga salabutan ug mga espiritu nga sukad gipadala sa Dios nganhi sa kalibutan dali ra nga mapalambo” (*Mga Pagtulan sa mga Presidente sa Simbahan: Joseph Smith* [2007], 251).
2. Richard G. Scott, “Trust in the Lord,” *Ensign*, Nob. 1995, 17.
3. Alang sa mga panabut sa pag-angkon og “pagtuo nga dili maa-ayo,” tan-awa sa David A. Bednar, “Pagdawat sa Kabubut-on ug Panahon sa Ginoo,” *Liahona*, Ago. 2016, 16–23.

Ang mga Pulong sa Propeta alang sa Tanan

Wala ko magdahum nga makakita og kinutlo nga mga pulong gikan sa usa ka propeta sa Dios diha sa mga bungbong sa eskwelahan.

Sayo ko nga mimata usa ka buntag aron mangandam sa pagtrabaho. Samtang kasagaran ganahan ko sa akong trabaho isip magtutudlo, medyo gisapot ko ug gusto lang nga mobalik og higda ug magpakaaron-ingnon nga tingkatulog na usab.

Sa dihang miabut ko sa high school, naningkamot ko nga maandam ang akong hunahuna alang sa trabaho. Nasayud ko nga kinahanglan kong motudlo og klase sa math sa dili madugay, apan ang akong pagbati ug panghunahuna parehong gilaay ug magul-anon. Negatibo tanan ang akong mga emosyon.

Nakahukom ko nga moadto sa kasilyas sa dili pa magklase. Matag karon ug unya, adunay mopapilit og mga flier [pahibalo] diha sa mga kasilyas nga adunay impormasyon alang sa mga estudyante ug mga kawani. Sa kilid sa

akong mga mata, usa ka flier ang mikuha sa akong pagtagad. Kini adunay nindot nga kinutlo nga mga pulong nga mabasa, “Kon gusto ka nga mohatag og kahayag sa uban, kinahanglan ka mismo nga magdan-ag.”¹ Nasurprisa ko nga makakita nga kini nga kinutlo nagagikan kang Presidente Thomas S. Monson (1927–2018).

Wala ko magdahum nga makakita og kinutlo nga mga pulong gikan sa usa ka propeta sa Dios diha sa mga bungbong sa eskwelahan. Nagpuyo ko sa usa ka gamay nga lungsod sa Pennsylvania, USA, ug sigurado ko nga ako usa sa pipila lang, o posible ang bugtong, nga miyembro sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw diha sa eskwelahan. Nasayud ko nga ako usa sa pipila kinsa makasabut sa kaimportante sa mga pulong ni Presidente

Monson—usa ka tawo nga akong gipaluyohan sulod sa daghang katuigan isip propeta. Akong gibati nga kini nga mensahe alang gayud kanako. Mipalukmay kini sa akong kasingkasing ug mipagaan sa akong buot. Ang kamapasalamaton alang sa akong pagpamatuod mipuno sa akong kasingkasing, ug ang gugma sa Langitnong Amahan milukop kanako.

Gusto nakong kuhaon ang flier gikan sa bungbong ug isulod kini sa akong bulsa sa tibuok adlaw aron sa pagdasig kanako, apan duna akoy dali nga naamgohan. Si Presidente Monson dili lamang propeta alang kanako ug sa ubang mga miyembro sa Simbahan—siya ang propeta sa kalibutan. Ang iyang mga pulong, sama sa mga pulong ni Presidente Russell M. Nelson karon, alang sa tanan. Ang mga pulong sa propeta makatabang ug makabayaw sa tanan kinsa maminaw niini. Akong gilitratohan ang kinutlo nga mga pulong gamit ang akong phone ug gipasagdan ang flier alang ni bisan kinsa nga tingali magkinahanglan niini.

Mapasalamaton ko nga ang Langitnong Amahan midasig og tawo aron mobutang niini nga mensahe sa dapit nga akong makit-an. Gusto ko nga mohatag og kahayag ngadto sa uban. Pinaagi sa pagkamasulundon ug pagkasuod ngadto sa atong Manluluwas, makahimo ako sa pagdan-ag bisan sa mga adlaw nga ang kangitngit gusto nga ako mahisalaag. ■

Katherine Furgeson, Pennsylvania, USA

MUBO NGA SULAT

1. Thomas S. Monson, “For I Was Blind, but Now I See,” *Liahona*, Hulyo 1999, 69.



“Dili Nako Isalikway ang Akong Tinuohan”

Nahimo akong puntirya sa pagbiaybiay ug pagtamay sa trabaho. Nganong nagpabilin man ko sa trabaho nga nahimong hulga sa akong espiritwal nga kaayohan?

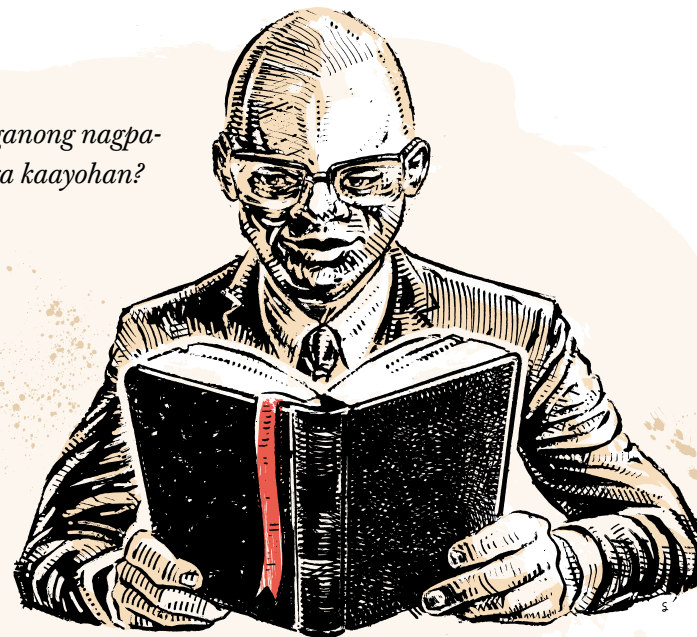
Wala madugay human ako nadawat isip assistant director sa usa ka dakong librarya, ang akong mga kauban ug ako misugod og ambisyusong proyekto sa pag-digitize sa 37,000 ka libro. Usa ka adlaw ang akong superbisitor mitawag kanako sa iyang opisina.

“Edouard,” miingon siya, “gidapit ako sa pagpresentar sa atong proyekto sa pag-digitize sa mga libro ngadto sa Estados Unidos ug sa pagpangayo og bag-o nga mga kapanguhaan [mga libro]. Gihangyo ako nga magdala og kasaligan nga katrabaho. Aduna akoy pagsalig kanimo apan dili sa imong simbahan. Kon imong isalikway ang imong tinuohan, pwede kang mokuyog nako.”

Sa wala pa ko makasulti og bisan unsa, gisultihan ko niya sa paghunahuna niini ug dayon gipalakaw ko.

Nianang gabhiuna, akong gipaambit sa akong asawa kon unsa ang nahitabo. Giawhag ko niya nga magbaton og hugot nga pagtuo. Pagkasunod adlaw, giingnan nako ang akong superbisitor nga magpabilin ko sa akong tinuohan. Nasuko siya ug miingon nga maginusara na lang siya nga mobiyahe.

Paglabay sa usa ka tuig, aduna akoy oportunidad nga mobiyahe ngadto sa France aron sa pagdawat og pagbansay kalabut sa panalapi, kapanguhaan, ug pagdumala sa librarya. Gikinahanglan lamang nako ang pagtugot sa akong superbisitor. Miingon siya nga motugot lamang siya kon akong isalikway ang akong tinuohan. Mibalibad na usab ako. Gigisi dayon niya ang dokumento ug gilabay kini sa akong nawong. Paglabay sa panahon miduol na usab kanako ang akong superbisitor.



“Molarga ko alang sa laing biyahe,” miingon siya. “Pwede ka nga mokuyog nako, apan ang kondisyon mao ra gihapon. Dili gayud ako mobiyahe nga kuyog ang usa ka miyembro sa inyong simbahan.”

“Dili nako isalikway ang akong tinuohan,” miingon ko. Mibiya siya nga walay gisulti. Wala madugay misugod siya sa paghisgut kanako ngadto sa akong mga kaubanan.

“Mihatag ako kaniya og mga oportunidad,” miingon siya. “Apan giusikan niya ang tanan tungod sa iyang walay hinungdan nga pagtuo. Buangon siya.”

Sugod niana, nahimo akong puntirya sa pagbiaybiay ug pagtamay sa trabaho. Nawad-an ako sa kadasig. Usa ka gabii, naghunahuna niini nga problema, akong giablihan ang Biblia ug mibasa, “Kon ang imong too nga mata mao ang makaingon kanimo sa imong pagpakasala, lugita ug isalibay kini; kay maayo pa alang kanimo nga mawad-an kay usa ka bahin sa imong lawas kay

sa ibanlud ang tibuok mong lawas ngadto sa impierno” (Mateo 5:29).

Kon ang Ginoo miingon nga kinahanglang wagtangon nato ang usa ka butang aron maluwas ang atong kaugalingon, nganong nagpabilin man ko sa trabaho nga nahimong hulga sa akong espiritwal nga kaayohan? Pagkasunod adlaw, misumiter ko sa akong pagluwat sa trabaho [resignation].

Karon, nalipay ko niini nga pagpili. Uban sa kaisug ug hugot nga pagtuo diha ni Jesukristo, akong giatubang ang pagpakaulaw sa trabaho ug temporaryo nga pagkawalay trabaho. Ang akong bag-ong trabaho karon naghatag og mga oportunidad nga wala kanako kaniadto. Ang Ginoo mipanalangin kanako, ug nagpasalamat ko Kaniya tungod sa Iyang pagkamabination ug sa Iyang gugma ngari kanako. ■

Edouard Ngindu, Katoka, Democratic Republic of the Congo

Nagkinahanglan Kami og Ikaduhang Milagro

Kami aduna nay usa ka milagro sa pagmabdos sa akong asawa.

Karon nagkinahanglan kami og usa pa.

Ang akong asawa, si Sarah, 24 ka semana na nga mabdos sa dihang misugod siya sa pagbati og grabeng kasakit. Mihatag ko kaniya og panalangin ug dayon mibiya padulong sa trabaho. Didto pa ako sa trabaho sa dihang nanawag siya nako nga mouli aron ako siyang dad-on sa ospital.

“Hapit na mogawas ang inyong bata,” gisultihan kami sa among pag-abut. Tungod kay si Sarah 24 ka semana pa nga nagmabdos, ang labing maayong tsansa nga mabuhi ang bata mao ang dinalian nga cesarian nga pag-opera.

“Ang imong asawa dili na kinahanglang moagi pa og bisan unsang dugang nga kasakit,” misulti ang doktor kanako. “Mawala man gihapon niya ang bata.”

Si Sarah ug ako naghisgot ug nagampo mahitungod sa unsay gisulti sa doktor. Gibati namo nga kon aduna pay tsansa nga mabuhi ang among anak, kinahanglan namong sulayan kana nga tsansa. Nakasinati kami og kalisud sa pagbaton og mga anak. Ang among kinamagulangang anak, si Taylor, sinagop. Sa dihang namabdos si Sarah duha ka tuig human sa among pagsagop kang Taylor, gibati namo nga usa kadto ka milagro. Karon nagkinahanglan kami og ikaduha nga milagro.

Wala madugay, usa ka espesyalista miduol kanamo ug miingon, “Morag duna pa ta’y oras aron dad-on ang imong asawa ngadto sa ospital sa mga bata sa El Paso, Texas, nga adunay kasangkapan sa pag-atiman og ahat nga

pagkatawo [premature] ug masakiton kaayo nga mga bag-ong natawo. Adunay purohan ang bata didto!”

Usa ka ambulansya mibiya sa among lokal nga ospital uban ni Sarah ug paspas nga mipadulong sa ospital sa mga bata nga 45 minutos ang gilay-on. Nagsunod ako sa luyo, nangamuyo sa Ginoo diha sa pag-ampo nga hatagan kami og milagro. Misaad ko Kaniya nga magpabilin ko sa dalan sa ebanghelyo ug maningkamot nga mahimong mas maayo.

Sa ospital, giingnan nako ang doktor sa neonatal intensive care unit: “Nahibalo mi nga aduna na kamiy usa ka milagro sa pagmabdos sa akong asawa. Karon naglaum kami og laing milagro.”

Ang pagpanganak maayo ra, ug naluwas ang among anak. Human siya migahin og upat ug tunga ka bulan sa neonatal intensive care unit, gidala namo si Shanna sa balay. *Nakadawat* kami og ikaduhang milagro. Paglabay sa dili kaayo taas nga katuigan, nakadawat na usab kami og laing milagro—ang Ginoo mipanalangin kanamo og kaluha.

Si Shanna medyo ubos gamay og IQ, ug anaa siya sa wheelchair, apan puno siya sa kalipay, kanunay nga positibo, ug higala sa tanan. Ganahan siyang mosulti nimo mahitungod sa iyang adlaw, ug mahinamon siya sa kinabuhi. Makapahimo siya namo kanunay sa pagpahiyom ug nagtudlo kanamo nga magmalipayon. Gimahal namo siya ug mapasalamaton alang kaniya. Si Shanna usa gayud ka panalangin. ■

Daniel Payne, New Mexico, USA



Usa ka Open House sa Templo Miabli sa Akong Kasingkasing

Tungod sa pahibalo mahitungod sa open house sa templo, akong gibati nga daw ang Ginoo personal nga nagdapit kanako sa pagsulod sa Iyang balay.

Nabunyagan ko sa dihang 15 anyos ko. Daghang tawo ang wala makasabut sa akong bag-ong tinuohan. Ang uban, lakip sa akong mga higala, nagbugal-bugal pa gani nako sa akong desisyon nga magpasakop sa Simbahan. Ang akong mga ginikanan dili miyembro sa Simbahan, mao nga wala akoy suporta gikan kanila.

Isip resulta, nahimong lisud alang kanako ang pagpadayon sa pagtambong sa simbahan ug pagpadayon sa pagsunod sa ebanghelyo. Sa dihang 19 anyos na ako, wala na ko mag-adtoan sa simbahan.

Paglabay sa napulo ka tuig, nakadungog ko nga usa ka templo ang pagatukuron diha sa El Salvador. Nasurprisa ko pagkadungog nga usa ka balay sa Ginoo ang pagatukuron diha sa akong nasud! Paglabay sa upat ka tuig, ang San Salvador El Salvador Temple nakompleto, ug ang open house sa templo gipahibalo. Sa dihang akong nahibaloan nga ang open house makahatag kanako og oportunidad nga makasulod sa templo, akong gibati nga daw ang Ginoo personal nga nagdapit kanako sa pagsulod sa Iyang balay.

Ang adlaw nga milibut ko sulod sa templo maoy usa sa labing nindot nga mga adlaw sa akong kinabuhi. Panahon sa open house, nakakat-on ko og dugang mahitungod sa unsay mahitabo sulod sa gipahinungod na nga mga templo. Nakakat-on pud ko mahitungod sa sagrado nga mga pakigsaad sa templo nga himoon sa mga indibidwal ngadto sa Dios.

Samtang milakaw ko sulod sa matag kwarto sa templo, akong gibati ang presensya sa Dios. Mibati ko og kamalinawon. Ang pagbisita sa templo mihatag kanako og tinguha nga mobalik sa Simbahan ug mosunod pag-usab sa ebanghelyo. Sa dihang nakaamgo ko nga makahimo ko sa pag-apil sa talagsaong buhat sa Dios, gusto nako nga makompleto ang buhat sa templo alang sa akong mga katigulangan ug makagamit sa pagkapari.

Ang akong kasinatian sa templo nianang adlaw nakapausab nako. Karon motabang ko sa mga sakop sa akong ward nga maandam alang sa templo ug motabang kanila sa family history aron makahimo sila sa buhat sa templo alang sa ilang mga katigulangan.

Dili pa gayud ulahi aron mobalik sa Simbahan. Dili pa gayud ulahi aron mobuhat og maayo. Ang Ginoo, uban sa Iyang walay kinutuban nga gugma, anaa kanunay kanato. Ang templo usa ka dapit nga naghiusa kanato ngadto Kaniya ug nagtugot kanato nga sa umaabut makabalik sa pagpuyo uban Kaniya. ■

Ricardo Matamoros, Ahuachapán, El Salvador

Usa ka Gasa sa Gugma

Ni Faith S. Watson

Samtang ang akong bana mipanalangin sa among anak nga babaye, misugod ko sa pagkaangkon og gamayng pagsabut sa gilawmon ug gilapdon sa gasa sa gugma sa Langitnong Amahan—ang pagkapari.

Bag-o ako nga miyembro sa Simbahan, bag-o nga asawa, ug karon bag-o nga inahan. Dominggo kadto sa puasa, ug ang among gamayng anak nga babaye hapit na modawat sa ngalan ug panalangin. Wala pa gayud ako makakita og panalangin alang sa usa ka bata tungod kay nagpuyo kami sa usa ka ward nga adunay pipila lang ka batan-ong mga pamilya. Wala ko kahibalo unsay paabuton. Apan gibati nako pinaagi sa Espiritu nga espesyal kaayo kini ug makahuluganon.

Ang akong bana, giapilan sa ubang matinahuron nga mga naghupot sa pagkapari, mainampingong mikugos sa among bililhon nga gamayng anak. Ang nindot nga pagbati sa Espiritu mipuno kanako sa kalipay. Ang mga luha midagayday sa akong mga aping, ug daghan kaayo nga mga impresyon ang mipuno sa akong hunahuna. Nasayud ko nga nagsugod pa lang ko sa pagkaangkon og gamayng pagsabut sa gilawmon ug gilapdon sa talagsaong gasa sa gugma sa Langitnong Amahan ngari kanato—ang pagkapari.

Sa dihang gitudloan ko sa mga misyonaryo sa mga diskusyon, akong nabatyagan ang dakong dungog nga ilang gibati sa paghupot sa pagkapari. Ako kining nadunggan diha sa ilang mga pulong ug sa ilang mga pag-ampo, lakip na sa dihang mipanalangin sila kanako aron mabuntong ang usa ka hagit kalabut sa Pulong sa Kaalam. Akong gibati ang ilang mga kamot, hinay nga gipatong diha sa akong ulo,

nga misugod sa pagkurog samtang gipamulong nila ang mga pulong nga nasayud ko nga gikan sa Ginoo—mga pulong sa gugma ug pagkaayo.

Wala madugay nabunyagan ako, ug ang mga kamot sa nanaghupot sa pagkapari gipatong na usab sa akong ulo. Gikumpirmahan ko isip miyembro sa Simbahan sa Ginoo, ug ang gasa sa Espiritu Santo gitugyan ngari kanako. Nalimpyohan ko ug natawo pag-usab. Akong gibati ang gahum sa pagkapari diha sa akong tibuok lawas, ug sa unang higayon sa akong kinabuhi, nahibaloan nako ang hingpit nga kalipay.

Wala madugay human sa akong bunyag, ang akong bana ug ako namin-yo. Ang iyang mga ginikanan nga miyembro sa Simbahan ug ang iyang panimalay nakasentro sa ebanghelyo, apan nasayud ko nga ang iyang pagpamatuod dili pa kaayo lig-on. Hinoon, wala ako mabalaka. Ang akong bag-ong pagtuo mipuno kanako sa pagkamasaligon. Higugmaon lamang nako siya ug magmapailubon ug magmainampunon.

Sa mga bulan nga nagsabak ako sa among kinamagulangang anak, gibati nako ang sagad nga bation sa mga inahan—suod kaayo sa akong gamayng bata, puno sa katingala niining bag-ong kinabuhi sulod kanako. Sa dihang natawo ang among anak nga babaye, ang akong relasyon kaniya nahimong kusog nga pagbati sa gugma, lig-on ug tam-is.

Apan nabalaka ako sa akong bana. Wala niya maangkon kini nga panalangin sa hilabihan nga kasuod ngadto

sa among anak nga babaye nga akong natagamtam. Siyempre gimahal niya siya, apan naghunahuna ko ug nabalaka kon molambo ba ang lig-on nga relasyon tali kaniya ug sa among anak. Nabalaka ko samtang migahin ko og panahon sa pag-atiman sa among anak nga babaye, sa pagligo kaniya, ug sa pagkugos kaniya, samtang ang dakong panahon sa akong bana gigahin sa pagtrabaho aron makasuporta sa among pamilya.

Karon, pipila ka semana human sa iyang pagkatawo, anaa kami sa among chapel. Usa ka milagro ang nahitabo diha sa akong atubangan ug diha sa akong kasingkasing. Ang nag-ukon-ukon nakong bana mapaubsanong mipahiyom sa iyang kaigsoonan diha sa sirkulo, ang iyang panagway daw kahalakon sa kalipay. Agi og balos, ang gugma ug suporta midagayday gikan niadto nga kaigsoonan padulong kaniya samtang mibutang sila sa mga kamot diha sa mga abaga ug mitabang sa pagkugos sa among anak, miporma og gamay nga sirkulo nga napuno sa putli ug sagradong gugma. Samtang gisugdan sa akong bana ang panalangin, nadungog nako ang pagkurog sa iyang tingog ug nasayud ko nga iyang gibati ang gahum sa Ginoo ug ang dungog sa paghupot sa Iyang pagkapari.

Gibati nako ang dakong gugma nga mitubo diha kaniya alang sa among gamay nga batang babaye, ug nasayud ko nga naningkamot siya pag-ayo sa pag-andam sa iyang kaugalingon aron sa paghatag sa among anak sa panalangin



nga giandam sa Langitnong Amahan alang kaniya. Hingpit ang akong kalipay samtang akong naamguhan nga gibati na niya karon nga konektado kaayo ngadto sa among anak nga babaye. Usa kini ka koneksyon nga dili gayud mahuyang.

Milabay na ang katuigan sukad niadto nga kasinatian. Sa dili maihap nga higayon akong nasaksihan ug nabati ang gahum ug katahum sa pagkapari nga gigamit sa daghan kaayong paagi, sa daghan kaayong dapit, ug

alang sa daghan kaayong mga anak sa Langitnong Amahan. Nakita nako ang matahum nga makaluwas nga mga ordinansa nga gihatag ug mga kasingkasing nga napuno. Nakaobserbar ko sa paglimpyo, pag-ayo, paghupay, ug pagtudlo. Nakita ug nabati nako ang mga palas-anon nga gitangtang.

Nasayud ko nga wala pa ko makasabut sa hingpit nga kahalangdon sa pagkapari, apan ang matag panalangin alang sa masuso nga akong nakita

mipuno kanako sa samang pagdayeg nga akong gibati atol sa panalangin sa akong unang anak. Nakadayeg ko sa gugma nga gipakita sa Langitnong Amahan pinaagi sa pagpaambit sa Iyang gahum ngari kanato, ug napuno ako sa pasalamat nga dili ikapadayag sa mga pulong sa akong pagpamatuod mahitungod Kaniya, sa Iyang Pinalanggang Anak, ug sa atong matahum nga gipahiuli nga ebanghelyo. ■
Ang tagsulat nagpuyo sa Utah, USA.



Alma 5–7

HUNYO 1–7

Sa Unsang Paagi ang mga Pangutana ni Alma Makatabang Kanato sa Paglambo sa Espirituhanong Paagi?

UNSAY AKONG KAHIMTANG KARON?

Si Alma nangutana sa katawhan sa Zarahemla og 36 ka pangutana aron matabangan sila sa pagtimbang-timbang sa ilang espirituhanong paglambo. Si Presidente M. Russell Ballard, Akting nga Presidente sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles, mipasabut nga ang espirituhanong pagtimbang-timbang makatabang. Miingon siya, “Isip giya alang nako atol niining [pagtimbang-timbang] . . . , gusto nakong basahon ug pamalandungon ang makapahinuklog nga mga pulong nga makita diha sa ikalimang kapitulo sa Alma.”¹

Unsay Kinahanglan Nakong Usbon?

Samtang imong basahon ang Alma 5:7–13, pangitaa unsay gitudlo ni Alma kon sa unsang paagi kita mahimong mag-usab ug mas mapaduol kang Kristo. Ikonsiderar unsa nga mga butang ang mahimo nimong usbon, ug paghimo og plano sa paglihok.

Sa Unsang Paagi Mipanalangin ang Ginoo Kanako?

Si Alma midapit usab sa katawhan sa paghinumdom kon sa unsang paagi ang Ginoo miluwas sa ilang mga amahan ug sa paghinumdom sa ilang pagkakabig. Ikonsiderar ang pagsulat sa imong istorya sa pagkakabig aron sa paghinumdom kon sa unsang paagi ang Ginoo mipanalangin kanimo. Mahimo ka usab nga mobasa sa mga istorya sa pagkakabig sa imong mga katigulangan o sa unang mga miyembro sa Simbahan.

“Nindot kon ang matag Santos sa Ulahing mga Adlaw nakahibalo sa mga istorya sa pagkakabig sa ilang mga katigulangan. . . . Matag usa nato mapanalanginan og maayo kon kita makahibalo sa mga istorya sa hugot nga pagtuo ug sakripisyo nga migiya sa atong mga katigulangan sa pag-apil sa Simbahan sa Ginoo.”²

MUBO NGA MGA SULAT

1. M. Russell Ballard, “Mobalik ug Modawat,” *Liahona*, Mayo 2017, 64.
2. William R. Walker, “Pagpuyo nga Matinud-anon sa Tinuohan,” *Liahona*, Mayo 2014, 97, 99.



Alma 8–12

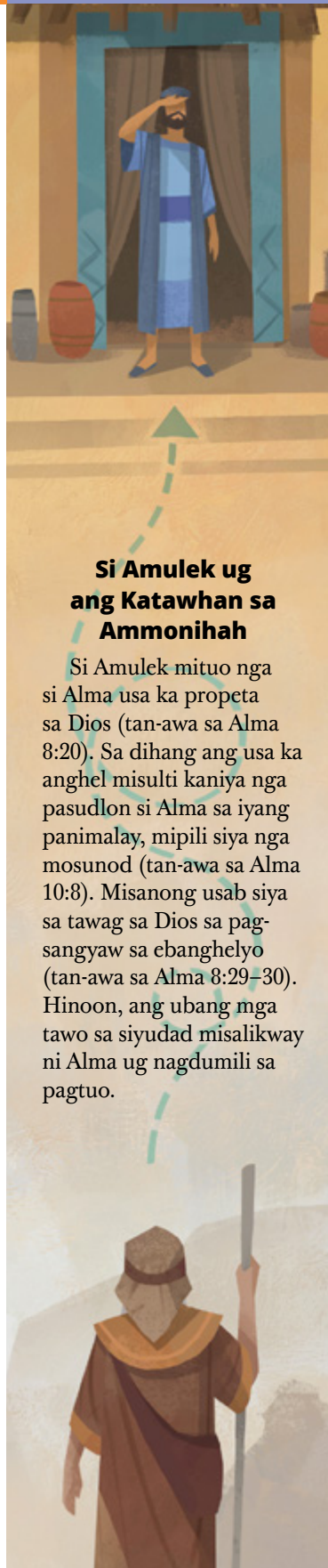
HUNYO 8–14

Sa dihang gisangyaw ni Alma ang ebanghelyo didto sa Ammonihah, kadaghanan sa mga tawo misalikway kaniya, apan si Amulek naminaw ug mituo. Ang kalainan tali ni Amulek ug ang tibuok Ammonihah nagpakita kanato sa mga sangputanan sa pagbaton og humok nga kasingkasing o tig-a nga kasingkasing ngadto sa mga butang sa Dios (tan-awa sa Alma 12:10). Makapili kamo nga magbaton og humok nga kasingkasing.

DISKUSYON

- Unsa nga mga kinaiya ang aduna si Amulek? Unsaon nimo sa pagpalambo sa iyang maayo nga mga kinaiya?
- Kon nagtinguha ka og mga tubag sa piho nga pangutana, unsay imong mabuhat aron mahimong mas madawaton sa pagpadayag gikan sa Langit-nong Amahan?
- Pinaagi sa pagpili nga makabaton og humok ug masulundon nga kasingkasing, unsa kaha nga mga panalangin ang giandam sa Ginoo alang kanimo ug sa imong pamilya?

Sa Unsang Paagi ang Pagpalambo og Humok nga Kasingkasing Makatabang Kanato nga Makaangkon og Espirituhanong Kahibalo?

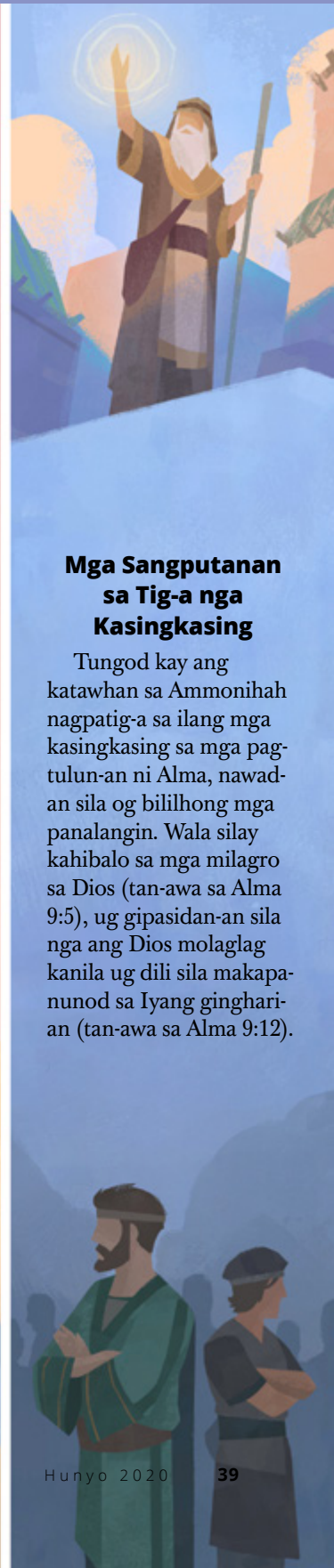


Si Amulek ug ang Katawhan sa Ammonihah

Si Amulek mituo nga si Alma usa ka propeta sa Dios (tan-awa sa Alma 8:20). Sa dihang ang usa ka anghel misulti kaniya nga pasudlon si Alma sa iyang panimalay, mipili siya nga mosunod (tan-awa sa Alma 10:8). Misanong usab siya sa tawag sa Dios sa pag-sangyaw sa ebanghelyo (tan-awa sa Alma 8:29–30). Hinoon, ang ubang mga tawo sa siyudad misalikway ni Alma ug nagdumili sa pagtuo.

Mga Panalangin sa Humok nga Kasingkasing

Tungod kay midawat siya sa pulong sa Dios, si Amulek napanalanginan og espirituhanong kahibalo. Siya “napuno sa Espiritu Santo” (Alma 8:30), nakaangkon siya og pagpamatuod sa gahum sa Dios (tan-awa sa Alma 10:5), ug nasayud pa gani siya sa mga hunahuna niadtong misulay sa paglingla kaniya (tan-awa sa Alma 10:17). Makapili usab kamo sa pagdawat sa pulong sa Dios ug modawat sa Iyang mga panalangin.



Mga Sangputanan sa Tig-a nga Kasingkasing

Tungod kay ang katawhan sa Ammonihah nagpatig-a sa ilang mga kasingkasing sa mga pagtulun-an ni Alma, nawad-an sila og bililhong mga panalangin. Wala silay kahibalo sa mga milagro sa Dios (tan-awa sa Alma 9:5), ug gipasidan-an sila nga ang Dios molaglag kanila ug dili sila makapanunod sa Iyang ginghari-an (tan-awa sa Alma 9:12).



Alma 13–16

HUNYO 15–21

Sa Unsang Paagi ang Makaluwas nga mga Ordinansa Nagpunting Kanako ngadto ni Kristo?

“Ang maayong binuhatan nga walay mga ordinansa sa ebanghelyo dili makatubos ni makahimaya sa katawhan.”¹

PANGANDAM

Si Alma ug Amulek gitawag ug giandam sa Ginoo sa pagtudlo sa Iyang mga sugo (tan-awa sa Alma 13:3). Sila usab “gi-orden uban sa usa ka balaan nga ordinansa” (Alma 13:8). Kini ug ang ubang ordinansa gihatag nga kita unta masayud asa motan-aw alang sa kapasayloan sa atong mga sala (tan-awa sa Alma 13:16). Ang tanang ordinansa nagpunting kanato ngadto ni Jesukristo.

Unsaon nimo sa pagpangandam sa pagdawat sa makaluwas nga mga ordinansa sa ebanghelyo?

PAGHINULSOL

Ang paghinulsol mopabaling sa atong kasingkasing ngadto sa Manluluwas. Ang makaluwas nga mga ordinansa nagtutok sa atong mga hunahuna diha kang Kristo ug sa Iyang grasya aron kita makabalik ngadto Kaniya (tan-awa sa Alma 13:16).

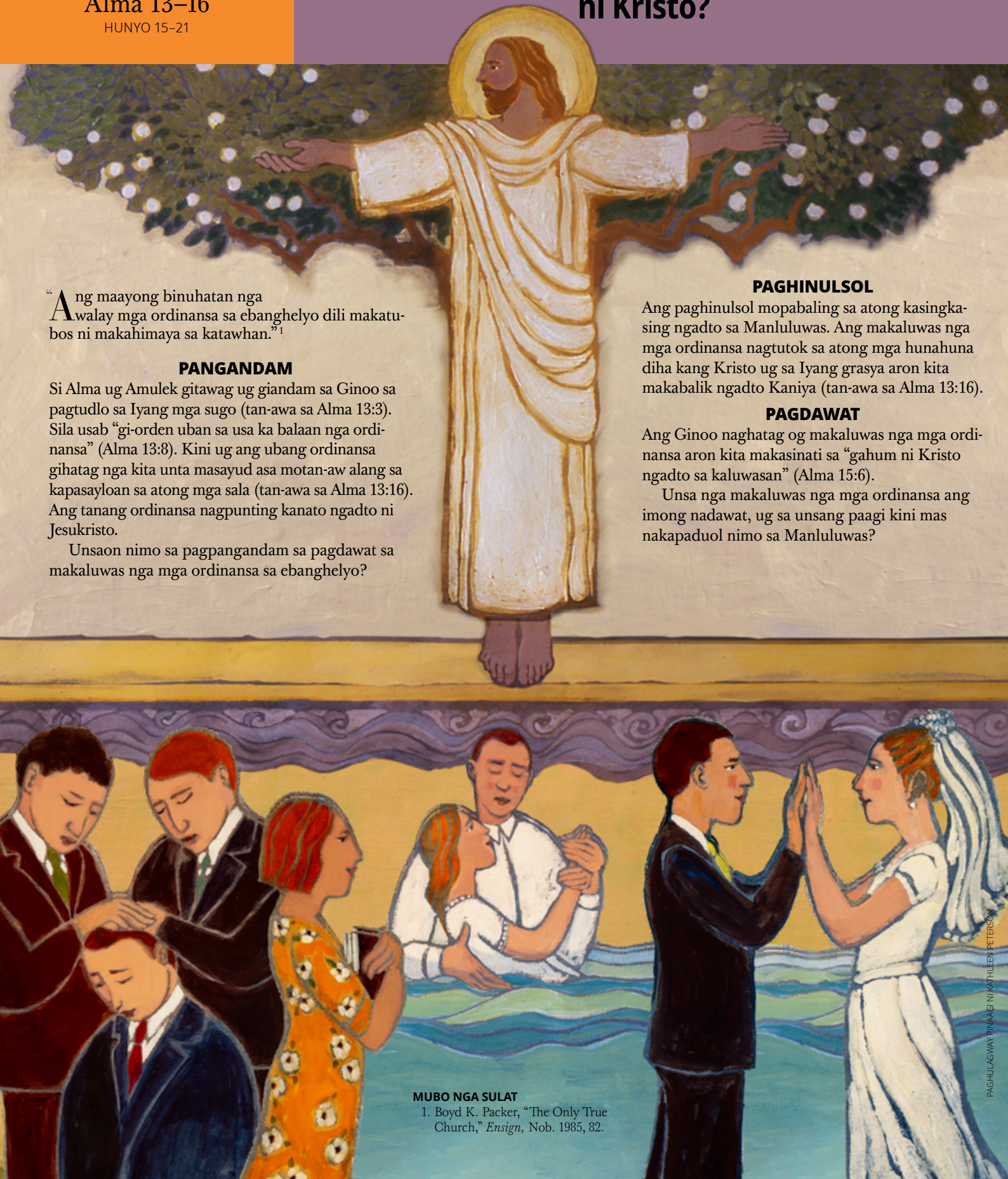
PAGDAWAT

Ang Ginoo naghatag og makaluwas nga mga ordinansa aron kita makasinati sa “gahum ni Kristo ngadto sa kaluwasan” (Alma 15:6).

Unsa nga makaluwas nga mga ordinansa ang imong nadawat, ug sa unsang paagi kini mas nakapaduol nimo sa Manluluwas?

MUBO NGA SULAT

1. Boyd K. Packer, “The Only True Church,” *Ensign*, Nob. 1985, 82.





Alma 17–22

HUNYO 22–28

Unsaon Nako sa Paglihok Diha-diha Dayon uban sa Pagtuo?

Ang matitud-anon ug diha-diha dayon nga mga aksyon ni Abish diha sa Basahon ni Mormon nagpakita kon sa unsang paagi ang pagtuo makatabang sa pagdala sa uban ngadto ni Kristo. Ikonsiderar kon sa unsang paagi siya hingpit nga “nakabig ngadto sa Ginoo” (Alma 19:16).

DISKUSYON

Unsaon nimo sa paglig-on sa imong pagtuo sa Ginoo aron ikaw, ug tingali ang uban, mobati nga nahatagan og gahum aron diha-diha dayon ug sa hingpit mosunod sa kabubut-on sa Dios?

Nasayud Siya Niini

Ang pagtuo ni Abish hugot kaayo nga sa dihang nakita niya nga ang pamilya ni Lamoni nangatumba sa yuta, siya “nasayud nga kini mao ang gahum sa Dios” (Alma 19:17). Unsaon nimo pagpalig-on sa imong pagtuo aron masayud, sama sa gibuhay ni Abish, sa gahum sa Dios?

Siya Midagan

Sa dihang naila ni Abish ang gahum sa Dios siya “midagan ngadto sa usa ka balay ug ngadto sa lain nga balay” ug misulti sa katawhan sa pagtan-aw sa milagro (Alma 19:17). Ang iyang pagtuo mihatag kaniya og gahum sa paglihok diha-diha dayon. Aduna bay mga aspeto sa ebanghelyo diin naglakaw ka imbis nga magdagan sa paglihok sa kabubut-on sa Dios uban sa pagtuo?

Mikuha Siya sa Uban pinaagi sa Kamot

Si Abish “mikuha sa rayna pinaagi sa kamot” uban ang pagtuo nga makapabarug kini sa rayna (Alma 19:29). Gihimo niya ang daw imposible tungod sa iyang pagtuo sa Dios. Unsaon nimo sa paglig-on sa imong pagtuo sa Dios ug pagkab-ot sa imposible diha sa imong kinabuhi?



Mga Young Adult

Niini nga Seksyon

- 44 Pagwagtang sa Pamugos sa Pagpangita og Mahangturong Kauban
Ni Dominika Stoica
- 48 Pagkat-on nga Magmalipayon Samtang Dili Pa Ko Minyo
Ni Landon Hawes

Digital Lamang

10 ka mga Butang nga Ipangutana sa Imong Umaabut nga Kapikas

Pagsalig diha sa Ikaduha nga mga Impresyon ug sa Giya sa Espiritu

Ni Marie Netzer

Ang Pagkadili Pa Minyo Nagpahinumdom Kanako nga Mosalig sa Tibuok Plano sa Dios alang Kanako

Ni Christina Cotterall

7 ka Sugyot aron Magpadayong Konektado sa Managlagyo nga Relasyon

Ipaambit ang Imong Istorya

Aduna ka bay kasinatian nga ikapaambit? O gusto ka ba nga makakita og mga artikulo mahitungod sa piho nga mga hilisgutan? Kon mao, gusto kaming makadungog gikan kanimo! Mahimo nimong isumiter ang imong artikulo o ang imong feedback diha sa liahona.ChurchofJesusChrist.org.

Ang Pagpangita og Kapikas—ug ang Grasya sa Manluluwas

Ang Ginoo misaad nga ang “[lyang] grasya igo alang sa maaghup” (Ether 12:26). Kini nga mga pulong makahatag kanatong tanan nga mga young single adult og paglaum ug kahupayan, ilabi na sa pagpangita og mahangturong kauban. Ang masaligong mga disipulo ni Kristo kanunayng mangita og gugma nga bukas ang kasingkasing, nga masagmuyo lamang tungod sa wala matubag nga mga paglaum o maglagot tungod sa ngil-ad nga kinaiya niadtong ilang gika-date. Kini nga pagpangita makamugna og kahadlok, kasuko, kayugot, ug kaluya, ilabi na kon magpadayon kini og mga tuig lapas sa imong gilauman nga petsa sa kaminyoon!

Apan, sama sa imong mahunahunaan, kini nga mga emosyon dili mao ang tuyo sa Dios nga kanunay natong bation samtang mosunod kita sa Iyang sugo nga mag-minyo ug magpadako og matarung, malipayon nga mga pamilya. Sa pagkatinuod, ang **Dios gusto nga mobati kita og kalipay** atol niana nga pagpangita!

Nagkonsiderar niini, ang mga artikulo niini nga seksyon gituyo aron sa pagtabang kanimo nga **dili mobati og kahasol sa pagpangita sa imong mahangturong kauban**. Makakita ka og mga istorya kon **unsaon sa pag-uswag sa kinabuhi** bisan unsa pa ang imong estado sa pagkaminyo ug **tambag nga makatabang sa pag-andam kanimo** alang sa umaabut nga mahigugmaon, maalimahon, ug lig-on og pundasyon nga kaminyoon.

Samtang mangita ka sa tawo kinsa mohatag kanimo sa iyang tibuok kasingkasing sa samang paagi nga imong ihatag kaniya ang imoha, paggahin og panahon sa pagbasa niini nga mga artikulo. Mosaad ko nga usa niini mopagaan sa imong kasingkasing ug motabang kanimo sa pagsalig nga **ang grasya sa Manluluwas igo alang kanimo**.

Matinuoron,
Landon Hawes

Unsa ang labing maayong paagi alang kanimo sa pagbuntog sa mga pagduha-duha mahitungod sa Simbahan? Ipadala kanamo ang imong tubag sa liahona.ChurchofJesusChrist.org hangtud Hunyo 30, 2020.



LITRATO GIKAN SA GETTY IMAGES





Pagwagtang sa **PAMUGOS** sa Pagpangita og Mahangturong Kauban

Ni Dominika Stoica

Diyutay ra og mga miyembro ang Simbahan sa Poland. Sa tinuoray lang, diyutay kini bisan asa sa Eastern Europe. Kasagaran nga kami wala kaayoy mga miyembro sa Simbahan nga susama namo og edad sa among tibuok nasud, ug ilabi na diha sa among ward o stake. Maayo na lang kay adunay mga komperensya alang sa mga young single adult nga gipahigayon matag tuig sa daghang mga nasud sa Europe.

Kini nga mga komperensya gi-organisar dili aron sa pagtabang kanimo sa pagpangita sa imong “perpekto nga kaparis,” apan kasagaran aron sa pagtabang sa mga young adult sa paghimo og bag-ong mga higala kinsa susama kanila og mga hiyas ug makalig-on kanila sa ilang pagtuo pinaagi sa pagpakigsulti ngadto sa uban mahitunod sa ilang espiritwal nga mga kasinatian.

Pagtutok diha sa Pakighigala

Atol sa usa ka komperensya sa Poland niadtong 2010, akong nahimamat si Radu. Gikan siya sa Romania. Nag-istorya kami kadali, apan wala madugay milarga siya alang sa iyang misyon ug wala na kami magkita pag-usab hangtud sa laing komperensya sa YSA paglabay sa tulo ka tuig. Didto duna kamiy panahon nga tinud-anay nga makaila og gamay sa usag usa, apan mobiya na ako alang sa akong kaugalingong misyon paglabay sa usa ka bulan. Nanghinaot si Radu sa labing maayo alang kanako ug miingon, “Atong ipadayon ang atong komunikasyon.” Wala gayud ako magtuo nga iyang himoon, apan gihimo niya. Misulat siya kanako sa akong tibuok misyon. Walay romantiko sa iyang mga sulat, apan nahimo siyang usa sa akong mga pinanggagang higala. Ug ganahan ko sa iyang respeto alang kanako ug sa misyonaryo nga buhat sa kinatibuk-an.

Dihang miuli na ko, si Radu ug ako parehong naghinamhinam nga makaila ang usag usa sa tukmang paagi—makahimo na gayud kami niini human sa daghang katuigan! Mipili kami og barato nga dapit nga didto kami mag-abut (nga mao ang Belgium nianang panahona) aron makagahin og panahon nga mag-uban. Nag-istorya mi ug nag-istorya ug nag-istorya pa gyud.

Ang kinabuhi dili mahitungod sa pakigminyo, apan hinoon pagkahimong labing maayong bersyon sa atong kaugalingon ug tugutan ang Dios sa pagpahigayon sa Iyang plano diha sa atong kinabuhi.

Wala namo butangi og bisan unsa nga pagpamugos ang among relasyon. Gitutokan namo ang pagpalambo sa panaghigalaay ug aron makaila lang ang usag usa. Kanunay kaming nalingaw pag-ayo nga magkauban, apan aduna usab kami makahuluganon kaayo ug lawom nga mga diskusyon mahitungod sa mga butang nga labing mahinungdanon. Paglabay sa panahon, ang among panaghigalaay nagkalig-on. Nag-Skype kami hapit kada adlaw, ug sa kadugayan misugod kami sa pag-ampo kada gabii nga magdungan. Sa katapusan misugod kami sa pagbisita sa nasud sa usag usa matag pipila ka bulan.

“Mag-ampo Kita kabahin Niini”

Wala madugay, misugod ko sa pagbati og kabalaka tungod kay gibati nako nga ang among panaghigalaay milambo ngadto sa mas labaw pa. Apan gikan siya sa Romania! Dili ko gusto nga mosulod og relasyon nga managlagyo tungod kay ang usa ka relasyon mahimong mosangput ngadto sa kaminyon, nga nagpasabut nga usa kanamo kinahanglang mobalhin ngadto sa laing nasud. Wala ko mobati nga andam alang niana.

Usa ka adlaw sa dihang mibati ko og partikular nga kabalaka, mipahinumdom si Radu nako sa usa ka yano apan gamhanan nga baruganan. Miingon siya, “Atong i-ampo ang atong relasyon ug tan-awon unsay atong bation.”

Wala ko masayud nganong wala ko maghunahuna kalabut sa pag-ampo mahitungod sa among relasyon sa sayo pa. Apan mao kadto ang labing maayong tambag nga akong nadawat nianang higayuna. Busa nag-ampo ko alang sa giya.

Wala ko magdahum og bisan unsang piho nga tubag nianang higayuna, apan nakahukom ko nga ipadayon ang pag-ila kang Radu. Naglaum ko nga ang Langitnong Amahan mohatag nako og usa ka pasidaan kon ang among relasyon dili angay nakong ipadayon. Apan paglabay sa panahon, ang tubag nga akong gipangayo miabut. Duna koy mga pakig-istorya kabahin ni Radu ngadto sa akong pamilya ug mga higala, ug sa matag pag-istoryahanay gisiguro kanako nga saktong gibuhay.

Wala madugay aduna koy makalingaw nga pagkaamgo. Human sa laing nindot na usab nga pakig-istorya kang Radu pinaagi sa Skype usa ka gabii, nakaingon ko sa akong kaugalingon, “Siya gayud ang labing suod nakong higala sukad. Gusto nako nga mahimo niyang higala sa hangtud!” Niana nga higayon nga nakaamgo ko. Diha diha dayon usa ka tingog diha sa akong ulo mitubag sa akong kaugalingong gisulti, “Nan, kinahanglang makigminyo ka kaniya!” Nasayud ko nga ang Langitnong Amahan nagpahiyom sa akong relasyon ni Radu. Akong makita nga siya maoy akong labing suod nga higala ug nga mahimo kaming magmalipayon nga mag-uban.

Pagwagtang sa Pamugos sa Pagpangita og Kapikas

Busa mibalhin ko ngadto sa Romania ug nakigminyo ni Radu. Wala gayud mosulod sa akong hunahuna nga mapunta ko sa Romania. Apan upat na ka tuig karon nga naminyo mi, ug aduna kami usa ka talagsaong anak nga babaye, si Amelia.

Nahibalo ko unsay inyong hunahuna—usa lang ako niadtong mga young single adult nga nakasugat sa akong “soul mate” sa usa ka komperensya sa YSA ug sayon ra kaayo nga nahitabo ang tanan. Apan dili kana tinuod. Ang rason nga gisultihan ko kamo niini nga istorya mao nga mohunong kamo sa pagpugos sa inyong kaugalingon sa pagpangita sa inyong mahangturong kauban ug hinoon tugutan ang Dios sa paggiya kaninyo.

Miadto ba ko niadtong mga komperensya sa YSA aron sa pagpangita og bana? Wala.

Naghunahuna ba ko nga usa sa mga lalaki nga akong mahimamat didto mahimo nakong bana? Wala gayud.

Hinoon akong giwagtang ang pamugos sa pagpangita kon kinsa ang gusto nakong minyoan ug miadto lamang ako niini nga mga komperensya aron mokonektar sa uban ug mougmad og paghigalaay— nga mao gayud ang gibuhay nako ug ni Radu sa sinugdanan.

Ang pagpamugos nga makita ang atong mahangturong kauban sa labing dali nga mahimo usahay anaa gayud. Apan walay limit ang panahon sa mahangturong nga mga relasyon. Dili kinahanglang magproblema tungod niini. Ang kinabuhi

dili mahitungod sa pakigminyo, apan hinoon pagkahimong labing maayong bersyon sa atong kaugalingon ug tugutan ang Dios sa pagpahigayon sa Iyang plano diha sa atong kinabuhi. Oo, kinahanglang manggawas kitang tanan, motambong og mga kalihokan, makighimamat og mga tawo, mohimo og bag-ong mga higala, ug mohimo og mga butang nga tingali dili komportable alang nato. Apan ato kining buhaton uban sa panghunahuna nga, “maglingaw-lingaw ko ug makigkita og pipila ka nindot nga mga higala” imbis nga “kinahanglang bukas ang akong mga mata aron makit-an ‘ang usa’ o maguba gyud ang plano sa akong tibuok kinabuhi!”

Usa ka butang nga gisulti ni Radu kanako sa dihang nagkasabut na mi nga magminyo mao nga bisan tuod sa kasagaran mobati siya og gamayng kakulba kon duol sa mga babaye nga iyang ganahan, dili ingon niana ang iyang gibati kanako. Miingon siya nga tungod sa among panaghigalaay, kanunay siyang mibati nga relaks ug daw makalihok kanunay sa iyang natural nga linihokan.

Busa pangita og maayong mga tawo nga makauban ug paglingaw kon asa ka karon. Tungod kay sa tinuod lang, kon mohunong ka sa pagproblema niini ug mopili lamang sa pag-ugmad og panaghigalaay ug magkat-on sa paghigugma kon kinsa ug asa ka, niana ang kinabuhi mahimong mas makalingaw.

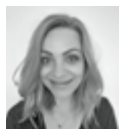
Pagsalig sa Plano sa Dios alang sa Atong Umaabut

Si Radu ug ako dili perpekto. Wala gayud kami mangita sa “perpekto” nga tawo—nagpakanatural lang gayud kami. Ang akong naobserbahan mao nga kon si kinsa ka sa tinud-anay ug giunsa nimo sa pagpakabuhi mao ang labing makapadani sa uban. Kon maningkamot ka nga mosunod ni Jesu-kristo, makadani ka sa uban nga naghimo sa ilang labing maayo aron mosunod usab Kaniya.

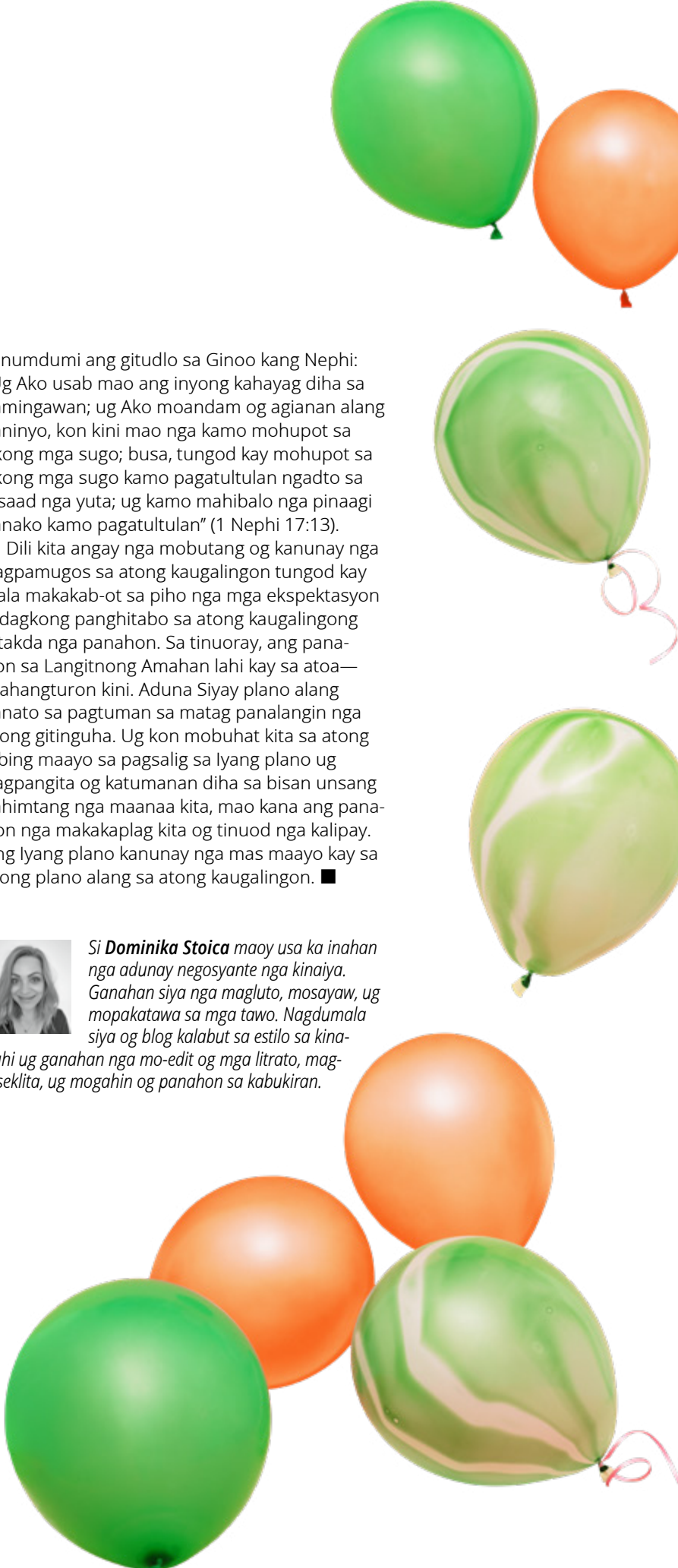
Nakat-unan usab nako nga samtang mahimo kitang mas maayo ug adunay hingpit nga pagtuo nga ang Dios ang nagdumala, atong dapiton ang Iyang impluwensya diha sa atong kinabuhi—ug kon atong mabantayan ang Iyang impluwensya, dili kinahanglan nga mahadlok sa umaabut.

Hinumdumi ang gitudlo sa Ginoo kang Nephi: “Ug Ako usab mao ang inyong kahayag diha sa kamingawan; ug Ako moandam og agianan alang kaninyo, kon kini mao nga kamo mohupot sa akong mga sugo; busa, tungod kay mohupot sa akong mga sugo kamo pagatultulan ngadto sa gisaad nga yuta; ug kamo mahibalo nga pinaagi kanako kamo pagatultulan” (1 Nephi 17:13).

Dili kita angay nga mobutang og kanunay nga pagpamugos sa atong kaugalingon tungod kay wala makakab-ot sa piho nga mga ekspektasyon o dagkong panghitabo sa atong kaugalingong gitakda nga panahon. Sa tinuoray, ang panahon sa Langitnong Amahan lahi kay sa atoa—mahangturon kini. Aduna Siyay plano alang kanato sa pagtuman sa matag panalangin nga atong gitinguha. Ug kon mobuhat kita sa atong labing maayo sa pagsalig sa Iyang plano ug pagpangita og katumanan diha sa bisan unsang kahimtang nga maanaa kita, mao kana ang panahon nga makakaplag kita og tinuod nga kalipay. Ang Iyang plano kanunay nga mas maayo kay sa atong plano alang sa atong kaugalingon. ■



*Si **Dominika Stoica** maoy usa ka inahan nga adunay negosyante nga kinaiya. Ganahan siya nga magluto, mosayaw, ug mopakatawa sa mga tawo. Nagdumala siya og blog kalabut sa estilo sa kinabuhi ug ganahan nga mo-edit og mga litrato, magbiseklita, ug mogahin og panahon sa kabukiran.*



Ni Landon Hawes

PAGKAT-ON NGA MAGMALIPAYON SAMTANG DILI PA KO MINYO



Nakaamgo ko nga
sayop ang akong
panglantaw kabahin sa
pagpakig-date.

Nganong ang tanan nakig-date man ug naglingaw-lingaw?"
"Nganong wala man ko maminyo?"
"Unsay dili maayo kanako?"

Kadaghanang dili minyo nga mga young adult tingali nangutana sa ilang kaugalingon niini nga mga pangutana bisan kausa! Ang hagit sa pagpa-ngita og mahangturong kauban makaluya sa pagtuo ug paglaum sa bisan labing mapahinunguron nga Santos sa Ulahing mga Adlaw. Ug oo, sa akong sitwasyon usab, ang pakig-date lisud gayud.

Ang kaminyoon kanunay nga daw sama sa usa ka dakong panimpalad kanako, ug naghandum ako niini sukad pa sa pagkabata. Apan nawad-an ko sa kadasig sa dihang mora og napakyas ko sa pagpakig-date sa akong mga tuig sa kolehiyo. Bisan tuod nakig-date ko sa makadaghan, adunay pipila ka seryoso nga mga relasyon, ug nakahimamat og malampuson ug makapaikag nga mga babaye, wala ako magminyo. Ug alang kanako, kadtong pakyas nga mga relasyon mabati nga daw timailhan nga ako minos ug dili madanihon.

Ang akong mga pagbati kalabut sa akong pagkadili minyo misamot hinoon human sa pipila pa ka panagbulag sa dihang misugod ko sa akong panarbaho. Sayon ra alang kanako nga mangutana kon unsa ang dili maayo ngari kanako ug maayo ngadto sa tanan nga magminyo. Ang akong patriyarkal nga panalangin, uban sa pipila ka mga panalangin sa pagkapari, kusganon ug piho nga mipasabut nga masilyo ako dinhi sa mortalidad ngadto sa matarung nga babaye. Busa nganong wala man kini mahitabo?

Misugod ko sa paghunahuna, “Aduna ba akoy nabuhat nga nakadaot sa plano sa Dios alang kanako?”

Sa katapusan, human “makigbisog” atubangan sa Dios sulod sa katuigan pinaagi sa pagampo, pagtuon sa kasulatan, ug pagtambong sa templo, nakadawat ko og pagpadayag kalabut sa akong sitwasyon pinaagi sa akong higala ug magtatambag, si Brad (ang ngalan giusab). Atol sa usa sa among mga sesyon sa pagtambag, miingon siya: “Ang imong kalipay nag-agad kani—dili sa laing tawo. Kon malipayon ka nga dili minyo, magmalipayon ka sa bisan unsang kahimtang.” Sa samang paagi, si Presidente Russell M. Nelson mitudlo, “Ang kalipay nga atong gibati dili kaayo konektado sa mga sirkumstansya sa atong kinabuhi apan konektado kaayo sa gitutokan sa atong kinabuhi” (“Hingpit nga Kalipay ug Pagsugakod sa Espirituhanong Paagi,” *Liahona*, Nob. 2016, 82).

Ang akong tibuok panglantaw nausab samtang ang Espiritu lig-ong mipatuhop niini nga mga pulong sa akong kalag. Ug akong naamguhan nga kanunay akong nakig-date aron matubag ang usa ka panginahanglan—sa akong sitwasyon, ang panginahanglan nga maminyo aron lang dili na ako mag-inusara.

Dili gayud kini paagi sa panghunahuna nga mogiya ngadto sa usa ka mahangturong magmahal nga kauban! Pinaagi ni Brad, ang Ginoo hinay-hinay nga mitudlo kanako nga ang Iyang plano alang sa Iyang mga anak dili nga magminyo sila base sa panginahanglan o pagpamugos sa kultura o kahadlok. Ang kaminyoon ibase sa Kristohanong gugma. Dayon mitudlo Siya nako nga ang akong kahimtang sa pagkadili minyo magpadayon sa pagtudlo kanako sa pagpuyo sa kinabuhi ug pagtinguha og kaminyoon base sa putli nga gugma ug dili sa kaayuhan. Sa pagtinguha og kaminyoon alang sa husto nga mga rason.

Pinaagi niini nga kasinatian, nakakat-on ko og tulo ka kamatuoran nga akong tan-awon kon mobati ko og kawalay kadasig mahitungod sa pagpakig-date:

1. Ang imong bili wala mag-agad sa imong estado sa pagkaminyo [marital status].

Si Isaias mitudlo nga “ang . . . hunahuna [sa Dios] dili mao ang [atong] mga hunahuna” (Isaias 55: 8). Abi nako nga ang pagkadili minyo nagtimaan sa akong kakulang sa bili. Hinoon, ang Dios mitabang nako nga makakita nga ang pagkadili minyo nag-andam kanako alang sa mas maayo nga kaminyoon kay sa ako untang maangkon kon nagminyo ko sumala sa akong gilatiid nga panahon. Kini walay bisan unsa nga labut sa akong bili.

2. Ang pagpangandam makawagtang sa kahingawa o kaguol.

Ang Ginoo nagsulti kanato nga “kon [kita] andam dili [kita] mahadlok” (Doktrina ug mga Pakigsaad 38:30). Ang pagtinguha ug dayon pagsunod sa kabubut-on sa Dios nakatabang nako nga mabuhian ang kanhi mga kahadlok ug kasagmuyo mahitungod sa akong estado sa pagkaminyo. Nakatabang usab kini kanako nga tutukan ang pag-andam sa akong kaugalingon alang sa bisan unsay mahitabo sa akong kinabuhi sa umaabut.

3. Adunay kalipay sa pagkadili minyo.

Ang pagkadili minyo mipanalangin kanako og makahinam nga mga oportunidad sa pagbiyahe, propesyonal nga kalamboan, ug mga paagi sa pagserbisyo sa Simbahan. Samtang nagtinguha gihapon ko pag-ayo sa kaminyoon ug mga anak, ang Dios mitabang nako nga makasabut unsa kadaghan ang buluhaton diha sa Iyang gingharian karon, aduna man akoy kauban sa akong kiliran o wala.

Wala pa gihapon ko maminyo! Ang akong asawa wala mokalit og tunga karon nga nausab na ang akong panglantaw kalabut sa pakig-date ug kaminyoon, ug nasayud ko nga usahay masagmuyo gihapon ko sa pagpakig-date sa umaabut. Apan ang dakong kahadlok ug kabalaka mahitungod sa akong estado sa pagkaminyo wala na. Ug nasayud na ako karon nga okey ra kaayo nga dili pa minyo samtang ang Ginoo ug ako nagtinabangay sa pagtuman sa mahangturong mga saad ug mga panalangin nga Iyang gihimo ngari kanako—sa mortalidad ug sa kahangturan. ■



Si Landon Hawes kanunay nga mobiyahe sa tibuok kalibutan ug tighimo og mga plano sa kalungsuran kinsa ganahan og maayong mga sinulat, nindot nga mga libro, ug mosuhid sa kalibutan. Makit-an nimo siya sa iyang lokal nga librarya, nag-abiba sa iyang team diha sa dulaanan sa baseball, o anaa sa kadalanan sa probinsya nga nangita og nindot nga mga dapit nga wala pa makit-i sa uban.



Fofoa V., (wala) edad 18 Etuale V., (tuo) edad 16, Savali, Samoa

Sa among pamilya, ang tanan motabang.

Fofoa: Ang among pamilya nagtuo sa magkauban nga pagtrabaho. Ang akong igsoong lalaki nga si Etuale ug ako manguha og pangsugnod nga kahoy alang sa pagluto. Motabang usab kami sa paghimo og pagkaon nga ibaligya. Nakahinumdom ko og usa ka higayon dihang ang among pamilya wala mokita og igong kwarta aron ikabayad sa mahal nga bayranan sa tubig, busa mihimo kami sa among bahin sa pagtabang. Ang akong igsoong babaye namaligya og barbecue. Si Etuale ug ako nanguha og mga lubi ug ubang pagkaon ug dayon mitabang sa pagbaligya sa pagkaon aron makatigom og kwarta. Pinaagi sa pagtrabaho og maayo isip pamilya ug sa pagsalig sa Dios, nahimo namo nga mabalik ang agas sa tubig.

Etuale: Ang Dios mitabang kanako sa tanan sa akong kinabuhi. Mihatag Siya kanako og kalig-on ug mipanalanin kanako sa matag adlaw. Ganahan ko nga mopuyo sa Samoa. Malinawon kaayo dinhi. Ang akong labing dako nga damgo mao ang pagserbisyo og full-time nga misyon! Gusto nakong ihalad ang akong duha ka tuig ngadto sa Dios.



KABATAN-ONAN

NIINI NGA SEKSYON



52 Ang Pag-angkon og Pagpamatuod libut sa Kalibutan

Ni Wilmer Amaya Munoz

54 Ika-150 nga Kasumaran sa Organisasyon sa Young Women

Ni Sister Bonnie H. Cordon

58 Young Women: Pagsaulog sa 150 ka Tuig

Ni Amanda Dunn

62 Mga Pangutana ug mga Tubag: Depresyon, diskriminasyon tungod sa kaliwatan [racism]

64 Ang Katapusang Pulong: Mag-uban sa Pagserbisyo uban sa Gahum sa Pagkapari

Ni Presidente M. Russell Ballard

Ang Pag-angkon og Pagpamatuod libut sa Kalibutan

Ni Wilmer Amaya Munoz

Natawo ako sa Spain ug mipuyo didto sulod sa walo ka tuig. Panagsa ra kami mosimba, mao nga wala ako mabunyagi sa dihang nag-otso anyos ko, apan gusto gayud nako. Usa ka adlaw nangutana ko sa akong mga ginikanan nganong wala na kami mosimba ug nganong wala pa ko mabunyagi.

Samtang gipasabut nako nila ang akong tinguha nga magpabunyag, mitandog kini sa ilang kasingkasing, ug misugod na usab kami sa pagsimba. Nindot kadto bation. Ang akong mama maayo kaayo nga ehemplo ug usa ka inspirasyon kanako. Aduna siyay lig-on nga pagpamatuod ug kanunay nga mobasa sa mga kasulatan.

Wala madugay, mibalhin kami sa Venezuela, diin gikan didto ang akong papa. Mipuyo kami didto sulod sa duha ka tuig, ug tungod sa kalisud sa ekonomiya, misagubang kami og daghang kalisdanan. Apan adunay maayo usab nga mga butang. Ganahan ko sa pagkaon, ug duna koy paryente didto nga matinguhaong makigkita kanako. Mapainubsanon sila nga mga tawo, ug magkuyog kaming tanan sa pagsimba ug mibati sa Espiritu.

Bisan tuod og magsimbahan kami ug mabati nako ang Espiritu, nasayud ko nga ang akong pamilya ug ako adunay kulang. Gibati gayud nako nga kinahanglan kami nga masilyo isip mahangturong pamilya. Usa ka Domingo sa buntag, ang bishop midapit sa tanan sa kongregasyon sa pagbasa sa Basahon ni Mormon sa dili pa matapos ang tuig. Nasayud ko nga makatabang kini sa akong pamilya ug kanako nga mas hingpit nga mosunod sa ebanghelyo sa Ginoo. Sa hinay-hinay, samtang nagbasa kami sa Basahon ni Mormon,



*Kini ang istorya kon giunsa nako pagpasakop sa Simbahan
ug ang akong pamilya nahimong aktibo sa ebanghelyo.*



ang Manluluwas misugod sa paghatag kanamo og dugang nga kahibalo ug mga panalangin, ug mipadayon kami sa pagbasa sa mga kasulatan kanunay.

Wala madugay nabunyagan ko. Nabati gayud nako ang Espiritu sa akong kinabuhi, ug mao usab ang akong mga ginikanan. Misugod sa pagtubo ang akong pagpamatuod. Mibalhin kami ngadto sa Florida, USA, ug kinahanglan namong mohimo pag-usab og daghang mga kausaban ug mga sakripisyo, sama sa dihang mibiya kami sa Spain. Apan ang among mga pagpamatuod nagkalig-on. Manimba kami matag semana ug mipadayon sa pagbasa sa mga kasulatan.

Human sa daghang mga paningkamot ug daghang pagbasa sa mga kasulatan, pag-ampo, ug pagpili sa mata-rung, gusto namong masilyo isip mahangturong pamilya. Nakigsulti kami sa among bishop, ug bisan tuod milungtad og dugay, sa katapusan miabut gayud ang adlaw. Naghinam-hinam kaayo mi nga mosulod sa templo.

Nakahimo ko og mga bunyag samtang naghulat ko sa akong mga ginikanan nga makompleto ang buhat sa templo alang sa ilang kaugalingon. Gibati nako nga daw gibunyagan na usab ako. Nalipay gayud ako nga makatabang sa mga tawo sa pikas tabil. Karon ang akong pamilya ug ako moadto sa templo matag semana. Kanunay ko nga mohimo og mga bun-yag tungod kay ganahan ko nga motabang didto. Nalipay kaayo ko nga nasilyo ako sa templo ngadto sa akong mga ginikanan alang sa kahangturan ug adunay oportunidad nga magpuyo sa kahangturan uban kanila. ■

Ang tagsulat nagpuyo sa Utah, USA





*Ang Langitnong Amahan
adunay dakong buhat nga
ipabuhat kaninyo agig
pagpangandam alang sa
Ikaduhang Pag-anhi sa
atong Manluluwas.*

IKA-150 NGA KASUMARAN

sa

Organisasyon sa Young Women

Ni Sister Bonnie H. Cordon

Kinatibuk-ang Presidente sa Young Women

Samtang maghunahuna ko sa kahibulongang mga butang nga nahimo sa atong Langitnong Amahan alang sa Iyang mga anak, ang akong kasingkasing napuno sa hingpit nga katingala ug pagpasalamat kon unsa kama-hal sa Ginoo ang Iyang mga anak nga babaye. Siya nagmahal KANINYO!

Ug tungod kay Siya nagmahal kaninyo, gidasig Niya ang mga lider sa Simbahan 150 ka tuig na ang milabay sa pagmugna sa organisasyon sa Young Women aron sa pagtabang kaninyo nga mahimong tawo nga gusto sa Dios nga kamo mamahimo. Si Propeta Brigham Young (1801–77) miawhag kanato sa paglig-on sa atong mga pagpamatuod pinaagi sa pagsunod sa ebanghelyo: “Adunay panginahanglan alang sa batan-ong mga babaye sa Israel sa pag-angkon og buhi nga pagpamatuod sa kamatuoran. . . . Gusto nako nga ang atong mga batang babaye makaangkon og kahibalo sa ebanghelyo alang sa ilang kaugalingon.”¹ Miingon usab siya, “Mas daghang pagpamatuod ang maangkon pinaagi sa paglihok kay sa pagluhod.”²

Ang organisasyon sa Young Women mipahiangay sulod sa mga katuigan aron matubag ang mga panginahanglan sa piho nga mga panahon. Apan bisan kon ang programa gipahiangay, ang

tumong niini alang sa batan-ong mga babaye wala mausab—sa pagtabang kaninyo nga maka-angkon og buhing pagpamatuod ug, uban sa pagtuo, magpadayon diha sa dalan sa pakigsaad. Samtang mailhan ninyo kon si kinsa kamo ug molihok inubanan sa pagtuo, inyong madawat ang mga panalangin nga giandam sa Langitnong Amahan alang ninyo.

Mga Klase sa Young Women Paglabay sa Katuigan

Sa pagsugod sa Young Women, gitawag kini og “Retrenchment Association” uban sa tumong nga “molambo sa tanan nga maayo ug matahum.” Sa sayong bahin sa mga 1900, nahimo kining Young Ladies’ Mutual Improvement Association, ug ang mga klase sa wala madugay naglakip sa batan-ong mga babaye nga nag-edad og 12 ngadto sa 24. Ang mga ngalan sa mga klase nausab paglabay sa katuigan ug naglakip sa Camp Fire Girls, Beehives, Guardians, ug Gleaners. Samtang mitubo ang Simbahan ug ang batan-ong mga babaye nag-abut sa ubang mga nasud ug mga pinulongan, gibuhad nila ang ilang labing maayo sa pagpahiangay, ang mga ngalan sama sa Mia Maid nahimong “Rosenmädchen”

(Mga Babayeng Rosas) sa German, sama pananglit.

Karon, nga adunay batan-ong mga babaye sa hapit tanang nasud, ang mga klase giorganisar sumala sa panginahanglan sa matag ward o branch, ug ang tanan nailhan sa makapahiusa nga ngalan nga Young Women.

Ang mga gikinahanglan usab alang sa mga programa sa Young Women nausab paglabay sa katuigan. Sa tuo mao ang pipila niini.

Ang Programa sa Kabataan ug Kabatan-onan

Samtang nagtan-aw kamo niini nga mga kinahanglanon gamit ang espirituhanong panglantaw, inyong mamatik-dan nga sila adunay komon nga tema. Ang kaniadto ug ang karon nag-abut, nagkahiusa sa pagtabang sa batan-ong mga babaye nga mas mapaduol ngadto ni Jesukristo ug molambo sa espirituwal, intelektwal, sosyal, ug pisikal nga paagi.

Niadlong 2019 usa ka bag-ong programa sa personal nga kalamboan gipaila nga nagdapit kaninyo nga mahimong mapaninkamuton sa kaugalingon ug masaligon sa Manluluwas. Gidapit kamo nga magtinguha sa Espiritu Santo ug mohimo og inyong kaugalingong mga tumong samtang maningkamot kamo nga mahimong mas sama sa Manluluwas, si Jesukristo! Ganahan ko sa pagsalig nga gipakita niini diha kaninyo, ang talagsaong batan-ong mga babaye sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw.

Uban sa suporta sa inyong bishopric ug mga kapangulohan sa Young Women, kamo usab giyahan pinaagi sa mga kapangulohan sa klase—ang inyong mga kaedad kinsa gitawag ug gi-set apart sa pagplano ug pagimplementar sa programa sa Young Women. Adunay sobra sa tunga ka milyon nga batan-ong mga babaye sa tibuok kalibutan karon nga gipangulohan sa ilang mga kaedad!

Niadlong 1915:



- Pagkat-on sa pagsangon ug paggiya og pundok sa mga kabayo.



- Pagsag-ulo og mga tudling sa kasulatan.

Gikan sa mga 1940 ngadto sa mga 1960:



- Palambo ang inyong pagsalig sa kaugalingon pinaagi sa pag-angkon og maayo nga postura (paglingkod, pagbarug, ug paglakaw).



- Pagpraktis sa pagkamatina-huron isip timailhan sa usa ka babaye.

Sa mga 1980:



- Pagbasa og duha ka mga pamphlet sa misyonaryo ug tudloi ang laing higala o paryente sa unsay inyong nakat-unan.



- Pagpraktis og pisikal nga kahimsog dili mominos 30 minutos matag adlaw, lima ka adlaw matag semana sulod sa tulo ka semana.

Niadlong 2009:



- Tun-i ang kaimportante sa kaputli ug hiyas.



- Basaha ang tibuok Basahon ni Mormon. Isulat sa journal ang inyong mga hunahuna.

Niadlong 2020:



- Bag-o nga programa gipaila.

Ang tanang batan-ong mga babaye nagkahiusa pinaagi sa usa ka tema, nga naglakip niining sukaranang mga baruganan: ikaw hinigugmang anak nga babaye sa langitnong mga ginikanan; ikaw usa ka disipulo sa pakigsaad ni Jesukristo; ikaw magtinguha ug molihok sumala sa personal nga pagpadayag nga moabut pinaagi sa Espiritu Santo; ug ikaw usa ka mahayag nga saksi sa Dios samtang maningkamot ka nga mahisama sa atong Manluluwas, si Jesukristo, ug mangalagad sa uban sa Iyang Balaan nga ngalan.

Kamo Gihigugma ug Gikinahanglan!

Isip hinigugma nga mga anak nga babaye sa buhi ug mahigugmaong Langitnong Amahan, kamo talagsaong giandam nga mahimong “mga manluluwas sa Bukid sa Zion.”³ Sama sa gisulti ni Presidente Russell M. Nelson: “Ang matag propeta naghisgut kalabut sa atong panahon, diha nga ang Israel pagapundukon ug ang kalibutan andamon alang sa Ikaduhang Pag-anhi sa Manluluwas. Hunahunaa kini! Sa tanang katawhan nga nakapuyo niining kalibutana, *kita* ang makahimo sa pag-apil niini nga kalihokan sa katapusan, dakong panagpundok.”⁴

Usa kini ka sagradong imbitasyon sa pag-apil diha sa buhat sa templo ug family history, pagserbisyo sa mga posisyon sa pagpangulo, pagpangalagad sa inyong isig ka mga sister, ug pagpaambit sa inyong pagpamatuod ngadto sa inyong pamilya ug mga higala. Gimahal kamo, ug gikinahanglan kamo!

Akong minahal nga mga higala, ang Langitnong Amahan adunay dakong buhat nga ipabuhat kaninyo agig pagpangandam alang sa Ikaduhang Pag-anhi sa atong Manluluwas nga si Jesukristo! Mahinungdanon kamo nga bahin niana nga buhat. Siya nahigugma kaninyo; Siya gusto nga moapil kamo sa Iyang buhat. Siya misalig kaninyo!

Akong idugang ang akong pagtuo ug pagsalig diha kaninyo ngadto nianang sa

atong minahal nga propeta, si Presidente Nelson, kinsa mipahayag: “Apil kamo sa labing maayo nga gipadala sa Ginoo *sukad* dinhi sa kalibutan. Aduna kamoy kapasidad nga mahimong mas lantip ug mas maalamon ug adunay mas dakong epekto sa kalibutan kay sa nangaging henerasyon!”⁵

Nag-ampo ko nga inyong tugutan ang mga pulong sa tema sa Young Women nga motuhop og maayo sa inyong kasingkasing ug mahinamong moapil sa bag-ong programa, mohangop sa matag oportunidad nga mas mapaduol sa Manluluwas ug magkat-on pa mahitungod Kaniya. Pagmahimong tawo nga gusto Niya nga kamo mamahimo. Nasayud ko nga kon buhaton ninyo kini, ang inyong kinabuhi mapuno og mga oportunidad sa pagpaambit sa Iyang kahayag ug sa Iyang gugma ngadto sa inyong mga pamilya, mga higala, ug sa tanan nga naglibut

kaninyo. Samtang maningkamot kamo sa pagsunod Kaniya, ang inyong pagpamatuod mahimong lig-on ug dili matarug. ■

MUBO NGA MGA SULAT

1. Brigham Young, sa *A Century of Sisterhood: Chronological Collage, 1869–1969* (1969), 8.
2. Brigham Young, sa Susa Young Gates, *History of the Young Ladies' Mutual Improvement Association of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints from November 1869 to June 1910* (1911), 9.
3. Quentin L. Cook, Abr. 2014 nga kinatibuk-ang komperensya (*Liahona*, Mayo 2014, 48).
4. Russell M. Nelson, “Paglaum sa Israel” (tibuok kalibutan nga debosyonal alang sa kabatan-onan, Hunyo 3, 2018), 8, [HopeofIsrael.Church of Jesus Christ.org](https://www.churchofjesuschrist.org).
5. Russell M. Nelson, “Paglaum sa Israel,” 16–17.



Young Women

PAGSAULOG SA 150 KA TUIG

Ni Amanda Dunn

Mga Magasin sa Simbahan

Ang Young Women nga organisasyon mag-150 anyos na karong tuiga, ug panahon na aron magsaulog! Susiha kini nga mga impormasyon kon sa unsang paagi ang organisasyon nausab gikan sa 1870 hangtud karon, unsa ang gibuhat sa kabatan-onan nga sama nimo aron sa pag-apil sa Young Women karon, ug sa unsang paagi ka mahimong madasig sa mga babaye sa kasaysayan kinsa mipakita og kaisug ug pagtuo.

1870–1920



Ngalan: Ang Young Ladies' Department of the Ladies' Cooperative Retrenchment Association opisyal nga giorganisar niadtong May 27, 1870, ubos sa direksyon ni Brigham Young.¹ Ang ngalan giusab ngadto sa Young Ladies' Mutual Improvement Association niadtong 1877.²

Organisasyon ug mga

Klase: Ang programa sa Bee-Hive Girls gimugna isip programa sa ting-init alang sa mga babaye nga nag-edad og 14 ug labaw pa.



Paglambo ug Pag-ila:

Ang Bee-Hive Handbook [Tamdanan nga Basahon sa Bee-Hive] gimantala niadtong 1915, nga naglatid og walo ka "mga natad" sa personal nga kalamboan: Relihiyon, Panimalay, Kahimsog, Arteng Pangbalay, Kalihokang Panggawas, Negosyo, ug Serbisyo Publiko.³

Mga Magasin ug mga

Journal: Ang unang isyu sa *Young Woman's Journal* gimantala niadtong 1889.⁴ Daghang lokal nga mga Mutual Improvement Association (o mga MIA) ang nagmugna og ilang kaugalingong sinulat nga mga pamantalaan nga adunay usa o duha lamang ka kopya aron ipasa-pasa sa mga babaye.

1920–1970



Ngalan: Ang Young Ladies' Mutual Improvement Association giusab ngadto sa Young Women's Mutual Improvement Association niadtong 1934.⁵

Organisasyon ug mga

Klase: Adunay duha ka klase, Bee-Hive Girls alang sa mas batan-ong mga babaye ug Gleaners alang sa mas magulang nga mga babaye. Ang edad sa pagsulod ngadto sa programa nausab gikan sa 14 ngadto sa 12 anyos. Niadtong 1950, ang klase nga Mia Maid gipaila.



Paglambo ug Pag-ila: Ang Golden Gleaner nga pag-ila nagtimaan sa labing taas nga kalampusan nga maangkon sa batan-ong mga babaye diha sa programa.





1970–2019



Mga Magasin ug mga Journal: Ang *Young Woman's Journal* gitipon ngadto sa *Improvement Era* nga magasin alang sa tanang kabatan-onan niadtong 1929.⁶



Ngalan: Ang Young Women's Mutual Improvement Association giusab ngadto sa Young Women nga organisasyon niadtong 1974.⁷



Organisasyon ug mga Klase: Pagka-1972, ang Young Women nga organisasyon adunay tulo ka klase: Beehive (mga edad 12–13), Mia Maid (mga edad 14–15), ug Laurel (mga edad 16–17). Sugod sa 2019, ang batan-ong mga babaye mosulod sa Beehives pagka-Enero sa tuig nga mag-12 anyos sila.

Paglambo ug Pag-ila: Ang programa sa Personal nga Kauswagan ug medalyon gipaila niadtong 1977. Ang mga mithi sa Young Women nga Hugot nga Pagtuo, Dios-nong Kinaiya, Tagsa-tagsa nga Bili, Kahibalo, Pagpili ug Pagkamay-tulubagon, Maa-yong mga Buhat, ug Kaligdong gidugang niadtong 1987.⁸ Ang Hiyas gidugang ngadto sa mga mithi niadtong 2008.⁹

Mga Magasin ug mga Journal: Ang *New Era* nga magasin alang sa kabatan-onan nagsugod sa pagmanta-la sa Iningles niadtong 1971, ug ang *Liahona* naghatag og mga artikulo alang sa kabatan-onan sa daghang pinulongan.¹⁰





Makalingaw nga Impormasyon

1. Ang 1915 Bee-Hive nga tamdanan nga basahon nagtugot sa batan-ong mga babaye sa pagpili og mga proyekto gikan sa sobra 300 ka lain-laing kapilian. Pipila niadto nga mga proyekto naglakip sa pag-atiman og usa ka balay sa putyukan sulod sa usa ka panahon, pagpabilang walay langaw ang balay sulod sa duha ka semana, o paghawan sa sagebrush sa tunga sa acre [mga 1/5 sa ektarya] nga yuta.¹²



2020



Ngalan: Ang ngalan nagpabilin nga Young Women nga organisasyon.

Organisasyon ug mga

Klase: Ang mga klase giorganisar diha sa matag ward o branch sumala sa panginahanglan niini ug giila pinaagi sa makapahiusa nga label "Young Women" (sama pananglit, "Young Women 12," "Young Women 12-15," o "Young Women" lamang kon magpundok silang tanan).



Paglambo ug Pag-ila:

Ang Kabataan ug Kabatانونan mipuli sa programa sa Personal nga Kauswagan. Ang bag-ong programa nag-awhag og personal nga mga oportunidad sa paglambo sa mga aspeto sa Personal nga Kalamboan, Pagkat-on sa Ebanghelyo, ug Pagserbisyo ug mga Kalihokan.¹¹



Mga Magasin ug mga

Journal: Ang *New Era* nga magasin alang sa kabatانونan hapit na moabut sa ika-50 nga kasumaran niini. ■

MUBO NGA MGA SULAT

1. Tan-awa sa "Timeline sa Kasaysayan sa Young Women," history.ChurchofJesusChrist.org/landing/a-brief-timeline-of-young-women-history
2. Tan-awa sa "Young Women's Timeline," *Mormon Women's Studies Resource*, Harold B. Lee Library, Brigham Young University, Provo, Utah, mormonwomen.lib.byu.edu/young-womens-portal/young-women-timeline.
3. Tan-awa sa "Kasaysayan sa Pag-ila sa Young Women," history.ChurchofJesusChrist.org.
4. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
5. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
6. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
7. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
8. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
9. Tan-awa sa "New Young Women Value: Virtue," Dis. 9, 2008, thechurchnews.com.
10. Tan-awa sa "Young Women's Timeline."
11. Tan-awa sa ChildrenAndYouth.ChurchofJesusChrist.org.
12. Tan-awa sa "Kasaysayan sa Pag-ila sa Young Women."
13. Tan-awa sa "Kasaysayan sa Pag-ila sa Young Women."
14. Tan-awa sa "Young Women Classes and Symbols," ChurchofJesusChrist.org/young-women/personal-progress.
15. Tan-awa sa "Kasaysayan sa Pag-ila sa Young Women."
16. Tan-awa sa "The Annual Report of the Church," *Ensign*, Hulyo 1972, 131-33.
17. Tan-awa sa "Worldwide Statistics," newsroom.ChurchofJesusChrist.org/facts-and-statistics.



2. Ang unang mga Bee-Hive Girls misul-ob og uniporme nga gidesinyo sa matag lokal nga asosasyon, ug niadtong 1922, nahimong bulawan ug berde ang opisyal nga kolor sa Mutual Improvement Association.¹³



3. Ang ngalan nga Beehive naggikan sa mga pioneer, kinsa mitan-aw sa beehive [balay sa putyukan] isip simbolo sa trabaho ug panag-uyon. Ang Mia Maid gikan sa nag-unang mga letra sa Mutual Improvement Association, MIA. Ang ngalan nga Laurel nagpasabut sa lukong sa laurel, nga nangahulugan og dungog ug kalampusan.¹⁴



4. Sulod sa mga katuigang 1940 ngadto sa mga 1960, ang batan-ong mga babaye mahimong makaangkon og mga simbolo nga ilang gitahi sa usa ka delanang panapton nga gitawag og bandelo, nga ilang gisul-ob tabok sa ilang dughan. Usa ka kinahanglanon aron makaangkon og usa ka simbolo mao ang “pagpaningkamot nga makahimo og siyam ka oras nga makagwapa nga pagkatulog matag gabii karong bulana.”¹⁵



5. Ang kinatibuk-ang miyembro sa Simbahan misaka gikan sa mga 110,000 ka tawo niadtong 1870¹⁶ ngadto sa sobra 16 ka milyon ka tawo pagka-2020¹⁷—hunahunaa kon unsa ka daghan ang batan-ong mga babaye sa tibuok kalibutan karon!

Ang Matinabangong Kamot ni Haven

Si Haven, usa ka 14 anyos gikan sa Utah, USA, nakahukom nga magsaulog isip usa ka batan-ong babaye sa Simbahan pinaagi sa pagserbisyo sa uban.

“Nagsugod kini isip gamay nga ideya,” miingon siya. “Ang akong tiyo miadto sa Bangladesh sa usa ka makitawhanong biyahe [humanitarian trip] ug nakakat-on mahitungod sa kalisdanan nga nasinati sa mga tawo didto. Gusto nakong motabang nila—mao nga mitan-aw ko sa JustServe nga app ug nakakuha sa ideya nga mohimo sa balay og mga kit alang sa mga refugee didto.”

Si Haven nangolekta og mga donasyon didto sa iyang eskwelahan, mihimo og GoFundMe page ug gani nanghipos og mga basurahan sa mga silingan aron makakwarta para sa mga kit. “Manghipos ko og 22 ka basurahan ug 11 ka recycle can kada Lunes ug Martes,” miingon siya. “Kasagaran akong gamiton ang kwarta nga akong kinitaan alang sa akong choir program ug sa pagtigum alang sa misyon, apan nakahukom ko nga gamiton hinoon ang akong kwarta nianang bulana sa pagtabang og palit og mga suplay.”

Si Haven dayon migawas ug mipalit sa tanang materyal nga gikinahanglan niya alang sa mga kit, lakip sa mga medyas, mga gwantis, mga scarf, ug mga kalo. Iyang gitapo ang matag kit ug mikontak usab sa direktor sa Lifting Hands International aron masabutan ang paghatod sa mga kit sa Bangladesh.

“Ang pagtapo sa mga kit maoy nakakuha og dakong oras sa akong proyekto. Apan sa matag higayon nga duna akoy ibutang sulod sa kit, nasayud ko nga moadto kini sa tawo nga nanginahanglan ug nga sila mapanalanginan og dugay tungod niini.”



Sa katapusan sa iyang proyekto, gibati ni Haven nga midako ang iyang pagsalig sa iyang abilidad nga moserbisyo. “Akong nakat-unan gikan niini unsa ka dakong tabang ang akong mahimo kon maningkamot ko og maayo. Mibati usab ako og kalooy alang sa mga tawo nga akong gitabangan, nga nakatabang nako nga mas mapaduol sa Manluluwas ug mobati og gamay sa unsay iyang gibati alang kanato.”

Samtang atong saulugon ang kasumaran sa Young Women nga organisasyon, ang matag usa kanato makahinumdom nga kita mga ehemplo ni Kristo. Sama ni Haven, mahimo kitang usa ka dakong tabang ngadto sa uban kon maningkamot kita og maayo sa pagserbisyo sama sa iyang gihimo. ■

Unsaon nako pagtabang ang akong mga higala nga daw magul-anon?



"Unsa kaha ang labing maayo ninyong buhaton kon ang mga hagit sa pangisip o emosyon miabut kaninyo o sa inyong minahal? Labaw sa tanan, ayaw pagkawala og pagtuo sa inyong Amahan sa Langit, kinsa nahigugma kaninyo labaw pa sa inyong panabut. . . .

"... Bisan unsang butang nga dili nato mahimo o mahatag, atong matanyag ang atong pag-ampo ug 'tiunay nga paghigugma.'"

Elder Jeffrey R. Holland sa Korum sa Napulog Duha Ka mga Apostoles, "Sama sa Usa ka Sudlanan nga Nabu-ak," *Liahona*, Nob. 2013, 40, 41.



Dapita Sila nga Mouban Nimo

Dapita sila sa pagbuhat og makalingaw nga mga butang uban nimo. Ayaw pagkawala sa kadasig kon dili sila moresponde sa paagi nga imong gusto. Usahay ang usa lang ka pagdapit ngadto sa usa ka butang o gani ang pagkahibalo nga gusto nimo sila nga makauban makahimo nila nga madasig.

Alyssa F., edad 16, Washington, USA



Hupaya Sila

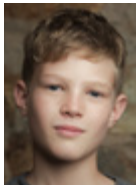
Kon kauban nako ang magul-anon nga mga higala, dili nako ibale-wala ang ilang problema. Apan motabang ko sa pagpa-gaan sa ilang mga kalisud. Maningkamot ko nga mohupay ug mohigugma kanila. Mohatag ko nila og oportunidad nga mapagawas ang ilang mga kasagmuyo.

Angbo K., edad 18, Ivory Coast

Ayaw Tuguti ang Imong Kaugalingon nga Maguol Sama Nila

Ang labing maayong paagi sa pagtabang nila, ug sa imong kaugalingon, mao ang pagkamatinud-anon. Isulti ang mga butang nga nakahatag nimo og kalipay. Kon nanlimbasug ka sa pagpabiling mali-payon, pahibaloa sila nga anaa ka alang kanila, apan atimana ang imong kaugalingon. Mas maayo alang kanimo nga ma-okey ra kay sa maguol sama nila.

Kira W., edad 16, Kansas, USA



Hunahuna ang Positibo

Pwede ka nga magpabiling positibo kuyog sa imong mga higala kinsa daw magul-anon pinaagi sa

paghunahuna og positibo nga mga butang nga imong nasinati o hapit na masinati sa imong kinabuhi. Paghunahuna lamang sa mga butang nga imong giganahan, sama sa kataw-anan nga mga kasinatian.

Luke P., edad 14, New Mexico, USA

Pahinumdumi Sila sa Maayo

Kon aduna akoy higala nga magul-anon, mosulay ko sa pakigsulti kanila kalabut sa usa ka butang nga interesado sila aron mapahinumduman sila sa pipila ka maa-yong mga butang sa ilang adlaw o kina-buhi. Usahay mosulay ko sa pagpakatawa kanila o modayeg nila aron maayo ang ilang bation, ug usahay mohangyo ko nila sa pagbuhat og importanting butang aron masayud sila nga aduna silay katuyoan.

Carson D., edad 15, Texas, USA

Sulata sa Editor: Ang mga sugyot nga gitanyag dinhi makatabang apan mahimong dili makatabang diha-diha dayon o moayo sa tawo nga dunay depresyon. Ang propesyon nga tabang tingali gikinahanglan sa mas grabe nga mga sitwasyon.

Ang mga tubag tingali i-edit alang sa gitas-on o sa pagklaro. Ang gimantala nga mga tubag gituyo alang sa tabang ug panglantaw, dili isip opisyal nga mga pamahayag sa doktrina sa Simbahan.

Unsa May Imong Gihunahuna?

“Unsaon nako sa pagwagtang sa akong hunahuna ang hugaw nga pinulongan nga akong nadunggan?”

I-email ang imong tubag ug, kon ganahan, klaro kaayo nga litrato hangtud Hulyo 15, 2020, ngadto sa liahona@ChurchofJesusChrist.org.



Unsay posisyon sa Simbahan kalabut sa diskriminasyon tungod sa kaliwatan [racism]?

Nagtuo kita nga ang Dios mao ang Amahan sa tanang katawhan ug “siya wala maglimud kang bisan kinsa nga moduol ngadto kaniya, itom ug puti . . . ; ug ang tanan managsama ngadto sa Dios” (2 Nephi 26:33). Tungod kay ang tanang katawhan patas sa atubangan sa Dios, nagtuo kita nga walay tawo nga tukmang makaangkon nga mas labaw kay sa lain tungod sa ilang background sa kaliwat o kultura. Agig dugang, nagtuo kita nga sala ang pagtamay, pagbiay-biay, o pagpihig batok sa uban tungod sa ilang kaliwat.

Ang modernong mga propeta ug apostoles mipanghimaraut sa diskriminasyon tungod sa kaliwatan sa labing kusganon nga mga pulong. Sama pananglit:

- Presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008): “Walay tawo kinsa mobiyabiay sa ubang kaliwatan ang makakonsiderar sa iyang kaugalingon nga tinuod nga tinun-an ni Kristo. Ni makonsiderar niya ang iyang kaugalingon nga nahiuyon sa mga pagtulun-an sa Simbahan ni Kristo.”¹
- Presidente M. Russell Ballard, Akting nga Presidente sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles: “Kinahanglan natong gakson ang mga anak sa Dios pinaagi sa kalooy ug wagtangon ang pagkamahukmanon, lakip sa kaliwatan, sa sekso, ug nasyonalismo.”²
- Presidente Dallin H. Oaks, Unang Magtatambag sa Unang Kapangulohan: “Ang diskriminasyon tungod sa kaliwatan tingali maoy pinakakommon nga tinubdan sa pagpanghukom karon, ug kitang tanan gitawag sa paghinulsol niana.”³

MUBO NGA MGA SULAT

1. Gordon B. Hinckley, “Ang Panginahanglan sa Mas Labaw nga Pagkamabination,” *Liahona*, Mayo 2006, 58.
2. M. Russell Ballard, “Ang Malisud nga Panaw Nagpadayon!” *Liahona*, Nob. 2017, 106.
3. Dallin H. Oaks, “Usa Ka Hinungdan sa Pagsaulog,” *Liahona*, Dis. 2018, 49.

Mag-uban sa Pagserbisyo uban sa Gahum sa Pagkapari

Ni Presidente M. Russell Ballard

Akting nga Presidente sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles

Pipila ka tuig ang milabay, ang akong asawa, si Barbara, ug ako madayegon nga mitan-aw sa kalangitan sa kagabhion. Ang minilyon ka bitoon daw talagsaon ang kahayag ug katahum. Gipakli dayon nako ang Perlas nga Labing Bililhon ug mibasa sa gisulti sa Ginoong Dios ngadto ni Moises: “Ug mga kalibutan nga dili maihap Ako milalang; ug Ako usab milalang alang sa akong kaugalingon nga katuyoan; ug pinaagi sa Anak Ako milalang kanila, kinsa mao ang akong Bugtong Anak” (Moises 1:33).

Ang gahum nga milalang sa langit ug yuta mao ang pagkapari. Ang tinubdan niini nga gahum sa pagkapari mao ang Dios nga Labawng Makagagahum ug ang Iyang Anak, si Jesukristo. Mao kini ang gahum nga gigamit sa Manluluwas sa paghimo og mga milagro, sa paghatag og walay kinutuban nga Pag-ula, ug sa pagbuntog sa pisikal nga kamatayon pinaagi sa Pagkabanhaw.

Sa plano sa atong Langitnong Amahan, ang kalalakin-an dunay talagsaong responsibilidad sa pagpangalagad sa pagkapari, apan dili sila ang pagkapari. Mahinungdanon kaayo nga kita makasabut nga ang Langitnong Amahan naghatag og paagi sa tanan Niyang mga anak nga makaangkon sa mga panalangin ug malig-on sa gahum sa pagkapari.

Ang samang gahum sa pagkapari nga milalang sa mga kalibutan, mga galaxy, ug sa uniberso pwede ug kinahanglang mahimong kabahin sa atong kinabuhi sa paghupay, paglig-on, ug pagpanalangin sa atong pamilya, mga higala, ug mga silingan—sa ato pa, sa pagbuhat sa butang nga buhaton sa Manluluwas kon nangalagad pa Siya taliwala kanato karon (tan-awa sa Doktrina ug mga Pakigsaad 81:5).

Ang nag-unang katuyoan niini nga gahum sa pagkapari mao ang pagpanalangin, pagbalaan, ug pagputli kanato aron makapuyo kita kauban ang atong mga pamilya diha sa presensya sa atong langitnong mga ginikanan hangtud sa kahangturan. Niini nga paagi, ang tanang lalaki, babaye, ug mga bata—bisan unsa pa ang atong mga kahimtang—makaapil sa kahibulongan nga buhat sa Dios ug ni Jesukristo (tan-awa sa Moises 1:39) ug makatagamtam sa mga panalangin sa pagkapari.

Unta magmaalamon kita ug magtinguha sa paglig-on sa atong kaugalingong kinabuhi, sa kinabuhi sa atong mga pamilya, ug sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw pinaagi sa gahum sa pagkapari sa Dios. ■

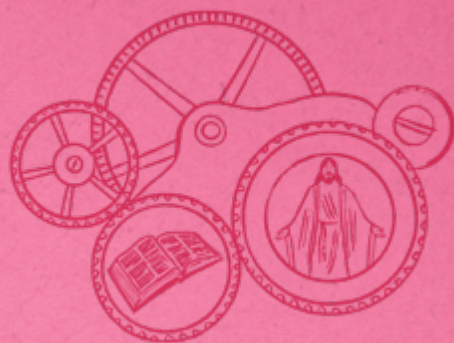
Gikan sa pakigpulong sa Abril 2013 nga kinatibuk-ang komperensya.

Abish



Nabuhi mga 90 ka tuig
sa wala pa matawo
si Kristo.

Ang iyang matinud-anon
nga mga buhat nakatabang
nga mapahinabo ang
pagkakabig sa daghan
nga mga Lamanite.



Gitago niya ang
iyang pagtuo hangtud
nga tukma na ang panahon.



Usa ka
babaye nga
Lamanite kinsa
miserbisyo
sa rayna.



Siya **nakabig ngadto**
sa ebanghelyo tungod sa
“usa ka talagsaon nga panan-awon
sa iyang amahan” (Alma 19:16).



**MIBATI OG KAHASOL
KABAHIN SA PAGKADILI
MINYO?**

*Basaha ang mga kasinatian gikan
sa ubang mga young adult kon
giunsa nila sa pagwagtang sa
kahasol sa pagpangita sa ilang
mahangturong kauban.*

42

YOUNG WOMEN

**PAGSAULOG
SA 150 KA TUIG**

54, 58

KABATAN-ONAN

**PAGTABANG SA
MGA HIGALA KINSA
MAGUL-ANON**

62

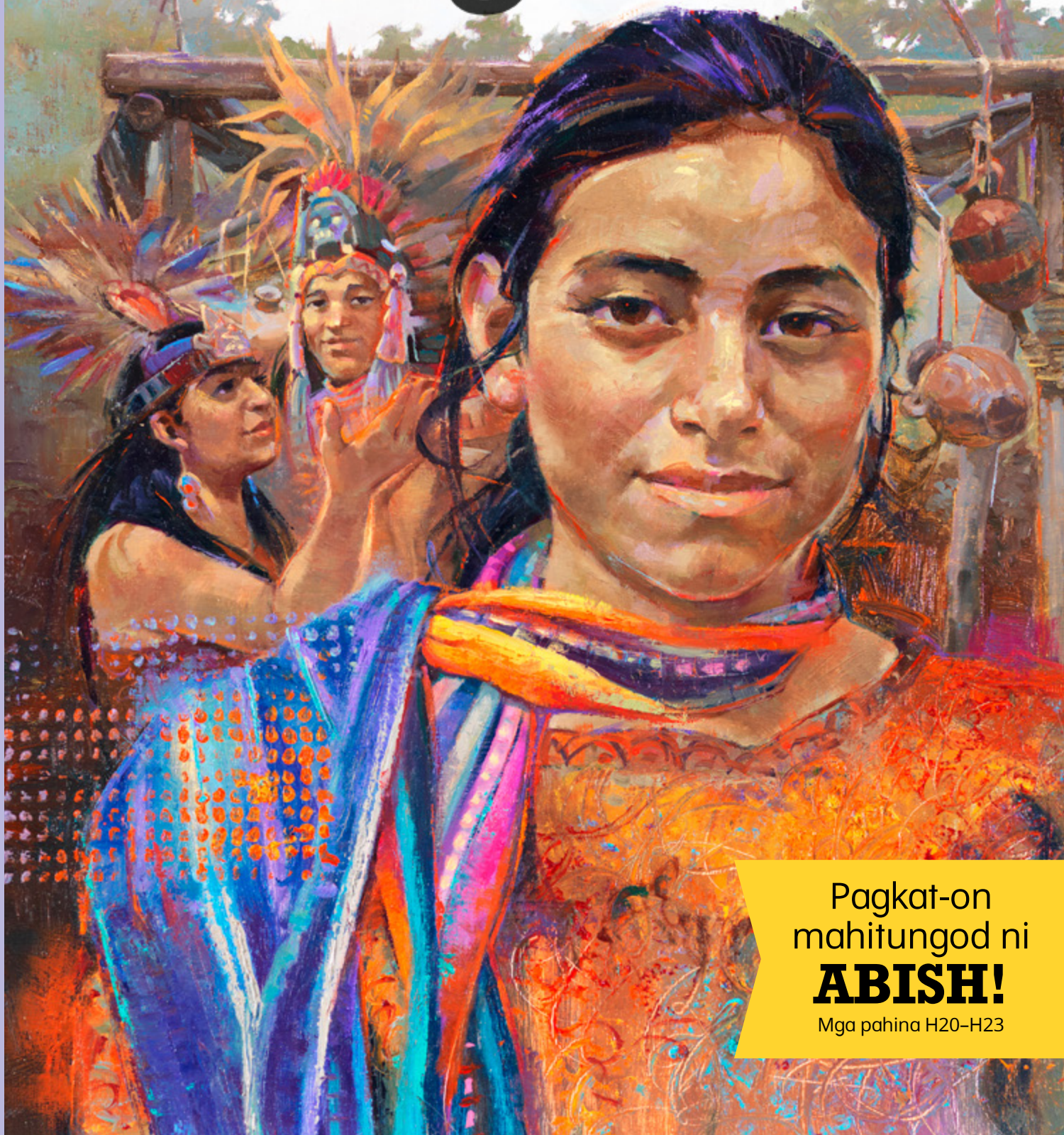
MGA BATA

**DULAA KINING
PARIS-PARIS NGA
DULA SA BASAHON
NI MORMON**

H12



Higala



Pagkat-on
mahitungod ni
ABISH!
Mga pahina H20–H23



**Ni Presidente
Henry B. Eyring**

Ikaduhang
Magtatambag sa
Unang Kapangulohan

Pagpamatuod ug ang Basahon ni Mormon

Sa matag higayon nga ako mobasa
og bisan gani pipila lang ka linya
sa Basahon ni Mormon,
Akong mabati nga ang akong
pagpamatuod nalig-on
nga ang basahon tinuod,
nga si Jesus mao ang Kristo, ug
kita makasunod Kaniya pabalik sa Dios.
Kini ang labing maayo nga basahon sa
tanang mga basahon alang kanako.
Kini ang pulong sa Dios.



*Gipahiangay gikan sa "Ang Basahon ni
Mormon isip usa ka Personal nga Giya,"
Liahona, Sept. 2010, 4–6.*



Usa ka Pagpamatuod sa Imong Kaugalingon

Ang pagpamatuod usa ka nindot nga pagbati gikan sa Espiritu Santo nga nagsulti nimo nga ang usa ka butang tinuod. Dili ka bata ra kaayo aron makabaton og pagpamatuod. Guntinga ang mga rektanggulo ug ibutang kini sa usa ka panaksan o garapon aron makapili ka og usa matag adlaw. Kon mobati ka og pagpamatuod sa imong kasingkasing, sultihi ang usa ka tawo mahitungod niini!

Kantaha ang "Gibati Ko ang Gugma sa Akong Manluluwas,"
(*Songbook sa mga Bata*, 42–43).

Kantaha ang "Getsemani"
(*Liahona*, Mar. 2018, 74–75).

Tan-aw og litrato sa templo.

Paminaw og usa ka pakigpulong ni Presidente Russell M. Nelson.

Tan-aw og hulagway ni Jesus, o pagtan-aw og video sa Biblia mahitungod Kaniya.

Pag-ampo sa Langitnong Amahan ug pagpaminaw og mga pagbati gikan sa Espiritu Santo.

"Pagbusog sa mga pulong ni Kristo; . . . ang mga pulong ni Kristo magtug-an kaninyo sa tanan nga mga butang nga inyong buhaton" (2 Nephi 32:3).

Akong Mabati ang Espiritu Santo Kon . . .

Mag-ampo ko sa Langitnong Amahan.



Maghunahuna ko sa templo.



Motabang ko sa uban.



Kanus-a ka mibati og pagpamatuod gikan sa Espiritu Santo?

Ang Pag-ampo ni Kelly

Ni Lori Fuller Sosa

Mga Magasin
sa Simbahan
(Gibase sa tinuod
nga istorya)

Si Kelly ug ang siyang mama milakaw ngadto sa gambalay sa simbahan ug mitan-aw sa palibut. Nindot kaayo kini, nga adunay mga palm tree nga maglubay-lubay sa gawas. Ang timaan sa gambalay nag-ingon, “Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw.” Sa tulo ka lain-laing pinulongan—Malay, Chinese, ug English!

Si Kelly wala kaayoy nahibaloan mahitungod ni Jesukristo. Ug wala pa gayud siya makasulod sa simbahan sukad. Ang higala sa iyang mama, si Li Leen, magsimbahan dinhi. Gidapit niya si Kelly ug ang iyang mama sa pag-uban kaniya.

Sa ilang pagsulod, ang mga tawo mipahiyom ug miingon og hello. Ang tanan maayo kaayo. Si Kelly ug iyang Mama misunod ni Li Leen sa itaas ngadto sa dako nga lawak. Miingon si Li Leen nga gitawag kini og chapel.

Milingkod si Kelly tupad sa iyang Mama ug ni Li Leen sa usa ka laray sa lingkuranan, ug sa wala madugay misugod na ang simba. Naminaw siya sa musika. Gananhan siya sa paagi nga nakaapekto kini sa iyang pagbati, bisan tuod wala siya masayud sa mga pulong.

Sa pagtapos sa miting, usa ka babaye mibarug aron mag-ampo. Mitan-aw si Kelly sa palibut samtang ang tanan mikyugpos sa ilang mga bukton ug mipiyong sa ilang mga mata. Mibati gihapon siya og nindot kaayo sa sulod. Unsa man *kadto*? Lahi kini kay sa bisan unsa nga iyang nabati sukad!

Sa ilang pagbiya sa simbahan wala madugay, si Kelly misulti sa iyang Mama mahitungod sa pagbati nga iyang



nasinati atol sa
pag-ampo.

“Ah,” miingon iyang
Mama, “Wala akoy bisan unsang
gibati nga espesyal.”

Apan nagsige og hunahuna si Kelly mahitungod sa iyang gibati didto sa simbahan. Giganahan siya sa pag-ampo. Ug giganahan siya nga makadungog mahitungod ni Jesus.

“Pwede ko nga magpatudlo sa mga misyonaryo?” Mihangyo si Kelly sa iyang Mama. “Gusto pa ko nga makakat-on.”

“Kon mao kana ang imong gustong buhaton, okey ra,” miingon si Mama.

Ang mga misyonaryo mitudlo ni Kelly unsaon sa pag-ampo ug unsaon sa pagbasa sa mga kasulatan. Mitudlo sila kaniya mahitungod ni Jesus ug sa unsang paagi Siya nagmahal kanato. Giganahan si Kelly sa iyang nakat-unan.

Usa ka adlaw ang mga misyonaryo mihatag kaniya og espesyal nga hagit.

“Pwede ba nga mosulay ka sa pag-ampo karong semanaha?” nangutana si Elder Parker.

Hangtud niining puntoha, si Kelly nag-ampo lamang uban sa mga misyonaryo. Apan gusto niya nga sula-yan kini nga siya ra. Nasayud siya nga ang Langitnong

Amahan kanunayng maminaw, ug gusto Niya nga makadungog gikan kaniya.

“Ako kanang buhaton,” misaad siya.

Espesyal ang misunod nga adlaw sa eskwelahan. Si Kelly mokanta sa usa ka kompetisyon! Nakakat-on siya og nindot nga bag-ong kanta nga Inintsek. Ang pagkat-on sa tanang mga nota ug mga tono lisud nga trabaho! Pabalik-balik siya sa pagpraktis.

Karon nga panahon na sa pasundayag, gikulbaan si Kelly. Gikuha niya ang hulagway ni Jesus nga iyang gisulod sa bulsa sa iyang uniporme sa eskwelahan nianang buntaga. Nakahukom siya nga mag-ampo, sama sa gipakita sa mga misyonaryo kaniya. “Langitnong Amahan, palihug tabangi ko nga mawala ang akong

kakulba,” nag-ampo siya. “Sa ngalan ni Jesukristo, amen.”

Dayon si Kelly mitikang ngadto sa entablado. Mitanaw siya sa mga nanan-aw ug sa mga hurado. Gihunahuna niya ang hulagway ni Jesus diha sa iyang bulsa ug miarang-arang ang iyang gibati. Miginhawa siya og lawom ug misugod sa pagkanta.

Gikanta niya ang tanang pulong sama sa iyang gipraktisan. Sa iyang pagkanta sa katapusang nota ug miyukbo, nasayud si Kelly nga ang Langitnong Amahan nakadungog sa iyang pag-ampo ug mitabang kaniya.

Uban sa pahiyum, mibiya si Kelly sa entablado. Dili siya makahulat nga sultihan ang mga misyonaryo sa nahitabo! Nasayud siya nga gusto niya nga magpadayon sa pag-ampo matag adlaw. ●





Hello gikan sa Germany!



Hi, kami
si Margo ug Paolo.
Kuyugi kami samtang
bisitahon namo ang
Germany!



Ang **Germany**, o *Deutschland*, usa ka nasud nga anaa sa tungang bahin sa Europe. Kini adunay mga lasang ug mga suba, mga bukid ug mga baybayon, ug mga baranggay ug dagkong mga siyudad. Mga 13 ka milyon ka mga bata ang nagpuyo sa Germany.

Ang Germany adunay mga 20,000 ka kastilyo. Daghan niini gatusan ka tuig na ang gidugayon. Kini maoy usa ka inila nga kastilyo nga gitawag og Neuschwanstein.



Adunay duha ka templo sa Germany. Ang usa anaa sa Freiberg, ug ang lain anaa sa Frankfurt, diin nagpuyo kining bata nga lalaki. Ang timaan nag-ingon, "*Tempel der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage*" (Templo sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw).



Ang sauerkraut, sausage, ug *Spätzle* (noodles) maoy kinaham nga mga pagkaon sa Germany.

Ang mga batang babaye ug lalaki malingaw nga moapil sa Primary.



Ang Germany naila sa mga merkado niini sa Pasko. Ang mga pamilya ganahang motan-aw sa maanindot nga mga suga ug mokaon sa lamian nga mga pagkaon!



Ingon niini tan-awon ang *Giya nga Basahon sa Kabataan* sa German. Ang mga bata sa Germany naggamit niini aron makat-on ug molambo. Giunsa man ninyo paggamit ang inyong giya nga basahon sa inyong dapit?

Himamata ang pipila sa among mga higala gikan sa Germany!



Salamat sa pagsuhid sa Germany uban namo. Magkita kita sa sunod higayon!

Sa unang adlaw sa primary nga eskwelahan, ang matag bata makadawat og satchel (backpack), usa ka pencil case, ug "school cone" (*Schultüte* o *Zuckertüte*) nga puno sa mga kendi ug gagmay nga mga gasa.



Ang akong paborito nga istorya sa Basahon ni Mormon mao ang pagbisita ug pagtudlo ni Kristo sa katawhan. Gusto nakong sundon ang sugo ni Kristo nga dili mag-hukom. Kon mas mobasa ako mahitungod sa mga pagtulun-an sa Manluluwas, mas mobati ako sa Iyang gugma ug kalinaw.

Lelia A., edad 10, Franconia, Germany



Nasayud ko nga kon mosunod ko sa mga sugo, maangkon nako ang kasiguroan ug seguridad sa pagpabilin diha sa dalan nga mopadulong ngadto sa Dios. Kanunay nakong masayran nga nagbuhat ako sa matarung kon akong bation ang Espiritu Santo.

Kaleb A., edad 12, Franconia, Germany

Taga-Germany ka ba? Sulati kami! Ganahan kaming makadungog gikan kanimo.

Paglangoy Sama sa Kabayong Dagat

Ni David Dickson

Mga Magasin sa Simbahan
(Gibase sa tinuod nga istorya)

“Ang Espiritu Santo . . . mopakita nanganha kaninyo sa tanan nga mga butang nga kinahanglan inyong buhaton” (2 Nephi 32:5).

Si Robin mitutok sa swimming pool. Misulay siya nga sdili maghunahuna unsa ka layo ang iyang languyon. Ang importante nga makakuha siya og badge. Ang *seepferdchen* (kabayong dagat) nga badge mopakita sa tanan sa Germany nga makahibalo siya molangoy nga siya ra.

Makahimo ko niini! Naghunahuna si Robin. Miginhawa siya og lawom og milukso.

SPLASH!

Ang bugnaw nga tubig nindot bation sa ingon ka init nga adlaw.

Buhata lang usa ka metro matag higayon, misulti si Papa kaniya. *Ayaw dayon hunahunaa ang tanang 25 metros.*

Gipabilin ni Robin nga nakaubos ang iyang ulo. Gilihok niya ang iyang mga bukton ug mga tiil sama sa iyang gipraktisan sa daghang bulan. Matag pipila ka segundo moisa siya sa iyang ulo aron moginhawa.

Patid. Kabya. Patid. Kabya.

Sa kalit lang, ang magtutudlo sa paglangoy mitayhop sa iyang pito. Mihangad si Robin sa kasurprisa.

“Maayo kaayo,” miingon ang iyang magtutudlo.

Nabuhat niya!

Mikatawa si Robin ug mihimo og pipila ka pagbalitok ilawom sa tubig aron sa pagsaulog. Usa siya ka kabayong dagat!

Pag-uli ni Robin, nagdali siya sa pagpangita ni Papa.

“Pa, tan-awa!”

Gibutang sa papa ni Robin ang iyang martilyo. Pagkakita ni Papa sa *seepferdchen* nga badge, mipahiyum siya og dako.

“Sa imong unang pagsulay?”

Migakos pag-ayo si Papa kang Robin. “Unsay gusto nimong buhaton aron sa pagsaulog?”

Mihunahuna og kadiyot si Robin. “Ang gusto gayud nakong buhaton mao ang pag-adto sa pool uban nimo. Gusto nakong ipakita nimo ang akong mahimo.”



Mas midako ang pahiyom ni Papa. “Karon usa gayud *kana* ka pagsaulog alang natong duha. Kon makahigayon na ko, mangadto ta.”

Giisa-isa ni Robin ang iyang kumo sa hangin. Dili siya makahulat nga matahi ang iyang badge sa iyang swim-suit ug makiglangoy ni Papa.

Milabay ang pipila ka adlaw. Nagsige og pangutana si Robin mahitungod sa pool, apan kanunay nga adunay makababag. Daw okupado kanunay si Papa.

Usa ka buntag miluhod si Robin diha sa iyang higdanan aron mag-ampo. Sa pagtapos sa pag-ampo, midugang siya og usa pa ka butang.

“Palihug hatagi ang akong papa og ekstra nga panahon aron makaadto kami sa swimming pool. Sa ngalan ni Jesukristo, amen.”

Sa pagbuka ni Robin sa iyang mga mata, nadunggan niya si Papa nga nanuktok sa pultahan.

“Mangadto na ta sa pool. Gusto kong makakita nimo nga naglangoy!”

Nasurprisa pag-ayo si Robin. “Pa! Dili ka makatuo nii-*ni*. *Mao pay pag-ampo* nako nga makakuha ka og ekstra nga panahon aron makaadto ta.”

Nanguyugpos si Papa ug misandig sa may pultahan. “Karon, dili ba makapaikag kana? Abi nimo, nakadungog

ko og hilum, klaro nga mensahe gikan sa Espiritu Santo nga kinahanglang dad-on ka nako sa pool. Morag angay na gyud ta nga moadto!”

Nindot kaayo ang ilang lakaw. Gipakita ni Robin kang Papa kon unsaon niya sa paglangoy ang 25 metros nga dili mohunong. Nakadayeg si Papa. Ug nakadayeg si Robin sa mga balitok ni Papa ilawom sa tubig. Makahimo si Papa og lima nga magsunod!

“Nalipay ko nga ang Langitnong Amahan mihatag nimo og ekstra nga panahon karon,” miingon si Robin.

“Sa tinuod lang,” miingon si Papa, “gipasagdan nako ang akong kaugalingon nga maokupado kaayo. Nagtuo ko nga ang Espiritu Santo mipahinumdom nako nga kinahanglang *mogahin* kita og panahon alang sa usag usa, dili ba? Mosaad ko nga akong buhaton ang akong parte.”

Mipahiyom si Robin. “Ako sab.”

Mikunot ang palibut sa mga mata ni Papa sa pagpahiyom. “Usa pa ka butang. Nakasulti na ba ko nimo nga wala pa gyud ko mapildi sa sabyagay og tubig?”

Mibawos og pahiyom si Robin. “Wala pa matapos ang adlaw!” ●

Kini nga istorya nahitabo sa Germany. Pagbasa og dugang mahitungod sa Germany sa mga pahina H6–H7.



Tiwasa ang Sundanan

Aniay upat ka paagi nga makahimo kita sa pagdapit sa uban nga makat-on mahitungod sa ebanghelyo. Pagdrowing og mga hulagway diha sa blangko nga luna aron makompleto ang sundanan sa kada laray.

Pagdapit og higala nga maminaw kanimo nga mohatag og pakigpulong sa Primary.



Tudloi ang usa ka higala sa imong paborito nga kanta sa Primary ug kantaha ninyo kini og dungan.

Pagpaambit og kopya sa *Higala* nga magasin.



Sultihi ang usa ka tawo kon unsa sila ka mahal sa Dios ug ni Jesus.



Ipakita ug Isulti



Sa mas bata pa ko, aduna akoy sakit sa panit. Kada adlaw nag-ampo ko nga ang Langitnong Amahan

moayo kanako. Nakat-on ko nga magpailub, ug human sa lima ka tuig naayo ako. Nasayud ko nga ang Langitnong Amahan modungog sa atong mga pag-ampo.

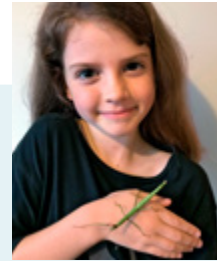
Juyoung K., edad 12, Gyeonggi, South Korea



Ang mang-hud nga babaye sa akong higala mahadlok og mga iro. Sa dihang pipila ka iro miduol kanamo, giabug

nako kini palayo aron dili siya mahadlok.

Hyrum F., edad 7, Maputo, Mozambique



Ganahan ko nga adunay binuhi nga mga stick insect. Ang usa niini nasakit pag-ayo. Nag-ampo ko nga mamaayo siya.

Pagkasunod buntag, mitan-aw ko sa iyang tangkal ug maayo na siya. Nasayud ko nga ang Langitnong Amahan nakadungog sa akong pag-ampo.

Tahnee C., edad 8, Wellington, New Zealand



Ang akong papa na-stroke ug miadto sa ospital sa dihang siyete anyos pa ko. Didto pa gihapon siya sa ospital sa dihang nag-otso anyos na ko. Mihukom ko nga maghulat hangtud nga makagawas ang akong papa gikan sa ospital aron mabunyagan ug makum-pirmahan. Usa kadto sa labing malipayong mga adlaw alang kanako.

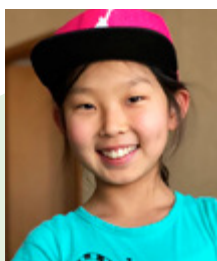
William M., edad 9, Queensland, Australia



Miguel T., edad 7, Nuevo León, México



"Mga Bata sa Tibuok Kalibutan," Alexia W., edad 10, Heredia, Costa Rica



Sa dihang nag-eskwela ko, pipila sa mga estudyante Sganahan og makahadlok nga mga istorya. Misulti sila kanako og usa ka istorya nga misugod gayud sa paghasol nako sa gabii. Usa ka gabii, mihukom ko nga mag-ampo sa Langitnong Amahan nga wagtangon kini sa akong hunahuna, ug mitabang Siya nako nga makatulong matag gabii. Diha ako nakaamgo nga mahimo akong mag-ampo ngadto Kaniya bisan asa ug bisan kanus-a.

Enerel T., edad 11, Ulaanbaatar, Mongolia

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

**Dili
kini ako!**

Kinsa Ako?

*Aniay dula nga mahimong
dulaon sa pamilya o mga higala.
Pila ka tawo gikan sa basahon
ni Alma ang imong mailhan?*

1. Guntinga ang "Dili kini ako!" nga mga button sa wala ug ang mga kard sa pahina H15. Ayaw guntinga ang mga hulagway nga naa sa tuo.
2. Aron mosugod sa pagdula, pagpili og usa sa mga kard gikan sa pahina H15. Ayaw ipakita ni bisan kinsa ang kard nga imong gipili! Ang tibuok grupo mosulay sa pagtag-an niana.
3. Aron matag-an ang misteryo nga kard, ang grupo motan-aw sa mga hulagway sa pahina H13. Dayon magpuli-puli sila sa pagpangutana og mga pangutana nga tubagon sa oo o dili kon unsay hitsura sa mga tawo diha sa mga kard o unsay ilang nabuhat.
4. Kon ang grupo makakat-on og butang nga makatudlo kon si kinsa ang misteryuso nga tawo, gamiton nila ang "Dili kini ako!" nga mga button sa pagtabon sa dili sakto nga mga hulagway. Sama pananglit, kon mangutana sila, "Brown ba ang buhok sa imong tawo?" ug ang tawo nga naggunit sa kard moingon nga dili, ilang butangan og "Dili kini ako!" nga button ang tanan nga brown og buhok.
5. Human matag-an kinsa ang misteryuso nga tawo, basahe og kusog ang istorya gikan sa kard ngadto sa grupo. Dayon pagdula og usab pinaagi sa paghawan sa mga button ug papilion og bag-ong kard ang laing tawo.

Sugyot: Sa wala pa kamo magsugod, mahimo ninyong basahon og kusog ang tibuok pahina H15 aron ang tanan makahinumdom sa mga istorya!



Alma nga
Batan-on



Ammon



Mga
Anti-Nephi-Lehi



Ang Rayna



Haring Lamoni



Abish



Aaron



Korihor



Amalickiah



Kapitan Moroni



Ang Sulugoon
nga Babaye



Mga Batan-ong
Manggugubat



**Ni Elder
Gary B. Sabin**
Sa Seventy

Ang Tanan Nakaapil

“Kamong tanan kinahanglan managkaduyog, magbinatiay [sa usag usa]” (1 Pedro 3:8).

Ang among anak nga si Justin nagdako nga adunay alisud nga sakit. Usahay luya kaayo siya. Dili siya kanunay makabuhat sa mga butang nga mabuhat sa tanan, bisan og naningkamot siya. Nasayud siya unsa ang bation nga malahi.

Usa ka adlaw si Justin ug ang iyang mga higala nagkapundok aron magdula. Kinahanglan nilang ig-on ang bola gamit ang ilang mga bukton aron magpadayon kini nga naa sa kahanginan. Usa sa mga batang babaye kinsa naabut aron makigdula adunay bali nga bukton.

Sayon ra untang isulti nga, “OK, magdula kitang tanan, ug motan-aw lang siya.”

Apan hinoon, si Justin miingon, “Aduna koy nindot nga ideya. Magdula kitang tanan nga usa ra ka bukton ang gamiton.” Ang tanan nagdula gamit ang usa ra ka bukton, lakip ang babaye nga gisemento ang bukton. Ang tanan nakaapil.

Si Justin akong bayani. Kanunay siya nga motan-aw sa ubang tawo ug maghunahuna, *Unsa kaha ang ilang gibati?* Si Justin masakiton sa hapit tibuok niyang kinabuhi, apan malipayon siya tungod kay mitabang siya sa ubang mga tawo ug misunod ni Jesukristo.

Kitang tanan adunay mga hagit, apan daghan kaayo kita og angay ikalipay. Buhata kutob sa imong mahimo. Salig sa Dios. Ang labing dakong kalipay moabut dili sa pagtutok nganha sa imong kaugalingon apan sa pagtutok ngadto sa uban. ●





Abish

Nakabig ako ngadto sa Dios mga katuigan na ang milabay, sa diha nga ang akong amahan nakaangkon og usa ka panan-awon. Samtang nagtrabaho alang ni Haring Lamoni, mitabang ko og daghang tawo nga makakat-on mahitungod sa gahum sa Dios.



Haring Lamoni

Sa dihang nakakat-on ko mahitungod sa ebanghelyo, nakaangkon ko og usa ka panan-awon. Nakakita ako ni Jesus! Akong gipaambit ang akong pagpamatuod ngadto sa akong amahan ug mitabang sa pagluwas sa mga misyonaryo gikan sa bilangoan.



Korihor

Gisulayan nako sa pagkombinser ang mga tawo nga si Jesus dili tinuod ug nangayo og pruwera nga adunay Dios. Sa kalit lang dili na ko makasulti o makadungog!



Ammon

Usa ako sa mga anak nga lalaki ni Mosiah. Panahon sa akong misyon, akong gipanalipdan ang panon sa mga hayop ni Haring Lamoni. Akong gitudloan si Haring Lamoni ug ang rayna mahitungod sa ebanghelyo.



Mga Anti-Nephi-Lehi

Mga Lamanite kami kaniadto kinsa kanunay nga nakig-away, apan nakahukom kami nga mosunod sa Dios. Busa among gilubong ang among mga hinagiban sa gubat ug misaad nga dili na gayud makig-away pag-usab.



Alma nga Batan-on

Gihinganlan ko og sama sa akong amahan, ang propeta. Ang akong mga higala ug ako mihimo og dili maayo nga mga pagpili. Apan naghinulsol kami ug nahimong mga misyonaryo.

Kinsa Man Ko?—Pagpili og Kard

Gamita kini nga mga kard aron modula sa dula diha sa mga pahina H12–H13.



Ang Rayna

Gipanalipdan nako ang akong bana sa dihang ang uban nagtuo nga patay na siya. Human ko nakakat-on bahin sa Dios, ang akong sulugoon nga si Abish mitabang nako sa pagbarug ug pagtudlo sa uban.



Kapitan Moroni

Ako ang kapitan sa kasundalohan nga Nephite, apan dili ko ganahan nga makapasakit og mga tawo. Gihimo nako ang bandila sa kalingkawasan aron sa pagpahinumdom sa mga tawo sa unsay labing importante nga panalipdan.



Batan-on nga mga Manggugubat

Nakat-on kami mahitungod sa hugot nga pagtuo gikan sa among mga inahan. Sa dihang kinahanglan namo nga panalipdan ang among mga pamilya, misalig kami nga ang Dios motabang kanamo. Ug gibuhat Niya!



Aaron

Usa ako sa mga anak nga lalaki ni Mosiah. Sa akong misyon, gitudloan nako ang amahan ug inahan ni Haring Lamoni. Dayon mihimo sila og mga balaod nga nanalipod sa mga misyonaryo sa ilang kayutaan.



Amalickiah

Gusto gyud nako nga mahimong hari! Akong gihiloan ang labaw sa mga Lamanite ug gikuha ang iyang kasundalohan. Gisulayan nako sa pagkombinser ang mga tawo nga makig-away ug mopasakit sa usag usa.



Ang Sulugoon nga Babaye

Sa dihang dunay mipasakit kanako, igo ang akong kaisug sa pagsulti og usa ka tawo mahitungod niini ug sa pagpangayo og tabang. Mitabang ko ni Kapitan Moroni sa pagpanalipod sa iyang katawhan.

Ang MATINABANGONG mga Kamot ni Eli

Ni Rebecca Rice Birkin
(Gibase sa tinuod nga istorya)

“Duha ko ka kamot daghang buhatunon” (Songbook sa mga Bata, 126).

Sabado sa buntag kadto, ug si Eli naghupo diha sa goal box, andam nga mobabag sa bola. Milukso siya ug mihas-mag, mibuhat sa iyang labing maayo aron dili makasulod ang football sa net. Apan lisud kadto! Dayon sa hapit na matapos ang dula, ang bola nakalusot sa iyang mga kamot. Naka-iskor ang pikas team! Napildi ang team ni Eli. Guol kaayo siya.

Pagkasunod adlaw sa simbahan, hinay nga milakaw si Eli padulong sa iyang klase sa Primary, magul-anon gihapon ang gibati.

Nakita ni Eli ang iyang higala nga si Kate sa gawas sa klasehanan. Giduso sa mama ni Kate ang pink nga wheelchair ni Kate pasulod. Gigakos niya si Kate sa wala pa mobiya aron moadto sa iyang kaugalingong klase.

“Hi, Kate,” miingon si Eli.

Dili makatubag o makawara-wara si Kate, apan kanunay siyang moderetso og tan-aw ngadto sa mga mata ni Eli mao nga nasayud si Eli nga nakadungog siya kaniya.

Kasagaran nga mopahiyom si Kate kon moingon si Eli og hello, apan wala karon. *Naguol ba si Kate?* Naghunahuna si Eli. *Ako nasayud kon sama sa unsa kana nga pagbati.* Naguol gihapon siya nga wala niya mapugngi ang pikas team sa pag-iskor sa nakapadaog nga goal.

Si Eli mitupad og lingkod kang Juan ug Makell samtang gisugdan ni Sister Young ang klase. Dayon miagulo si Kate. Usahay lisud alang kang Kate ang magpundo sa



paglingkod tungod kay sakit ang iyang lawas.

“Kate, gisakitan ka karon?”

Nangutana si Sister Young.

Misugod sa paghilak si Kate.

“Tingali makatabang ang usa ka kanta sa Primary,” miingon si Sister Young.

Misugod sa pagkanta ang klase. Ganahan si Kate og musika. Kasagaran moapil siya sa pagkanta pinaagi sa paghimo og malipayon nga mga tingog. Apan

karon, mihilak lang si Kate.

Unsaon namo pagtabang ni Kate nga mas maayo ang bation? Naghunahuna si Eli.

Dayon aduna siyay nahunahunaan nga ideya. “Nakahibalo na ko!” Gisultihan ni Eli si Sister Young. “Akong iduso-duso ang wheelchair ni Kate.”

Nakakita si Eli kon giunsa sa mama ni Kate sa pagduso og hinay sa iyang lingkuranan kon gikinahanglan ni Kate nga mas maayo ang bation. Dali siyang miduol kang Kate ug misugod sa pagtuya-tuya og hinay sa iyang wheelchair.

Mihunong si Kate sa paghilak.

“Pwede nga ako na sab?” Mihangyo si Juan.

“Ako sab.” Miingon si Makell.

Samtang mitudlo si Sister Young sa leksyon, si Eli ug ang iyang mga higala nagpuli-puli sa pagduso sa wheelchair ni Kate. Mipahiyom si Kate. Daw mas mihayag ang tibuok kwarto.

Sa pagtapos sa klase, ang tanan nagpahiyom.

“Ang pagtabang kang Kate nakapalipay kanako,” miingon si Eli.



“Nalipay ko,” miingon si Sister Young. “Nakapalipay usab kini sa Langitnong Amahan. Gimahal Niya si Kate ug gusto nga mas maayo ang iyang bation. Usahay kita ang mahimong Iyang mga katabang.”

Mitan-aw si Eli kang Kate. “Mitabang ka usab kanako,” misulti siya kaniya. “Matag higayon nga mopahiyom ka.”

Mingisi si Kate.

Samtang padulong nga mopauli si Eli gikan sa simbahan, mibati siya nga sama kainit sa dula-anan og football sa usa ka adlaw sa panahon sa ting-init. *Tingali dili nako masalo ang tanang bola sa football*, naghunahuna siya. *Apan makagamit giha-pon ko sa akong mga kamot sa pagtabang sa mga tawo.* ●

Ang tagsulat nagpuyo sa Utah, USA.



“Pinaagi sa atong kinasingsing nga kamabination ug pagserbisyo, makahimo kita og mga higala niadtong kinsa atong giserbisyoan.”

Presidente M. Russell Ballard, Aktong nga Presidente sa Korum sa Napulog Duha ka mga Apostoles, “Pagkaplag og Kalipay pinaagi sa Mahigugmaong Pagserbisyo,” *Liahona*, Mayo 2011, 48.

Si Jesus nahigugma sa tanan!



Ang Akong Tumong sa Pagluto

**Ni Fernanda G., edad 10,
Paraná, Brazil**

Gusto nakong mahimong mas maayo sa pagluto. Busa sa dihang nakadawat ko sa akong *Giya nga Basahon sa Kabataan*, mihimo ko og tumong nga magluto uban sa akong papa. Matag higayon nga magluto ang akong papa mitan-aw ko niya ug nakita nako kon unsa kini kanindot. Gusto nakong makat-on sa pagluto sama kaniya.

Ang akong papa ug ako miadto sa tindahan aron mamalit sa mga sagol. Dayon gitudloan ko niya sa matag lakang kon unsaon sa paghimo sa harina ngadto sa maanindot nga cake. Wala madugay gitudloan usab ko niya unsaon sa paghimo og ubang butang.

Ang pagbuhat niini nga tumong nakatabang nako nga mas masuod sa akong papa. Ganahan ko nga mogahin og panahon uban kaniya! Maayo kaayo siya nga magtutudlo. Usa ka butang nga iyang gitudlo kanako mao nga kon magluto kami, dili ako angay nga malinga sa akong cell phone!

Karon kon maghunahuna ko sa pagluto, mobati ko og dakong kalipay, tungod kay ganahan ko nga magluto! Kini nga tumong nakatabang nako dili lang sa pagbuhat og butang nga akong ganahan apan sa paglambo usab sa espirituhanong paagi. Ganahan ko nga makapili ko sa akong kaugalingon nga mga tumong. Ang Langit-nong Amahan gustong motabang kanako niini nga tumong tungod kay gusto Niya nga akong mapalambo ang akong mga talento. Gusto Siyang motabang kanako tungod kay nasayud Siya nga makapali-pay kini kanako. ●



**Ang imong Giya nga
Basahon sa Kabataan**
makatabang
nimo sa pag-
himo og mga
tumong nga
mas mapaduol kang
Jesus.

Hangyoa ang usa ka ginikanan o laing tawo nga imong gidayeg sa pagtudlo kani-mo og bag-ong butang!

Si Abish Mipaambit sa Ebanghelyo



Usa ka babaye nga ginganlan og Abish nagtrabaho alang sa hari. Nagatuo siya sa Dios. Kadaghanan sa mga tawo sa iyang palibut wala motuo sa Dios. Usa ka adlaw nakakita siya og usa ka misyonaryo nga ginganlan og Ammon nga nagtudlo sa hari ug sa rayna mahitungod sa Dios ug ni Jesukristo.



Sa dihang ang hari ug rayna nakat-on mahitungod sa ebanghelyo, malipayon kaayo sila! Natumba sila ug wala molihok. Nasayud si Abish nga gibati nila ang gahum sa Dios.



Gusto ni Abish nga makat-on ang tanan mahitungod sa Dios. Busa midagan siya ngadto sa kada balay ug misulti sa mga tawo sa pag-adto ug pagtan-aw unsay nahitabo.

Human makapundok ang mga tawo, gitabangan ni Abish ang rayna sa pagbarug. Dayon ang rayna mitabang sa hari sa pagbarug. Misugod sila sa pagtudlo sa katawhan mahitungod sa ebanghelyo.





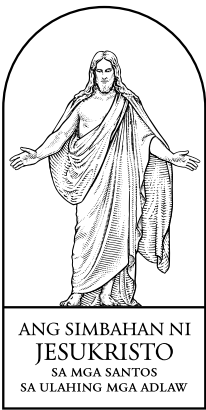
Pwede akong mahimong sama kang Abish. Makatabang ko sa ubang tawo nga makat-on mahitungod sa Langitnong Amahan ug ni Jesukristo. ●

Pagbasa mahitungod niini nga istorya diha sa Alma 18–19.

Si Abish Adunay Pagtuo sa Dios



Unsaon nimo pagtabang ang mga tawo nga makakat-on mahitungod sa Dios?



Minahal nga mga Ginikanan,

Karon nga bulan magbasa kita mahitungod sa mga misyonaryo nga sama ni Alma nga Batan-on, Abish, ug ang mga anak nga lalaki ni Mosiah. Mahimo ninyong gamiton ang dula sa mga pahina H12–13 o ang istorya sa H20 aron hisgutan kining mga tawhana gikan sa Basahon ni Mormon. Sila mipaambit sa ebanghelyo sa lain-laing paagi. Sa unsang paagi mapaambit sa inyong pamilya ang ebanghelyo? Pagsulat og usa ka misyonaryong tumong nga sulayan karon nga bulan—mahimo gani ninyong kopyahon ang inyong paborito nga ideya gikan sa H10.

Padayon sa pagpaambit!
Ang Higala

UNSAON SA PAGPADALA SA ARTWORK O KASINATIAN SA INYONG ANAK NGADTO SA LIAHONA

Adto sa liahona.ChurchofJesusChrist.org ug i-klik ang “Mosumiter og usa ka Artikulo o Feedback.” O i-email kini kanamo sa liahona@ChurchofJesusChrist.org uban sa ngalan, edad, siyudad nga gipuy-an sa inyong anak, ug kini nga pamahayag sa pagtugot: “Ako, [isukip ang imong ngalan], mohatag og pagtugot sa Ang Simbahan ni Jesukristo sa mga Santos sa Ulahing mga Adlaw sa paggamit sa gisumiter sa akong anak diha sa mga magasin sa Simbahan, sa mga website sa Simbahan, ug sa mga platform sa social media, ug posible sa ubang mga materyal sa Simbahan.” Mahinamon kaming maghulat nga makadungog gikan kanimo!

MGA SULOD

- H2** Gikan sa Unang Kapangulohan: Pagpa-matuod ug ang Basahon ni Mormon
- H4** Ang Pag-ampo ni Kelly
- H6** Hello gikan sa Germany!
- H8** Paglangoy Sama sa Kabayong Dagat
- H10** Makalingaw nga Buhaton: Tiwasa ang Sundanan
- H11** Ipakita ug Isulti
- H12** Kinsa Ako?
- H14** Higala ngadto sa Higala: Ang Tanan Nakaapil
- H15** Kinsa Man Ko?—Pagpili og Kard
- H16** Ang Matinabangong mga Kamot ni Eli
- H18** Maayo nga Ideya
- H19** Ang Akong Tumong sa Pagluto
- H20** Mga Istorya sa Kasulatan: Si Abish Mipaambit sa Ebanghelyo
- H23** Koloranan nga Pahina: Si Abish Adunay Pagtuo sa Dios

**Pangitaa ang Liahona
nga gitago sa sulod!**

ANAA SA HAPIN SA HIGALA
Paghulagway pinaagi ni Dilleen Marsh