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

Liahona

Mga Batang Nakakaranas ng Pornograpiya—Paano Makakatulong ang Pagmamahal, pahina 36

Ang Kalinawan ng Lente ng Ebanghelyo, pahina 12

5 Paraan na Pinrotektahan ni Jesus ang mga Bata, pahina 18

Pagdiriwang ng Ika-100 Taon ng mga Pagpapala ng Templo sa Pacific, pahina 28

NARITO
ANG
SIMBAHAN

Antananarivo
Madagasc

ar

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Narito ang ilang impormasyon tungkol sa Madagascar at sa Simbahan doon:

18 — Mga katutubong tribo sa isla

Mga pangunahing kultural na impluwensya: Polynesian, Arabic, Asian, African, at French — **5**

26 — Milyong tao sa Madagascar

Opisyal na mga wika: Malagasy at French — **2**

12,000 — Mga miyembro ng Simbahan

40 — Kongregasyon

1986 Nabinyagan ang unang miyembrong Malagasy, sa Bordeaux, France

1990 Nabinyagan at nakumpirma ang limang tao

1998 Nalikha ang unang misyon

2000 Nalikha ang unang stake

Mahal ni Jesus ang Ating mga Anak

Marami akong ginugugol na oras sa pag-iisip tungkol sa mga bata. Mahal ko ang mga bata sa grupo ng aking pamilya at mga kaibigan. Bukod pa riyan, kasama sa aking trabaho sa mga magasin ng Simbahan ang paggawa at pag-edit ng mga pahina para sa mga bata sa buong mundo. Ngunit ilang taon na ang nakalilipas, napagtanto ko na hindi ko pa pala napag-aaralan kung ano ang itinuturo ng mga banal na kasulatan tungkol sa mga bata. Kaya nagpasiya ako na basahin ang Bagong Tipan at ang Aklat ni Mormon at bigyan ng karagdagang pansin kung ano ang matutuhan ko tungkol sa espesyal na grupong ito.

Isa itong karanasang nagpapabago ng buhay! Sa maraming katotohanang natuklasan ko, ang pinakamahalaga ay ang mas malalim na pag-unawa tungkol sa kung gaano ang malasakit ni Jesus sa mga bata. Naglingkod siya sa mga bata nang paulit-ulit bilang isang partikular na grupong namumukod-tangi sa iba. Paano natin matutularan ang Kanyang halimbawa?

Ang artikulong isinulat ko sa pahina 18 ay nagbabahagi ng ilang aral na natutuhan ko mula sa pag-aaral na iyon ng mga banal na kasulatan, pati na ng mga ideya at kaalaman mula sa ilang eksperto sa larangan ng pag-iwas sa pang-aabuso.

Ang mga bata ay dapat pakamahalin. Nawa'y magtulungan tayo para sila ay maprotektahan at mabigyan ng lakas, at pakitunguhan natin sila kung paano sila pakikitunguhan ni Jesus!

Nagmamahal,
Marissa Widdison

Mga Pagpapala ng Pananaw sa Ebanghelyo
Elder Gary E. Stevensen
12

Ang Laie Hawaii Temple: Isang Siglo ng Pagtitipon
Clinton D. at Angela R. Christensen
28

Maging o Naging: Iyan ang Tanong
Elder Joni L. Koch
24

Pagharap sa Problema ng Pornograpiya: Pagprotekta, Pagtugon, at Paggaling
Joy D. Jones
36

Mga Nilalaman

5 Pagprotekta sa mga Bata mula sa Pornograpiya

6 Mga Larawan ng Pananampalataya
Wilson Di Paula—San José, Uruguay
Nang malumpo si Wilson sa isang aksidente sa motorsiklo at mamatay ang kanyang asawa matapos ito, hindi niya alam kung ano ang gagawin. Ngunit ang ebanghelyo ay nagbigay ng mga sagot.

8 Mga Alituntunin ng Ministering
Nakakaligtaan Ba Ninyo ang Mahalagang Alituntunin na Ito ng Ministering?
Hindi lang tayo dapat "makiiyak . . . sa nagsisiiyak" kundi "makigalak [din] sa nangagagalak." Narito ang apat na paraan na maaari mong gawin iyon.

12 Mga Pagpapala ng Pananaw sa Ebanghelyo
Ni Elder Gary E. Stevenson
Kapag nananatili tayong balanse sa espirituwal, magkakaroon tayo ng mas magandang pananaw tungkol sa ebanghelyo.

18 Pagprotekta sa mga Bata
Ni Marissa Widdison
Minahal at pinangalagaan ni Jesucristo ang mga bata. Paano mo matutularan ang Kanyang halimbawa?

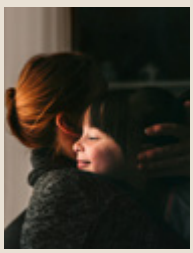
24 Maging o Naging: Iyan ang Tanong
Ni Elder Joni L. Koch
Napakadaling manghusga sa iba, ngunit kailangan tayong maging maingat na humusga nang matwid at tingnan ang iba ayon sa pagtingin ng Diyos sa kanila.

28 Ang Laie Hawaii Temple: Isang Siglo ng Pagtitipon
Nina Clinton D. at Angela R. Christensen
Sa loob ng 100 taon, pinahintulutan ng templo sa Hawaii ang mga Banal sa buong Pacific na tumanggap ng mga pagpapala ng templo.

32 Mga Tinig ng mga Banal sa mga Huling Araw
Dalawang magkapatid na babae ang ginabayang maglingkod; gumawa ng kaibhan ang mensahe ng mga missionary; nagpasiya ang isang bishop kung ano ang gagawin sa kanyang bonus; nakatulong ang isang liham na ayusin ang isang nasirang relasyon.

36 Pagharap sa Problema ng Pornograpiya: Pagprotekta, Pagtugon, at Paggaling
Ni Joy D. Jones
Apektado at lantad ang mga bata sa pornograpiya, ngunit matutulungan sila ng pagmamahal mo na maiwasan at madaig ang mapaminsalang impluwensya nito.

Maiikling Babasahin



Sa Pabalat
Larawan mula sa Getty Images, ginamit para sa paglalarawan, ginamitan ng mga modelo

Mga Bahagi

Mga Young Adult
42

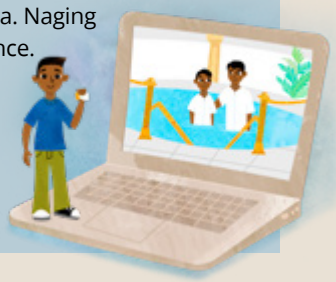
Tinatalakay sa buwang ito **kung ano ang gagawin** kung ikaw ay **nakikipagdeyt sa isang tao na may problema sa pornograpiya** at nagbabahagi ng **mga kuwento ng pag-asa** mula sa ibang mga tao na naapektuhan ng pornograpiya sa pakikipagdeyt nila.

Mga Kabataan
50

Ang ibig sabihin ng maging **tunay na kaibigan,** paano **nagbabahagi ng ebanghelyo** ang isang kabataan, at pag-alaala sa pangulong batong panulok ng Simbahan.

Mga Bata
Kaibigan

Tuklasin kung paano **mahalin ang iba** na tulad ng ginagawa ni Jesus. Nakakatulong kay Prodi ang pagdarasal kapag natatakot siya. Naging nars si Florence. Maaari kang **maghanda para sa templo.**



TAMPOK NA MGA ARTIKULONG DIGITAL LAMANG

Nakipaglaban Ako para Madaig ang Pornograpiya. Bakit Hindi Niya Magawa?
Hindi ibinigay ang pangalan

Isang young adult mula sa Guatemala ang nagbahagi ng kanyang karanasan tungkol sa pagtitiwala sa Panginoon sa paggawa ng mahirap na desisyon.

Paano Ko Nalaman ang Itutugon Ko Kapag Inamin ng Isang Tao na Gumagamit Siya ng Pornograpiya
Hindi ibinigay ang pangalan

Ang malaman na gumagamit ang isang tao ng pornograpiya ay maaaring magdulot ng lahat ng uri ng emosyon, ngunit ang young adult na ito ay umasa sa Tagapagligtas para malaman kung paano siya tutugon nang may pagmamahal.

Pagpapatuloy ng Buhay Pagkatapos Kong Malaman ang Tungkol sa Paggamit ng Pornograpiya ng Aking Kasintahan
Hindi ibinigay ang pangalan

Isang young adult sa Tahiti ang nagbahagi ng kanyang mga pananaw kung paano nakaapekto ang pornograpiya sa kanilang relasyon.

HANAPIN ANG IBA PA

Sa Gospel Library app o sa liahona.ChurchofJesusChrist.org, maaari mong:

- Mahanap ang kasalukuyang isyu.
- Malaman ang nilalaman ng artikulong digital lamang.
- Masaliksik ang mga nakaraang isyu.
- Isumite ang iyong mga kuwento at feedback.
- Mag-subscribe o magbigay ng suskrisyon bilang regalo.
- Paghusayin ang pag-aaral gamit ang mga digital tool.
- Ibahagi ang mga paboritong artikulo at video.
- I-download o i-print ang mga artikulo.

KONTAKIN KAMI

I-email ang iyong mga tanong at feedback sa liahona@ChurchofJesusCh rist.org.

Isumite ang iyong mga kuwento na nagpapalakas ng pananampalataya sa liahona.ChurchofJesusChrist.org o ipadala sa:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

LARAWAN NG ARROW SA LUPA MULA SA GETTY IMAGES

OKTUBRE 2019 TOMO 22 BLG. 10
LIAHONA 18610 893

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

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

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

Patnugot: Randy D. Funk

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

Namamahalang Direktor: Richard I. Heaton

Direktor ng Mga Magasin ng Simbahan: Allan R. Loyborg

Tagapamahala ng Business: Garff Cannon

Namamahalang Patnugot: Adam C. Olson

Katuwang ng Namamahalang Patnugot: Ryan Carr

Katuwang sa Paglalathala: Camila Castrillón

Pagsulat at Pag-edit: David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, 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

Namamahalang Direktor sa Sining: J. Scott Knudsen

Direktor sa Sining: Tadd R. Peterson

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

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune

Tagapamahala ng Produksyon: Jane Ann Peters

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

Bago Ilimbag: Joshua Dennis

Direktor sa Paglilimbag: Steven T. Lewis

Direktor sa Distribusyon: Nelson Gonzalez

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

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

© 2019 ng Intellectual Reserve, Inc. Lahat ng karapatan ay nakalaan. Inilimbag sa Estados Unidos ng America.

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

For Readers in the United States and Canada: October 2019 Vol. 43 No. 10. LIAHONA (USPS 311-480) Tagalog (ISSN 1096-5165) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., 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 (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.lds.org. (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.

PAGPROTEKTA SA MGA BATA MULA SA PORNOGRAPIYA

Ipinahayag ni Sister Joy D. Jones, Primary General President, na pagmamahal ang pinakamatinding sandata laban sa pornograpiya: "Sabi nga sa isang popular na kasabihan, 'pinapatay ng pornograpiya ang pagmamahal,' ngunit tandaan din natin na pinapatay ng pagmamahal ang pornograpiya." Narito ang tatlong paraan na pinangangalagaan ng pagpapakita ng pagmamahal ang mga bata laban sa mga impluwensya ng pornograpiya.

PROTEKSYON:

"Mahal Kita"
Lumikha ng isang relasyon kung saan madarama ng mga anak mo na sila ay ligtas at minamahal.

TUGON:

"Mahal pa rin Kita"
Kausapin ang mga anak mo tungkol sa pornograpiya at sabihin sa kanila na idulog sa iyo ang kanilang mga tanong.

PAGGALING:

"Lagi Kitang Mamahalin"
Tiyakin sa mga anak mo na kahit may problema sila sa pornograpiya, hindi nagbabago ang pagmamahal mo.

May iba pang paliwanag si Sister Jones tungkol sa bawat isa sa mga ideyang ito sa kanyang artikulo sa pahina 36.

ANG MAGAGAWA NINYO

- Maging panatag sa pakikipag-usap sa mga anak mo tungkol sa seksuwalidad at kung paano sila poprotektahan mula sa pornograpiya.
- Tulungan ang mga bata na maunawaan ang *dahilan*.
- Lahat ng smartphone, tablet, at computer ay dapat magkaroon ng mga safeguard o pangangalaga, kahit ang mga tinedyer at nasa hustong gulang.
- Huwag na huwag iwanang nag-iisa sa kuwarto ang sinuman na may media device.
- Huwag husgahan ang mga batang nagpapahayag ng problema sa pornograpiya.

"Pinangangalagaan natin ang ating mga anak hanggang sa mapangalagaan nila ang kanilang sarili."

Jason S. Carroll, propesor ng family life sa Brigham Young University

MGA LARAWAN NG PAMILYA SA ILALIM NG PAYONG, BATANG LALAKING NAKAUPO SA SULOK, AT GRUPO NG MGA BATA MULA SA GETTY IMAGES. GINAGAMIT SA PAGLALARAWAN, GINAMITAN NG MGA MODELO

Coca-Cola

Wilson Di Paula

San José, Uruguay

Naparalisa si Wilson dahil sa isang aksidente sa motorsiklo. Pagkaraan ng isang taon, pumanaw ang kanyang asawa. Bilang isang balo na may dalawang anak na batang babae, hindi alam ni Wilson kung ano ang gagawin. Hindi niya alam kung may layunin ang buhay. Maaari sanang naghinanakit si Wilson dahil dito. Ngunit sa halip, sinimulan niyang saliksikin ang katotohanan.

CODY BELL, LITRATISTA

Marami akong tanong. Bakit nangyayari ang masasaklap na bagay? Sinisikap kong gawin ang tama, pero kinuha sa akin ang aking asawa at nasadlak ako sa isang wheelchair, pagkatapos ay kinailangang operahan ng mga doktor ang ulo ng aking anak para alisin ang isang tumor. Nagsimula akong mag-isip na walang layunin ang buhay.

Napagtanto ko na kailangan kong mahanap ang katotohanan. Siniyasat ko ang iba't ibang relihiyon at natagpuan ko ang Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Nadama kong ito ang totoo.

Alam ko na ngayon na may layunin ang buhay sa mundo. Narito tayo bilang bahagi ng walang hanggang plano ng Ama sa Langit. Mayroon tayong Tagapagligtas na dumaig sa kamatayan at nabuhay na muli. Ang kaalamang ito ay nagbibigay sa akin ng lakas. Ngayon, nagsisikap akong magtiyaga at magpatuloy sa pagsulong. Mayroon akong layunin at alam ko na kapag nagsikap akong mamuhay nang karapat-dapat, maaari akong magkaroon ng pamilyang walang hanggan.

TUKLASIN ANG IBA PA

Tingnan ang iba pa tungkol sa paglalakbay ni Wilson na puno ng pananampalataya, pati na ang mga karagdagang larawan, sa online o sa Gospel Library version ng artikulong ito sa **ChurchofJesusChrist.org/go/10196.**

PAANO MAGSUMITE NG LARAWAN NG PANANAMPALATAYA

Sa **liahona.ChurchofJesusChrist.org**, maaari kang magpadala ng isang maikling deskripsyon at ng isang malinaw na larawan ng isang tao na may pananampalatayang nagbibigay ng inspirasyon sa iyo.

Mga Alituntunin ng Ministering

Nakakaligtaan ba Ninyo ang *Mahalagang Alituntunin* na Ito ng Ministering?

Ang ministering ay "[pakikigalak] sa nangagagalak" sa parehong paraan na ito ay "[pakikiiyak] sa nagsisiiyak" (Mga Taga Roma 12;15).

Kapag iniisip natin ang tungkol sa ministering, madaling isipin ang tungkol sa pagtulong sa mga nangangailangan. Nag-uusap tayo tungkol sa pag-aalaga sa hardin ng isang balo, pagdadala ng pagkain sa maysakit, o pagbibigay ng donasyon sa mga nahihirapan. Naaalala natin ang payo ni Pablo na "makiiyak kayo sa nagsisiiyak," ngunit binibigyan ba natin ng sapat na pansin ang *unang* bahagi ng talatang iyon—na "makigalak kayo sa nangagagalak"? (Mga Taga Roma 12:15). Ang pakikigalak sa mga taong pinaglilingkuran natin—nangangahulugan man ito na nagbubunyi tayo sa kanilang tagumpay o tumutulong tayo sa kanila na makahanap ng kagalakan sa mga panahon ng pagsubok—ay mahalagang bahagi ng ministering na tulad ng ginawa ng Tagapagligtas.

Narito ang tatlong ideya na makakatulong (at isang dapat iwasan) kapag sinisikap nating pagtuunan ang kabutihang inilagay ng Diyos sa ating buhay.

1. Magkaroon ng Kamalayan

Tinulungan tayo ni Bonnie H. Cordon, Young Women General President, na maunawaan na kailangan nating *tingnan* ang mga taong pinaglilingkuran natin—tingnan hindi lamang ang kanilang mga pasanin at paghihirap kundi pati na rin ang

MGA PAGLALARAWAN NI AUGUSTO ZAMBONATO

IBAHAGI ANG INYONG MGA KARANASAN

Ipadala sa amin ang inyong mga karanasan sa paglilingkod sa iba o sa paglilingkod nila sa inyo. Pumunta sa liahona.ChurchofJesusChrist.org at pindutin ang "Submit an Article or Feedback."

kanilang mga kalakasan, talento, at tagumpay. Sinabi niya na kailangan nating maging "kakampi at mapagtatapatan—isang taong nababatid ang kanilang sitwasyon at sinusuportahan ang kanilang mga inaasam at pangarap."[1]

Sa talinghaga ng mga tupa at mga kambing, sinabi ng Tagapagligtas na ang mga taong matatagpuan sa Kanyang kanang kamay ay magtatanong: "Panginoon, kailan ka namin nakitang nagutom, at pinakain ka namin? o nauuhaw, at pinainom ka?

"Kailan ka namin nakitang isang taga ibang bayan, at pinatuloy ka?" (Mateo 25:37–38).

"Mga kapatid, ang mahalagang salita ay *nakita,*" sabi ni Sister Cordon. "Nakita ng mabubuti ang mga nangangailangan dahil nakabantay sila at napapansin nila. Tayo man ay maaaring maging mapagbantay para tumulong at umaliw, para ipagdiwang at makita ang potensyal ng iba."[2]

2. Maghanap ng mga Dahilan para Magdiwang

Ipagdiwang ang mga tagumpay malaki man o maliit ang mga ito. Ito man ay pagkaligtas mula sa kanser o pagdaig sa sakit na dulot ng paghihiwalay, pagkakaroon ng bagong trabaho o pagkahanap sa nawawalang sapatos, patuloy na pamumuhay ng isang buwan matapos pumanaw ang isang minamahal o pagtitiis nang isang buong linggo na hindi kumakain o umiinom ng may asukal.

Tumawag sa telepono para bumati, magpadala ng kard, o magtanghalian kayo sa labas. Sa pamamagitan ng pagbabahagi ng ating mga pagpapala, pamumuhay nang may pasasalamat, at pagdiriwang para sa mga pagpapala at tagumpay ng iba, tayo ay "[magkakaroon] ng kasiyahan sa kagalakan ng ating mga kapatid" (Alma 30:34).

ANG HALIMBAWA NG TAGAPAGLIGTAS

Si Jesucristo ay madalas na nagalak sa kaligayahan ng iba. Dumalo siya sa isang kasalan sa Cana, kung saan hindi lamang Niya ipinagdiwang ang masayang okasyon kundi ginawa pa Niyang alak ang tubig (tingnan sa Juan 2:1–11). Maaari rin tayong magsikap na dumalo sa mga espesyal na kaganapan sa mga buhay ng mga taong pinaglilingkuran natin.

Nakikita rin natin na nagagalak ang Tagapagligtas sa kabutihan ng iba. Nang bisitahin Niya ang mga Nephita, sinabi Niya sa kanila, "Pinagpala kayo dahil sa inyong pananampalataya. At ngayon masdan, ang aking kagalakan ay lubos" (3 Nephi 17:20).

3. Kilalanin ang Kamay ng Panginoon

Kung minsan, ang pakikigalak sa iba ay nangangahulugan na tulungan silang makahanap ng mga dahilan para magalak—anuman ang mga paghihirap o kasiyahang dumarating sa ating mga buhay. Ang simpleng katotohanan na batid ng Ama sa Langit ang nangyayari sa atin at handa Siyang palakasin tayo ay maaaring pagmulan ng kagalakan.

Maaari ninyong matulungan ang iba na makilala ang kamay ng Panginoon sa kanilang mga buhay sa pamamagitan ng pagbabahagi kung paano ninyo mismo ito nakilala sa inyong buhay. Mapagpakumbabang ibahagi kung paano kayo natulungan ng Ama sa Langit sa inyong mga hamon sa buhay. Ang patotoong ito ay makakatulong sa iba na matukoy at kilalanin kung paano Niya sila natulungan (tingnan sa Mosias 24:14).

4. Huwag Limitahan ang Inyong Kakayahang Magalak

Sa kasamaang-palad, kung minsan ay nililimitahan natin ang ating sariling kakayahang magalak kasama ng iba, lalo na kapag nakakaramdam tayo ng kakulangan sa maibibigay natin o sa kasalukuyang katayuan natin sa buhay. Sa halip na magalak sa kaligayahan ng iba, hindi inaasahang nagkakamali tayo na magkumpara. At tulad ng itinuro ni Elder Quentin L. Cook ng Korum ng Labindalawang Apostol: Ang pagkukumpara ng mga biyaya ay tiyak na magpapawala ng kagalakan. Hindi maaaring habang nagpapasalamat tayo ay naiinggit din tayo."[3]

"Paano natin madadaig ang pagkahilig na ito na karaniwan na sa halos lahat ng tao?" tanong ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindawalang Apostol. ". . . Maaari nating bilangin ang marami nating mga biyaya at purihin ang mga nagawa ng iba. Higit sa lahat, maaari tayong maglingkod sa iba, ang pinakamabisang gawain para matulungan tayo na magkaroon ng awa sa iba."[4] Sa halip na magkumpara, maaari nating purihin ang mga taong pinaglilingkuran natin. Malayang ibahagi kung ano ang hinahangaan ninyo sa kanila o sa mga miyembro ng kanilang pamilya.

Tulad ng ipinapaalala sa atin ni Pablo, tayong lahat ay mga miyembro ng katawan ni Cristo, at kapag "ang isang sangkap ay nagdaramdam, ang lahat ng mga sangkap ay nangagdaramdam na kasama niya; o kung ang isang sangkap ay nagkakapuri, ang lahat ng mga sangkap ay nangagagalak na kasama niya" (I Mga Taga Corinto 12:26). Sa tulong ng Ama sa Langit, maaari tayong magkaroon ng kamalayan tungkol sa nararanasan ng iba, magdiwang para sa mga tagumpay malaki man o maliit, makatulong sa kanila na kilalanin ang kamay ng Panginoon, at maaari nating madaig ang inggit upang tunay tayong magalak nang magkakasama sa mga biyaya, talento, at kaligayahan ng iba. ■

MGA TALA

1. Bonnie H. Cordon, "Pagiging Isang Pastol," *Liahona,* Nob. 2018, 75.
2. Bonnie H. Cordon, "Pagiging Isang Pastol," 75.
3. Quentin L. Cook, "Rejoice!" *Ensign,* Nob. 1996, 30.
4. Jeffrey R. Holland, "Ang Isa Pang Alibugha," *Liahona,* Hulyo 2002, 64.

PAANYAYANG KUMILOS

Isipin ang mga taong pinaglilingkuran ninyo. Ano ang mga talento at kalakasan na taglay nila? Ano ang mga oportunidad o tagumpay na naranasan nila? Paano kayo makikigalak na kasama nila, paano ninyo sila pupurihin o hihikayatin?

Ni Elder Gary E. Stevenson
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

Mga Pagpapala ng Pananaw ng Ebanghelyo

Bibigyan kayo ng pananaw ng ebanghelyo ng higit na kaliwanagan hinggil sa kung paano ninyo pag-iisipan ang mga priyoridad ninyo sa buhay, lulutasin ang mga problema, at haharapin ang mga tukso.

Isang pagpapala ang maging miyembro ng Simbahan ni Jesucristo sa dispensasyon kung saan dahil sa panunumbalik ng mga susi ng kaharian at katuparan ng propesiya ay personal nating nasasaksihan na "ang ebanghelyo ay lalaganap hanggang sa mga dulo ng mundo, gaya ng batong tinibag mula sa bundok, hindi ng mga kamay ay lalaganap, hanggang sa mapuno nito ang buong mundo" (Doktrina at mga Tipan 65:2).

Ang propesiyang ito, na ibinigay ni Daniel ng Lumang Tipan at inulit muli sa dispensasyong ito, ay tila nasa kalagitnaan ng katuparan nito habang minamasdan namin ang mahigit 3,300 stake na naorganisa sa Simbahan ngayon. Sa nakaraang 50 taon, ang mga miyembro sa Simbahan ay dumami mula 2.1 milyon hanggang sa naging mahigit 16 na milyon.[1]

Tulad ng pagkamangha ko sa mabilis na pagdami at pagbabago nito ay ang katotohanang hindi nagbabago ang mga alituntunin at gawain ng ebanghelyo, kabilang ang plano ng Diyos na inihayag para sa Simbahan ni Jesucristo. Dahil sa planong ito naorganisa ang mga stake, na nilayong maglaan ng "isang tanggulan, at isang kanlungan mula sa bagyo, at mula sa poot sa panahong ito ay ibubuhos nang walang halo sa buong lupa" (Doktrina at mga Tipan 115:6).

MGA LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Isa sa mga pinakamagandang himala ng inyong mortal na buhay ay ang kakayahan ninyo na maibalanse ang inyong espirituwalidad at ang iba pang mahahalagang tungkulin o gawain sa buhay.

Mga kapatid, ang Panginoon ay bukas-palad na nagkakaloob ng Kanyang mga pagpapala sa atin. Ang maunawaan na ang mga pagpapala ay bunga ng ating pagsunod sa mga kautusan at na ang pagtupad sa mga kautusan ay pagpapakita ng ating pagmamahal sa Panginoon ay mahahalagang alituntunin na dapat matutuhan. Ang mga alituntunin ng ebanghelyo na tulad nito ay nagbibigay ng mahalagang pananaw sa atin.

Humahantong ito sa dalawang mahalagang bagay na nais kong bigyang-diin. Naalala ko na nagbahagi si Pangulong Dallin H. Oaks, Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan, ng dalawang mahalagang bagay sa mga young single adult noong 2015.

Panatilihin ang Pananaw ng Ebanghelyo

Sinabi ni Pangulong Dallin H. Oaks na "ang ibig sabihin ng *pananaw* ay ang makita ang lahat ng katotohanan sa isang makabuluhang ugnayan, ang buong senaryo."[2] Narito ang ilang bagay na mauunawaan ninyo kapag tiningnan ninyo ito mula sa pananaw ng ebanghelyo:

- Kayo ay mga anak ng mapagmahal na Ama sa Langit (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 76:24).
- Narito kayo dahil sa isang layunin, na taglay ang kakayahang pumili o magpasiya (tingnan sa 2 Nephi 2:27; 10:23).
- "Sapagkat talagang kinakailangan, na may pagsalungat sa lahat ng bagay" (2 Nephi 2:11).
- Si Jesucristo ay ating Tagapagligtas at tagapamagitan sa Ama (tingnan sa I Ni Juan 2:1; Doktrina at mga Tipan 110:4).

Isipin kung ano ang mangyayari kung ang pananaw ng ebanghelyo ang gagamitin ninyo sa bawat aspeto ng inyong buhay. Bibigyan kayo ng pananaw ng ebanghelyo ng higit na kaliwanagan hinggil sa kung paano ninyo pag-iisipan ang mga priyoridad ninyo sa buhay, lulutasin ang mga problema, at haharapin ang mga tukso. Talagang makakaapekto ito sa lahat ng ginagawa ninyo sa inyong buong buhay at sa maraming desisyon na gagawin ninyo habang naglalakbay kayo sa buhay.

Sa ganitong pananaw, alam natin na nais ng Panginoon na tumanggap tayo ng sakramento kada linggo at pag-aralan ang mga banal na kasulatan at manalangin sa Kanya araw-araw. Bukod pa rito, alam natin na tutuksuhin tayo ni Satanas na huwag sundin ang ating Tagapagligtas o huwag pakinggan ang banayad na mga bulong ng Espiritu Santo. Lalo pa nating mababatid na sinisikap ng kaaway na alisin sa atin ang ating kalayaan at kakayahan na mapaglabanan ang kanyang gawain sa pamamagitan ng adiksyon, kabilang ang droga at pornograpiya.

Sa kabaligtaran, sa pamamagitan ng ebanghelyo nabibigyan tayo ng malinaw na pananaw sa kahalagahan ng pagbuo ng mga pamilya—pagpiling magpakasal at magpalaki ng mga anak sa kabutihan. Iminumulat din ng pananaw na ito ang ating mga mata upang makita natin na hangad ng kaaway na wasakin ang pamilya at gawing nakalilito ang mga tungkuling ginagampanan ng kalalakihan at kababaihan, na humahantong sa pagbaba ng pagpapahalaga ng lipunan sa pagbuo at pagtatatag ng mga pamilya.

Panatilihin ang Balanse sa Espirituwal

Ipinahayag ni Pangulong Oaks: "Kung ang mga young adult ay mayroong pananaw, kabuuang pananaw . . . , mahalaga para sa kanila na mapanatili ang balanse sa espirituwal sa kanilang buhay. Upang magawa ito, dapat ninyong iwasan ang ilan sa mga atraksyon ng mundo at gawin din ang mga bagay na kinakailangan para mas mapalapit sa Tagapagligtas."[3]

Sa kabilang banda, marami kayong iba't ibang mahahalagang isyu at priyoridad sa buhay, na lahat ay

nangangailangan ng atensyon, pokus, at direksyon. Ang listahan ng bawat isa sa inyo ay maaaring magkakaiba batay sa inyong personal na kalagayan, ngunit sa mga ito tiyak na makakamtan ninyo ang edukasyon, trabaho, pag-aasawa, at kapwa emosyonal at pisikal na kagalingan. Mangyari pa, ang hamon sa inyo ay balansehin ang mahahalagang bagay na ito sa buhay sa inyong espirituwalidad.

Ipinayo rin ni Pangulong Oaks na dapat kayong magingat kapag "ginugugol ninyo ang inyong oras para hindi ninyo mapabayaan ang inyong espirituwalidad kapag ang pangunahin ninyong mga aktibidad ay nakatuon sa ibang bagay. Ipinapaliwanag ng alituntuning iyan kung bakit lalong mahalaga sa mga young adult na sundin ang payo na dumalo sa mga pulong ng Simbahan, maglingkod sa Simbahan, araw-araw na manalangin nang nakahulod, at araw-araw na mag-aral ng mga banal na kasulatan, at maglingkod sa mga tungkulin sa Simbahan."[4]

Sa gitna ng inyong personal at magkakaibang mga pangangailangan, upang maibalanse ang mga gawain at hamon sa buhay sa inyong espirituwalidad, mapagtatanto ninyo na maibabalanse ninyo ang mga ito. Hindi iniuutos sa inyo ng Panginoon na gawin ang isang bagay na hindi ninyo magagawa. Narinig kong ipinayo ni Pangulong Thomas S. Monson (1927–2018) sa maraming pagkakataon na "sinumang tinawag ng Panginoon ay binibigyan Niya ng kakayahan."[5] Sa palagay ko, angkop ito lalo na sa mga miyembro ng Simbahan.

Kung tila mahirap na mapanatili ang balanseng ito, ipinapangako ko na ang isa sa mga pinakamagandang himala ng inyong mortal na buhay ay ang kakayahan ninyo na mabalanse ang inyong espirituwalidad at iba pang mahahalagang gawain sa buhay. Mangyayari ito sa paraang makakaya ninyo hindi lamang ang pagpapanatili ng inyong espirituwalidad at pagtupad sa mahahalagang tungkulin ninyo sa buhay sa kasalukuyan kundi pati na rin ang pag-unlad at paghusay sa mahahalagang aspetong ito.

Ang pangunahing dahilan kaya posible ito ay dahil ang Tagapagligtas ang fulcrum o sentrong hugpungan. Siya ang tunay na sentro ng balanse. At may malasakit Siya sa inyo dahil kayo ay Kanyang mga anak. Ngunit ang kahihinatnang ito ay nakabatay sa inyong angkop na pagtutuon at pagsisikap na maging balanse.

Sa aking obserbasyon at personal na karanasan, tila mayroon tayong kaugalian sa buong buhay natin na magtuon nang husto sa isang bagay. Upang mapanatiling balanse ang ating buhay, kinakailangan ang patuloy nating pagsisikap at pagiingat. Aktibong piliin na manatiling matatag.

Maaari ring hindi maging balanse ang inyong buhay sa dalawang paraan. Maaaring may pagkakataon na kinakailangan ninyong maging maingat upang mapagtuunan ninyo ang pag-aaral o trabaho, na ang paglilingkod sa "Simbahan ay ginagawa lamang sa oras ng mga miting sa Simbahan."[6] Gayunman, tandaan na panatilihin ang Panginoon bilang inyong fulcrum o sentrong hugpungan para angkop na maibalanse ang espirituwalidad.

Tutulungan Kayo ng Panginoon

Kapag pinanatili natin ang pananaw ng ebanghelyo, madaling maunawaan ang pangunahing katotohanan na tutulungan tayo ng Panginoon. Isang pangunahing alituntunin ng ebanghelyo ang tayo ay mga anak ng mapagmahal na mga Magulang sa Langit. Likas sa Kanila na tulungan tayo sa lahat ng bagay para makabalik sa ating tahanan sa langit.

Gusto kong magbahagi sa inyo ng isang halimbawa kung paano kayo matutulungan ng Panginoon. Isa sa mga lider ko sa youth, si Thad Carlson, ang nagkuwento nito sa akin maraming taon na ang nakaraan. Si Thad, na pumanaw kamakailan, ay malaki ang impluwensya sa akin habang lumalaki ako. Siya ay lumaki sa panahon ng Great Depression, ang pangsiyam sa 14 na magkakapatid. Ikinabubuhay ng kanyang pamilya ang pagsasaka at pag-aalaga ng mga baka. Panahon iyon ng kagipitan sa pera, at ang pinakamahalaga nilang pagaari ay ang kanilang bakahan.

Noong bata pa si Thad, isa sa kanyang mga responsibilidad ay alagaan at, kung kinakailangan, pastulin ang mga baka para matiyak na masustansya ang makakain ng mga ito—isang

Tandaan na panatilihin ang pananaw ng ebanghelyo. Pagmasdan ang paligid ninyo sa pamamagitan ng ebanghelyo ni Jesucristo.

malaking gawain para sa isang batang lalaki. Nagagawa niya ito sa tulong ng isang matalinong buriko [maliit na kabayo na sinanay para makatulong sa bakahan] na alam-na-alam kung ano ang dapat gawin kapag binigyan ng kaunting direksyon. Ang pangalan ng buriko ay Old Smoky. Ngunit si Old Smoky ay may isang kapintasan: hindi siya nagpapahuli. Kapag may lumapit sa kanya, tatakbo siya, dahil alam niyang pagtatrabahuhin siya.

Isang araw, pagkatapos mahuli si Old Smoky, at malagyan ng kabisada, sumakay dito ang batang si Thad patungo sa pastulan kung saan nanginginain ang mga baka. Tuyo ang lupa, at gayon din ang pastulan, pero napansin ni Thad na ang damuhan sa labas ng pastulan sa gilid ng riles ng tren ay mas mahahaba at luntian o berde. Kaya naisip niya na papastulin niya ang mga baka sa labas ng nababakurang pastulan at hahayaang manginain ang mga ito sa berdeng damuhan sa gilid ng riles ng tren.

Sa tulong ni Old Smoky, inilabas ni Thad ang mga baka sa labas ng pastulan, kung saan nagpabalik-balik ang mga ito sa gilid ng mga riles ng tren na nanginginain sa mas mataba, at berdeng damuhan. Tila kaya na ng mga nakuntentong baka ang kanilang sarili, kaya bumaba si Thad sa kanyang buriko at naupo sa mga renda ng kabisada, na masayang pinagmamasdan ang kanyang paligid, naglalaro at nililibang ang sarili. Gayunman, dahil gusto ring manginain sa berdeng damuhan, nakaalpas si Old Smoky, ang mga renda nito ay naalis sa kinauupuan ni Thad.

Ang masaya at payapang sandaling ito ay kaagad na natigil nang biglang makarinig si Thad ng malakas na tunog mula sa malayo. Iyon ay tunog ng isang paparating na tren na mabilis ang pagtakbo sa mismong riles kung saan nakakalat ang mga baka sa harapan niya! Natanto niya na malaking disgrasya ang mangyayari sa mga baka at sa kanya ring pamilya kung hindi siya kikilos agad para maibalik sa pastulan ang mga baka at palayo sa paparating na tren. Naramdaman niyang hindi niya mapapatawad ang kanyang sarili dahil hindi niya nagawa ang tungkuling ipinagkatiwala sa kanya.

Mabilis na tumayo si Thad at tumakbo para hablutin ang mga renda ni Old Smoky. Nakita ni Old Smoky na papalapit si Thad at kaagad itong lumayo sa kanya, na ayaw magpahuli. Humihingal at desperado, na nakikinita sa isipan ang mga patay na baka at trahedyang idudulot nito sa pamilya, alam ni Thad na kailangan niyang kumilos agad.

Isinulat niya kalaunan ang nangyari: "Tinuruan kami ng Primary teacher namin na manalangin at binigyang-diin ang mga aral na natutuhan ko sa aking ina. Nang walang ibang opsiyon, lumuhod ako at nagdasal na humihingi ng tulong na maalis ang mga baka sa riles ng tren."

Walang narinig na tinig si Thad, ngunit isang malinaw na ideya ang dumating sa kanya: "Pansinin mo ang paglapit ng mga baka kay Old Smoky at hindi siya lumalayo. Kaya . . . ngayong nakaluhod ka, gumapang ka na. Kunwari ay baka ka at gumapang papunta kay Old Smoky."

Sinabi ni Thad: "Ginawa ko nga iyon. Hindi tumakbo si Old Smoky. Sinunggaban ko ang mga renda niya, inakay siya papunta sa bakod, sumakay sa likod niya, at tumakbo kami na kasingbilis ng hangin para mapabalik ang mga baka sa pastulan. Di-karaniwan ang ipinakitang husay ni Old Smoky sa bawat pagtakbo at pagliko."

Kalaunan, nang nasa high school na si Thad, lubos niyang natanto na tumanggap siya ng malinaw na sagot sa kanyang panalangin sa oras ng matinding pangangailangan. Sinabi niya, "Ang mga anghel ang tumulong kay Old Smoky at hindi dahil sa kakayahan ko, at nakaligtas ang aking pamilya sa malaking kagipitan." Sinabi pa niya kalaunan: "Ito ang una sa maraming pahiwatig na dumating sa akin. 'At anuman ang hingin ninyo sa Ama sa aking pangalan, na tama, naniniwalang inyong tatanggapin, masdan, ipagkakaloob ito sa inyo' (3 Nephi 18:20)."[7]

Lahat tayo ay may mga baka na dapat alisin sa riles bago dumating ang tren. Ang mga panganib ay dumarating sa maraming iba't ibang hugis at laki. Ang ilan ay kasing tindi ng mapanganib na sitwasyon ni Thad, na ang ibubunga ay banta sa buhay o kaluluwa natin o ng mga mahal natin sa buhay.

Ang iba pang mga sitwasyon na maaaring maranasan natin ay maaaring walang gayong katinding bunga ngunit gayunpaman ay mabigat na dalahin sa ating puso at isipan. Isang bagay ang tiyak—bawat isa sa atin ay makakaranas ng paghihirap at pagdurusa sa ating buhay dahil bahagi ang mga ito ng ating mortal na karanasan. Ngunit tandaan, tutulungan tayo ng Panginoon!

Gustung-gusto ko ang mga salitang matatagpuan sa Aklat ni Mormon: "Nakikita nating maalalahanin ang Diyos sa bawat tao, saan mang lupain sila naroroon; oo, bilang niya ang kanyang mga tao, at ang kanyang sisidlan ng awa ay laganap sa buong mundo" (Alma 26:37).

Ang tinutukoy riyan ay ang bawat isa sa atin. Nakakapanatag na alam natin na tutulungan tayo ng Panginoon.

Pananampalataya, Pag-asa, at Pananaw ng Ebanghelyo

Bilang buod, hinihikayat ko kayo na alalahanin na panatilihin ang pananaw ng ebanghelyo. Pagmasdan ang

paligid ninyo sa pamamagitan ng ebanghelyo ni Jesucristo.

Panatilihing balanse ang espirituwal. Lahat tayo ay dumaranas ng mga pagsubok o problema at pagkakataon sa iba't ibang gawain natin sa buhay, at pinakamahusay nating magagawa ang mga ito kapag binalanse natin ang mga ito nang may pananampalataya kay Jesucristo at sa Kanyang Pagbabayad-sala.

Sa huli, manampalataya at umasa na tutulungan Kayo ng Panginoon. Ang kaalamang ito ay makatutulong sa inyo na harapin nang may kumpiyansa ang mga pagsubok o problema na hindi maiiwasang bahagi ng inyong mortal na misyon. ■

Mula sa isang mensahe sa debosyonal, "A Gospel Perspective," na ibinigay sa Brigham Young University–Hawaii noong Setyembre 19, 2017.

MGA TALA

1. Tingnan sa "Ulat sa Estadistika, 2018," *Liahona,* Mayo 2019, 112.
2. Dallin H. Oaks, young single adult fireside, Peb. 8, 2015, Salt Lake City, Utah.
3. Dallin H. Oaks, young single adult fireside, Peb. 8, 2015.
4. Dallin H. Oaks, young single adult fireside, Peb. 8, 2015.
5. Thomas S. Monson, "Duty Calls," *Ensign,* Mayo 1996, 44.
6. Dallin H. Oaks, young single adult fireside, Peb. 8, 2015.
7. Thad Carlson, personal na pakikipag-usap.

PAGLALARAWAN SA LITRATO NI LINDA LEE

Pagprotekta sa mga Bata

Ano ang magagawa natin para mas maprotektahan at mapatibay ang mga bata sa ating buhay?

Ni Marissa Widdison
Mga Magasin ng Simbahan

Sa lahat ng grupo ng mga tao na tinuruan ni Jesus, alam natin na minahal Niya lalo na ang mga bata. Binigyan Niya ng pansin ang mga bata kahit hindi iyon madali. Inanyayahan Niya ang mga bata na isa-isang tumanggap ng basbas mula sa Kanya. Isinumpa Niya ang mga nananakit ng mga bata. At itinuro Niya na kailangan nating maging higit na katulad ng mga bata para makapasok sa kaharian ng langit.[1]

"Masdan ang inyong mga musmos," sabi Niya sa mga nasa kontinente ng Amerika matapos ang Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli. Nabuksan ang kalangitan, at nagbabaan ang mapagmahal at pumuprotektang mga anghel at tumayo nang pabilog sa paligid ng mga bata, at pinalibutan sila ng apoy. (Tingnan sa 3 Nephi 17:23–24.)

Sa lahat ng panganib sa mundo ngayon, maaari nating naisin na palibutan palagi ang ating mga anak ng apoy mula sa langit. Tinatayang isa sa apat na tao sa buong mundo ay naabuso noong bata pa, at tumataas ang karaniwang bilang kapag tiningnan mo ang ilang partikular na mahihinang grupo, tulad ng mga taong may kapansanan.[2] Ang magandang balita ay marami tayong magagawa upang makatulong sa pagprotekta sa mga bata.

"Ilarawan sa inyong isipan ang isang batang mahal ninyo," sabi ni Sister Joy D. Jones, Primary General President. "Kapag sinabi mo sa batang ito, 'Mahal kita,' ano ang ibig sabihin niyan? . . . Nagbibigay tayo ng proteksyon para matulungan natin ang mga mahal natin na magpakahusay at harapin ang mga hamon ng buhay."[3]

Siguro kung titingnan ninyo nang mas mabuti ang halimbawa ng Tagapagligtas, maghihikayat iyan ng mga ideya kung paano natin mas mapoprotektahan ang mga bata sa ating buhay.

Nang dalawin ni Jesus ang mga Nephita, isa-isa Niyang binasbasan ang mga bata. Dapat din nating kilalanin ang bawat bata.

Pinag-ukulan Sila ng Oras ni Jesus

Naglaan ng oras si Jesus para magtuon ng pansin sa mga bata at mahihina (tingnan sa Mateo 19:14). Maaari rin tayong maglaan ng oras na makinig sa ating mga anak at sikaping unawain ang mga hamon na kinakaharap nila.

"Kapag nakadama ng higit na pagmamahal ang bata, mas madali siyang magtatapat," sabi ni Sister Jones. ". . . Kailangan *nating* simulan ang pakikipag-usap at huwag nang hintaying lumapit sa atin ang mga bata."[4]

Nalaman ng isang ina na nakakatulong na tanungin ang kanyang mga anak gabi-gabi, "May narinig ba kayong mga salita ngayong araw na hindi ninyo naunawaan?"

Maaaring ang unang likas na gagawin ng ating mga anak ay hanapin online ang mga sagot dahil nagbibigay ng agarang tulong ang internet at hindi ito nanghuhusga, ngunit kailangan natin silang kumbinsihin na *tayo* ay mas mapagkakatiwalaang pagkunan ng impormasyon. At kasama riyan ang hindi pagkataranta kapag may sinasabi ang mga anak natin na hindi magandang pag-usapan. Halimbawa, kung bigla tayong nagalit kapag nagtapat ang anak natin na nanonood sila ng pornograpiya, baka hindi na sila muling humingi ng tulong sa atin. Pero kung tutugon tayo nang may pagmamahal, may pagkakataon tayong magpahayag ng malinaw na mensahe—na gusto nating sabihin nila sa atin ang tungkol sa *anumang* bagay.

Napansin ni Sister Jones, "Ang maliliit na problemang pinag-uusapan sa magiliw na paraan ay lumilikha ng magandang tugon para kapag nagkaroon ng malalaking problema, may komunikasyon pa rin kayo."[5]

Ang ilan sa pinakamahahalaga at nagbibigay-proteksyon na pakikipag-usap ng mga magulang sa mga anak ay tungkol sa kanilang katawan. Dapat isama sa mga pag-uusap na ito ang mga tamang salita para sa mga bahagi ng katawan, impormasyon tungkol sa kalinisan, at kung anong mga pagbabago ang dapat asahan sa darating na mga taon. Dapat nating pag-usapan ang seksuwalidad at kung paano naging magandang bahagi ng plano ng Ama sa Langit para sa atin ang pisikal at emosyonal na intimasiya. Maaari ring pag-usapan ang mga paksang tulad ng pang-aabuso at pornograpiya. Ang mga pag-uusap na ito ay kailangang maging angkop sa edad at ginagabayan ng mga tanong ng ating mga anak. Ang pinakamaganda, magkakaroon tayo ng maraming pag-uusap sa paglipas ng panahon, na nagbibigay ng karagdagang impormasyon habang lumalaki ang ating mga anak at nadaragdagan ang kanilang pang-unawa. (Tingnan ang dulo ng artikulong ito para sa makakatulong na mga sanggunian.)

Nagpakita ng Halimbawa si Jesus para sa Kanila

Nagpakita ng perpektong halimbawa si Jesus para sa lahat (tingnan sa Juan 8:12). Bilang mga adult, may oportunidad at responsibilidad din tayong maging mabubuting halimbawa. Ang isa sa pinakamagagandang paraan na matutulungan natin ang ating mga anak na maging ligtas ay sa pagiging huwaran natin mismo ng ligtas na mga pagpapasiya. Napapansin ng mga bata kung paano tratuhin ng kanilang mga magulang ang iba at kung paano nila hinahayaang tratuhin sila ng iba. Pakiusap, kung kayo ay may karelasyon o may problema sa adiksyon na naglalagay sa inyo o sa inyong pamilya sa panganib, humingi ng tulong. Kontakin ang mga awtoridad at propesyonal na tagapayo, gayundin ang inyong bishop o Relief Society president, na makakatulong sa inyo na makipag-ugnayan sa angkop na mga tao sa

MASDAN ANG INYONG MGA MUSMOS, NI DAVID LINDSLEY © 1983

Simbahan at komunidad. Nararapat kayong iligtas at igalang.

Dapat din tayong magpakita ng halimbawa ng malasakit sa ating espirituwal na lakas. Nakikita ba ng ating mga anak na nagdarasal tayo? Alam ba nila na nagbabasa tayo ng mga banal na kasulatan? Narinig na ba nila ang ating patotoo? Nadaramitan ba tayo ng "buong baluti ng Diyos" bilang pamilya sa umaga bago lumabas sa mundo? (tingnan sa Mga Taga Efeso 6:11–18; Doktrina at mga Tipan 27:15–18).

Nagsalita si Jesus para sa Kanila

Nagsalita ang Tagapagligtas laban sa mga nananakit sa mga bata (tingnan sa Mateo 18:6). Tayo man ay maaaring maging tagapagtanggol ng mga bata sa ating buhay.

"Kailangan ng mga bata ng ibang taong magsasalita para sa kanila," pagtuturo ni Pangulong Dallin H. Oaks, Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan, "at mga taong magpapasiya na unahin ang kanilang kapakanan kaysa mga sakim na interes ng matatanda."[6]

Bagama't hindi natin kailangang matakot o maghinalang masyado sa iba, dapat nating malaman ang potensyal na mga panganib at gumawa ng matalino at ligtas na mga desisyon. Dapat sundin ng mga lider sa Primary ang mga patnubay ng Simbahan sa pag-iwas sa pang-aabuso[7]—may proteksyon sa pagkakaroon ng dalawang guro sa bawat klase at ng isang tao mula sa presidency na nagbabantay sa mga klase.

Dapat magsanggunian at magpasiya ang mga magulang at lider kung may karagdagang mga pag-iingat silang magagawa para mabawasan ang partikular na mga panganib. Halimbawa, maraming gusali ng Simbahan ang may mga bintana sa pintuan ng classroom. Kung walang ganoon sa inyong gusali, maaari ninyong buksan nang kaunti ang mga pintuan sa oras ng klase at kausapin ang inyong lokal na facilities-management representative upang malaman kung maaaring palagyan iyon ng mga bintana. Anuman ang kanilang mga tungkulin, maaaring makinig ang lahat ng adult sa simbahan at tumulong kapag kailangan, tulad ng pagtanggap sa mga bisitang lumilibot sa mga pasilyo, o paghikayat sa isang batang gumagala sa labas na bumalik sa klase.

Ang malungkot, kung minsan ay sinasaktan ang mga bata ng ibang mga bata. Kung may napansin tayong anumang klase ng pananakot o di-angkop na pisikal na paghipo sa simbahan o saanman, kailangan nating makialam kaagad. Kung lider tayo, kailangan ay handa nating kausapin ang mga pamilyang sangkot—kahit hindi maganda ang mga pag-uusapan—upang matiyak na ligtas ang lahat ng bata. Magsalita nang may habag at malinaw para magkaroon ng kapaligirang may paggalang.

Kung naniniwala tayo na inabuso ang isang bata, dapat nating ireport kaagad ang mga alalahaning iyon sa mga awtoridad. Sa maraming bansa, may mga hotline na nag-aalok ng agaran at panandaliang tulong, impormasyon, at suporta sa mga taong nasa krisis. Dapat din nating sabihin sa bishop ang hinihinalang pang-aabuso, lalo na kung sangkot ang sinuman na nakakalapit sa mga bata sa Simbahan. Bukod pa sa mga hakbang na ginawa para hindi makalapit ang isang kriminal sa mga bata, mabibigyan ng bishop ng kapanatagan at suporta ang mga biktima at matutulungan silang makipagugnayan sa iba pang mga mapagkukunan sa Family Services.

Isa-Isa Silang Binasbasan ni Jesus

Kilala at isa-isang binasbasan ni Jesus ang mga bata (tingnan sa 3 Nephi 17:21). Dapat din nating kilalanin ang bawat bata at sikaping tulungan mismo ang partikular na batang ito.

Paano natin magagawang mas ligtas ang simbahan para sa mga batang may karamdaman? May plano ba tayo sa pagtulong sa mga batang Primary na may kapansanan? Sensitibo ba ang mga Primary lesson na itinuturo natin sa iba't ibang sitwasyon sa tahanan? Ano pa ang magagawa natin para mas marami tayong maisali?

Ang mga komento laban sa ibang lahi, mapanghamak na mga pananalita tungkol sa ibang mga kultura, at panghuhusga sa mga miyembro ng ibang mga relihiyon ay hindi dapat banggitin sa mga mensaheng ibinabahagi natin. Sa isang Primary class, may isang batang lalaki na di-gaanong marunong

PAGLALARAWAN SA LITRATO NI SHANEA JANESE ACEBAL

magsalita ng wikang ginagamit ng iba pang mga bata. Para maipadama na siya ay tanggap, tiniyak ng mga guro na mag-print ng mga handout sa dalawang wika. Ipinapakita ng mga simpleng pag-aalala sa mga bata na kilala at may malasakit tayo sa bawat isa sa kanila, at maaaring magpakita ng halimbawa ang mga ito na masusundan nila.

Maaaring matuklasan natin na nangangailangan ng agarang tulong ang ilang bata. Halimbawa, bagama't ang ilang pabagu-bagong ugali ay normal na bahagi ng paglaki, kung galit, walang kibo, o malungkot ang isang bata sa loob ng ilang linggo, maaaring may mas mabigat na problema na nangangailangan ng propesyonal na tulong. Bagama't mahalaga ang mabubuting gawi tulad ng pagdarasal at pag-aaral ng mga banal na kasulatan, kadalasan ay mas maraming suporta ang kailangan para sa mga taong nagsisimulang masiraan ng isip o may lihim na trauma. Hindi makakabuting balewalain ang sitwasyon. Sa maraming lugar, maaaring magbigay ng tulong-pinansyal ang bishop sa mga indibiduwal at pamilya para humingi ng payo sa pamamagitan ng Family Services o iba pang mga provider.

Binigyan Sila ni Jesus ng Kakayahan

Habang pinoprotektahan ang mga bata, binigyan rin sila ni Jesus ng kakayahan. Ginawa Niyang halimbawa ang mga bata (tingnan sa Mateo 18:3). Matapos Siyang bumisita sa mga lupain ng Amerika, naturuan ng mga batang musmos ang matatanda ng "mga kagila-gilalas na bagay" (3 Nephi 26:16).

Mabibigyan natin ng kakayahan ang mga batang kilala natin sa pamamagitan ng pagtuturo sa kanila na malaman kung paano nangungusap sa kanila ang Espiritu at pagkatapos ay sundin ang Espiritu sa paggawa ng mga desisyon—na tumutulong sa kanila na magkaroon ng filter sa kanilang isipan na gagabay sa kanilang mga kilos. Tulad ng itinuro ni Sister Jones, "Mahalagang tulungan ang mga bata na lumikha ng sariling pangangatwiran sa kanilang isipan na naising [gumawa ng ligtas na mga desisyon]."[8] Narito ang ilang ideyang nagbigay kakayahan sa iba pang mga pamilya:

- Itinuro ng isang ina sa kanyang mga anak na bigyang-pansin ang kanilang "mga pangamba o hinala" at mag-ingat sa mga taong mukhang "manloloko." Napakinabangan ito nang tangkain ng ilang tao na kumbinsihin ang kanyang anak na lalaki na sundan sila sa loob ng isang banyo, at nakinig ito sa babalang nadama niya at tumanggi.
- Maagang nagpaplano ng bakasyon ang ilang pamilya kapag nakakaranas sila ng isang masamang bagay. Halimbawa, ang planong magbakasyon ng isang pamilya ay tinawag na "crash and tell" at ang ginagawa rito ay pinapatay ang computer monitor at nagsasabi kaagad sa isang magulang kung may lumabas na masamang larawan. Kailanma'y hindi kinailangang mag-isip ng kanilang mga anak kung paano haharapin ang masamang media—alam na nila ang gagawin!
- Gumawa naman ng code word ang isa pang pamilya na maaaring i-text ng mga bata sa kanilang mga magulang o sabihin sa telepono kung kailangan silang sunduin kaagad.
- Matutulungan mo ang iyong mga anak na magsanay sa pagsasabi ng, "Hindi!" kapag may nagtangkang kumbinsihin sila na gumawa ng isang bagay na hindi sila komportableng gawin. Dapat malaman ng

PAGLALARAWAN SA LITRATO NI ANGALEE JACKSON

bawat bata na maaari silang humingi ng tulong, at dapat ay patuloy silang humingi ng tulong hanggang sa maging ligtas na sila.

Ang Ating Tungkulin Bilang mga Adult

Muli nating gunitain ang tagpo sa 3 Nephi 17, nang "[kunin ni Jesus] ang kanilang maliliit na anak, isa-isa, at binasbasan sila, at nanalangin sa Ama para sa kanila. . . . At sila ay napalibutan ng apoy; at ang mga anghel ay naglingkod sa kanila" (mga talata 21, 24). Ang isang mahalagang punto siguro ng kuwentong ito ay hindi lamang para ituro sa atin kung gaano kahalaga ang mga bata kundi upang ilarawan din kung ano dapat ang *ating* papel o tungkulin, bilang mga adult. Tayo ay mga tagapagalaga ng susunod na henerasyon. *Tayo* dapat ang mga anghel na nakapalibot at naglilingkod sa mga bata. Patuloy tayong umasa kay Jesus bilang ating perpektong halimbawa at pagkatapos ay gawin natin ang lahat para mapalibutan ng pagmamahal at proteksyon ang ating musmos na mga anak. ■

MGA TALA

1. Tingnan ang mga reperensya sa ilalim ng bawat section heading sa artikulong ito para mahanap ang mga kuwentong ito sa mga banal na kasulatan.
2. Tingnan sa "Child Maltreatment (Child Abuse)," World Health Organization, who.int/violence_injury_prevention/violence/child/en.
3. Joy D. Jones, "Pagharap sa Pornograpiya: Magprotekta, Tumugon, at Magpagaling," *Liahona,* Okt. 2019, 38.
4. Joy D. Jones, "Pagharap sa Pornograpiya," 39, 40.
5. Joy D. Jones, "Pagharap sa Pornograpiya," 39.
6. Dallin H. Oaks, "Protektahan ang mga Bata," *Liahona,* Nob. 2012, 43.
7. Tingnan sa "Preventing and Responding to Abuse," newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
8. Joy D. Jones, "Pagharap sa Pornograpiya," 40.

ISANG RESOURCE NG SIMBAHAN PARA SA MGA LIDER

May web page ang Simbahan para tulungan ang mga lider na payuhan ang mga miyembrong may kinakaharap na mga hamon na tulad ng pang-aabuso. Magpunta sa counseling resources.ChurchofJesusChrist.org.

MAKAKATULONG NA ONLINE RESOURCES

- Abuse.ChurchofJesusChrist.org
- OvercomingPornography.ChurchofJesusChrist.org
- "Abuse," Gospel Topics, topics.ChurchofJesusChrist.org

MGA TIP PARA SA PAGPROTEKTA SA MGA BATA

Sa Bahay

- Gumawa ng plano ng pamilya para sa pag-iwas sa masamang media o pagtakas sa mapanganib na mga sitwasyon.
- Magsalita sa mga paraang angkop sa edad tungkol sa mga katawan, seksuwalidad, at intimasiya.

Sa Simbahan

- Sundin ang mga patnubay ng Simbahan sa pagtuturo, pati na ang pagkakaroon ng dalawang adult sa bawat klase.
- Maghikayat ng kapaligirang may paggalang at huwag tulutan ang pananakot.

Ni Elder Joni L. Koch
Ng Pitumpu

Maging o Naging: Iyan ang Tanong

Inaasahan tayong humatol. Kailangan natin itong gawin. Pero *huwag* nating lagyan ng kategorya o bansagan ang sinuman.

Ilang taon na ang nakararaan binisita naming mag-asawa ang Kronborg Castle sa Helsingør, Denmark. Ang kastilyong ito ay pinasikat ng dula ni William Shakespeare na *Hamlet.* Habang nag-uusap kami sa loob ng kastilyo, napuno ang aming isipan ng mga eksena at diyalogo mula sa dula, lalo na ng sikat na tanong ni Hamlet na, "Mangyayari ba o hindi: iyan ang tanong."

Pero naisip ko ang isang tanong na mas mahalagang itanong natin sa ating mga sarili: "Maging o *naging:* iyan ang tanong."

Tulutang Magpakabuti

Sa kasamaang-palad, madalas tayong gumamit ng mga bansag kapag pinag-uusapan natin ang iba. Halimbawa, maaari nating sabihin ang mga bagay na tulad ng:

- *"Tamad na missionary si Elder Brown."* Sa halip, dapat nating sabihing, "Hindi nag-tatrabaho nang husto si Elder Brown nitong mga huling araw, pero naniniwala ako na maaari niyang pagbutihin pa."
- *"Hindi relihiyosa si Mary."* Sa kabilang banda, puwede nating sabihing, "Hindi interesado si Mary sa relihiyon, pero baka madama niya ang Espiritu kung mag-papatotoo ako sa kanya."

Kapag sinabi natin na ang isang tao *ay* ganito o ganoon, maaari tayong mauwi sa pagbabansag o pagkakategorya, na humahatol nang hindi nagbibigay ng puwang na puwede siyang magbago at magpakabuti. Pero kapag sinabi natin na *naging,* ipinahihi-watig natin na naniniwala tayo na puwede siyang lumago at umunlad.

MGA PAGLALARAWAN NI DAVID GREEN

Mali bang Humatol?

Ibinibigay ng karamihan sa mga salin ng Biblia ang sumusunod na bersyon ng isang turo mula sa Tagapagligtas: "Huwag kayong magsihatol, upang huwag kayong hatulan" (Mateo 7:1). Pero nilinaw ito sa Pagsasalin ni Joseph Smith: "Huwag hahatol *nang di makatarungan . . . , datapwat humatol nang makatarungan*" (sa Gabay sa mga Banal na Kasulatan; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Tunay na katanggap-tanggap—at inaasahan pa nga—na gumamit tayo ng paghatol sa pagtatasa, pagsusuri, at pag-unawa sa mga sitwasyon at paggawa ng mga desisyon. At lalong mahalaga na gumamit tayo ng makatarungang paghatol sa pakikipag-ugnayan natin sa mga tao.

Halimbawa, dapat nating suriing mabuti kung sino ang pakakasalan natin, pakiramdaman ang mga intensyon ng isang tao para maunawaan ito, o alamin ang mga kakayahan ng isang tao na gampanan ang isang propesyonal na tungkulin.

Dapat nating palaging suriin ang mga kilos o katangian ng mga tao ayon sa mga pamantayan ng Panginoon, tulad ng nakasaad sa mga banal na kasulatan at sa mga salita ng mga propeta. Higit sa lahat, dapat nating tiyakin na ang ating mga paghatol ay hindi para tangkaing gawan ng masamang paglalarawan, gawan ng kategorya, o bansagan ang sinuman nang wala sa katwiran.

Kayang Magbago

Gumagamit tayo ng di-makatarungang paghatol kapag hindi tama ang paglalarawan natin sa iba, lalo na kung sa paggawa nito ay ipinahihiwatig natin na hindi nila kayang magbago. Sa lahat ng pakikipag-ugnayan natin sa iba, dapat nating tandaan na dahil sa nagbabayad-salang sakripisyo ng Panginoon, bawat isa sa atin ay may kakayahang pagbutihin pa. Isipin ang mga halimbawang ito mula sa Tagapagligtas:

- Sabi Niya sa babaeng nahuling nangangalunya, "Humayo ka . . . , mula ngayo'y huwag ka nang magkasala" (Juan 8:11).
- Sinabi niya sa isa sa mga lalaking ipinapako sa krus sa Kanyang tabi, "Ngayon ay kakasamahin kita sa paraiso" (Lucas 23:43).
- Bilang isang nabuhay na mag-uling nilalang, patuloy Niyang nakita ang potensyal ni Pedro at tinuruan ito, kahit tatlong beses Siyang ikinaila ni Pedro (tingnan sa Mateo 26:34 at Juan 21:15–17).
- Sinabihan Niya si Saulo, na nagpahirap sa mga Banal, na magsisi. Sumunod si Saulo, na naging si Pablo, at naging matwid. (Tingnan sa Mga Gawa 9:3–6.)

Ang Panginoong Jesucristo ay isang kampeon ng pangalawang mga pagkakataon—at ng pangatlo at pang-apat din. Tinuruan Niya tayong magpatawad nang "hanggang sa makapitongpung pito" (Mateo 18:22). Siya lamang ang taong nabuhay nang sakdal sa mundong ito, ngunit dahil sa Kanyang buhay, Kanyang mga turo, Kanyang nagbabayad-salang sakripisyo, at Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, at sa pamamagitan ng mga ordenansa ng Kanyang ebanghelyo, maaari rin tayong maging sakdal balang-araw. Ang pagtukoy sa ating mga kapatid sa paraang nagpapakita ng kawalan ng paniniwala sa kakayahan nilang magbago ay nagpapakita rin ng kawalan ng paniniwala sa kapangyarihan ng Tagapagligtas at sa Kanyang Pagbabayad-sala.

Panlabas at Panloob

Bahagi ng buhay na madalas tayong humatol (at hatulan) sa unang tingin. Gayunman, nanganganib tayong humatol nang hindi makatarungan kapag humahatol tayo batay lamang sa unang tingin at hindi na natin sinusuri ang tunay na ugali ng isang tao.

"Hindi tumitingin ang Panginoon na gaya ng pagtingin ng tao: sapagka't ang tao ay tumitingin sa mukha, nguni't ang Panginoon ay tumitingin sa puso" (I Samuel 16:7). Tinukoy ni Jesus ang mga mapagkunwari sa Kanyang panahon bilang mga "libingang pinaputi, na may anyong maganda sa labas, datapuwa't sa loob ay puno ng . . . lahat ng [karumihan]" (Mateo 23:27).

Hindi itinuro ng Tagapagligtas na hindi mabuti ang positibo at disenteng panlabas na anyo kundi na mas mahalaga ang panloob na ugali (moral at espirituwal na kalagayan) ng isang lalaki o babae. Isipin ang ating magagandang templo—maganda ang bakuran pero mas mahalaga ang mga ordenansang isinasagawa sa loob.

Pinagbibihis din nang maayos ang mga missionary ayon sa mga pamantayan ng maayos na pananamit. Sa pagiging malinis, pagbibihis nang disente, at paggamit ng wastong pananalita, nagpapakita sila ng mabuting halimbawa sa mga tao na matuturuan ng ebanghelyo ni Jesucristo sa pamamagitan ng kanilang nakikita at naririnig mula sa mga missionary.

Paggamit ng Pagkilala

Habang sinusubukan nating gumawa ng makatarungang mga paghatol, mahalagang gumamit ng pagkilala. Sabi sa Gabay sa mga Banal na Kasulatan, ang pagkilala ay "ang maunawaan o malaman ang isang bagay sa pamamagitan ng kapangyarihan ng

Espiritu. . . . Napapaloob dito ang pagkilala sa tunay na pag-uugali ng mga tao at ang pinagmulan at kahulugan ng mga espirituwal na pagpapatunay" ("Pagkilala, Kaloob na").

Kung minsan ang mga taong masama ang ugali ay gumagamit ng makamundong anyo para isipin natin na karapat-dapat silang tularan. Sila ay "marurunong at mababait sa kanilang sariling pananaw" (Isaias 5:21; 2 Nephi 15:21). Nakita ng Tagapagligtas na mali ang pananaw na ito, at nakilala Niya ang katatagan ng pagkatao at matapat na layon ng puso kahit sa mga pinakaaba at naaapi.

Ginamit ni Alma ang pagkilalang iyon nang magsalita siya sa mga taong "hinahamak ng lahat ng tao dahil sa kanilang kahirapan" subalit pinagpala dahil sila ay naging mapagpakumbaba at "mapagpakumbaba sa puso" (tingnan sa Alma 32:5–8).

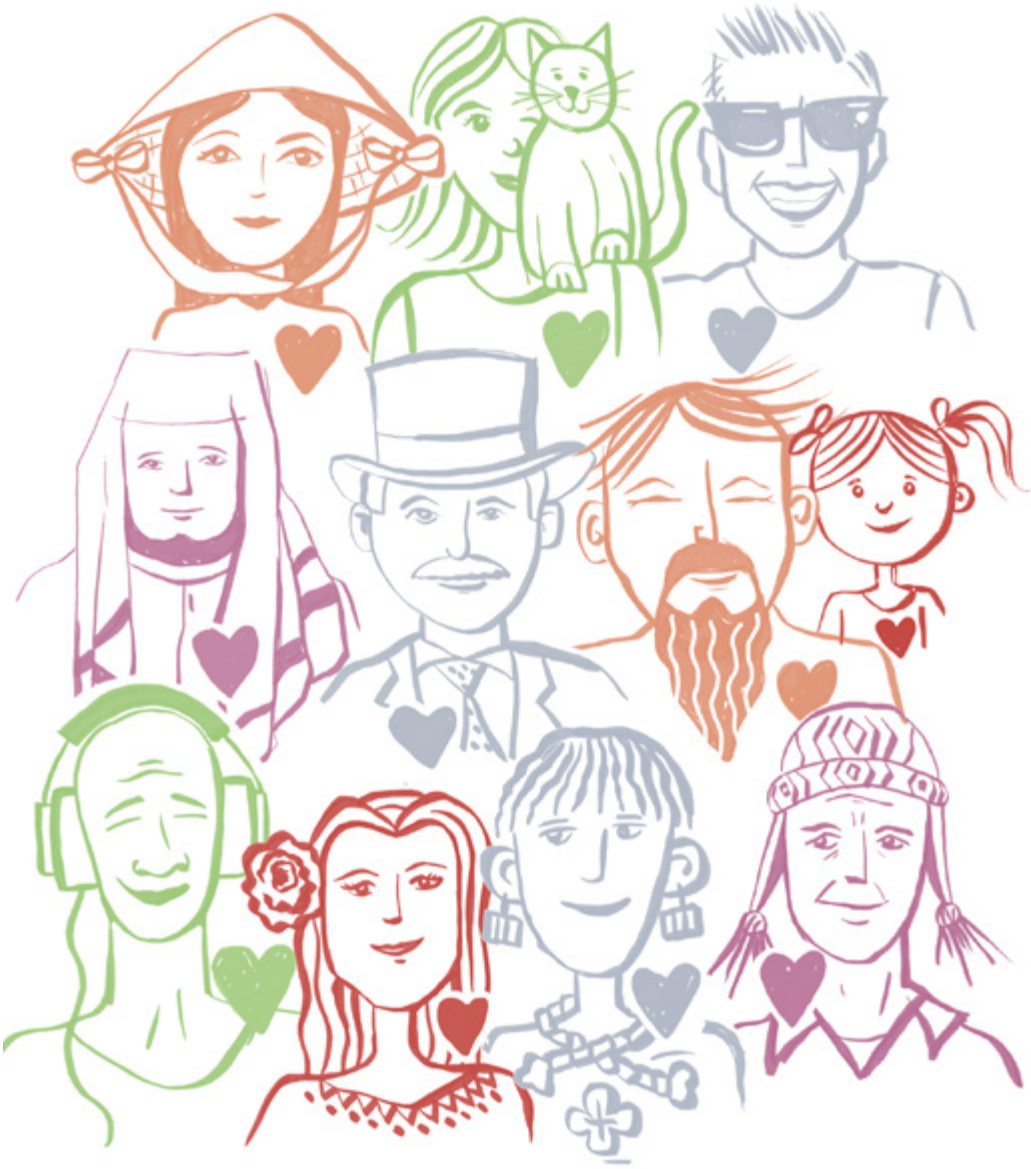
Dapat nating tandaan na ang "mga bagay ng Espiritu ng Dios . . . ay sinisiyasat ayon sa espiritu" (I Mga Taga Corinto 2:14). Kapag tinitingnan natin ang iba tulad ng pagtingin sa kanila ng ating Ama sa Langit, tinutulutan tayo ng pagkilala na gumamit ng makatarungang paghatol.

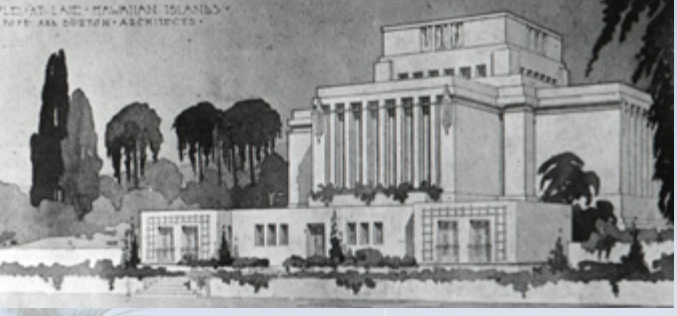
Makatarungang Paghatol

Bawat araw sa buhay natin ay humahatol tayo sa pamamagitan ng pagtatasa, pagsusuri, at pagkilala. Gayunman, inaasahan ng Panginoon na gagawin natin ito nang makatarungan. Bilang mga disipulo ng Panginoong Jesucristo, dapat makita sa ating mga salita at kilos na tayo ay maawain, mapagmahal, at handang tumulong.

Bilang makatarungang mga hukom, kailangan nating tiyakin na mas pansinin ang ugali ng isang tao sa halip na ang kanilang anyo. Kasabay nito, dapat nating tandaan na bawat araw ay lumilikha tayo ng mga unang impresyon ayon sa ating hitsura at mga salitang ginagamit natin. Magaganyak ang karamihan sa mga tao na alamin ang iba pa tungkol sa ating pagkatao at ang mensahe ng ebanghelyo kung nababanaag sa ating anyo ang malaking halaga ng ating mensahe.

Ipinakita na sa atin ng ating Panginoon at Gurong si Jesucristo ang perpektong huwarang susundin habang sinisikap nating humatol nang makatarungan. Dapat nating ibalanse—tulad Niya—ang nakikita natin sa panlabas na anyo sa nangyayari sa kalooban ng bawat tao. ■





Ang gumawa ng arkitektura ay sina architect Hyrum Pope at Harold W. Burton.
Kanan: Isa sa apat na frieze o larawang inukit sa palibot ng templo na kumakatawan sa apat na dispensasyon ng ebanghelyo.

Isang decorative plate na itinatampok ang unang walong templo ng Simbahan. Ang Laie ay nasa gitna sa ibaba.

Gitna: Si Pangulong Heber J. Grant sa Laie para sa paglalaan ng templo.
Itaas: Si Pangulong Joseph F. Smith (dulong kaliwa) sa Laie. Inilaan niya ang pagtatayuan ng templo noong Hunyo 1915.

Maternity frieze [senaryo na ipinagdiriwang ang pagiging ina] na nililok ni Avard Fairbanks.
Kaliwa: Ang mga miyembro ay nagtipon sa templo (1920).

Ang Laie Hawaii Temple

ISANG SIGLO NG PAGTITIPON

Inilaan 100 taon na ang nakalilipas, ang Laie Hawaii Temple ang naging dahilan upang matanggap ng mga Banal ang mga pagpapala ng templo nang magsimulang lumaganap ang ebanghelyo sa iba't ibang panig ng mundo.

Nina Clinton D. at Angela R. Christensen

Ang mga awtor ay naninirahan sa Utah, USA. Si Brother Christensen ay nagtatrabaho para sa Church History Department.

Isa sa mga dakilang misyon ng Simbahan ni Jesucristo sa mga huling araw ay maglaan ng mga pagpapala ng templo sa mga tao sa buong mundo, kapwa sa buhay at sa patay. Itinuro ni Propetang Joseph Smith na "ang layunin ng pagtitipon ng . . . mga tao ng Diyos sa alinmang panahon ng mundo . . . ay magtayo ng bahay para sa Panginoon kung saan maihahayag Niya sa Kanyang mga tao ang mga ordenansa ng Kanyang bahay."[1]

Sa pagsisimula ng ika-20 siglo, apat na nagagamit na templo lamang ang matatagpuan sa mundo, lahat ng ito ay nasa Utah. Kaya, ang pisikal na pagtitipon sa Utah ang pangunahing paraan para matanggap ang mga pagpapala ng templo. Noong 1919, nabago iyan. Noong Nobyembre 27, 1919, inilaan ni Pangulong Heber J. Grant (1856–1945) ang Laie Hawaii Temple. Tanda ito ng makasaysayang panahon ng pagbabago sa Panunumbalik dahil ang mga pagpapala ng templo ay maaari nang matanggap ng maraming bansa.

Sa maraming aspeto, ang Laie Hawaii Temple ang unang internasyonal na templo. Kaagad nitong pinaglingkuran ang mga miyembrong mula sa Hawaii, New Zealand, Samoa, Tonga, Tahiti, Japan, at Australia. Habang patuloy sa paglago ang Simbahan sa iba't ibang panig ng Pacific at Asia, patuloy na dumami ang mga bansang napagpala ng templong ito.

Ang taon na ito ang ika-100 anibersaryo ng mahalagang pangyayaring ito sa pagtitipon ng Israel sa magkabilang panig ng tabing.

Pagtitipon mula sa Samoa

Ang mga isla ng Samoa ay matatagpuan mga 2,500 milya (4,023 km) mula sa Hawaii. Noong 1919, sinabi ni John Q. Adams, ang mission president sa Samoa, "Nang matapos na ang templo sa Laie, ang mga miyembro namin ay biglang nagkaroon ng matinding hangaring magtamo ng mga bagay ng mundong ito para makapunta sa templo." Si Aulelio Anae, halimbawa, ay naglingkod bilang missionary nang walang bayad sa loob ng 20 taon. Dahil sa sakripisyo niya nang maraming taon, wala siyang sapat na pera para makapunta sa Hawaii. Kaya't ipinagbili ni Brother Anae ang lahat ng kanyang ari-arian at nakatipon ng U.S.$600 o $700.[2] Isinakripisyo ni Brother Anae at ng iba pang mga Samoan ang lahat ng mayroon sila para makalipat sa Laie noong 1920s.

Isang pamilya, ang mga Leota, ang dumating sa Hawaii noong Araw ng Bagong Taon ng 1923. Naalala ng pitong taong gulang na si Vailine Leota, "Ang templo nang [makita] namin . . . ay ang pinakamagandang tanawin."[3] Makalipas lamang ang dalawang linggo, natanggap ng mga magulang ni Vailine, sina Aivao at Matala, ang kanilang endowment

LARAWAN NG HAWAIIAN TEMPLE FRIEZE SA KAGANDAHANG-LOOB NG CHURCH HISTORY LIBRARY; LARAWAN NG LAIE HAWAII TEMPLE SA GABI NA KUHA NI CARLA JOHNSON

at nabuklod bilang mag-asawa, at nabuklod sa kanila ang kanilang mga anak. Naglingkod nang tapat ang mga Leota sa bahay ng Panginoon nang 50 taon at inilibing "malapit sa templo na pinakamamahal nila."[4] Ngayon, napakaraming matatapat na inapo nila ang naninirahan sa iba't ibang panig ng Hawaii.

Isang Imposibleng Gawain

Bagama't iniwan ng maraming miyembro sa Pacific ang kanilang sariling bayan at nandayuhan o nanirahan sa Hawaii, marami namang ward at branch mula sa iba't ibang bansa ang nag-organisa ng mga group trip, tinatawag na iskursiyon, papunta sa templo. Ang ganitong espirituwal na uri ng pagtitipon ay naglaan ng isang paraan para makapaglakbay ang mga miyembro ng Simbahan upang makatanggap ng mga ordenansa ng templo at sa kanilang pag-uwi ay maitayo ang Simbahan sa kani-kanilang sariling bansa.

Sa paglalaan, nanalangin si Pangulong Grant sa Panginoon na buksan ang daan para sa mga Banal sa New Zealand at sa lahat ng Pacific Island at magawa ang kanilang genealogy para makapunta sila sa templo at maging mga tagapagligtas sa kanilang mga ninuno.

Ang mga iskursiyon sa templo ay nagsimula sa isang grupo ng mga Banal na Maori sa New Zealand makalipas lamang ang anim na buwan pagkatapos ng paglalaan. Bagama't 5,000 milya (8,045 km) ang layo mula sa Hawaii, nagalak ang mga Banal na ito sa ibinalitang paglalaan.

Ninais nina Waimate at Heeni Anaru na maging bahagi ng unang grupo na pupunta sa templo. Ngunit tila imposibleng magawa ito dahil sa kahirapan ng pamilya at kinakailangang pera na 1,200 New Zealand pound para sa paglalakbay—na malaking halaga. Kakailanganin nila ng isang himala.

Sa loob ng maraming taon, sinunod ng pamilya Anaru ang payo ng propeta at tinipon ang kanilang mga rekord para sa genealogy. Ang mga rekord na iyon ay nakasalansan na habang naghihintay ang mga Anaru sa himalang mangyayari. Alam ng anak nilang lalaki na si Wiwini ang pananampalataya ng kanyang mga magulang: "Hindi kailanman inisip ni Inay na [hindi] siya makaluluhod balang-araw sa altar ng templo para sambahin ang Ama."

Nagkaroon nga ng himala. Si Waimate ang kinontrata ng pamahalaan ng New Zealand para sa malaking land-development project. Ang kinita niya sa proyektong ito na ibinigay sa kanya nang maaga ay sumapat para sa paglalakbay nila papunta sa Hawaii. Nawala ang takot nina Waimate at Heeni sa paglalakbay sa karagatan patungo sa Hawaii kasama ang isang grupo ng 14 na mga Banal noong Mayo 1920. Natanggap nila ang kanilang endowment at sila ay ibinuklod. Nangyari ang imposible.

Ang kuwento tungkol sa mga Anaru ay isa lamang sa napakaraming kuwento tungkol sa mga Banal sa mga Huling Araw na naglakbay papunta sa Laie Hawaii Temple upang tumanggap ng mga ordenansa at makamtan ang mga pangakong ibinibigay ng Panginoon sa Kanyang bahay. Nangailangan ito ng malaking sakripisyo, ngunit ang ibinunga nito ay mas matatatag na mga Banal na bumalik sa kanilang sariling bayan na handang pamahalaan ang Simbahan.[5]

Espirituwal na Pagtitipon mula sa Asia

Pagkatapos ng Ikalawang Digmaang Pandaigdig at ng muling pagtatatag ng Simbahan sa Japan, nag-organisa ang mga Banal doon ng unang iskursiyon ng mga taga Asia sa templo. Noong 1965 naglakbay ang isang eroplano na puno ng 165 na matatapat na Banal mula sa Tokyo papunta sa Hawaii upang tumanggap ng mga ordenansa sa templo. Ang iskursiyon na ito ay nagbunga ng matinding lakas para sa Simbahan sa Japan. Siyamnapu't limang porsiyento ng mga miyembrong ito ang nanatiling aktibo

LARAWAN NG BULAKLAK NA KULAY-ROSAS SA HARAPAN NG LAIE HAWAII TEMPLE NA KUHA NI AARON B. PIKE

1850

1850: Dumating ang mga missionary sa Kingdom of Hawaii upang ipangaral ang ipinanumbalik na ebanghelyo.

1855: Sa Hawaii unang nagmisyon si Joseph F. Smith.

1875

1865: Bumili ang Simbahan ng lote sa Laie at itinayo rito ang isang meetinghouse. Ang gusaling ito ay giniba noong 1916 para tayuan ng templo.

1900

1915: Ang pagtatayo ng Laie Hawaii Temple ay ibinalita ni Pangulong Joseph F. Smith.

Nobyembre 27, 1919: Ang templo ay inilaan ni Pangulong Heber J. Grant (makikita sa itaas, sa gitna).

1920: Si Waimate Anaru ay naglakbay patungo sa templo mula sa New Zealand.

1925

1923: Ang pamilya Leota (ibaba) ay lumipat sa Laie mula sa Samoa.

sa Simbahan. Lima kalaunan ang naging temple president sa kanilang sariling bayan, kabilang si Elder Yoshihiko Kikuchi, ang unang General Authority mula sa Japan.[6]

Noong 1970 isang grupo ng mga miyembro na taga-Korea ang naglakbay patungo sa Laie. Sinabi ni Choi Wook Whan, isang branch president, "Nagpunta kami sa templo at nabuksan nito ang aming isipan at ipinabatid sa amin kung paano kami makatatanggap ng kaligtasan. Ang walang hanggang plano ay naging realidad; ang aming mga patotoo ay napalakas nang husto na hindi namin maipaliwanag. Napakalaking pagpapala para sa mga tao ng Korea ang pagkakaroon ng pagkakataon na makapunta sa templo."[7]

Pagtitipon ng Ating mga Pumanaw na Kamag-anak

Kapag ang mga pagpapala ng templo ay maari nang matamo ng isang bansa, hindi lamang nila dinadala ang mga pagpapala ng Panginoon sa mga nabubuhay sa bansang iyon kundi sa mga nanirahan din sa bansang iyon na ngayon ay nasa kabilang panig na ng tabing. Ang pagpapalang ito ay naramdaman ng mga miyembro sa mga bansa ng Asia, kung saan kultura na nila ang maingat na itala ang kanilang angkan sa loob ng maraming siglo.

Ang mga magulang ni Kwai Shoon Lung ay nandayuhan sa Hawaii mula sa China. Siya ay isinilang sa Kauai noong 1894 at nabinyagan noong 1944 sa kanyang ika-50 kaarawan. Nagturo si Brother Lung ng family history sa simbahan at sinabi sa kanyang klase, "Nagkaroon ako ng isang pangitain isang gabi kung saan nakita ko ang marami sa aking mga pumanaw na kamag-anak na nagpapahiwatig sa akin na magsagawa ako ng mga ordenansa para sa kanila." Makaraan ang tatlong araw natanggap niya ang kanyang genealogy mula sa kanyang tiya sa China: 22 pahina sa wikang Chinese na naghahayag ng kanyang kanunu-nunuan pabalik sa taong AD 1221. Kasama ang kanyang anak na si Glen at manugang na si Julina, natapos nila ang napakaraming ordenansa sa templo para sa kanilang pamilya. Kalaunan, sina Glenn at Julina Lung ay naglingkod nang tapat bilang pangulo at matron ng Laie Temple mula 2001 hanggang 2004.[8]

Patuloy ang Pagtitipon

Nakatayo sa mga sangang-daan ng Pacific sa pagitan ng lupain ng Amerika at Asia, ang Laie Hawaii Temple ang nagbukas ng pinto ng mga pagpapala ng templo sa maraming bansa. Kaya, ang pagtitipon ng Israel una sa lahat ay naging espirituwal na pagtitipon kapag tumatanggap ang mga miyembro ng mga pagpapala ng templo at pagkatapos ay itinatayo ang Simbahan sa pag-uwi nila sa kanilang sariling bayan. Ang pagkakataong ito ay nakatulong sa paglaganap ng ipinanumbalik na ebanghelyo sa maraming kultura at tao sa magkabilang panig ng tabing.

Sa pagdiriwang natin ng ika-100 anibersaryo ng Laie Hawaii Temple, nagkaroon tayo ng pribilehiyo na masaksihan ang mga pangyayari sa Panunumbalik at ang katuparan ng propesiya ng propetang si Jacob sa Aklat ni Mormon: "Dakila ang mga pangako ng Panginoon sa kanila na nasa mga pulo ng dagat" (2 Nephi 10:21). ■

MGA TALA

1. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith* (2007), 488.
2. Tingnan sa James Adams Argyle, comp., "The Writings of John Q. Adams," 14, FamilySearch.org.
3. Vailine Leota Niko, sa Clinton D. Christensen, comp. *Stories of the Temple in Lāʻie, Hawaiʻi* (2019), 70–71.
4. Aivao Frank Leota (1878–1966), FamilySearch.org.
5. Tingnan sa Christensen, *Stories of the Temple in Lāʻie, Hawaiʻi,* 64–65.
6. Tingnan sa Christensen, *Stories of the Temple in Lāʻie, Hawaiʻi,* 114–17.
7. Choi Wook Whan, sa "Going to the Temple Is Greatest Blessing," *Church News,* Abr. 17, 1971, 10.
8. Tingnan sa Christensen, *Stories of the Temple in Lāʻie, Hawaiʻi,* 166.

1950

1965: Sa unang iskursiyon ng mga taga Asia sa templo, 165 na mga Banal na Hapones ang dumating sa Hawaii.

1970: Ang mga Banal mula sa Korea ay sumama sa mga Banal na Hapones sa isang iskursiyon sa templo.

1975

Hunyo 13, 1978: Muling inilaan ni Pangulong Spencer W. Kimball ang templo pagkatapos itong palawakin. Siya at si Pangulong N. Eldon Tanner (itaas) ay bumisita rin sa Polynesian Cultural Center.

2000

2015

Nobyembre 21, 2010: Pagkatapos ng seismic upgrades at remodeling, muling inilaan ni Pangulong Thomas S. Monson ang templo.

Inakay Patungo kay Monica

Noong nakatira ako sa São Paulo, Brazil, nakilala ko ang isang espesyal na babae na nagngangalang Graça. Isa siyang maganda at mabait na babae at kaibigan siya ng lahat.

Si Graça ang aking kompanyon sa visiting teaching. Siya ay may tatlong anak, walang permanenteng trabaho, at walang kotse o telepono, ngunit wala ni isa sa mga ito ang nakahadlang sa kanya sa paglilingkod.

Mula sa aking balkonahe, natatanaw ko ang nag-iisang bintana ng kanyang bahay. Kapag maaari siyang umalis, naglalagay si Graça ng pulang tela sa bintanang iyon bilang palatandaan na handa siyang magbisita. Kahit kailan ay hindi siya naghanap ng dahilan para hindi makapaglingkod. Madalas kong naiisip ang palatandaan ni Graça at ang kanyang magandang halimbawa ng katapatan at simpleng paglilingkod.

Naglalagay si Graça ng pulang tela sa kanyang bintana bilang palatandaan na handa siyang magbisita.

Isang pangyayari ang tumatak sa aking isipan. Naghanda at nagdasal kami bago namin binisita ang isa sa mga sister na nakatalaga sa amin na bisitahin. Habang papalapit kami sa bahay nito, napagtanto namin na sa bahay pala ng ibang sister kami napapunta! Nakatalaga sa amin na bisitahin ang sister na ito, isang di-gaanong aktibong ina na may dalawang maliliit na anak, pero hindi namin planong bisitahin siya noong araw na iyon. Dahil naroon na kami, kumatok kami, pero walang sumagot.

Nagpasiya kaming magtiyaga at maghintay. Maya-maya pa, lumabas na ang sister na si Monica at sinabi niya sa amin na marami siyang ginagawa. Napansin namin na siya ay pagod na at halos mangiyak-ngiyak. Nang sabihin namin na naroon kami para tumulong, pinatuloy niya kami. Umiiyak ang kanyang sanggol, kaya sinabi namin na alagaan niya muna ang kanyang sanggol at maghihintay kami. Nang pumanhik na sa itaas si Monica kasama ang kanyang sanggol, kumilos na kami, nilinis namin ang mga kuwarto at itinupi namin ang lahat ng damit na nakita namin.

Nang makita ni Monica kung gaano kaayos tingnan ang kanyang bahay, nagsimula siyang umiyak, naging handa siya na magbahagi sa amin, at binanggit niya ang ilan sa mga hamong nararanasan niya. Nangako kami na tutulungan namin siya, at kinausap namin ang pangulo ng Relief Society tungkol sa mga hamong nararanasan niya. Nang sumunod na Linggo, nagsimba si Monica.

Si Monica ay naging aktibo at masayahing tao. Ipinagpatuloy namin ang paglilingkod sa kanya nang may pagmamahal at pagmamalasakit. Nararanasan pa rin niya ang mga hamong iyon sa buhay, pero kaya na niyang harapin ang mga ito nang may karagdagang pananampalataya at tapang dahil sa pagiging aktibo niya sa Simbahan.

Nagpapasalamat ako para sa halimbawa ni Graça habang magkasama kaming naglilingkod noon. Nagdasal kami para sa patnubay, at inakay kami ng Diyos patungo kay Monica. ■

Rosana Soares, Utah, USA

PAGLALARAWAN NI STAN FELLOWS

Nagtanim Sila ng Binhi sa Puso Ko

Nadama ko na dapat kong sabihin sa mga sister na unang nagturo sa akin na sumapi ako sa Simbahan at na nakapagtanim sila ng binhi ng ipinanumbalik na ebanghelyo sa puso ko.

Saan ako nanggaling? Ano ang ginagawa ko rito? Saan ako pupunta pagkatapos ng buhay na ito?

Noong 29 anyos ako, pabalik-balik ang mga tanong na ito sa isipan ko. Pumanaw na ang mga magulang ko. Nalungkot ako sa pagkawala ng aking panganay na sanggol na anak. May tatlo pa akong anak na palalakihin at isang buhay na puno ng mga hamon.

Sinimulang sagutin ng Panginoon ang aking mga tanong nang gabayan Niya ang dalawang dalagang missionary papunta sa bahay ko. Nang papasukin ko sila, nagtanong sila kung may anumang bagay na sa pakiramdam ko'y kulang sa buhay ko. Ikinuwento ko sa kanila ang mga magulang at anak ko. Sinabi ko na naisip ko na hindi makatarungang magkaanak at bumuo ng mga pamilya kung hahantong lang ang lahat sa kamatayan. Itinanong ko kung makikita ko pang muli ang mga magulang at anak ko.

"Marta," sabi nila, "maaaring mapasaiyo ang pamilya mo magpakailanman."

Napuspos ng galak ang puso ko. Ginusto kong malaman pa ang iba. Sa sumunod nilang pagbisita, tinuruan nila ako ng marami pa tungkol sa ebanghelyo ni Jesucristo. Binigyan nila ako ng Aklat ni Mormon at hinamon akong basahin ito at itanong sa Diyos kung ito ay Kanyang salita. Tinanggap ko ang kanilang hamon. Nang magdasal ako, dumating ang sagot ng Diyos na kasing-liwanag ng sikat ng araw. Nalaman ko sa puso ko na ito ay totoo.

Sa kasamaang-palad, nang makakuha ako ng bagong trabaho, nawalan na ako ng balita tungkol sa mga missionary. Nang sumunod na mga buwan, naghiwalay kami ng asawa ko at sinikap kong magbagong-buhay sa piling ng mga anak ko.

Kalaunan, nag-asawa akong muli. Isang araw sinabi ng asawa ko na hinahanap-hanap niya ang Diyos sa buhay niya. Nagpasiya kaming magsimba sa dati niyang simbahan. Pagpasok namin sa gusali, nakita ko ang isang Aklat ni Mormon sa ibabaw ng mesa malapit sa pintuan. Ito mismo ang simbahang naipakilala sa akin noon! Gustung-gusto ko ang Espiritung nadama ko roon. Nang umalis kami, tinanong ko ang asawa ko kung puwede akong magpabinyag.

"Kailangan kang maturuan ng mga missionary," sabi niya.

"Tinuruan ako limang taon na ang nakararaan!" sagot ko.

Tinuruan kaming mag-iina ng mga lesson. Araw ng binyag namin ang pinakamasayang araw sa buhay namin.

Pagkaraan ng ilang taon, nadama ko na dapat kong sabihin sa mga sister na unang nagturo sa akin na sumapi na ako sa Simbahan. Sa Facebook, nakita ko ang isang grupo ng mga returned missionary mula sa Brazil Santa Maria Mission. Kabilang dito ang isa sa mga sister na nagturo sa akin noon. Pinadalhan ko siya ng friend request at sinabi ko sa kanya kung sino ako, paano ako naging miyembro ng Simbahan, na nabuklod sa templo ang aming pamilya, at na nasa full-time mission ang anak kong lalaki. Sinabi ko sa kanya na naging posible ang lahat ng ito dahil naitanim niya at ng kompanyon niya ang binhi ng ipinanumbalik na ebanghelyo sa puso ko. ■

Marta Algarve, Santa Catarina, Brazil

PAGLALARAWAN NI RAFAEL LÓPEZ

Pinuno ko ng pagkain ang dalawang supot at pumunta ako sa bahay ng isang sister sa aking ward.

Isang Karagdagang Biyaya

Kasisilang pa lamang ng panganay na anak namin ni Carmen nang tawagin ako bilang bishop ng aming ward. Noong panahong iyon, gipit kami sa pera. Naging mahirap para sa akin na itaguyod ang aking pamilya habang binabantayan at pinangangalagaan ko ang mga miyembro ng aming ward.

Isang Linggo, napansin ko ang isang ina na may apat na maliliit na anak sa sacrament meeting. Nakaupo siya sa huling upuan sa chapel at ginagawa niya ang lahat ng kanyang makakaya para patahimikin ang kanyang mga anak. Alam ko na gipit din siya sa pera, pero hindi siya kailanman humingi ng tulong. Ilang linggo ang lumipas, at tuwing Linggo ay nagsisimba siya kasama ang kanyang mga anak.

Isang araw, natanggap ko ang aking sahod. Dahil nabiyayaan ako na makatanggap ng karagdagang sahod, nagpasiya ako na gamitin ang sobrang pera sa pagbili ng mga gamit para ayusin ang mga sira sa aking bahay. Pero habang papunta ako sa pamilihan, pumasok sa isip ko ang sister na iyon at ang kanyang mga anak. Pakiramdam ko ay dapat kong gamitin ang sobrang pera sa pagbili ng pagkain para sa kanila. Tinawagan ko si Carmen at sinabi ko sa kanya kung ano ang nararamdaman ko na kailangan kong gawin. Pumayag siya.

Habang namimili ako, may nakita akong cookies. Naisip ko na baka gusto ng mga bata ng mga pagkaing matatamis. Pinuno ko ng pagkain ang dalawang supot at pumunta ako sa bahay ng sister na iyon.

Ilang beses akong kumatok sa sirasirang pinto na yari sa kahoy. Noong paalis na ako, sa wakas ay bumukas ang pinto. "Bishop," sabi ng sister na iyon, "narito po pala kayo." Kaagad na nagtakbuhan mula sa kanyang likuran ang kanyang mga anak.

"Dinalhan ko kayo ng pagkain," sabi ko.

Nakita ng isa sa kanyang mga anak na babae ang cookies at sumigaw ito, "Cookies!" Tuwang-tuwang pumalibot ang kanyang mga kapatid. Niyakap ako ng kanyang pitong taong gulang na anak na babae. "Salamat po, Bishop!" sabi nito.

Sinilip ko ang loob ng kanilang bahay at napansin ko na sa sahig naglalaba ang sister na iyon gamit ang isang batya. Walang mesa ang pamilyang iyon at natutulog sila sa banig na nakalatag sa sahig. Nakita ko kung gaano kalaki ang kanilang pangangailangan. Inasikaso ko ang mga dapat gawin para matiyak na magkakaroon sila ng mesa at kani-kanyang kama.

Ang karanasang ito ay nakatulong sa akin na makita na ginagabayan at pinagpapala ng Panginoon ang Kanyang mga tagapaglingkod. Hindi natin kailangan ng espesyal na katungkulan para makatulong sa ating mga kapatid. Kailangan lang nating maging sensitibo sa pahiwatig ng Espiritu, alamin kung sino ang mga nangangailangan ng ating tulong, at maging handa na maglingkod bilang kasangkapan sa mga kamay ng Panginoon. ■

Roberto Atúncar Nieto, Lima, Peru

PAGLALARAWAN NINA ALE + ALE, MORGAN GAYNIN

Dalawang Pahina na Puno ng Pasasalamat

Buong buhay na nagdusa ang aking ama dahil sa mababang pagpapahalaga sa sarili at pakiramdam ng kawalang-halaga. Pinalaki siya ng isang lasinggerong ama na madalas siyang sabihan na walang kuwenta. Salamat na lamang at hindi naging lasinggeroo ang aking ama, pero kahit kailan ay hindi niya sinabi sa akin at sa aking mga kapatid na ipinagmamalaki niya kami o pinuri sa magagandang bagay na nagawa namin. Habang lumalaki ako, sinikap ko na matuwa siya sa akin, pero palagi kong nadarama na hindi sapat ang ginagawa ko para matuwa siya. Dahil dito hindi naging maganda ang aming relasyon.

Isang taon, binanggit ko ito sa aking matalinong bishop. Pinayuhan niya ako na sulatan ang aking ama at sabihin dito ang lahat ng dahilan kung bakit ako nagpapasalamat sa aking ama. Hindi ito magiging madali para sa akin. Marami akong hinanakit sa aking ama, at ayokong mapuno ng hinanakit ang aking liham ng pasasalamat. Kaya nagdasal ako. Sa patnubay ng Espiritu, ang mga bagay na ipinagpapasalamat ko sa aking ama ay nagsimulang pumasok sa aking isipan. Matagal ko itong nagawa, pero nang matapos ko ito, dalawang pahina ang napuno ko.

Ipinadala ko ang aking liham nang hindi nalalaman kung paano tutugon ang aking ama. Pero alam ko na hindi ako ang magpapasiya kung ano ang magiging tugon niya. Kailangan ko lang tingnan ang aking sariling puso at alalahanin kung bakit isinulat ko ang liham.

Kinabukasan, nakatanggap ako ng tawag sa telepono mula sa aking madrasta. Umiiyak siya. Sinabi niya sa akin na paulit-ulit na binasa ng aking ama ang liham. Sinabi niya na hindi ako makausap ng aking ama dahil humahagulgol ito.

"Salamat!" sabi niya. "Kailangan ito ng iyong ama."

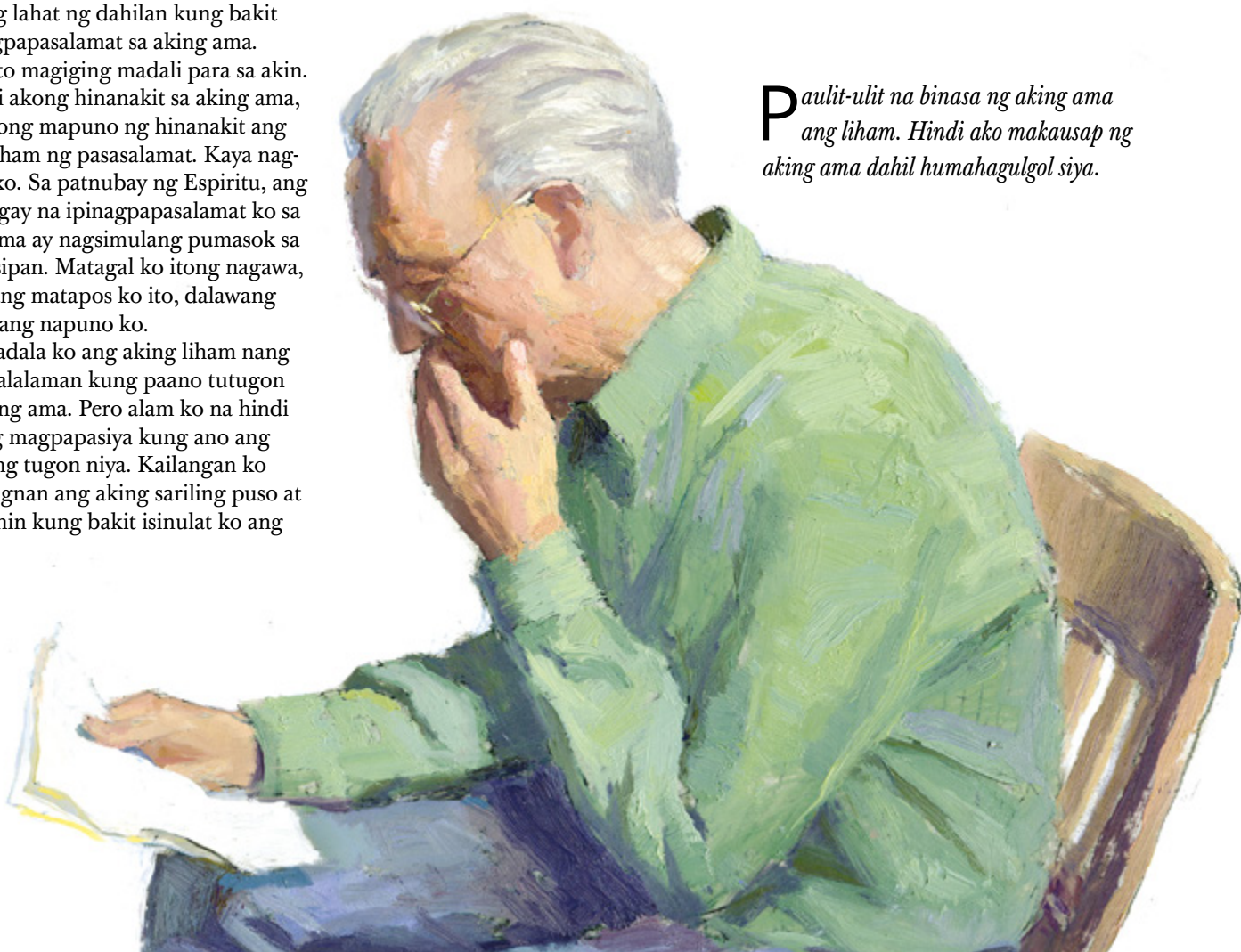
Kalaunan ng araw na iyon, tinawagan ako ng aking ama para magpasalamat. Tinatawagan niya ako araw-araw sa loob ng ilang araw upang ipahayag kung gaano kahalaga sa kanya ang liham.

Sana ay kaya kong sabihin na himalang naayos ang relasyon naming magama, pero marami pa kaming dapat gawin. Sa paglipas ng panahon, nagsimulang maghilom ang aking puso, at bumuti ang aming relasyon. Sa huli ay napatawad ko na siya.

Makalipas ang ilang taon, matapos ang matinding pakikipaglaban sa kanser, pumanaw ang aking ama. Natitiyak ko na masayang-masaya na siya ngayon habang tinutulungan siya ng Tagapagligtas na maghilom mula sa maraming taon ng pang-aabuso. Alam ko na naranasan ko na ang paghilom sa pamamagitan ng kapangyarihan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Nauunawaan ng Tagapagligtas ang ating mga pangangailangan at matutulungan Niya tayong alisin ang masasamang epekto na dulot ng sakit at galit sa ating mga kaluluwa. Alam ko na ang pasasalamat, pagpapatawad, at pagmamahal ay mabibisang lunas. ■

Elise Dahlen, Utah, USA

Paulit-ulit na binasa ng aking ama ang liham. Hindi ako makausap ng aking ama dahil humahagulgol siya.



PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

PAGHARAP SA PROBLEMA NG PORNOGRAPIYA:

Pagprotekta, Pagtugon, at Paggaling

Ni Joy D. Jones
Primary General President

Ang tatlong aplikasyong ito ng pagmamahal ay makatutulong sa ating mga anak kapag may problema sila sa pornograpiya.

Alam ko ang masakit na katotohanan ng impluwensya ng pornograpiya maging sa mga pinakabata sa ating lipunan—na ating mga anak. Isang salot na patuloy na lumalaganap, ang pornograpiya ay nagdudulot ng kahihiyan, panlilinlang, masamang pakiramdam, kawalan ng pagpipigil sa sarili, napakatinding adiksyon, at pagsasayang ng oras, pag-iisip, at enerhiya. Kinakailangan nating lahat—mga magulang, pamilya, titser, lider—na tunay na makita, mapahalagahan, at maprotektahan ang ating mga anak at kabataan.

Ang pagmamahal ay isa sa mga pinakadakilang kaloob ng Diyos. Ang mahalin ang Diyos at ang ating kapwa ay dalawang pinakadakilang utos na ibinigay mismo sa atin ni Jesucristo. Ang pagmamahal, naniniwala ako, ay pinakamalakas din nating sandata sa paglaban sa pornograpiya.

Katunayan, ayon sa popular na catchphrase, "ang pornograpiya ay pumapatay ng pagmamahal," ngunit tandaan din natin na ang pagmamahal ay pumapatay ng pornograpiya. Hindi ibig sabihin nito na mababago ng pagmamahal natin sa isang tao ang kanyang adiksyon o maging ang kanyang ugali. Ngunit ang pagmamahal ay maghihikayat sa atin—kung paano tayo maghahanda, tutugon, makikinig—lalo na sa ating mga anak. Kung magkakaroon tayo ng anumang pag-asa na maalis ang salot na ito sa mundo, ang pagmamahal ay dapat maging kapwa motibasyon at pundasyon ng lahat ng ating pagsisikap.

Nais kong magbahagi ng tatlong aplikasyon ng pagmamahal na umaasa ako na ating pagtutuunan ng pansin, tatanggapin, at gagawin. Ang tatlong aplikasyong ito ay nakaugnay sa tatlong yugto ng pagharap sa problema ng pornograpiya na maaaring maranasan ng ating mga anak.

Una, sinasabi natin na "Mahal kita" sa pamamagitan ng tunay na pagprotekta sa kanila. Pangalawa, sinasabi natin na "Mahal pa rin kita" sa pamamagitan ng paraan ng pagtugon natin sa pagkalantad nila sa pornograpiya, sinadya man o hindi. At pangatlo, sinasabi natin na "Mamahalin pa rin kita" sa pamamagitan ng pagbibigay ng magiliw na suporta sa kanila habang nagsisikap silang mapagaling kung sila ay lulong na sa paggamit nito. Sa bawat parirala, pagmamahal ang susi.

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES, GINAMIT PARA SA PAGLALARAWAN, GINAMITAN NG MGA MODELO

Ang problemang ito ay nakakaapekto sa mga batang lalaki at babae, at hindi natin ito lubos na pinag-uusapan.

1 PAGPROTEKTA: "MAHAL KITA"

Ilarawan sa inyong isipan ang anak na minamahal ninyo. Kapag sinasabi ninyo sa anak na ito, "Mahal kita," ano ang kahulugan nito? Karaniwan, ang kahulugan nito ay nagbibigay tayo ng proteksiyon para matulungan natin ang mga taong mahal natin na maging pinakamabuti at makayanan ang mga hamon ng buhay. Bahagi ng pagpoprotekta ang pagbuo ng matibay, mapagtiwala, at matatag na ugnayan. Ang ganitong uri ng ugnayan ay tumutulong para mas mapalapit sa atin ang ating mga anak. Kapag bumubuo tayo ng matibay na ugnayan ng pagtitiwala at pagprotekta sa ating mga anak at apo—o sa sinumang bata—binibigyan natin sila ng ligtas na lugar na mapupuntahan. Ang proteksyong ito ay tumutulong sa kanila na maunawaan kung sino sila at tumutulong sa kanila na maintindihan ang kanilang kaugnayan sa Diyos. Ang nadaramang pagpapahalaga at pagmamahal ay tumutulong sa mga anak na makaunawa at umasa sa mapagmahal na Ama sa Langit na nagbibigay ng mga tagubilin para sa kanilang kaligayahan.

Nag-aalala ako na maraming magulang ang maaaring hindi pa natatanto kung gaano talaga kapanganib ang pornograpiya o iniisip na problema lang ito ng ibang tao. Ang totoo ang problemang ito ay nakakaapekto sa mga batang lalaki at babae, at hindi natin ito lubos na pinag-uusapan.

Maraming taon na ang nakaraan, nakarinig kaming mag-asawa ng isang magandang kuwento na madalas naming ikuwento sa aming mga anak. Ang kuwento ay tungkol sa isang matandang rattlesnake o ahas na nakiusap sa isang batang lalaki na dalhin siya sa tuktok ng bundok para makita ang paglubog ng araw bago mamatay ang ahas. Nag-alinlangan ang bata, pero nangako ang ahas na hindi siya tutuklawin bilang kapalit ng pagdala ng bata sa kanya. Pagkatapos magkasundo, maingat na dinala ng bata ang ahas sa tuktok ng bundok kung saan nila pinanood nang magkasama ang paglubog ng araw.

Pagkatapos madala ang ahas pabalik sa lambak, naghanda ng pagkain ang bata para sa kanyang sarili at ng higaan sa gabi. Kinaumagahan, hiniling ng ahas, "Pwede ba, iho, na dalhin mo ako pauwi sa aking tahanan? Oras na para lisanin ko ang mundong ito, at gusto kong umuwi sa aking tahanan." Nadama ng batang lalaki na ligtas siya at na tinupad ng ahas ang kanyang

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES, GINAMIT PARA SA PAGLALARAWAN, GINAMITAN NG MGA MODELO

pangako, kaya't nagpasiya siyang dalhin ang ahas sa tahanan nito gaya ng kahilingan nito.

Maingat niyang pinulot ang ahas, kinarga, at dinala sa ilang sa tahanan nito para mamatay. Bago niya mailapag ang ahas, bumaling ang ahas at tinuklaw siya sa dibdib. Napahiyaw ang bata at itinapon ang ahas sa lupa. "Ginoong Ahas, bakit mo ginawa iyon? Ngayon ay tiyak na mamamatay ako!" Tumingin sa kanya ang ahas at ngumisi: "Kilala mo kung sino ako nang pulutin mo ako."

Sa mundo ngayon, nakakakita ako ng maraming magulang na pinahahawakan sa kanilang anak ang isang ahas. Ang tinutukoy ko ay ang smartphone. Hindi natin maaaring bigyan ng mga cell phone na may internet ang ating mga musmos na anak na wala pang sapat na gulang para makaunawa, na wala pang sapat na karunungan at kakayahang magpasiya, at na walang kontrol ng magulang at iba pang tools na makatutulong para maproptektahan sila. Si Jason S. Carroll, isang propesor ng family life sa Brigham Young University, ay nagsabing, "Pinangangalagaan natin ang ating mga anak hanggang sa mapangalagaan nila ang kanilang sarili." Ang brain stem, na kinaroroonan ng sentro ng kasiyahan ng utak, ang unang nabubuo. Kalaunan lamang lubos na nabubuo ang mga kakayahang mangatwiran at magdesisyon sa frontal cortex. "Kaya nakatapak ang mga bata sa pedal pero hindi nila alam kung kailan sila hihinto."[1]

Lahat ng phone ay dapat mayroong proteksyon, pati ang phone ng mga tinedyer.' Ito ay maganda ring payo sa mga adult o matatanda. Walang hindi tinatablan sa tuklaw ng makamandag na ahas. Pinipili ng ilang mga magulang ang flip phone para sa kanilang mga anak na magagamit lamang sa pagtawag at pag-text.

Bukod pa sa mga smartphone, maraming iba pang mga device na maaaring maka-access sa mga hindi angkop na media sa pamamagitan ng internet. Makikita sa huling pag-aaral na 79 porsiyento ng pagkalantad sa pornograpiya ay nangyayari sa tahanan.[2] Maaaring makita ito ng mga anak sa mga tablet, smartphone, game console, portable DVD player, at smart TV, at marami pang iba. May kilala akong mga pamilya na inilalagay ang ginagamit na mga electronic device sa lugar na madalas na dinadaanan ng pamilya. Ang tawag dito ng mga pamilyang ito ay "media room," at lahat ng device nila ay lantarang makikita, sa liwanag. Walang sinumang tao ang dapat na nag-iisa sa silid na gamit ang media device.

Patakaran naman ng iba pang mga pamilya ang hindi paggamit ng phone sa mga kuwarto o banyo. Simpleng sinasabi ng iba, "Huwag mag-isa kapag gumagamit ng phone." Ang iba pa ay nagdagdag ng access sa apps na maaaring gamitin ng kanilang mga anak sa software na nagtutulot sa mga magulang na makita ang tinitingnan ng anak sa phone. Sa paraang ito itinuturo nila na ang pagtitiwala ay pinaghihirapang matamo at mahalaga ang proteksyon sa phone.

Anuman ang pangangailangan ng ating pamilya, turuan natin ang bawat isa sa pamilya natin na gamitin nang matalino at positibo ang teknolohiya sa simula pa lamang—para magkaroon ng moral na huwaran ng pag-iisip. Turuan natin ang mga anak sa paraang positibo para magamit nila nang makabuluhan ang teknolohiya. Maaari natin silang turuan na suriin ang kanilang sarili sa pagtatanong ng, "Makabubuti ba ang paggamit nito?" Ang mga pasiya natin kung paano natin tuturuan ang ating pamilya ngayon ay makakaimpluwensya sa mga henerasyon sa hinaharap.

Bilang mga magulang, umaasa ako na pag-iisipan natin ang kahalagahan ng mga pakikipag-ugnayan natin sa ating mga anak at ang mga partikular na pagsisikap na ginagawa natin para maprotekthan sila. Kapag pinagtibay natin ang mga pakikipag-ugnayang ito nang may pagmamahal, mas mauunawaan ng mga anak kung bakit nagbabala ang Diyos laban sa kasamaan ng pornograpiya, malalaman nila kung paano iiwasan ito, at magiging handa sila kapag nakaharap nila ang mga ito.

2 PAGTUGON: "MAHAL PA RIN KITA"

Ang magiliw, tapat, at kasiya-siyang pag-uusap na naghihikayat sa mga anak na magbahagi ng kanilang iniisip, karanasan, at tanong sa kanilang mga magulang ay hindi madali. Maaanyayahan natin ang mga bata anuman ang edad nila na kausapin tayo kung o kapag nagkaroon sila ng problema sa pornograpiya maliit man o malaki—mula sa maaga, hindi sadyang pagkalantad hanggang sa paminsan-minsang paggamit nito, hanggang sa madalas na paggamit, at pagkalulong. Ang maagap na pag-uusap tungkol dito ay mas makabubuti, at nagiging mas handa ang mga anak na pag-usapan ito kapag alam nila na minamahal sila at walang mababago sa pagmamahal na iyon anuman ang sinabi o nagawa nila.

Gayunpaman, napakabihira na kusang magtatapat ang isang anak. Karaniwang nangyayari ito kapag nagtanong ang isang mapagmasid na magulang sa anak ng, "May nangyari bang masama?" o "Parang wala ka sa sarili mo." Kapag mas nararamdaman ng anak na mahal siya, mas madali sa kanya ang magtapat.

Ang katiyakang ito ng pagmamahal ay naitimo na sa kanilang isipan mula sa maliliit na karanasan na nangyari nang paulit-ulit. Ang maliliit na problema na pinag-uusapan nang may pagmamahal ay lumilikha ng isang pundasyon ng mabuting pag-uusap kaya kapag dumating ang malaking problema, bukas pa rin ang komunikasyon. Higit sa lahat, alam ng mga anak na ang itutugon ninyo ay, "Mahal pa rin kita. Hindi ako magsasawang mahalin ka kahit ganyan ang nangyari. Patuloy kitang mamahalin."

Sa ilang kadahilanan, hindi natin gaanong kinakausap ang mga kabataan at bata tungkol sa isa sa pinakamalakas na puwersa at pinakamalaking tukso na makakaharap nila. Ang pag-aalangan natin ay naghanda sa kanila na maturuan lalo ng internet, ibang mga bata o tinedyer, o maging ng popular na media. Nag-aalangan ang ilan sa atin na gamitin ang salitang *pornograpiya* sa mga bata sa pagsisikap na maproteksyunan ang kawalang-muwang nila. Pakiwari natin ay nakakaasiwa ito. Marahil ay hindi tayo kinausap ng ating mga magulang tungkol dito. Paano kung sa pag-uusap ay naging mausisa sila? Paano kung gusto pa nilang malaman ang tungkol dito? Paano natin aasahan na kakausapin tayo ng ating mga anak tungkol sa pornograpiya kung hindi natin kailanman kinausap sila tungkol dito?

Mga magulang, kinakailangang simulan natin ang pag-uusap at huwag nang hintayin na ang mga anak pa natin ang lumapit sa atin. Gusto ko ang mungkahi na magkaroon ng regular, madalas, at komportableng pag-uusap sa halip na minsanan lang. Ang kagandahan ng masinsinang pag-uusap ay ang mga magulang at pinagkakatiwalaang lider ang mga eksperto, hindi ang Google; ang pag-uusap ay maaaring mangyari sa ligtas na kapaligiran; at ang pag-uusap ay nakadaragdag sa pagtitiwala ng anak. Nais natin na maging handa at matatag ang ating mga anak, hindi natatakot. Gusto natin ang pag-uusap kung saan nagtatalakayan ang mga magulang at mga anak at hindi lang mga magulang ang nagsasalita.

Bilang mga magulang at titser, hindi natin matutulungan ang mga bata kung wala tayong alam. Ang pagtuturo *kung ano* ang pornograpiya at *kung bakit* mahalagang iwasan ang pornograpiya ay napakahalaga. Malalaman natin para sa ating sarili at matutulungan ang mga anak na maunawaan kung bakit mali ang pornograpiya, kung bakit lubhang mapanganib ito, kung bakit ayaw nating mapinsala sila nito, at kung ano ang dapat gawin kapag nakaharap nila ito.

Binibigyan ba natin ang ating mga anak ng sapat na paliwanag *kung bakit* dapat nating iwasan ang pornograpiya sa paraang angkop sa kanilang edad? Kung ang dahilan lamang na ibinibigay natin para iwasan nila ang pornograpiya ay "masama ito," parang hindi sapat na dahilan ito. Sa halip, dapat tayong magbigay ng maraming dahilan sa abot-kaya natin para makapagtatag ng isang kalakasang moral na maghihikayat sa ating mga kabataan.

Maraming dahilan para iwasan ang pornograpiya, pero narito lamang ang ilang motibasyon mula sa organisasyong Fight the New Drug na maaaring makatawag sa pansin ng mga kabataan:

- Mababago ng pornograpiya ang paraan ng paggana ng inyong utak, at ayon sa pag-aaral pinaliliit nito ang inyong utak at ginagawang digaanong aktibo.
- Nakalululong ang pornograpiya.
- Sisirain ng pornograpiya ang inyong kumpiyansa sa sarili.
- Iiwan kayong malungkot ng pornograpiya.
- Sasaktan ng pornograpiya ang mga taong mahal ninyo.
- Sisirain ng pornograpiya ang malusog na seksuwalidad.
- Ang pornograpiya ay nauugnay sa karahasan.
- Kalaunan nagiging sinungaling ang mga tao dahil sa pornograpiya.
- Uubusin ng pornograpiya ang inyong panahon at lakas.
- Ang pornograpiya ay nagdudulot ng depresyon, hinagpis, at kahihiyan.

Idaragdag ko na ang pornograpiya ay salungat sa mga kautusan ng Diyos. Dahil sa mga ito at marami pang ibang kadahilanan, naglalahad tayo ng maraming mabubuting dahilan para iwasan ang pornograpiya, ngunit ang kaalaman na walang implementasyon ay hahantong sa pagkabigo. Dapat tayong magtakda ng makabuluhan at makatutulong na mga hangganan, limitasyon, at inaasahan. Ang pagtulong sa mga anak na gumawa ng sarili nilang dahilan para hangaring iwasan ang pornograpiya ay kinakailangan. Kung ang anak ay hindi makapagpasiya para sa kanyang sarili kung ano ang kanyang paninindigan tungkol sa isyung ito, malamang na siya ay maging bahagi ng mga taong walang paninindigan.

3 PAGGALING: "MAMAHALIN PA RIN KITA"

Kapag nalantad ang mga bata sa pornograpiya at nabihag nito, nahihirapan silang tumugon, bumangon, at gumaling. Ang matapat, masigasig, patuloy, matibay, at matiyagang pagsuporta ay kinakailangan habang ginagawa nila ang sarili nilang paggaling at nagpapatuloy sa buhay. Walang sinuman ang makapagbibigay ng ganitong uri ng suporta kundi ang mga magulang. Pagkatapos nating maingat at personal na maituro ang katotohanan, pagkatapos nating magtiwala at maghikayat ng pag-uusap, kung gayon kinakailangang malaman ng mga anak na sa kabila ng kanilang mga pagkakamali at pinili, ang maibibigay nating katiyakan ay, "Mamahalin pa rin kita anuman ang mangyari."

Naalala ko ang isang simpleng pangyayari na naganap sa aming pamilya maraming taon na ang nakaraan. Kaming mag-asawa ay wala sa bahay, at inaalagaan ng aming panganay na anak na lalaki ang kanyang mga kapatid. Nakatanggap kami ng tawag sa aming nagmamalasakit na kapitbahay na nagbalita sa amin na isang firetruck ang nasa bahay namin. Nagmadali kaming umuwi at nalaman namin na naglaro ang aming 10 taong gulang na anak na lalaki sa likod-bahay na katabi ng isang anim na akre ng lupain

DETALYE MULA SA *HAYAANG MAGSILAPIT SA AKIN ANG MALILIIT NA BATA*, NI CARL HEINRICH BLOCH

Maghanap pa ng resources online sa overcoming pornography.lds.org.

ng matataas at tuyong damo. Sinubukan niya kung makapagpaparikit siya ng apoy.

Nagawa nga niya! Nang makarating kami, ang maliit na apoy ay napatay na ng bumbero, pinangaralan ng mga bumbero ang aming anak, at isa-isang nagsiuwian ang mga kapitbahay namin. Ang aming anak ay nahiya, natakot, umiyak, at alam niya na nagkamali siya.

Pumasok kaming lahat sa loob ng bahay. Takot na takot ang aming anak, bagama't mabigat ang nangyari, ang tanging magagawa namin ay yakapin ang malambing na batang ito at tiyakin sa kanya na mahal namin siya at masaya kami at hindi siya nasaktan.

Kapag nalantad ang mga anak sa pornograpiya at lalo na kung nalulong sila rito, sila ay mahihiya, matatakot, at maiiyak din. Mahirap kunin ang isang bagay na nasa madilim at ilantad ito sa liwanag. Nakakahiya ito at masakit sa damdamin. Maaaring magkaroon ng kabiguan at pagsubok habang bumabangon at nagpapagaling sila. Ang pangangailangang patuloy silang mahalin ay napakahalaga. Gayunpaman, kailangangang maunawaan ng mga magulang na palaging makatutulong ang kanilang pagmamahal ngunit hindi lamang ito ang kinakailangan.

Sa pagpapagaling, kakailanganin ninyong ituon ang ilan sa pagmamahal na iyan sa inyong mga anak sa paghahanap ng tamang mapagkukunan ng tulong. Ang pagmamahal ninyo ang pundasyon para sa kung ano ang kinakailangang mangyari, ngunit kapag ang isang taong mahal ninyo ay nabitag, kinakailangan ninyong humingi ng tulong sa mga propesyonal na makatutulong sa taong mahal ninyo at sa inyo.

Kapag hinangad ninyo ng taong mahal ninyo ang paggaling, umaasa ako na makakasumpong kayo ng lakas sa Nilalang na nagtataglay ng kapangyarihang magpagaling ng lahat ng sugat, pinagkakaisa ang mga tao, at bumubuo ng ugnayang higit pa sa kakayahan nating maunawaan sa kasalukuyan. Ang ating Tagapagligtas, ang mabait na Tagapagpagaling, ay may kapangyarihang magligtas. Maaaring tayo ang kanilang mga magulang at tumutulong para mailapit sila sa Kanya, ngunit Siya lamang ang maaaring maging kanilang Tagapagligtas. At ang kagila-gilalas na bagay ay mahal Niya ang ating mga anak nang higit pa sa pagmamahal natin—anuman ang mangyari. ■

Mula sa pangunahing mensahe na ibinigay sa 2018 Utah Coalition Against Pornography conference sa Salt Lake City, Utah.

MGA TALA

1. Jason S. Carroll, sa Lisa Ann Thomson, "Walong Estratehiya para Matulungan ang mga Bata na Iwaksi ang Pornograpiya," *Liahona,* Ago. 2017, 19.
2. "The Facts about Online Threats," *Parents Television Council Watchdog* (blog), Hunyo 21, 2017, w2.parentstv.org/blog.

Mga Young Adult

Sa Bahaging Ito

44 **Pagdedeyt at Pornograpiya**
Ng mga tauhan ng *Liahona* at Family Services

Digital Lamang

Paano Ko Natutuhang Tumugon Kapag Inamin ng Isang Tao na may Problema Siya sa Pornograpiya
Hindi ibinigay ang pangalan, Utah, USA

Pagpapatuloy sa Buhay Matapos Malaman na Gumagamit ng Pornograpiya ang Aking Kasintahan
Hindi ibinigay ang pangalan, French Polynesia

Nagsikap Ako na Madaig ang Pornograpiya. Bakit Hindi Niya Ito Gawin?
Hindi ibinigay ang pangalan, Guatemala

Hanapin ang mga artikulong ito at ang iba pa:

- Sa **liahona.ChurchofJesusChrist.org**
- Sa **Lingguhang YA** (sa ilalim ng bahaging para sa mga Young Adult sa Gospel Library app)
- Sa **facebook.com/liahona**

Ibahagi ang Iyong Kuwento

May kuwento ka bang maibabahagi? O may mga artikulo ka bang nais makita tungkol sa isang paksa? Maaari mong ipadala ang iyong artikulo o feedback sa **liahona.ChurchofJesusChrist.org.**

Paghahanap kay Cristo mula sa Kadiliman ng Pornograpiya

Sa pagpaplano ng mga ilalathala para sa mga young adult, nag-uukol kami ng maraming oras sa pag-iisip tungkol sa mga isyung kinakaharap nila ngayon. Napakarami ng mga ito. Pero habang tinatalakay at pinag-iisipan namin ang gagawin para sa Liahona sa buwang ito, napunta kami sa isang paksa na personal na nakakaapekto sa amin, sa aming mga kaibigan, at sa marami pang iba: pagdedeyt at pornograpiya. Alam namin na magiging kumplikado ang pagpaplano ng bahaging ito. Sapagkat nakakaapekto ang pornograpiya sa maraming tao sa mga paraang nakakalungkot at kung minsan ay nakakasira ng buhay. At para sa mga young single adult, tila dinaragdagan pa nito ang kawalang-katiyakan ng hinaharap, lalo na sa paghahanda para sa pag-aasawa.

Totoong nakita namin ang kamay ng Ama sa Langit na ginagabayan ang aming gawain nang magsimula kaming makatanggap ng mga kuwento mula sa mga young adult na naapektuhan ang relasyon dahil sa pornograpiya. At nakita namin na malaki ang pag-asa na magkaroon ng mga kasal na pangwalang-hanggan na masaya at malaya sa pagkalulong. Bakit? Dahil ang bawat kuwento ay nagpapatotoo na ang kapangyarihan ni Jesucristo at ng Kanyang Pagbabayad-sala ay nagpapabago ng buhay, nagbibigay ng pag-asa, at nagpapagaling.

Kaya kung ang inyong relasyon ay apektado ng pornograpiya, inaanyayahan namin kayong basahin ang bahaging ito ng Liahona sa buwang ito, na may mga artikulo na matapat na ibinahagi ng iba na lubos na nakakaalam na totoong mahirap malulong sa pornograpiya. Nakapaloob sa mga artikulong ito ang mga paksang tulad ng kung paano magsimula ng isang talakayan tungkol sa pornograpiya kapag nakikipagdedeyt kayo at kung paano ninyo ito haharapin (pahina 44), kung paano tumugon kapag inamin ng isang tao na may problema siya sa pornograpiya (digital lamang), kung paano maaaring mapatawad at mapagaling kapwa ang mga taong ito (digital lamang), at kung paano kayo magagabayan ng Espiritu na malaman kung paano magpapatuloy sa inyong relasyon (digital lamang).

Alam namin na kung kayo ay magtitiwala sa Tagapagligtas at aanyayahan ninyo ang Espiritu sa inyong buhay habang naghahanap kayo ng mga sagot, aakayin kayo ng Ama sa Langit sa tamang direksyon para sa inyong natatanging sitwasyon. Maaaring laganap sa mundo ang mga mapanirang epekto na dulot ng pornograpiya, ngunit ang nakapagpapagaling na liwanag ng Tagapagligtas ay mas malakas kaysa sa anumang kadiliman. Ang kailangan lamang nating gawin ay hanapin Siya.

Tapat na sumasainyo,
Chakell Wardleigh at Mindy Selu
Mga patnugot ng bahagi para sa mga young adult ng mga magasin ng Simbahan

Basahin ang payo ni Pangulong M. Russell Ballard tungkol sa dapat gawin kapag naaapektuhan ng pornograpiya ang inyong relasyon sa pakikipagdedeyt sa kanyang artikulo sa digital na bersyon ng *Liahona* sa buwang ito.

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES, GINAMIT PARA SA MGA PAGLALARAWAN, GINAMITAN NG MGA MODELO

Pagdedeyt at Pornograpiya

Ng mga tauhan ng *Liahona* at Family Services

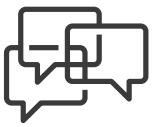
Bilang mga young adult, alam nating lahat na ang pagdedeyt ay maaaring maging kapana-panabik, nakakatakot, masaya, at napakahirap o maaaring sama-sama ng mga ito. Kapag nagsimula tayong magtapat sa isa't isa, hangad nating makilala pa ang isa't isa, at mahalaga na lalo pa tayong maging tapat sa isa't isa sa pagbuo at paglalim ng relasyon. Ano ang ating mga pangarap, pangamba, at paniniwala? Ano ang damdamin natin tungkol sa kasal at pamilya? Anong mga hamon o problema ang naranasan natin noon o ngayon na dapat nating sabihin sa isa't isa?

Nakakatakot man na pag-usapan (o magtanong) tungkol sa mga problema sa pornograpiya, ang *hindi* pag-uusap ng tungkol dito ay maaaring humantong sa nakapipinsalang mga problema kalaunan. Ang problema ng bawat indibiduwal sa pornograpiya ay magkakaiba at mahirap, at maaaring hindi alam ng taong iyon kung dapat nga ba itong pag-usapan o kung paano mo ito babanggitin sa taong idinideyt mo, kaya mahalaga na hingin ang patnubay ng Espiritu. Walang isang solusyon para sa bawat sitwasyon, ngunit sa artikulong ito, magbibigay kami ng ilang mungkahi para sa inyo na maaaring pinag-iisipan ito:

- Paano ko sisimulang banggitin ang paksang pornograpiya sa taong idinedeyt ko? At kailan angkop na magtanong/magsabi?
- Paano ko malalaman kung dapat kong ipagpatuloy ang pakikipagdeyt sa taong gumamit o gumagamit ng pornograpiya?
- Paano kami magtutulungan para maiwaksi ang pornograpiya?

Tulong at pag-asa kung paano pag-uusapan ang pornograpiya sa pagdedeyt.

Paunawa ng editor: Dahil magkakaiba ang kahulugan ng "pagdedeyt" sa iba't ibang kultura, para sa mga layunin ng artikulong ito, ang ibig naming sabihin ay pakikipagdeyt, ayon sa mga pamantayan ng ebanghelyo, upang makilala ang isang tao, at mauwi sa pag-iibigan na maaaring humantong sa pagpapakasal.



MGA LARAWAN AT ICON MULA SA GETTY IMAGES, GINAMIT PARA SA PAGLALARAWAN, GINAMITAN NG MGA MODELO

Para sa mga Taong Nagkaroon ng Problema o May Problema sa Pornograpiya

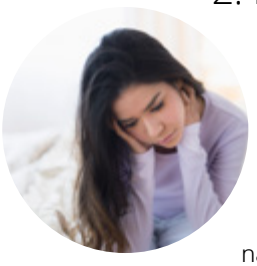
Kung nagkaproblema ka noon o may problema ka ngayon sa pornograpiya, ang pagdedeyt ay maaaring magpadama sa iyo ng kawalang pag-asa o pagkabalisa. Ngunit kung tapat ang hangarin mong iwaksi ang pornograpiya sa iyong buhay (o naiwaksi mo na ito), dapat mong malaman na dahil sa sarili mong pagsisikap at tulong ng Ama sa Langit at ni Jesucristo, posible ang isang masaya, at walang hanggang relasyon para sa inyo. Pagisipan ang mga sumusunod na tanong kapag nais mong makipagrelasyon.

1. Talaga Bang Kailangan Naming Pag-usapan ang Tungkol Dito?

Ang karaniwang tanong ay, "Talaga bang kailangan kong sabihin sa taong idinedeyt ko na gumamit ako ng pornograpiya, kahit pinagsisihan ko na ito?" O "Kailangan ko bang sabihin na may mga problema ako ngayon sa pornograpiya sa taong idinedeyt ko?" Karaniwan, kinakailangan *talaga* itong pag-usapan—sa tamang panahon at sa maingat na paraan. Kapag pinag-usapan ninyo ito, isaisip ang ilang mahahalagang alituntunin:

- Tamang panahon—Ang pag-uusap na ito ay dapat mangyari kapag nagiging seryoso na ang relasyon.
- Katapatan—Ang relasyon ay dapat nakabatay sa tiwala at katapatan. Bagama't maaaring ipasiya ng kadeyt mo na tapusin ang pakikipagdeyt sa iyo, kailangan nilang maunawaan kung ano talaga ang problema, ang ginagawa mo sa kasalukuyan para maiwaksi ito, at ang plano mong gawin kung sakaling makaharap mo itong muli balang-araw.
- Pagpapatawad—Ang pagiging tapat tungkol sa paggamit mo ng pornograpiya sa taong idinedeyt mo ay hindi nangangahulugang idedetalye mo ang tungkol dito. Kung pinagsisihan mo na ito at nadamang ikaw ay pinatawad na, hindi ka na kailangang makonsensya. Hindi na naaalala ng Panginoon ang ating mga kasalanan kapag pinagsisihan na natin ang mga ito (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 58:42), kaya ang pag-uusapan ninyo ay hindi na gaanong tungkol sa "pagtatapat" kundi mas marami ang tungkol sa pagtitiwala, pagbabahagi ng inyong mga plano para sa patuloy na paggaling, at pagtatamo ng kanilang suporta.
- Paggaling—Kahit nagsisi ka na ka, ang matagal o napakadalas na paggamit ng pornograpiya ay maaaring magdulot ng matagalang epekto sa biolohikal, sikolohikal, sosyal, at espirituwal na aspeto ng buhay. Ang paggaling ay maaaring mahirap at matagal, ngunit ang lubos at tunay na paggaling ay posible. Sa prosesong iyan, mangangailangan ka ng angkop na tulong at suporta, dapat kasama rito ang iyong mapapangasawa.

2. Handa na ba Ako para sa Isang Seryosong Relasyon?



Ang isa sa mga pinakamalaking pagkakaiba ng isang taong handa na para sa isang seryosong relasyon at ng isang taong hindi pa handa ay ang pagnanais nila na maging tapat sa idinedeyt nila. Kung may problema ka sa pornograpiya, maaari mong hayaang manaig ang takot na mauuwi sa hindi pagtitiwala sa iyo o manampalataya para maharap nang magkasama ang problemang ito.

Bagama't maaaring hindi komportable at nakakatakot sabihin ang tungkol sa paggamit mo ng pornograpiya, ang hindi pagsasabi nito ay maaaring

Para sa mga Nakikipagdeyt sa Taong may Problema sa Pornograpiya

Dahil ang karaniwang edad ng unang pagkalantad sa pornograpiya ay mga edad 11 at napakadali nitong ma-access, karamihan sa mga kabataan ay nalantad na sa pornograpiya sa ilang paraan pagsapit ng edad 18. Maaaring pag-usapan ito sa pagdedeyt. Ngunit ang pagkalantad ay hindi kapareho ng adiksyon, at may iba't ibang antas ng pagkasangkot sa pornograpiya (tingnan sa Dallin H. Oaks, "Paghulagpos mula sa Bitag ng Pornograpiya," *Liahona,* Okt. 2015, 50–55). Ang magandang balita ay nagpapalakas at nagpapagaling ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo sa lahat ng tao na naghahangad nito. Narito ang ilang mga tanong na pag-iisipan habang nagiging seryoso ang relasyon ninyo.

1. Kailan at Paano Ako Magtatanong Tungkol sa Pornograpiya?

Ang pasiya kung kailan at paano ito babanggitin sa kadeyt mo ay isang bagay na maaari mong talakayin sa iyong mga magulang, nakatatandang kapatid, lider ng Simbahan, o sinumang pinagkakatiwalaan mo na magbibigay ng mabuting payo. Maghanap ng paraan na sa pakiramdam mo ay tama para sa iyo at pagkatapos ay simulan ang pag-uusap sa angkop na panahon, kapag nagkakaintindihan na kayo o nagiging mas seryoso ang inyong relasyon.

Hindi ibig sabihin niyan na kailangan mong magtanong sa unang pagdedeyt ninyo tungkol sa kanilang nakaraan, ngunit habang lumalalim ang inyongrelasyon, maaari mong hingin ang inspirasyon ng Espiritu na tulungan ka na malaman kung paano at kailan magtatanong tungkol sa paggamit nila ng pornograpiya.

2. Paano Ako Dapat Tumugon?

Kapag ikaw at ang iyong idinedeyt ay nagsimula nang magtapat sa isa't isa, magdudulot ito ng paggaling. Mahalagang alam mo ang iisipin at madarama mo kapag ipinagtapat ang paggamit ng pornograpiya—maaaring dahil dito ay manumbat ka, magalit, masindak, o madamang ikaw ay niloko. Ngunit maaari ring ang pagtatapat nila ay magpatindi ng tiwala, habag, pagmamahal, at pagdamay ninyo sa isa't isa. Isaalang-alang ang kanilang damdamin at ang iyong damdamin sa pagtugon mo.

magpatindi ng iyong takot at hiya. Ang takot na mawala sa iyo ang taong iyon ay maaari ring mag-udyok sa iyo na ikaila o hindi sabihin ang buong pangyayari, na sisira sa tiwala at relasyon kalaunan.

Sa kabilang banda, kapag iginagalang mo ang kalayaang pumili ng kadeyt mo, igagalang mo ang kanilang pasiya na ituloy ang relasyon na nalalaman *ang positibo at ang negatibo.* Maaaring takot ka pa rin sa mangyayari, ngunit mahalagang maunawaan na, sa lahat ng impormasyong ibinigay mo, matutulungan ka rin ng taong iyon sa iyong pagsisikap at hangaring iwaksi ang pornograpiya sa iyong buhay. Matuloy man o hindi ang inyong relasyon, sa tulong ng Diyos, makapagpapatuloy ka sa landas ng paggaling.

3. Paano Ako Magpapatuloy sa Buhay?

Ang malaman na may problema sa pornograpiya ang iyong idinedeyt ay dapat mong ikabahala, pero huwag sirain ang tiwala nila sa iyo sa pagsasabi nito sa ibang tao. Ang pagsasabi sa bishop o therapist, o, nang may pahintulot ng taong idinedeyt mo, sa isang kaibigan o mapagkakatiwalaang lider ay makatutulong din.

Sa pagpapasiya kung ipagpapatuloy o hindi ang relasyon, dapat palagi mong hingin ang patnubay ng Espiritu. Gayunman ang mga sumusunod na mungkahi ay maaari ring makatulong:

- Itanong sa kanila kung gaano nakaapekto ang pornograpiya sa kanilang buhay at nasaan na sila sa proseso ng paggaling. Kinakailangan nilang ipakita ang kanilang hangaring iwaksi ang pornograpiya sa kanilang buhay sa pamamagitan ng paggawa at pagkilos nang angkop.
- Alamin na ang ilang uri ng paggamit ng pornograpiya (halimbawa, child pornography) ay malinaw na indikasyon na kinakailangan ng tao ang tulong ng propesyonal at na mapanganib ito.
- Unawain na ang kapangyarihan ng Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas ay totoo. Maaari kang magpatawad, at maaari silang mapagaling.
- Maging determinado na wala kang iba pang hangad kundi ang lubos na katapatan sa inyong relasyon at pagiging karapat-dapat na makasal sa templo.
- Unawain na ang paggaling ay nangangailangan ng mahabang panahon. Maaaring maulit ang paggamit ng pornograpiya, at yaong nagsisikap na mapagaling ay nangangailangan ng suporta. Kabilang dito ang pag-alam sa mga bagay na nag-uudyok sa kanila (na gumamit ng pornograpiya) at ang pagsuporta o pagtulong na maitatag ang angkop na pananggalang.
- Kung nagiging seryoso ang inyong relasyon na hahantong sa pagpapakasal, tiyakin na kapwa kayo sumasang-ayon na masama ang pornograpiya at hindi makabubuti sa seksuwal na relasyon ng mag-asawa.

Ang pinakamahalagang bahagi sa pagpapatuloy ng buhay ay pagtitiwala sa ipinagagawa sa inyo ng Espiritu Santo, na maaaring anumang bagay mula sa pagpapatuloy ng relasyon na may pag-unawang ang paggamit ng pornograpiya ay dapat tumigil na sa pagtapos ng relasyon ngunit patuloy na sumuporta sa pagsisikap nila na magbago. Anuman ang pasiya mo, dapat maunawaan ng taong idinedeyt mo na mababago lamang ang mga bagay-bagay batay sa ginagawa o hindi nila ginagawa para maiwaksi ang pornograpiya.

Pagtutulungan para Maiwaksi ang Pornograpiya

Mahabang panahon at matinding pagsisikap ang kailangan para maiwaksi ang pormograpiya, ngunit posible ito. At sa huli, ang pagtutulungan para maiwaksi ito ay magpapatibay sa inyong relasyon kapag kapwa ninyo malalim na naunawaan ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo at natutuhang suportahan ang isa't isa sa nararanasang paghihirap. Pag-isipan ang sumusunod habang nagtutulungan kayong maiwaksi ito:

- Ang web page ng Simbahan na **overcoming pornography.ChurchofJesusChrist.org** ay nagbibigay ng maraming resources (kabilang ang impormasyon tungkol sa programa ng Simbahan na paggaling sa adiksyon) na makatutulong sa inyo na pag-aralan ang prosesong ito sa paggaling.
- Pag-isipan ang lugar at panahon para pag-usapan ang pornograpiya para hindi ito maging pokus ng inyong relasyon. Kapag pinag-usapan ninyo ito, huwag hamakin o hiyain ang tao. Dapat madama sa relasyon ninyo na minamahal at sinusuportahan ninyo ang isa't isa, hindi nagsisiyasat o nanghahamak.
- Ang mga espirituwal na gawain ay makatutulong para hindi matukso. Hikayatin ang isa't isa na panatilihin at pag-ibayuhin ang mga regular na gawaing espirituwal—kabilang ang makabuluhang pag-aaral ng mga banal na kasulatan at pagsamba sa templo (kung posible), paggalang sa araw ng Sabbath, paglilingkod sa kapwa, palagiang pag-aayuno, taimtim na pagdarasal—na may matinding hangaring patibayin ang ugnayan ninyo sa Tagapagligtas at Ama sa Langit. Makakatulong ang ugnayang iyan para mapahina ang impluwensya ng pornograpiya sa inyong buhay. Ang pagiging disipulo ay habambuhay na mithiin, at ang lakas na nakukuha natin bilang mga tagasunod ni Cristo ay tutulong sa atin para madaig ang lahat ng hamon sa buhay, hindi lamang pornograpiya.
- Kung ang sarili mong pagsisikap ay hindi nagtatagumpay, huwag matakot o mahiya na hingin ang tulong ng isang mahusay na propesyonal sa kalusugang pangkaisipan sa aspetong seksuwal na adiksyon. Makatutulong sila para marami pa kayong malaman kung paano gagamutin ang problema sa pornograpiya at malutas ang mga sanhi nito.
- Tandaan na napaliligiran tayo ng hindi angkop na media na tumutukso sa atin na magkasala. Kung gumamit muli ng pornograpiya ang idinedeyt mo, ang kaagad na pagbabalik nila sa landas ng pag-unlad ay magandang indikasyon na determinado sila na iwaksi ang pornograpiya sa kanilang buhay. Ngunit kung nagsisimula kang makadama na mas nagaganyak ka na makakita ng pagbabago kaysa makita sila, dapat mo nang pag-isipan kung ipagpapatuloy pa ang inyong pagdedeyt.
- Maaaring napakalakas ng iyong impluwensya sa taong idinedeyt mo, ngunit hindi ito ang dapat na pangunahing dahilan para magbago sila ng pag-uugali. Ang hangarin nilang magbago ay dapat manggaling sa kanila, at hindi sa iyo.

Higit sa lahat, hingin ang patnubay ng Ama sa Langit at pakatandaan na laging may pag-asa sa pamamagitan ng Tagapagligtas. Ang Kanyang biyaya ay sapat para mapagaling at mabago tayo. Ang Kanyang Pagbabayad-sala ay magagamit mo para mabigyan ka ng lakas at matulungan ka na magpatawad. Gayunman, ang taong may problema sa pornograpiya ay kinakailangang patuloy na humingi ng tulong sa Tagapagligtas para maiwaksi ito. Walang sinuman ang gagawa nito para sa kanila. Manampalataya, at magtiwala sa Ama sa Langit. Gagabayan ka Niya sa iyong kakaibang kalagayan. ■

Mahal ang mga mobile phone sa Chile,

pero nagtakda ako ng mithiin noong 2016 na kumita ng sapat na pera para makabili ng isa nito. Sa loob ng isang buong taon, bumili ako ng bultuhang kendi at *alfajores** at ibinenta ko ang mga ito sa aking mga kaibigan sa paaralan. Inipon ko ang lahat ng kinita ko. Hindi ako nanang-halian sa labas, at hindi ako nanood ng sine.

Ayokong humingi sa mga magulang ko ng pambili ng telepono. Gusto kong masabi na inipon ko ang pambili nito. Hinikayat ako ng aking ama. "Carol, ipagpatuloy mo iyan," ang palagi niyang sinasabi.

Marami akong natutuhan. Walang nakukuha nang libre. Mahirap makamit ang mga mithiin, pero hindi tayo dapat sumuko. Kapag pinaghihirapan natin ang mga bagay at naiisip natin kung ano ang mga pinagdaraanan natin para makamit ang mga ito, mas pahahalagahan natin ang mga ito.

Natutuhan ko na kailangan kong magpasiya kung ano ang gusto kong matamo at kung saan ko gustong pumunta. Kung gusto kong makasal sa templo, kailangan kong dumalo sa simbahan at sa seminary at pagkatapos ay sa institute at sa mga aktibidad ng young single adult. At kailangan kong makipagdeyt sa mga karapat-dapat na lalaki. Ang pagkakamit ng mithiin ay nangangailangan ng sakripisyo ngayon para sa mas mabuting bagay kalaunan.

Carol, 15, Chile

* Isang tradisyunal na cookie sa Timog Amerika.

MGA KABATAAN

SA BAHAGING ITO

52 **Mula sa Pagiging Maton Tungo sa Pagpapabinyag**
Ni Elder Hugo Montoya

54 **Si Destiny na Hulog ng Langit**
Ni Emma C.

56 **Mga Kaibigan na Nagbahagi ng Kanilang Liwanag sa Akin**
Ni Mariana M. Lara

58 **Hindi Takot na Ibahagi ang Katotohanan**
Ni Michael R. Morris

62 **Mga Tanong at mga Sagot**

64 **Ang Huling Salita: Ang Pangunahing Batong Panulok ng Ating Pananampalataya**
Ni Pangulong Gordon B. Hinckley

LARAWANG KUHA NI LESLIE NILSSON

Noong 17 anyos ako, naharap ako sa labis na pamimilit ng barkada sa high school namin. Hindi magkapareho ang mga pinahahalagahan ko at ng mga kaibigan ko. Sama-sama kaming sumali ng mga kaibigan ko sa maraming angkop na aktibidad tulad ng paglalaro ng basketball o football. Pero umiinom din sila ng alak at naninigarilyo—dalawang aktibidad nila na hindi ko sinalihan.

Isang araw nasa labas ng eskuwelahan ang isang grupo namin at nag-aaral para sa isang test namin sa araw na iyon. Kasama ko ang dalawa sa pinakamatatalik kong kaibigan, sina Juan at Francisco (binago ang mga pangalan). Sa isang pagkakataon, may naglabas ng mga lighter at sigarilyo. Akala ko nabagot na sa pag-aaral ang mga kaibigan ko at nalimutan nila na naroon ako. Nalaman ko na mali ako nang bumaling sila sa akin at sinabing, "Panahon na para matutong manigarilyo si Hugo."

Bago pa ako nakapagsalita, sinunggaban nina Juan at Francisco ang mga braso ko, tig-isa sila. Pinigilan nila ang mga braso ko habang may nagsasaksak ng sigarilyo sa

MULA SA PAGIGING MATON TUNGO *SA* PAGPAPABINYAG

MGA PAGLALARAWAN NI BROOKE SMART

Ni Elder Hugo Montoya
Ng Pitumpu

pagitan ng mga labi ko. Agad itong tinanggihan ng katawan ko, at ibinuga ko ang sigarilyo sa lupa, malayo sa akin. Di-nagtagal, naramdaman ko ang suntok ng isang kamao diretso sa panga ko. Binantaan nila ako, at sinabing, "Sisindihan natin ulit ang sigarilyo, at mag-aaral kang humitit ng usok. Huwag mo itong idura sa lupa. Kapag ginawa mo iyon, sasamain ka."

Sa sandaling iyon, nalaman ko na nasa kagipitan ako. Pumikit ako at umusal ng maikling panalangin na humihingi ng kahit anong uri ng tulong. Pagkatapos kong manalangin, dumating at pumarada ang kotse ng aming guro malapit sa amin. Lumabas ng kotse ang aming guro at nagtanong kung ano ang ginagawa namin. Pinakawalan ako ng mga kaibigan ko. "Naghahanda po kami para sa test," pagtiyak nila sa guro. Pumasok kami sa eskuwela at kumuha ng test, at natapos ang sitwasyon.

Gaano man ako nahirapan sa karanasang iyon, pinatawad ko ang mga kaibigan ko sa ginawa nila. Alam ko na hindi nila naunawaan ang mga pamantayan at desisyon kong sundin ang Word of Wisdom, kaya pinatawad ko sila at pinili kong huwag sumama ang loob ko sa kanila. Nang makatapos kami sa pag-aaral, nagmisyon ako pero patuloy akong nakipag-ugnayan kina Juan at Francisco. Sinulatan ko sila nang madalas at ibinahagi ko sa kanila ang ebanghelyo at ang patotoo ko tungkol kay Jesucristo. Inanyayahan ko silang magsisi at magsimba. Laking gulat ko nang magpunta talaga ang isa sa kanila.

Madalas ko nang anyayahan noon ang mga kaibigan ko sa mga miting tuwing Linggo, pero ngayon lang may tumanggap niyon. Bagama't hindi ko nasamahan si Juan, naroon ang mga kapatid at tatay ko para tulungan at kaibiganin siya. Tinanggap siya ng pamilya, at naging komportable si Juan sa simbahan. Unti-unti siyang nagbago hanggang sa nagdesisyon siyang magpabinyag. Tuwang-tuwa ako para sa kanya at mas natuwa pa ako nang sabihin niya sa akin na natutuhan na niyang mahalin si Jesucristo dahil sa mga sulat ko. Pag-uwi ko mula sa misyon, nanatili rin akong malapit kay Francisco, at makalipas ang kaunting panahon, nagpabinyag sila ng kanyang asawa. Ngayon, dalawa pa rin sa pinakamatatalik kong kaibigan sina Juan at Francisco.

Nakaapekto ang mga pangyayaring ito sa buhay ko. Nalaman ko na ang pinakamainam na paraan para maimpluwensyahan ang mga buhay ay ang mamuhay nang matwid, mahalin ang iba, at tumulong. Sabi sa buklet na *Para sa Lakas ng mga Kabataan*, "Para magkaroon ng mabubuting kaibigan, maging mabuting kaibigan muna kayo. Ipakita na talagang interesado kayo sa iba; ngumiti at ipaalam na nagmamalasakit kayo sa kanila."[1] Tinulungan ako ng Panginoon na gawin ito kina Juan at Francisco. Dahil dito, may dalawang kaibigan akong nakilala na pinakamabait sa lahat, at ngayo'y nagtutulungan kami sa pagsuporta sa kaharian ng Diyos bilang mga miyembro ng Simbahan.

Laging panindigan ang mga pamantayan ng Simbahan, kahit nasa napakahirap na sitwasyon ka kagaya ko. Itinuturo sa *Para sa Lakas ng mga Kabataan* na, "Sa pagsisikap na makipagkaibigan sa iba, huwag ikompromiso ang inyong mga pamantayan. Kung inuudyukan kayo ng inyong mga kaibigan na gumawa ng masama, panindigan ang tama, kahit mag-isa lang kayong naninindigan."[2] Kahit ang ginagawa ng iba ay parang salungat sa mga kautusan, manatiling matatag dahil mabisa ang inyong halimbawa. Maging uri ng halimbawa na maiisip ng mga kaibigan mo sa mga oras ng pangangailangan. Sa ilang sitwasyong tulad ng sa akin, maaaring ang pakikipagkaibigan mo ang tumulong sa kanila na matuto, magsisi, at magbalik-loob. ■

Ang pakikipagkaibigan at mabuting halimbawa mo ay magpapala sa mga kaibigan mo at sa darating na mga henerasyon.

MGA TALA

1. *Para sa Lakas ng mga Kabataan* (2011), 16.
2. *Para sa Lakas ng mga Kabataan,* 16.

Si Destiny na Hulog ng Langit

Karaniwang masayahin ang aking kaibigan. Ano kaya ang bumabagabag sa kanya?

Ni Emma C.

Mula ako sa bansang France, pero nanirahan kami ng aking nakababatang kapatid sa silangang Estados Unidos bilang mga exchange student. Noong panahong iyon, marami kaming nakilalang tao, pero ang taong nag-iwan ng pinakamalaking impresyon sa akin ay ang batang babaeng nagngangalang Destiny. Naging isa siya sa aking matatalik na kaibigan. Magkasama naming ginagawa ang lahat ng bagay, habang nasa klase at pagkatapos ng klase at kasama ang aking kapatid. Masayahin si Destiny. Iyon ang bagay na pinakagusto ko sa kanya.

Pero isang araw ay nakita kong balisa siya. Hindi ko pa siya nakikitang ganoon dati. Tinanong ko siya kung ano ang problema. Sabi niya ayaw niya raw itong pag-usapan. Pagkatapos ay napansin ko na may hawak siyang papel. Kinuha ko ito at binasa.

May nagsulat ng hindi kapani-paniwalang masasamang bagay tungkol sa kanya. Sinabi ng hindi nagpakilalang gumawa ng sulat na pangit si Destiny, na walang may gusto sa kanya, na walang dahilan para mabuhay pa siya, at na dapat ay magpakamatay na siya. Hindi ko sukat akalain na may taong manlalait sa kanya nang ganoon. Naapektuhan ako nang matindi dahil alam ko ang sakit na pinagdaraanan niya.

Mula noon, lalo pa akong nagsikap na maging mabuting kaibigan ni Destiny—hindi lang magukol ng panahon kasama siya, kundi lagi siyang suportahan, at talagang maging tapat na kaibigan. Ipinaliwanag ko sa kanya na siya ay anak ng Diyos, biniyayaan ng banal na katangian, karapat-dapat na hangaan at may kakayahang gumawa ng mga dakilang bagay.

Mahirap piliting mahalin ang iyong sarili kapag tinatrato ka nang masama at pinipintasan ng iba. Nang kaibiganin ko si Destiny, natutuhan ko na kung minsan ang pinakamagandang paraan para matulungan ang iba ay mahalin lang sila at tulungan silang malaman kung sino talaga sila.

Sa katapusan ng taon, nang kailanganin ko nang bumalik sa France, may sinabi sa akin si Destiny na lagi kong pahahalagahan. "Emma," sabi niya, "iniligtas mo ako. Bago ka dumating, gusto ko nang magpakamatay. Pero ang laki ng itinulong ninyo sa akin ng iyong kapatid, sa pamamagitan lamang ng pagmamalasakit ninyo. Ngayon ay mahal ko na ang aking sarili, at mahal kita."

Maraming bata sa paaralan na nagtitiis sa pang-aapi at pangungutya ng iba, na tinatrato nang masama o nilalayuan. Maghanap kayo ng paraan para matulungan sila. Kausapin sila, isipin sila, maging mabait sa kanila. Iyan ang gagawin ng Tagapagligtas, at kung minsan ay maaaring mabago ng isang simpleng pagbati o pagngiti ang lahat ng bagay. ■

Ang awtor ay naninirahan sa France.

PAGLALARAWAN NI REGINALD SWINNEY

MGA KAIBIGAN na NAGBAHAGI ng Kanilang LIWANAG sa Akin

Ni Mariana M. Lara

Nanirahan ako kasama ang aking ina sa maliit na bayan sa Mexico kung saan magkakakilala ang lahat. Alam ko kung ano ang tama at mali, pero naguguluhan ako at ako lang ang dalagita na aktibo sa simbahan sa buong bayan.

Gusto kong makibagay, kaya gumawa ako ng isang bagay na tila tamang gawin noong panahong iyon: magkaroon ng kasintahan. Isa lamang ito sa mga unang pagkakamali na sinimulan kong gawin. Nagsimula akong magpatangay sa impluwensya ng aking mga kaibigan at maniwalang nasa hustong gulang na ako para mag-isip para sa aking sarili, na nanganganghulugang maging dalagita na hindi aktibo sa simbahan at namumuhay nang wala ang impluwensya ng ebanghelyo.

Namuhay ako sa kadiliman sa loob ng isang taon, at ang bawat araw na lumilipas ay padilim nang padilim. Ang aking mga maling desisyon ay humantong sa pagtatalo namin ng aking pamilya, at naisip ko na hindi ko na kayang mamuhay kasama sila. Ngunit nang mamatay ang matalik kong kaibigan na Banal sa mga Huling Araw, napagtanto ko na may isang bagay na kulang. Sa kasamaang-palad, sinisi ko ang Diyos at ang ebanghelyo. Hindi na ako naniniwala na ang mga pagpapala ay dumarating dahil sa pagsunod. Alam ko na kung hindi ako magpapasiya na simulang ipamuhay ang ebanghelyo, patuloy kong babalewalain ang aking ugnayan sa Simbahan at patuloy akong mamumuhay sa makamundong paraan.

Nakaupo ako sa aking kama sa madilim na silid, umiiyak at naaawa sa sarili nang mapagtanto ko na natatakot ako—natatakot na mag-isa lang ako roon at walang kausap, natatakot na hindi ko maitama ang lahat ng pagkakamaling nagawa ko, natatakot na walang magpapatawad sa akin, lalo na ang Diyos.

Kalaunan, lumipat ako sa Minnesota, USA, kasama ang aking lolo't lola, na hindi mga miyembro ng Simbahan. Kasama kong bumiyahe ang aking amain, at sa aking unang Linggo roon ay nagsimba kami, pero hanggang sacrament meeting

PAGLALARAWAN NI ALBERTO RUGGIERI

lang. Nang matapos ang miting, nagpasiya na akong umalis sa Simbahan, pero laking gulat ko, noong papunta na kami sa aming sasakyan, nakita namin na tumatakbo ang bishop para makausap kami. Nagtanong siya sa amin ng ilang bagay at inanyayahan niya kami na bumalik sa susunod na Linggo—at ginawa naman namin iyon.

Noong sumunod na Linggo, nang papatapos na ang sacrament meeting, hindi pa man ko nakakatayo ay pinalibutan na ako ng mga dalagita mula sa ward—mga kabataan na tutulong sa akin na baguhin ang aking buhay.

Bigla na lamang akong napapasok sa isang mundo na ibang-iba: isang mundo na may bishop at Young Women president na nagmamalasakit para sa akin at, higit sa lahat, mga kabataang babae na nagsisikap na ipamuhay ang ebanghelyo araw-araw, na masigasig na ipinapamuhay ang matataas na pamantayan at ginagawa kung ano ang tama. Napakaningning ng kanilang liwanag kaya nagawa nilang paliwanagin ang landas na tatahakin ko.

Doon ko napagtanto kung ano ang dapat kong gawin: "[Paliwanagin] na gayon ang [aking] ilaw sa harap ng mga tao, upang mangakita nila ang [aking] mabubuting gawa, at kanilang luwalhatiin ang [aking] Ama na nasa langit" (Tingnan sa Mateo 5:16). Kaya nagsimula ako sa pamamagitan ng pagpunta sa simbahan at sa Mutual bawat linggo, pagbabasa ng Aklat ni Mormon at pagdarasal araw-araw, pagdadamit nang disente, paggamit ng maayos na pananalita, pagpunta sa templo, at paghahanda ng aking sarili para makuha ko ang aking patriarchal blessing.

Malaki ang ipinagbago ko, pero napagtanto ko lamang ito noong Young Women camp, nang madama ko ang Espiritu Santo at matuklasan ko na mayroon akong patotoo—isang patotoo na magpapaalala sa akin na mahal ako ng Diyos, na may plano Siya para sa akin, at na ayaw Niya na mapag-isa ako. Isang patotoo na napakaliwanag at napakalakas kaya binago ako nito. Isang patotoo na maibabahagi ko at magpapaliwanag hindi lamang sa aking landas kundi pati na rin sa landas ng iba. Isang patotoo na hindi takot na magliwanag sa kadiliman. ■

Ang awtor ay naninirahan sa Baja California, Mexico.

Nakaramdam ako ng takot at pag-iisa noon. Pagkatapos ay lumipat ako sa ibang bansa at nagsimba sa unang pagkakataon matapos ang mahabang panahon.

HINDI TAK

hona

OT NA IBAHAGI ANG KATOTOHANAN

Nasasandatahan ng isang patotoo tungkol sa ebanghelyo at mga pagpapala nito, hindi hinayaan ni Fabian na mapigilan siya ng kanyang batang edad na maging mabisa at walang takot na member missionary.

Ni Michael R. Morris
Mga Magasin ng Simbahan

Palubog na ang araw sa Las Tomas, isang sambayanan sa mabuhanging mga dalisdis na tanaw ang Antofagasta. Sa ibaba, nagsisimulang magningning ang mga ilaw habang lumulubog ang araw sa daungang lungsod na ito sa hilagang Chile.

Sabado ng gabi, at maaaring lumabas kasama ng barkada ang 13-anyos na si Fabian H. Ngunit sa halip ay pinipili ni Fabian, isang bagong miyembro ng Simbahan, na gugulin ang gabi na kasama ang mga full-time missionary. Panahon na para "tumulong na matipon ang Israel."[1]

Sa lahat ng matatapat na member missionary na tinulungan nina Kellen VanNatter at Jordan Shelton sa kanilang mga full-time mission sa Chile, si Fabian ang nakahihigit sa lahat.

"Kung libre siya, kasama namin siya sa gawaing misyonero," sabi ni Kellen. "Nang matapos ang bakasyon, nalungkot siya hindi lang dahil kinailangan niyang bumalik sa paaralan kundi dahil wala rin siyang gaanong oras para sumama sa amin."

Dagdag pa ni Jordan, na ilang buwang naging kompanyon ni Kellen, "Siguro apat o limang beses sa isang linggo naming kasama si Fabian—linggu-linggo—samantalang magkasama kaming naglingkod sa Antofagasta. Siya ang pinakamagaling na member missionary na nakatrabaho namin."

Paano naging handang-handang gumawa ng gawaing misyonero ang isang binatilyo sa kabila ng paghamak ng mga kaklase at pagsusuplado ng mga estranghero? Para kay Fabian, ang sagot ay matatagpuan sa mga pagpapalang natanggap niya at ng kanyang pamilya mula nang tanggapin nila ang ebanghelyo—mga pagpapalang nais niyang ibahagi sa iba.

"Hindi Maipaliwanag na Galak"

Nagsimulang magpaturo si Fabian sa mga missionary matapos kumatok ang mga full-time missionary. Natatandaan pa niya ang kanyang unang sacrament meeting.

"Wala akong kakilala pagpasok ko ng chapel, kaya medyo kabado ako," sabi niya. "Pero kamangha-mangha ang nadama ko. Pakiramdam ko ilang buwan o taon na ako sa Simbahan."

Sa kanyang binyag pagkaraan ng ilang linggo, "Nakadama ako ng hindi maipaliwanag na galak nang ilubog ako sa tubig at lumitaw ulit. Pakiramdam ko bagong tao ako, batid na susundan ko si Jesucristo at gagawin ko ang lahat para sundin ang Kanyang mga utos."

“Lagi niyang ibinabahagi ang kanyang *sariling* personal na mga karanasan—gaya ng nadama niya nang

Nang sumali ang di-kasal na mga magulang ni Fabian, sina Leonardo at Angela, sa anak nila sa mga missionary lesson, nalaman nila ang tungkol sa kasal sa templo at mga walang-hanggang pamilya. “Pagkaraan ng isang linggo, nagtakda ng petsa ng kasal ang tatay ko,” sabi ni Fabian. “Masayang-masaya ang nanay ko.”

Apat na buwan matapos sumapi sa Simbahan si Fabian, sinundan siya ni Angela sa mga tubig ng binyag. “Napakagandang pagpapala niyon,” sabi niya.

Agad sumunod ang iba pang mga pagpapala. Si Leonardo, na nabinyagan noong bata pa siya, ay muling naging aktibo sa Simbahan. Ang pag-aaral ng ebanghelyo ay naging pangunahing aktibidad sa kanilang tahanan. Mas napalapit ang mga miyembro ng pamilya sa isa’t isa. Nakakita ng matatag na trabaho si Leonardo. At natanggap na ni Fabian ang Aaronic Priesthood.

“Gustung-gusto kong magtaglay ng priesthood para maipasa ko ang sakramento sa mga miyembro ng ward at tulungan silang magpanibago ng kanilang mga tipan,” sabi ni Fabian. “Masaya ako lalo na kapag napasahan ko ang aking pamilya at ang mga elder na nagturo sa akin. Labis akong pinasasaya ng nagmamalaking tingin sa akin ng tatay ko kapag nakikita niya akong magpasa ng sakramento.”

“Napakaganda Niyon”

Nagsimula si Fabian sa gawain na member missionary bago pa man siya nabinyagan.

“Sinabi ko sa tatlo sa mga kaibigan ko na bibinyagan ako. Nagpunta ang dalawa sa kanila,” sabi niya. “Gusto kong ibahagi ang ebanghelyo para maunawaan ng mga kaibigan ko kung ano ang ating pinaniniwalaan at ginagawa sa Simbahan at para matututuhan nila ang ebanghelyo, mabinyagan, at maging mas masaya sa buhay. Napakasaya ko sana kung isa sa kanila ang magpapabinyag at magiging isa sa mga miyembro ng aming korum. Napakaganda niyon.”

Laging may dalang Aklat ni Mormon si Fabian sa eskuwelahan, at nagdadala siya ng mga missionary pamphlet para ipamigay sa mga kaibigan. Masaya siyang sumagot sa mga tanong tungkol sa Simbahan at mag-anyaya ng mga kaibigan sa mga miting tuwing Linggo at sa youth activity night. At hindi siya takot na lumapit sa mga tao sa daan at, tulad ng itinuro sa kanya ng mga missionary, anyayahan silang malaman ang tungkol sa Simbahan at maghanda para sa binyag.

“Walang pakialam si Fabian kung isipin ng iba na kakaiba siya sa pagbabahagi ng kanyang patotoo,” sabi ni Kellen. “Alam niya na ginagawa niya ang tama. Alam niya na ang mga espirituwal na bagay ay mas mahalaga kaysa anupaman.”

Kapag ibinabahagi ni Fabian ang kanyang patotoo, sabi ni Jordan, humuhugot siya ng lakas sa kanyang pagbabalik-loob, pagmamahal sa ebanghelyo, at mga pagpapala.

“Nakita niya ang mga pagpapalang dumating sa kanyang pamilya, na siyang nagbibigay-inspirasyon sa kanya na maging matapang at di-maligoy sa pagbabahagi ng ebanghelyo sa kanyang mga kaibigan,” sabi ni Jordan. “Minsan nang magpatotoo siya sa isang investigator kung gaano kalaking pagpapala ang makasal ang kanyang mga magulang ngunit napakahirap para sa kanya na maghintay ng apat na buwan matapos siyang mabinyagan para mabinyagan ang nanay niya. Nadaig siya ng kanyang damdamin, at napaluha siya. Pagkatapos ay nagpatotoo siya na kung susundin natin ang mga kautusan, pangangalagaan tayo ng Diyos.”

Sa patotoo ni Fabian, naging isa siyang mabisang member missionary, dagdag pa ni Kellen.

“Hindi niya sinabing, ‘Ah, narinig kong sinabi ito sa simbahan.’ Sa halip, lagi niyang ibinabahagi ang kanyang *sariling* personal na mga karanasan—gaya ng nadama niya nang magsimba siya sa unang pagkakataon at ang pakiramdam

sa mga hindi nakakaalam nito," sabi niya. "Gusto ko silang anyayahang hugasan ang kanilang mga kasalanan. Gusto kong ituro sa kanila kung paano sila magiging walang-hanggang pamilya. Gusto ko silang anyayahang maging masaya ngayon at mabuhay sa walang-katapusang kaligayahan sa kabilang-buhay." ■

TALA

1. Tingnan sa Russell M. Nelson, "Pag-asa ng Israel" (pandaigdigang debosyonal para sa mga kabataan, Hunyo 3, 2018), HopeofIsrael .ChurchofJesusChrist.org.

magsimba siya sa unang pagkakataon at ang pakiramdam niya kapag binabasa niya ang Aklat ni Mormon."

niya kapag binabasa niya ang Aklat ni Mormon. Lahat ng ito ay tunay na tunay."

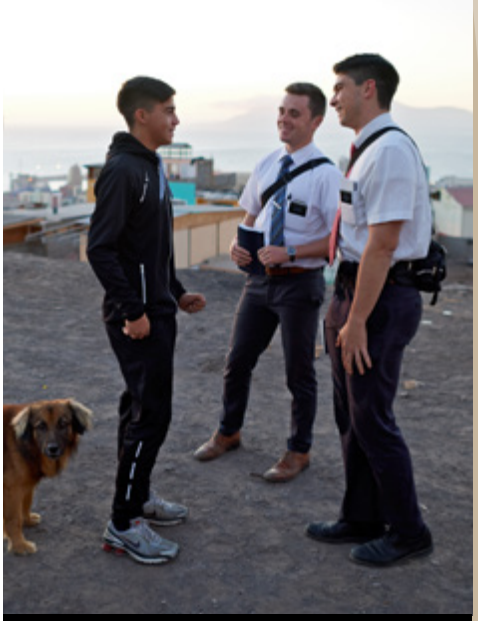
"Laging Gumaganda ang Pakiramdam Ko"

Para kay Fabian, may isa pang pag-papalang hatid ang pagbabahagi ng ebanghelyo.

"Kung minsan may masasamang bagay na nangyayari sa akin sa eskuwelahan, pero kumakatok ang mga missionary sa aming pintuan at nagtatanong kung handa akong tulungan sila sa pagtuturo," sabi niya. "Matapos sumama sa kanila, pakiramdam ko parang wala akong anumang problema. Laging gumaganda ang pakiramdam ko kapag sumasama ako sa kanila, nagbabasa ng mga banal na kasulatan na kasama sila, at tinutulungan ko silang ibahagi ang ebanghelyo. Ang pagbabahagi ng ebanghelyo at ang kuwento ng pagbabalik-loob ko ay nagpapatibay sa aking patotoo. At ang pagtuturo ng ebanghelyo ay nagbibigay sa akin ng pagkakataong maging halimbawa sa iba, pati na sa bunsong kapatid ko."

Hindi nakakagulat na isa sa pinakamalalaking mithiin ni Fabian ay ang maging full-time missionary mismo kapag natapos siya sa high school.

"Gusto kong ibahagi ang katotohanan



Naghahanda si Fabian para sa isang gabi ng proselyting o pagtuturo kasama sina Elder Kellen VanNatter (itaas, gitna) at Jordan Shelton (itaas, kanan).

WALANG MAS MAHALAGA

"Mga mahal kong mahuhusay na kabataan, ipinadala kayo sa mundo sa panahong ito, sa pinakamahalagang bahagi ng kasaysayan ng mundo, upang tumulong na tipunin ang Israel. *Wala* nang ibang nangyayari sa daigdig na ito ngayon na mas mahalaga pa kaysa riyan. *Wala* nang ibang mas mahalaga ang bunga. *Wala* talaga.

"Ang pagtitipon na ito ay dapat maging *napakahalaga* sa inyo. *Ito* ang misyon ninyo dito sa lupa."

Pangulong Russell M. Nelson, "Pag-asa ng Israel" (pandaigdigang debosyonal para sa mga kabataan), Hunyo 3, 2018, HopeofIsrael. ChurchofJesusChrist.org.

“Paano ako makakahanap ng mga kaibigan na may magagandang pamantayan?”

“Ang pagkahabag ng mga kaibigang may mga katangian na tulad ng kay Cristo ay talagang nakakaantig at nakapagpapabago ng ating mga buhay. Dapat nating alalahaning mabuti na ang Panginoon ay palaging nagpapadala ng ‘mga biyaya sa pamamagitan ng mga salita at gawa ng mga nagmamahal sa atin.’”

Elder Joseph B. Wirthlin (1917–2008) ng Korum ng Labindalawang Apostol, pangkalahatang kumperensya ng Oktubre 1997.

Mahalaga ang Kabaitan

Magpakita ng pagmamahal sa kanila at maging mabait. Ipakita na may malasakit ka sa kanila at sa kanilang kaligayahan. Kung hindi nila ipinapakita na nagmamalasakit sila para sa iyo at hindi sila mabait sa iyo, siguro hindi mo na gugustuhing ituloy ang pakikipagkaibigang iyon.

Madi B., edad15, Arizona, USA

Ibahagi ang Ebanghelyo

Makakahanap ka ng mga bagong kaibigan na may magagandang pamantayan sa pamamagitan ng pagtuturo kasama ng mga missionary. May mga kakilala sila na mga kabataan na nangangailangan ng kaibigan sa Simbahan.

Elder Quintanilla, edad 20, Barbados Bridgetown Mission

Ipagdasal ang Iyong mga Kaibigan

Palagi akong nagdarasal para malaman ko kung ang aking mga kaibigan ba ang mga tamang tao na makakatulong sa akin na pagbutihin ang aking sarili at palakasin ang aking patotoo kay Jesucristo.

Imanol M., edad 18, Chihuahua, Mexico

Tutulungan Ka ng Diyos

Natuklasan ko na kung sisikapin kong hanapin ang mga tao na nagpapakita ng liwanag ni Cristo, may kaibahang magagawa ito. Alam ng Ama sa Langit ang iyong mga ninanais at kung gagawin mo ang iyong bahagi, sasagutin Niya ang mga panalanging iyon.

Olivia T., edad 18, Utah, USA

Isabuhay ang Iyong mga Pamantayan

Maging magandang halimbawa ng pagsasabuhay ng iyong mga pamantayan. At kung may mga kaibigan ka na iba ang mga pamantayan, ipakita sa kanila na sila ay espesyal sa paningin ng Diyos. Minahal ni Jesus ang lahat ng tao at tinuruan Niya sila na sundin ang Kanyang mga pamamaraan.

Bernard B., edad 19, Palawan, Philippines

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

Ano sa Palagay Mo?

"Paano ko mapapawi ang aking kalungkutan?"

Isumite ang iyong sagot at, kung nais mo, magsama ng isang malinaw na larawan bago sumapit ang Nobyembre 15, 2019, sa liahona.ChurchofJesusChrist.org (pindutin ang "Submit an Article or Feedback").

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

Ano ang pananaw ng Simbahan tungkol sa kapaligiran?

Isang mahalagang aspeto sa pag-unawa ng ating pananaw tungkol sa kapaligiran ang *pagiging katiwala.* Hindi ito nangangahulugan na pag-aari ng mga tao ang mundo at maaari nilang gawin ang anumang gusto nilang gawin dito kundi sa halip ay nangangahulugan ito na may pananagutan tayo sa pamamaraan kung paano natin ginagamit ang mga yaman nito (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 104:13–15). Bagamat "may sapat at matitira" (Doktrina at mga Tipan 104:17), nais ng Diyos na maging matalino tayo sa paggamit ng mga yaman ng mundo (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 59:20).

Nilikha ng Diyos ang mundo at ipinahayag Niya na ang Kanyang nilikha ay "napakabuti" (tingnan sa Genesis 1:1, 31). Ang mundong ito ay nilikha upang maging tirahan ng mga anak ng Diyos bilang bahagi ng Kanyang plano ng kaligtasan. Ang mundo mismo ay pababanalin at makakatanggap ng selestiyal na kaluwalhatian (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 88:18–19).

Ginawa ng Diyos ang mundo na hindi lang kapaki-pakinabang kundi maganda rin. Ang mga bagay sa mundo "ay ginawa para sa kapakinabangan at gamit ng tao, kapwa upang makalugod sa mata at upang pasiglahin ang puso" at "pasiglahin ang kaluluwa" (Doktrina at mga Tipan 59:18–19).

Dapat nating igalang ang Diyos sa pamamagitan ng pagpapahalaga sa Kanyang mga nilikha, pagpapasalamat para sa mga ito, at pagsisikap na panatilihing maganda ang mga ito. Dapat nating pangalagaan ang mga yaman ng mundo, protektahan ang kalikasan, at iwasan ang pagdagdag sa polusyon at pagkakalat ng mga basura.

Ang Pangunahing Batong Panulok ng Ating Pananampalataya

Ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008)
Ika-15 Pangulo ng Simbahan

Sa bawat templo ay mayroon tayong seremonya ng paglalatag ng batong panulok na katulad ng tradisyon na nagsimula pa noong unang panahon. Bago naging karaniwan ang paggamit ng semento, ang pundasyon ng mga gusali ay nilalatagan ng malalaking bato. Gagawa ng hukay, at lalagyan ito ng mga bato bilang pundasyon. Simula sa isang sulok, ang pundasyon ay itatayo sa isang direksyon papunta sa batong panulok; pagkatapos, mula sa sulok na iyon ay ililiko ito papunta sa susunod na sulok, kung saan maglalagay ng isa pang bato, mula rito ay itatayo ang pundasyon papunta sa susunod na sulok, at mula roon ay itatayo ang pundasyon papunta sa pinagsimulang sulok. Ang huling bato ay tinatawag na pangunahing batong panulok, at ang paglalatag nito ay isang bagay na talagang ipinagdiriwang. Kapag nailatag na ang pangunahing batong panulok, maaari nang pagtayuan ng gusali ang pundasyon. Dahil dito, ginamit ito ni Pablo bilang analohiya sa paglalarawan ng tunay na Simbahan:

"Kaya nga hindi na kayo mga taga ibang lupa at mga manglalakbay, kundi kayo'y mga kababayan na kasama ng mga banal, at sangbahayan ng Dios;

"Na mga itinatayo sa ibabaw ng kinasasaligan ng mga apostol at ng mga propeta, na si Cristo Jesus din ang pangulong bato sa panulok;

"Na sa kaniya'y ang buong gusali, na nakalapat na mabuti, ay lumalago upang maging isang templong banal sa Panginoon" (Mga Taga Efeso 2:19–21).

Mayroon tayong mga pangunahing batong panulok kung saan ang dakilang Simbahang ito sa mga huling araw ay itinatag ng Panginoon at itinayo, "na nakalapat na mabuti." Ang mga batong panulok ng Simbahan ay napakahalaga sa gawaing ito, ang pinakapundasyon, ang mga angkla kung saan nakabatay ang Simbahan. . . . [Ngunit] babanggitin ko ang pangunahing batong panulok, na kinikilala at iginagalang natin bilang ang Panginoong Jesucristo. . . .

Siya ang batong panulok ng Simbahan na nagtataglay ng Kanyang pangalan, Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Walang ibang pangalan na ibinigay sa mga tao, na sukat nating ikaligtas (tingnan sa Mga Gawa 4:12). Siya ang gumawa ng ating kaligtasan, ang tagapagbigay ng buhay na walang hanggan (tingnan sa Sa Mga Hebreo 5:9). Siya ay walang kapantay. Kailanma'y walang nakapantay sa Kanya. Kailanma'y walang makakapantay sa Kanya. Salamat sa Diyos para sa kaloob ng Kanyang Pinakamamahal na Anak, ang nagbuwis ng Kanyang buhay upang tayo ay mabuhay at ang di-natitinag na pangunahing batong panulok ng ating pananampalataya at ng Kanyang Simbahan. ■

Mula sa isang mensahe sa pangkalahatang kumperensya noong Oktubre 1984.

PAGLALARAWAN NI JAVIER ARRÉS

Apat na Batong Panulok ng Simbahan

Pinatotohanan ni Pangulong Gordon B. Hinckley na si Jesucristo ang pangunahing batong panulok ng ating pananampalataya. Itinuro rin niya na may iba pang mga batong panulok na pinagsasaligan ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw.

Ang Panginoong Jesucristo

Ang ating Panginoon at Tagapagligtas. Ang pangunahing batong panulok kung saan nakasalig ang ating pananampalataya at ang Simbahan.

Ang Unang Pangitain

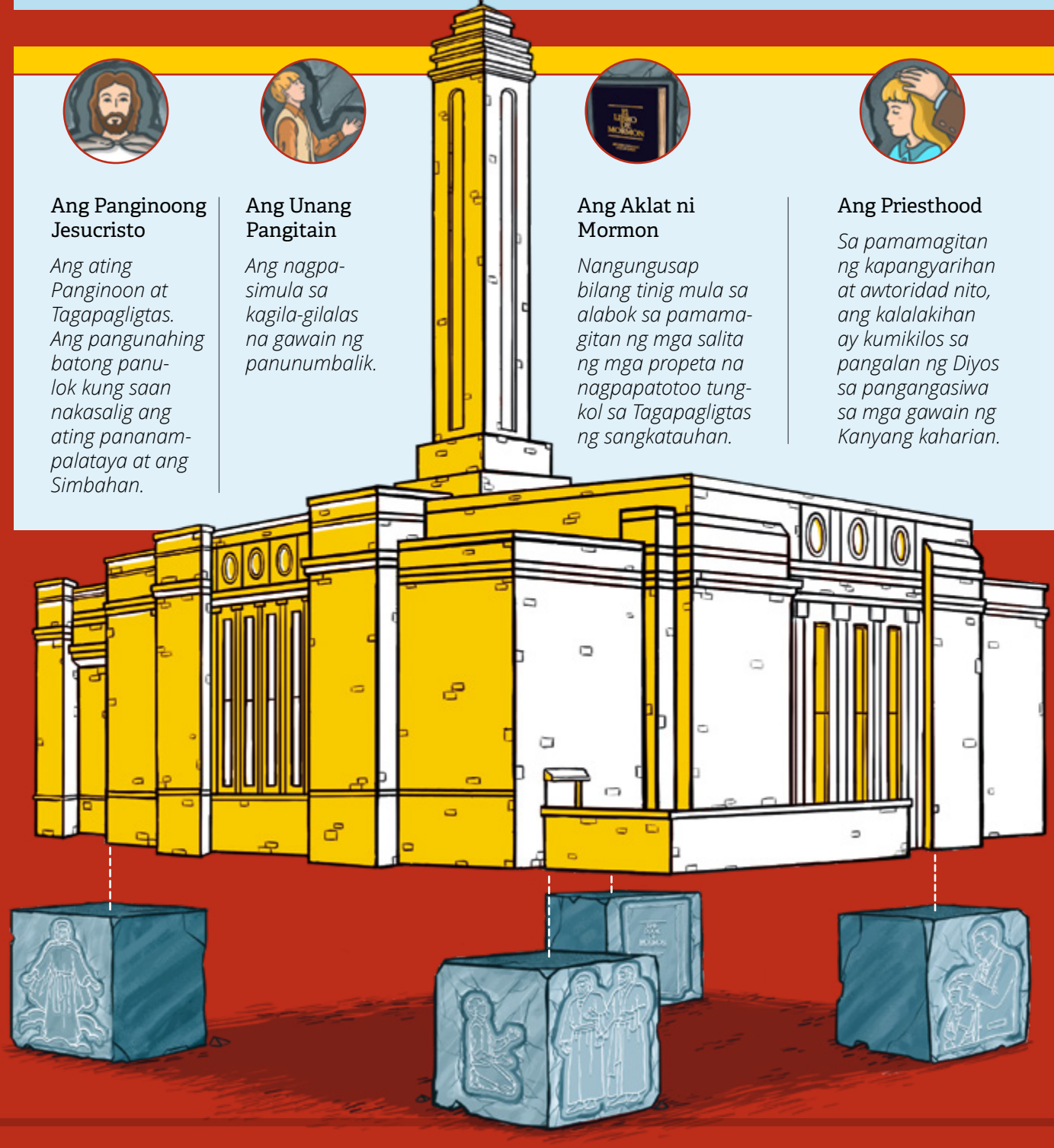
Ang nagpasimula sa kagila-gilalas na gawain ng panunumbalik.

Ang Aklat ni Mormon

Nangungusap bilang tinig mula sa alabok sa pamamagitan ng mga salita ng mga propeta na nagpapatotoo tungkol sa Tagapagligtas ng sangkatauhan.

Ang Priesthood

Sa pamamagitan ng kapangyarihan at awtoridad nito, ang kalalakihan ay kumikilos sa pangalan ng Diyos sa pangangasiwa sa mga gawain ng Kanyang kaharian.



MGA YOUNG ADULT

MAY PROBLEMA BA SA PORNOGRAPIYA ANG MAPAPANGASAWA MO?

Mayroong pag-asa at tulong. Narito ang paraan para makasulong ka nang may pananampalataya.

42

MGA KABATAAN

ANG IMPLUWENSYA NG MABUBUTING KAIBIGAN

52–57, 62

PUMARITO KA, SUMUNOD KA SA AKIN

MGA TAGA EFESO 2: ANO ANG MGA BATONG PANULOK NG SIMBAHAN?

64

TAGALOG

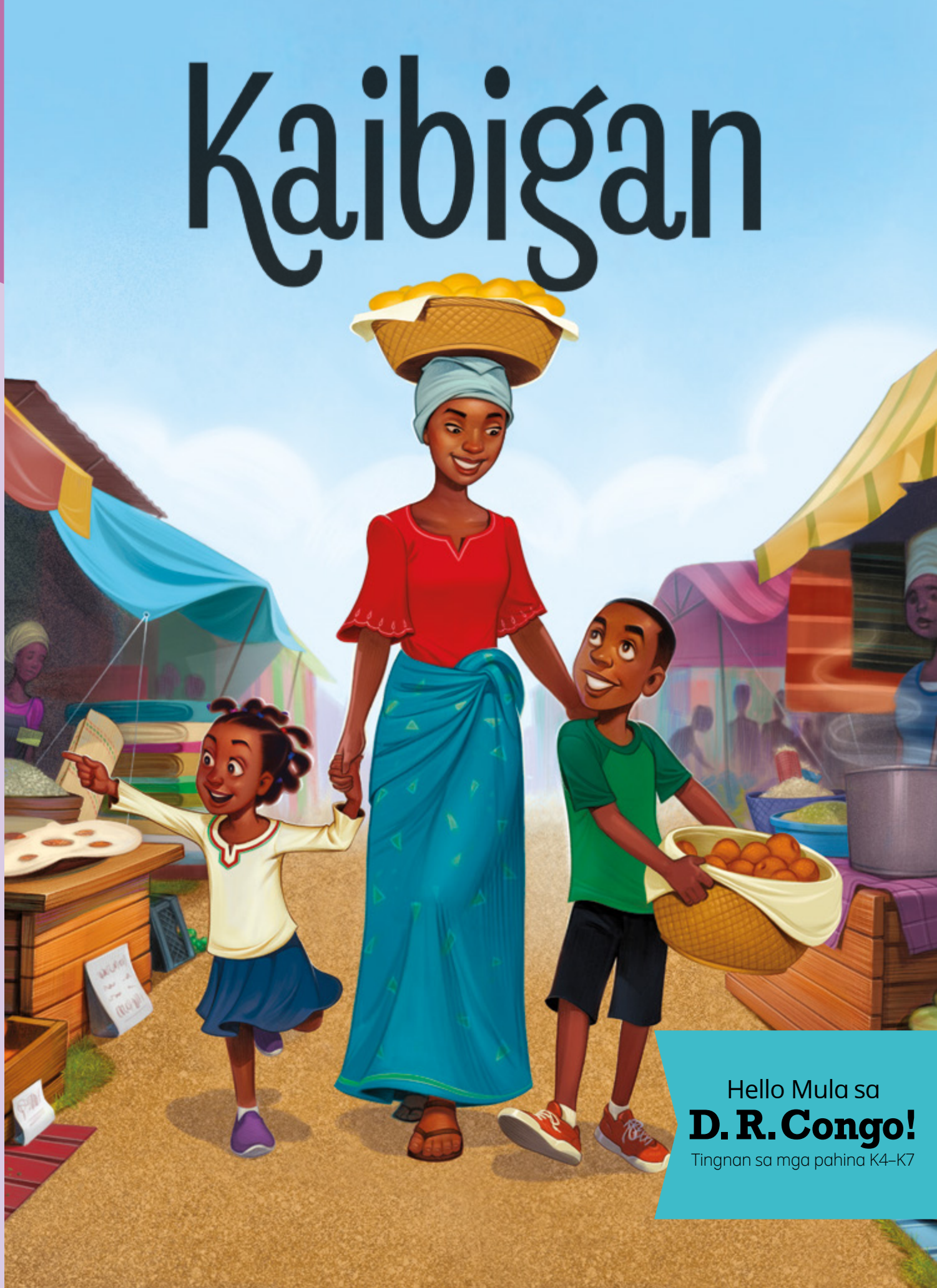
4 02186 10893 6

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Oktubre 2019

Kaibigan

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



Hello Mula sa
D. R. Congo!
Tingnan sa mga pahina K4–K7

Ni Pangulong Dallin H. Oaks
Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan

Pagmamahal sa Iba Tulad ng Pagmamahal ni Jesus sa Atin

Binigyan ni Jesus ng mahalagang utos ang Kanyang mga disipulo: "Kayo'y mangagibigan sa isa't isa, na gaya ng pagibig ko sa inyo" (Juan 15:12). Bilang mga alagad ni Cristo, dapat tayong mamuhay nang payapa kasama ang ibang tao. Kabilang diyan ang mga taong hindi naniniwala sa mga bagay na ginagawa natin.

Narito ang ilang paraan na maaari nating mahalin ang iba tulad ng pagmamahal ng Tagapagligtas sa atin:

- **Maging mabait sa mga taong naiiba.**
- **Igalang ang kanilang mga paniniwala.**
- **Huwag takutin o insultuhin ang sinuman kailanman.**
- **Maging mabuting tagapakinig.**
- **Maging magalang. Huwag makipagtalo nang pagalit.**
- **Manindigan sa totoo.**
- **Sabihin sa iba ang tungkol sa ebanghelyo sa mapagpakumbabang paraan. "[Sabihin] ang katotohanan na may pagibig" (Mga Taga Efeso 4:15).**

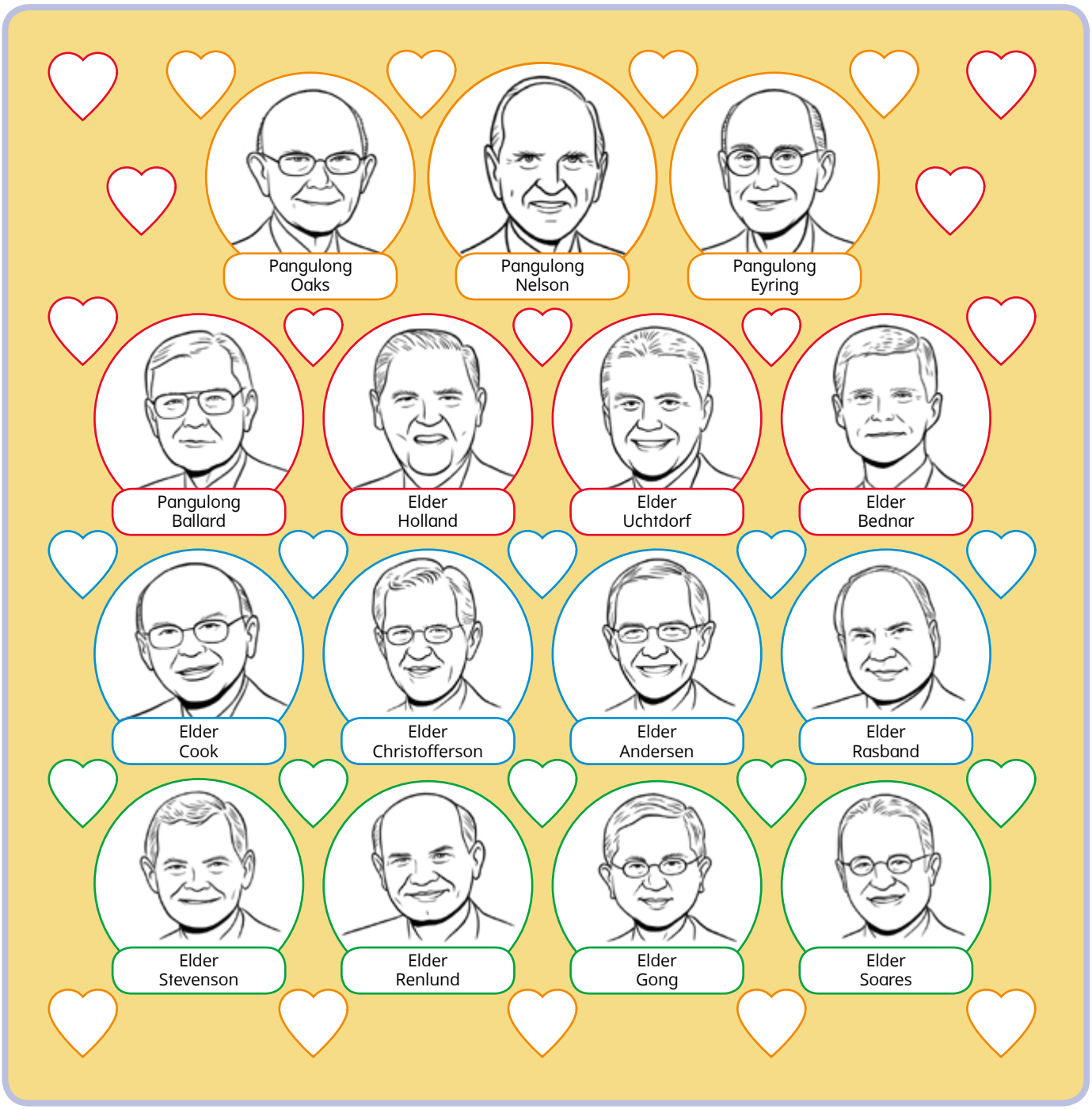
Marahil ang utos ng ating Tagapagligtas na mahalin ang isa't isa tulad ng pagmamahal Niya sa atin ang pinakamalaking hamon sa atin. Dalangin ko na mapagsikapan nating magpakita ng pagmamahal sa lahat ng ginagawa natin. ●

Hango sa "Pagmamahal at Pakikisalamuha sa mga Taong Naiiba," Liahona, *Nob. 2014, 25–28.*

Propeta at mga Apostol

Sabi sa mga banal na kasulatan, ang Simbahan ay "itinatayo sa ibabaw ng kinasasaligan ng mga apostol at ng mga propeta, na si Cristo Jesus din ang pangulong bato sa panulok" (Mga Taga Efeso 2:20). Ibig sabihin, pinamumunuan ni Jesucristo ang Simbahan sa pamamagitan ng mga propeta at apostol ngayon.

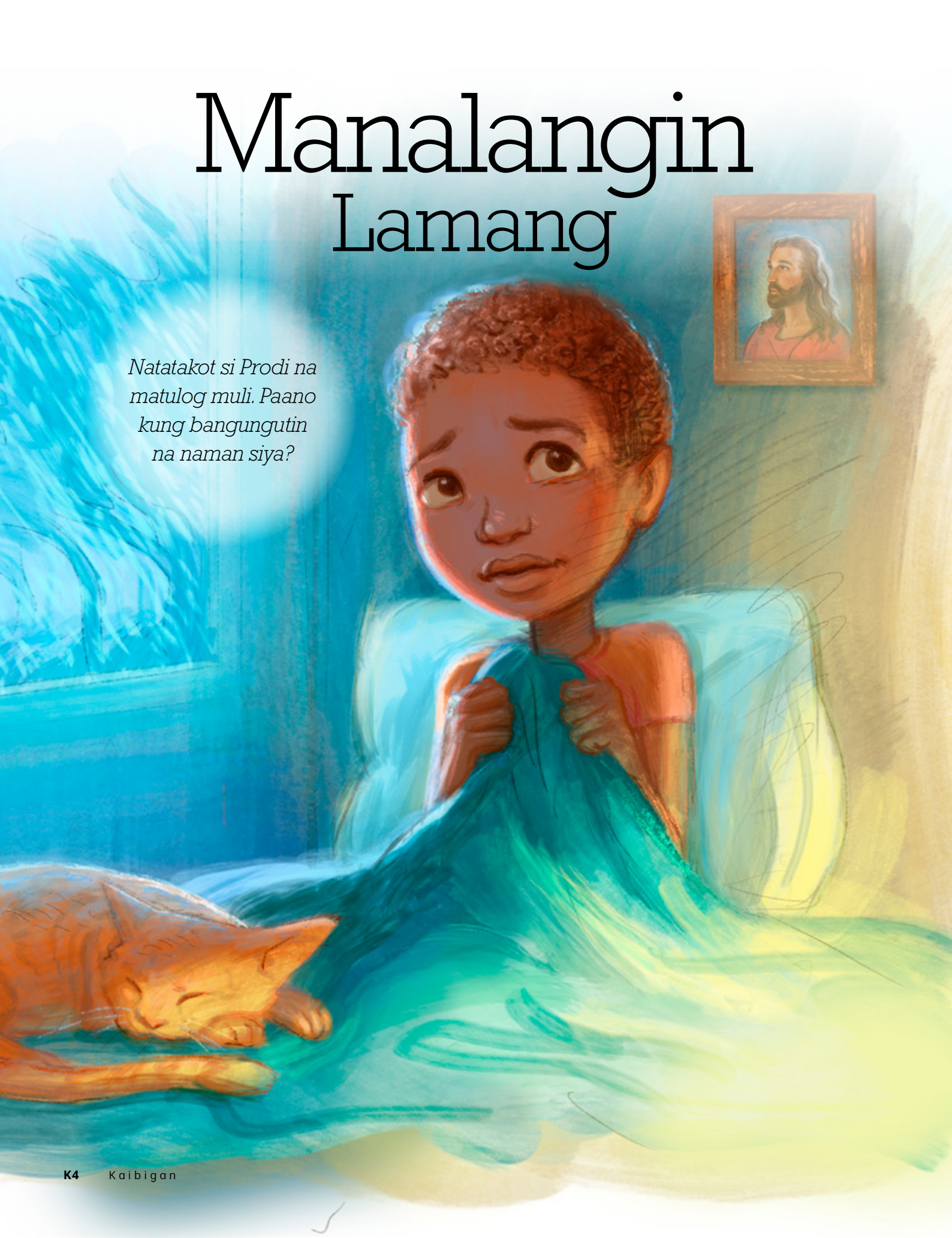
Kulayan ang mga larawan ng mga taong nagsasalita sa pangkalahatang kumperensya. O kulayan ang mga ito pagkatapos ng kumperensya habang kausap mo ang pamilya mo tungkol sa mga paborito mong mensahe. Kulayan ang puso tuwing maririnig mong banggitin ng isang tao si Jesus. Mahal Niya kayo!



MGA PAGLALARAWAN NI JARED BECKSTRAND

Sinusuportahan ng pahinang ito ang pahina 155 ng *Pumarito Ka, Sumunod Ka sa Akin—Para sa mga Indibiduwal at Pamilya.*

Manalangin Lamang



Natatakot si Prodi na matulog muli. Paano kung bangungutin na naman siya?

Ni Lucy Stevenson
Mga Magasin ng Simbahan

"Manalangin, naririnig N'ya" (Aklat ng mga Awit Pambata, *6).*

Biglang napaupo si Prodi. Mabilis ang tibok ng kanyang puso.

Marahang pumatak ang ulan sa bubungan habang nakaupo siya sa dilim. Narinig niya ang pagtulo ng tubig mula sa African fig tree sa labas ng kanyang bintana, at tila maalinsangan. Huminga siya nang malalim at sinikap na pakalmahin ang sarili. Panaginip lang ito.

Bumaba siya sa kama at sumilip sa silid ng kanyang mga magulang. Mahimbing na natutulog sina Inay at Itay. Ang kanyang nakababatang kapatid na si Célia ay nakabaluktot din sa kanyang higaan. Lahat ay OK. Ligtas ang kanyang pamilya.

Bumalik si Prodi sa kanyang higaan at sinubukan niyang matulog muli. Pabiling-biling siya. Alam niya na hindi totoo ang kanyang panaginip, pero nakakatakot iyon! Kahit pagod na siya, takot siyang matulog muli. Paano kung bangungutin na naman siya?

Nakatihaya si Prodi at nakatingin sa kisame. Sinubukan niyang mag-isip ng masasayang bagay. "Ama sa Langit, kayo ba'y nar'yan? Dalangin ba ng musmos, pinakikinggan?" Bumuti ang pakiramdam ni Prodi nang maisip niya ang mga salita sa kanyang paboritong awitin sa Primary. Itinuro sa kanila ni Sister Kioska na palagi silang binabantayan ng Ama sa Langit. Maaari silang manalangin sa Kanya anumang oras, kahit saan.

Alam na ni Prodi ang gagawin. Bumaba siya sa kama at lumuhod para magdasal.

"Mahal kong Ama sa Langit," dasal niya, "Talaga pong natatakot ako. Puwede po bang iligtas Ninyo ang pamilya ko. At tulungan po Ninyo ako na makatulog at hindi managinip ng masama."

Tinapos ni Prodi ang panalangin niya at bumalik sa kama. Kumalma ang kanyang katawan, at napanatag ang kanyang isip. Di-nagtagal nakatulog siya.

Nang umaga na, nagising si Prodi sa mainit na sinag ng araw na tumatagos sa kanyang bintana. Narinig niya ang ingay ng mga kaldero sa kusina at bumangon para hanapin si Inay. Nasa mesa si Célia at kumakain ng natirang cassava. Iniinit ni Inay ang para sa kanya para makakain din siya.

"*Bonjour,*" sabi ni Inay. "Kumusta ang tulog mo?"

"Nakakatakot po ang napanaginipan ko," sabi ni Prodi. "Pero nagdasal ako. Tinulungan po ako ng Ama sa Langit na mapanatag."

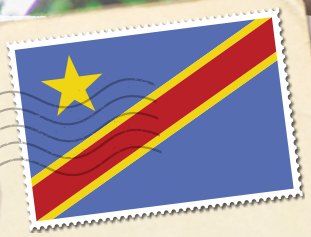
"Nalulungkot ako dahil nagkaroon ka ng masamang panaginip," sabi ni Inay. Niyakap niya si Prodi nang matagal. "Pero natutuwa ako na nagdasal ka. Tila tinulungan ka talaga ng Ama sa Langit."

"Tinulungan nga po Niya ako," sabi ni Prodi. "Nakatulog po ako muli, at hindi na po ako nanaginip ng masama." Mahigpit na niyakap ni Prodi si Inay. Masaya siya na malaman na gaano man ang takot na nararamdaman niya, tutulungan siya ng Ama sa Langit kung mananalangin lamang siya. ●

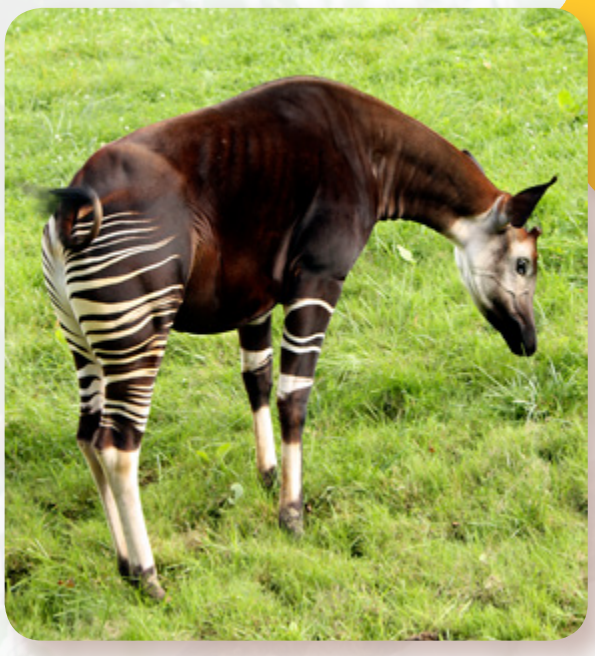
Ilipat ang pahina para makilala ang batang lalaki mula sa kuwentong ito!

MGA PAGLALARAWAN NI KATIE PAYNE

Hello mula sa Democratic Republic of the Congo!



Ang D. R. Congo ay nasa gitnang Aprika. Humigit-kumulang 80 milyong tao ang nakatira roon.



Ang malaking bahagi ng D. R. Congo ay natatakpan ng kagubatan. Nagsisilbi itong tahanan ng maraming iba't ibang uri ng nakakawiling mga hayop, tulad ng mga elepante, gorilya, at rhino. Ang hayop na ito ay tinatawag na okapi.

Kilala ang D. R. Congo dahil sa magaganda nitong tradisyunal na sining, gaya ng mga estatwang kahoy, hinabing basket, at maskara.

Sa D. R. Congo, karamihan sa mga tao ay nagsasalita ng French sa simbahan. Iyon ang opisyal na wika ng bansa. Pero may halos 250 pang ibang mga wika na sinasalita sa D. R. Congo!

Ang mga missionary mula sa ating simbahan ay nagsimulang magturo sa mga tao sa D. R. Congo noong 1986. Ngayon, halos 60,000 katao doon ang kabilang sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw.

Ngayong taon, nagkaroon ang D. R. Congo ng una nitong templo! Tuwang-tuwa ang mga miyembro ng Simbahan doon na may templo na sa kanilang bansa.

PAGLALARAWAN NI KATIE MCDEE

Kilalanin ang ilan sa ating mga kaibigan mula sa D. R. Congo!

"Isang araw ng Linggo, maraming nagkalat na sundalo sa paligid, at sinabi ng aking mga magulang na mahihirapan kaming magpunta sa Simbahan. Sinabi ko sa aking mga magulang na dapat kaming dumalo kahit sa sacrament meeting man lamang. Magkakasama kaming nagpakita ng pananampalataya at nagsimba upang igalang ang araw ng Panginoon."

Prodi K., edad 7, Kinshasa, Democratic Republic of the Congo

"Gustung-gusto ko ang pagtulong sa iba. Isang araw sa aking klase, may isang batang malungkot dahil wala siyang makain. Pinuntahan ko siya at hinatian ko siya ng baon kong pagkain."

Célia Tshidibi K., edad 5, Kinshasa, Democratic Republic of the Congo

Nakatira ka ba sa D. R. Congo? Sulatan mo kami! Masaya kaming makarinig mula sa iyo. Tingnan sa pahina K24.

Ayokong Maging Iba!

Ni Eliza Broadbent
(Batay sa tunay na buhay)

"Ang kahalagahan ng mga kaluluwa ay dakila sa paningin ng Diyos" (Doktrina at mga Tipan 18:10).

Laging nasasabik si Mika na pumunta sa klase sa pagsasayaw. Mahilig siyang makinig ng musika. Gusto niyang praktisin ang kanyang butterfly skip at magawa ito nang tama. At ang pinakagusto niya sa lahat ay kapag sabay-sabay na gumagalaw ang buong klase. Kapag ginagawa nila iyon, parang pare-pareho ang lahat ng mananayaw. Parang hindi lamang siya ang may Down syndrome.

Ngayong araw, nag-aaral sila ng isang bagong galaw sa sayaw. Pinanood ni Mika ang pagtalon sa hangin ng kanyang titser. Pinanood niya ang ibang batang babae na sinusubukan itong gawin. May ilan na nagawa kaagad ito nang tama. May ilan na ilang beses sumubok. Paulit-ulit itong sinubukan ni Mika, pero hindi niya ito magawa nang tama.

"Puwede po bang tulungan ninyo ako, titser?" tanong ni Mika.

Tumingin kay Mika ang batang babae na katabi niya.

Pagkatapos ay bumaling ito sa kaibigan nito. “Bakit ganyan siya magsalita?” bulong nito. Parehong tiningnan ng dalawang batang babae si Mika.

Habang pauwi mula sa klase, walang imik si Mika.

Nang makauwi na sila, nagmamasa ng tinapay sa kusina si Inay. May harina ito sa pisngi. Kung minsan, natatawa si Mika roon. Pero ngayong araw, ibinaba lang niya ang kanyang bag sa sahig at sumalampak siya sa upuan sa mesa.

“Kumusta ang pagsayaw mo?” tanong ni Inay.

“Hindi po maganda,” sabi ni Mika. “Humingi ako ng tulong, at may batang babae na nagsabi na katawa-tawa daw akong magsalita. Pagkatapos ay tinitigan niya ako.” Tumungo si Mika. “Ayaw ko na pong pumunta sa klase sa pagsasayaw.”

“Naku, Mika!” sabi ni Inay. “Nakakalungkot naman. Gustung-gusto ka pa naman naming panoorin ni Itay na sumasayaw. Ipinagmamalaki namin na masipag kang magpraktis!”

Naramdaman ni Mika na malapit na siyang maiyak. “Ayokong may Down syndrome ako. Ayokong iba ang itsura ng mukha ko. Sana hindi ako nahihirapang magaral ng mga bagong bagay. Kailangan ko pang magpraktis ng pagsasalita!”

Tinabihan ni Itay sa upuan si Mika at niyakap siya. “Mika, *mahal na mahal* ka namin. Ayaw naming may mabago na kahit ano sa iyo.”

Pero umiling lamang si Mika at isinubsob ang kanyang mukha sa kanyang mga braso. “Ayokong maging iba. Gusto kong alisin sa akin ang aking Down Syndrome!”

Ilang sandaling walang kibo sina Inay at Itay.

“May naisip ako,” sabi ni Inay. Sumilip si Mika sa ibabaw ng kanyang mga braso. “Bakit hindi ka magdasal at itanong mo sa Ama sa Langit kung ano ang nararamdaman *Niya* tungkol sa iyo?”

Pinag-isipan iyon ni Mika. Mahilig siyang magdasal. Dahan-dahan siyang tumango. “Pwede po ba ninyong isulat kung ano ang itatanong ko para matandaan ko?”

Isinulat ni Inay ang tanong. Pagkatapos ay kinuha ni Mika ang papel at nagpunta siya sa kanyang silid para magdasal.

Nang pumunta siya sa kusina pagkaraan ng ilang minuto, masaya at maaliwalas na ang mukha ni Mika. “Sumagot po ang Ama sa Langit” sabi niya.

“Ano ang sinabi Niya?” tanong ni Inay.

“Sabi Niya, ‘Mika, mahal kita sa kung ano ka at sino ka,’” sabi ni Mika. “At sinabi Niya po ito nang MALAKAS!”

Nang sumunod na linggo sa oras ng klase sa pagsasayaw, hindi na nag-alala si Mika sa iniisip ng ibang mga batang babae tungkol sa kanyang Down syndrome. Sa halip, napansin niya ang isa pang batang babae, si Sara, na mukhang malungkot. Nahihirapan din si Sara na matutuhan ang ilan sa mga bagong galaw.

Pag-uwi ni Mika, nagpasiya siya na gumawa ng maikling sulat para kay Sara. Gumuhit siya ng maraming puso. Tinulungan siya ni Inay sa pagbaybay.

“Mahal kong Sara,” pagsulat ni Mika. “Magaling kang sumayaw. Gusto kitang maging kaibigan. Masaya ako na kasama ka sa aking klase sa pagsasayaw.”

Nasasabik na si Mika na maibigay kay Sara ang sulat. Gusto niyang maging masaya rin si Sara at madama nitong may nagmamahal sa kanya sa kanilang klase sa pagsasayaw. ●

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

MGA PAGLALARAWAN NI MARYN ROOS

Binisita ni Elder Stevenson ang Chile

Ang mga Apostol ay naglalakbay sa buong mundo upang maglingkod sa mga tao at magturo tungkol kay Jesucristo.

Naglakbay sina Elder Gary E. Stevenson at Sister Lesa Stevenson kasama sina Pangulong Russell M. Nelson at Sister Wendy Nelson sa Chile para sa isang napakahalagang kaganapan. Isang bagong templo ang inilaan sa lungsod ng Concepción!

Ang magandang bagong templo ang pangalawang itatayo sa Chile at ika-18 na templo sa South America.

Nagdatingan ang mga anak kasama ang kanilang mga magulang para marinig ang espesyal na panalangin ni Pangulong Nelson para ilaan ang templo.

Tumulong sina Laura at Alicia O. na ilagay ang huling bato sa labas ng templo. Tinatawag itong batong panulok ng templo. Pagkatapos ay handa nang mailaan ang templo.

Maraming lindol na nangyayari sa Chile. May espesyal na pundasyon ang Concepción Chile Temple para hindi ito masira kung sakaling lumindol.

Ngayon, nakakapasok na ang karapat-dapat na mga miyembro ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw para mabuklod sa kanilang pamilya at mag-lingkod sa pamamagitan ng pagsasagawa ng mga binyag sa templo!

MGA LARAWAN SA ITAAS, KANAN, IBABA NA KUHA NI JEFFREY D. ALLRED, *DESERET NEWS*

Bumibisita si Elder Renlund sa mga Bata

Ang mga Apostol ay nag-lalakbay sa buong mundo upang magministeryo sa mga tao at magturo sa kanila ng tungkol kay Jesucristo.

Si Elder Dale G. Renlund ay bumibisita sa maraming lugar kasama ang kanyang asawa, si Sister Ruth L. Renlund, upang tulungan ang mga tao na malaman ang tungkol kay Jesucristo. Nagbibigay siya ng mga mensahe at nakikipag-usap siya sa mga missionary. Pero saanman siya magpunta, ang paborito niyang gawin ay makipag-usap at makipagkamay sa mga bata. Kung minsan ay binibisita niya pa sila sa Primary!

Sa Peru

Sa Japan

Sa Bolivia

Sa South Korea

"Gusto mo bang malaman ang isang sekreto? Ang *Kaibigan* ang aking paboritong magasin ng Simbahan. Ito ang lagi kong inuu-nang basahin!"

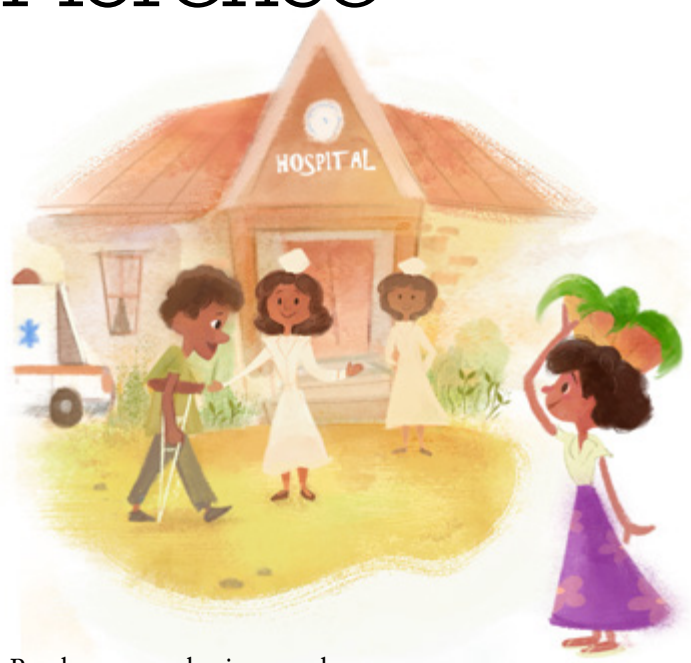
Gusto ni Elder Renlund na malaman ng mga bata sa lahat ng dako na kilala at mahal sila ng Ama sa Langit.

Isang Puting Cap
para kay Florence

Ni Jordan Monson Wright
(Batay sa tunay na buhay)

Nakarating ang labing-tatlong taong gulang na si Florence Onyejekwe sa kanyang karaniwang puwesto sa labas ng mataong palengke sa Onitsha, Nigeria. Ang kalsada ay puno ng mga nagtitinda na tumatawag sa mga abalang mamimili. Ibinabalanse ng kababaihan ang mga balutan sa kanilang ulo habang naglalakad sila. Katatapos lang ng pasok sa eskuwela para sa holiday, at alam ni Florence na nagsasaya ang kanyang mga kaibigan sa bakasyon. Pero gugugulin ni Florence ang mga araw na walang pasok sa pagtitinda ng bitterleaf sa palengke. Pagkakataon niya ito para makaipon ng pera para sa mga bayarin sa paaralan.

Hindi naman nagrereklamo si Florence. Ang kanyang ina ay nagtitinda ng mga kamote nang maraming oras sa palengke araw-araw para makabili ng pagkain para sa pamilya. Napakasipag ni Inay.



Parehong napakasipag ng kanyang mga magulang. Ngunit kung walang edukasyon, gayon lamang ang magagawa nila. Halos matatapos na sa elementarya si Florence. Marahil kung ipagpapatuloy niya ang kanyang pag-aaral, makakahanap siya ng trabaho na may mataas na sweldo at matutulungan ang kanyang pamilya.

Nang makauwi siya, nakita niya ang kanyang mga magulang at nagtanong, "Palagay po ba ninyo ay makakapag-aral ako sa high school? At siguro sa unibersidad?"

Tumingin si Inay kay Nnam (tatay) at umiling. "Malaki ang gastos sa unibersidad at hindi natin kaya," sabi ni Nnam. Napatingin si Florence sa kanyang sapatos. Ayaw niyang makita nina Inay at Nnam kung gaano siya nalungkot.

Makalipas ang ilang araw, pumunta si Florence sa ospital para kumuha ng ilang gamot. Halos kasing-abala ng ospital ang palengke, pero hindi gaanong maingay. Minasdan ni Florence ang mga nurse na suot ang kanilang magagandang puting cap. Nakinita niya ang kanyang sarili na naka-uniporme gaya niyon, tinutulungan ang mga maysakit at inaalagaan ang mga sanggol sa malaking hospital. Siguro magiging nurse *siya*.

Alam ni Florence na tama ang kanyang mga magulang—mahirap at magastos ang pag-aaral. Pero alam ni Florence kung paano magsipag

sa trabaho. Nagpasiya siyang subukan ito.

Marami man ang gawain ni Florence sa buong maghapon, nagagawa pa rin niyang mag-aral. Naipasa niya ang test para sa high school at nangutang si Nnam para makapag-aral siya. Kalaunan natuklasan niya na tutulong ang pamahalaan sa pagbabayad para sa nursing school. Maaabot na niya ang kanyang pangarap!

Ngunit nang magsisimula na ang pag-aaral sa nursing school, medyo nag-alangan si Florence. Paano kung mahirap? Paano kung nag-iisa lang siya? Yumuko si Florence at nanalangin, "Mahal na Diyos, bigyan po Ninyo ako ng lakas na magkapag-aral sa nursing school at mag-aral nang mabuti."

Sa nursing school, natutuhan ni Florence kung paano magbigay ng gamot at mapanatiling malinis ang mga kasangkapan mula sa mikrobyo. Kung minsan gumagaling ang kanyang pasyente, pero kung minsan hindi. Madalas magdasal si Florence para mabigyan ng lakas-ng-loob. Pagkatapos ng tatlong mahahabang taon, nagtapos si Florence nang may parangal bilang pinakamahusay na estudyante sa kanilang klase. Natupad ang kanyang pangarap! Makakapagsuot na siya ng puting cap ng nurse, *at* kikita na nang malaki para matulungan ang kanyang pamilya.

Makalipas ang maraming taon, binisita ni Florence ang isang maliit na branch sa Ghana Accra Mission. Ang kanyang asawa, si Christopher Chukwurah, ang mission

president noon doon. Nakausap ni Florence ang ilang bata sa branch na hindi nag-aaral. Hindi nila tiyak kung ano ang gagawin nila sa hinaharap. Naalala ni Florence ang kanyang sarili sa kanila noong siya ay bata pa. "Ano ang maaari kong sabihin na makatutulong sa kanila?" Tahimik na nagdasal si Florence.

Pagkatapos ay malinaw niyang nadama: Ikuwento mo sa kanila ang iyong buhay.

Naisip ni Florence ang tungkol sa kanyang buhay. Nagtrabaho siya sa mga ospital sa Nigeria at sa Estados Unidos. Pinakasalan niya ang isang mabuting lalaki, at magkasama nilang natagpuan ang Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw. Siya ay naging ina. Ngayon ay tinutulungan niya ang mga missionary na manatiling malusog at magsipag. Tinulungan siya ng Ama sa Langit na maging nurse. Tinulungan Niya siya na maisakatuparan ang maraming bagay nang higit sa makakaya niya. Magagawa Niya rin ito sa mga batang ito.

Minasdan ni Florence ang mga bata at ngumiti. "Alam ba ninyo ang mga puting cap na iyon na suot ng mga nurse? Nakakita ako ng cap na iyon at nagpasiya akong maging isang nurse . . ." ●

Ang awtor ay naninirahan sa Michigan, USA.

Ipinapakita ng larawang ito na sa wakas ay suot na ni Florence ang sarili niyang puting cap!

MGA PAGLALARAWAN NI ARTHUR LIN

Ni Brooklyn P., edad 9, Utah, USA

Noong nakaraang taon, pumili ako ng isang aklat sa library tungkol sa isang batang babae na nagsimula ng blog. Naisip ko na masayang basahin iyon dahil kaedad ko ang bida, at blogger ang nanay ko. Kaya naisip ko na makakaugnay ako sa aklat na iyon.

Ilang pahina pa lang ng aklat ang nabasa ko nang banggitin ng bata ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan. Sumama ang pakiramdam ko nang mabasa ko ang bahaging iyon. Pero patuloy akong nagbasa, na umaasang minsan lang lilitaw iyon. Nagbasa pa ako ng ilang pahina, at sinabi niya iyong muli.

Nagpunta ako sa nanay ko at sinabi ko ang natuklasan ko. Hindi ko alam kung dapat ko pang ituloy ang pagbabasa o hindi na. Sabi sa akin ng nanay ko, ako ang magpasiya. Pero sumang-ayon siya na hindi siguro makakabuting ituloy ko ang pagbabasa kung may sinasabi ang bata na alam naming mali. Sabi ng nanay ko, hindi talaga maganda kung binabanggit niya ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan.

Naisip ko na makikita ko kung nangyari ulit ito, kaya binuklat-buklat ko ang aklat. Nalaman ko na karaniwan sa batang ito na banggitin ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan. Nagpasiya akong ibalik ang aklat sa library nang hindi na ito binabasa.

Nalungkot ako na binanggit ng may-akda ng aklat ang pangalan ng Panginoon sa walang kabuluhan. Pero matapos kong ibalik ang aklat sa library, masaya ako na tama ang naging pasiya ko. Alam ko na sinusunod ko ang "Mga Pamantayan Ko sa Ebanghelyo" mula sa aking aklat na *Pananampalataya sa Diyos* na nagsasabing, "Tanging mga bagay lamang na nakalulugod sa Ama sa Langit ang babasahin at panonoorin ko." Alam ko na dapat lamang nating gamitin ang pangalan ng Ama sa Langit at ni Jesus nang mapitagan at magalang. ●

Dapat Ko Bang Ituloy ang Pagbabasa?

PAGLALARAWAN NI CONSTANZA BASALUZZO

Lahat ng mga bagay ay aking magagawa [sa pamamagitan ni Cristo na] nagpapalakas sa akin (tingnan sa Mga Taga Filipos 4:13).

PAGLALARAWAN NI ANDY ELKERTON

Ni Sister Joy D. Jones
Primary General President

Ang Hamon Ukol sa Templo

"Ang mga puso ng mga anak ay magbabalik-loob sa kanilang mga ama" (Doktrina at mga Tipan 2:2).

Isang araw ng Linggo, bumisita kami ng aking mga tagapayo sa isang miting ng Simbahan. Nagbigay kami ng mga mensahe tungkol sa templo at sa mga espesyal na bagay na nangyayari roon. Pagkatapos ng miting, isang 12 taong gulang na batang lalaki na nagngangalang Colby ang lumapit at nakipagkamay sa akin. Nagusap kami tungkol sa templo. Pagkatapos ay hinamon ko siya na maghanap ng pangalan ng isang kapamilya para madala sa templo.

Hindi nagtagal, nakatanggap ako ng isang liham mula kay Colby. Ito ang sinabi sa akin ni Colby:

"Umuwi po ako at nakahanap po ako ng bagong pangalan. Ang nahanap ko po pala ay ang aking pangatlong lolo sa tuhod!

"Pumunta po ako kaagad sa templo at nagpabinyag po ako para sa kanya. Talagang napakaespesyal po niyon dahil si kuya ang nagbinyag sa akin at si itay naman ang nagkumpirma sa akin para kay lolo.

"Nakaramdam po ako ng kaligayahan at kapayapaan. Naramdaman ko pong maganda talaga ang ginawa ko para sa aking lolo dahil ngayon ay maaari na siyang makapunta sa selestiyal na kaharian para mamuhay kasama ang kanyang pamilya. Sa natitirang oras ng araw na iyon, napakasaya po talaga ng pakiramdam ko.

"Nalaman ko rin po na walang nakakaalam kung sino ang mga magulang ng aking pangatlong lolo-sa-tuhod, kaya maaari ko ring hanapin ang kanilang mga pangalan at dalhin ang mga ito sa templo!"

Napakagandang halimbawa ni Colby! Anuman ang edad mo, maaari kang maging magandang halimbawa sa iyong pamilya at mga kaibigan. Maaari mong ibahagi ang ebanghelyo sa lahat ng kakilala mo—maging sa iyong mga ninuno! ●

PAGLALARAWAN NI ALISA HAGGARD

Ipakita at Ikuwento

Ang pangkalahatang kumperensya ay gaganapin sa buwang ito! Narito ang kinagigiliwan ng ilang bata tungkol sa kumperensya.

Gusto kong pakinggan ang mga kuwento at ang pagkanta ng koro. Gusto ko ring pakinggan ang mga parabula na ibinabahagi nila.

Yuri H., edad 8, Taoyuan, Taiwan

Gusto kong makinig sa propeta dahil nangungusap ang Panginoon sa pamamagitan niya.

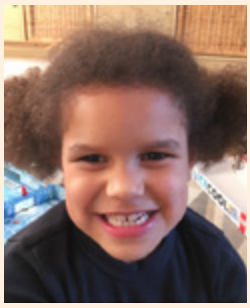
Andrés C., edad 12, Valle del Cauca, Colombia

Gusto ko talaga ang panonood ng kumperensya dahil gusto kong matuto mula sa mga propeta, at gusto kong gugulin ang oras na iyon kasama ang aking pamilya.

David J., edad 9, Sololá, Guatemala

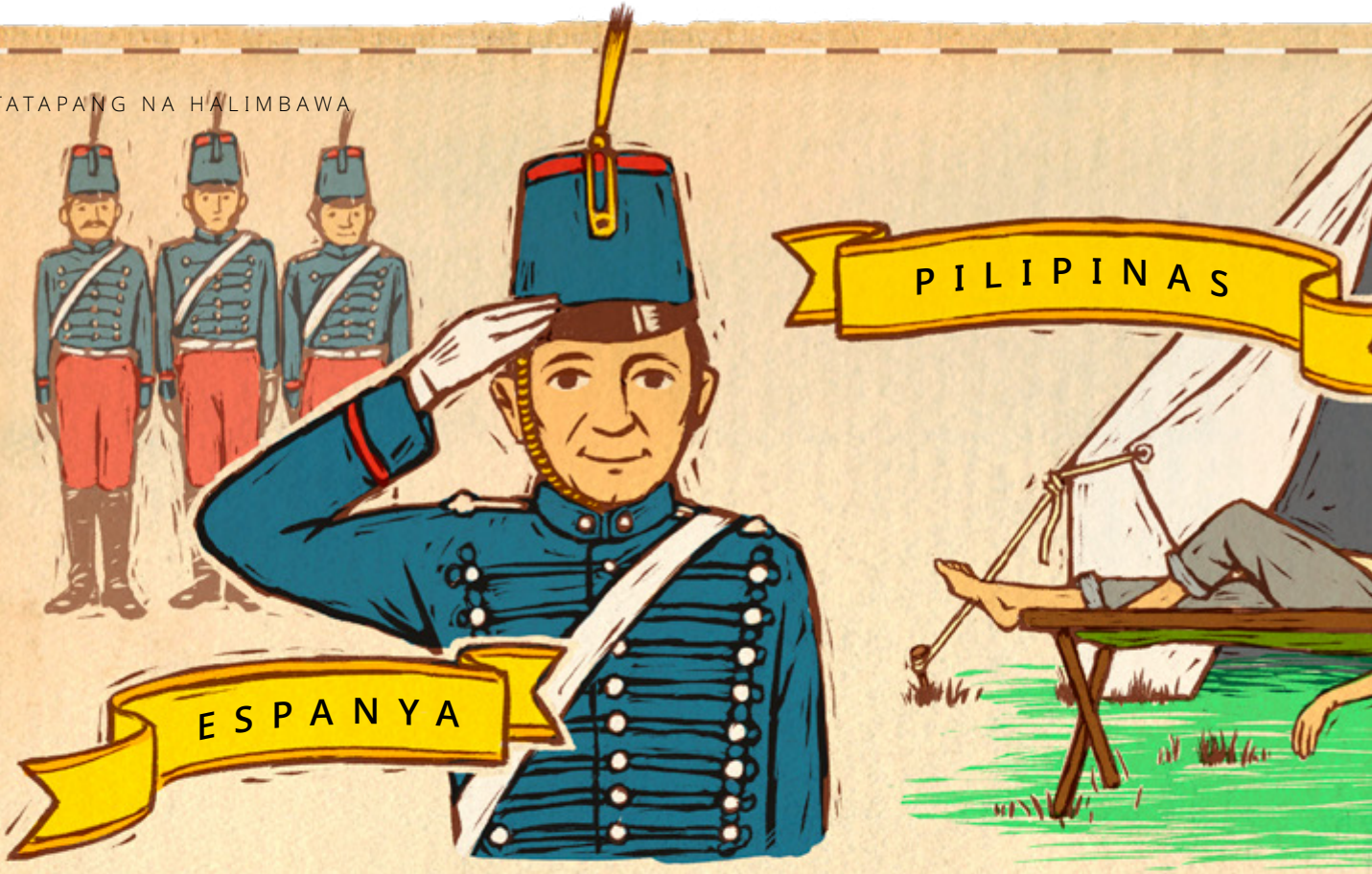
Sina Abel C. at Tina S., edad 10 at 9, ng Bong County, Liberia, ay magkapatid. Kinagigiliwan ni Abel ang kumperensya "dahil sa panahon na iyon natin sinasang-ayunan ang ating propeta bilang Pangulo ng Simbahan bawat taon." Gusto naman ni Tina "kapag nagsasalita ang propeta tungkol sa mga templo."

Si Anna B., edad 10, ng Maharashtra, India, ay nanood ng kumperensya kasama ng kanyang ina. Dinadala niya ang kanyang journal at lapis sa bawat kumperensya para isulat ang mga patotoo at mensahe na naririnig niya.



Pinupuno nina David at Juliana M., edad 4 at 6, ng South Holland, Netherlands, ng miryenda ang 15 mangkok at naglalagay sila ng larawan ng Apostol o miyembro ng Unang Panguluhan sa bawat mangkok. Kapag nagsalita ang isa sa mga Apostol o miyembro ng Unang Panguluhan, kinakain nila ang miryenda sa loob ng mangkok na iyon!

DISENYO SA LIKURAN MULA SA GETTY IMAGES



Paglilingkod sa Panginoon sa Wikang Espanyol

Ni Jennifer Maddy
(Batay sa tunay na buhay)

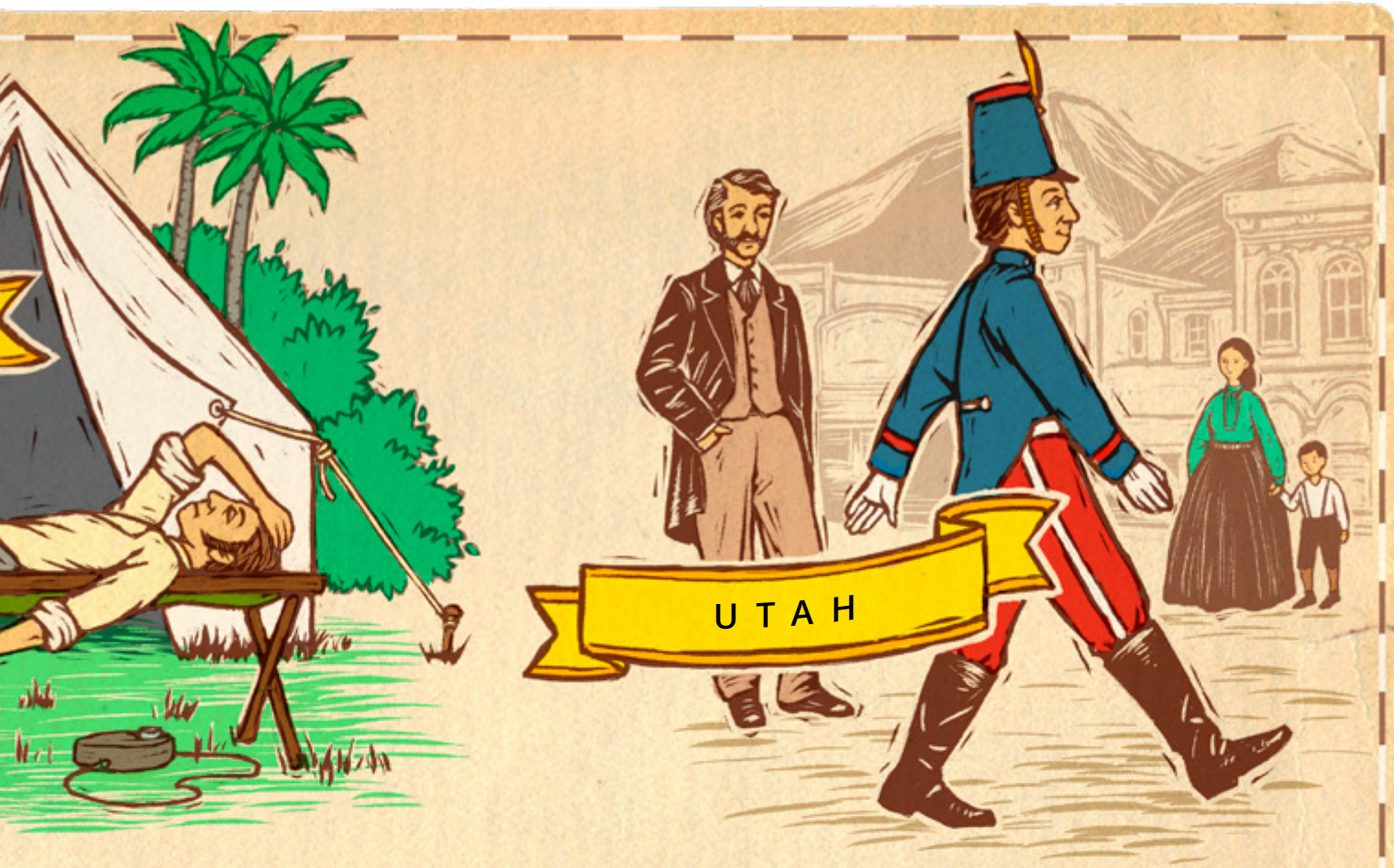
Isipin na kunwari ay iniabot sa iyo ng iyong kaibigan ang pinakamagandang aklat na nabasa niya. Binuklat mo ito . . . at natuklasan mong hindi mo pala kayang basahin ang aklat. Iba ang wikang ginamit dito! Ano ang gagawin mo?

Noong katatatag pa lamang ng Simbahan, ang Aklat ni Mormon ay nakalimbag lamang sa wikang Ingles. Tumawag si Pangulong Brigham Young ng dalawang missionary para mangaral ng ebanghelyo sa Mexico at isalin ang Aklat ni Mormon sa Espanyol. Pero kinailangan pa nila ng karagdagang tulong para magawa ito. Hindi nila alam na sa kabilang dako ng karagatan, naghanda ang Diyos ng isang tao na makapagbibigay sa kanila ng tulong na kailangan nila.

Si Meliton Gonzalez Trejo ay nagmula sa isang mayamang pamilya sa Espanya. Siya ay nag-aral nang mabuti sa paaralan at naging opisyal sa hukbo ng Espanyol. Interesado na siya sa relihiyon noon pa man, pero pakiramdam niya ay walang tama sa mga nakita niyang relihiyon. Isang araw, narinig niya ang isa pang opisyal na nagkukuwento tungkol sa isang grupo ng mga tao na tinatawag ang kanilang mga sarili na "Mga Banal." Kabilang sila sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, at isang propeta ng Diyos ang nagdala sa kanila sa Rocky Mountains sa Estados Unidos. Nakaramdam si Meliton ng matinding pagnanais na makilala sila. Sumama siya sa isang ekspedisyon ng militar sa Pilipinas, umaasang makakatulong ito sa kanya na makapunta sa Estados Unidos kalaunan. Pero naging abala sa trabaho si Meliton kaya hindi na gaanong mahalaga sa kanya ang pagbisita sa mga Banal.

Pagkatapos ay nagkaroon ng malubhang sakit si Meliton. Naalala niya kung bakit siya pumunta sa Pilipinas at ipinagdasal niya sa Diyos kung ano ang dapat niyang gawin. Noong gabing iyon, nagkaroon ng espesyal na panaginip si Meliton. Nalaman niyang dapat na siyang umalis at magpunta sa Rocky Mountains.

Nang gumaling na si Meliton, itinuloy niya ang kanyang paglalakbay papuntang Estados Unidos. Nakarating



siya sa California noong Hulyo 4, 1874, at nagtungo siya sa Salt Lake City.

Pagdating ni Meliton sa Salt Lake, nagkaproblema siya; nakakabasa siya ng Ingles pero hindi pa siya nakapagsalita nito kahit kailan. Hindi niya kayang makipag-usap kahit kanino! Pero nagpasiya siya na kung hindi niya kayang makipag-usap sa mga tao, kukunin niya ang kanilang atensyon sa ibang paraan. Isinuot ni Meliton ang kanyang uniporme sa hukbo ng Espanya at nagmartsa siya sa mga lansangan ng lungsod. Tulad ng inaasahan niya, maraming tao ang nakapansin sa kanya! Sa wakas, nakita siya ng isang miyembro ng Simbahan na nagngangalang Brother Blanchard, isang propesor sa unibersidad na nagsasalita ng Espanyol. Tinulungan ni Brother Blanchard si Meliton na maging pamilyar sa Salt Lake at itinuro niya kay Meliton ang ebanghelyo. Hindi nagtagal ay nabinyagan si Meliton.

Ipinakilala rin ni Brother Blanchard si Meliton kay Pangulong Brigham Young. Sinabi ni Meliton kay Pangulong Brigham Young na higit sa anupaman, gusto niyang isalin sa Espanyol ang Aklat ni Mormon.

Hiniling ni Pangulong Young kay Meliton na tulungan ang mga missionary na papunta sa Mexico na magsalin ng ilang bahagi ng Aklat ni Mormon sa Espanyol. Nagukol si Meliton ng maraming linggo sa pagsasalin ng mga Ingles na salita sa Espanyol. Gabi-gabi ay nirerebyu niya ang kanyang isinalin kasama ang mga missionary. Marunong magsalita ng kaunting Espanyol ang mga missionary pero sa palagay nila, nangangailangan ang mahalagang pagsasaling ito ng isang tao na Espanyol ang katutubong wika. Alam nilang si Meliton ang sagot sa kanilang mga panalangin. Noong 1875, nailathala ang pagsasalin. Tinawag itong *Trozos Selectos del Libro de Mormon* (Mga Piling Talata mula sa Aklat ni Mormon).

Handa na ang mga missionary na pumunta sa Mexico. Ikinarga nila ang 1,500 kopya ng isinaling banal na kasulatan sa likod ng kabayo at nagsimula na sila sa kanilang paglalakbay. Sa unang pagkakataon, nabasa ng mga nagsasalita ng Espanyol ang Aklat ni Mormon sa kanilang sariling wika! Bagamat nakatira si Meliton sa Espanya na libu-libong kilometro ang layo, dinala siya ng Ama sa Langit sa lugar kung saan siya lubos na kailangan. Dahil sa tapang at pananampalataya ni Meliton, nakatulong siya na maihatid ang salita ng Diyos sa napakaraming tao. ●

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

Naglingkod si Meliton Gonzalez Trejo (1844–1917) sa ilang misyon sa Mexico at bininyagan niya ang ilan sa mga unang miyembro ng Simbahan doon. Noong 1886, tumulong si Meliton sa pagtapos ng pagsasalin ng buong Aklat ni Mormon sa Espanyol.

MGA PAGLALARAWAN NI MARK ROBISON

Mga Paglalakbay ni Pablo bilang Misyonero

Ni Marissa Widdison
Mga Magasin ng Simbahan

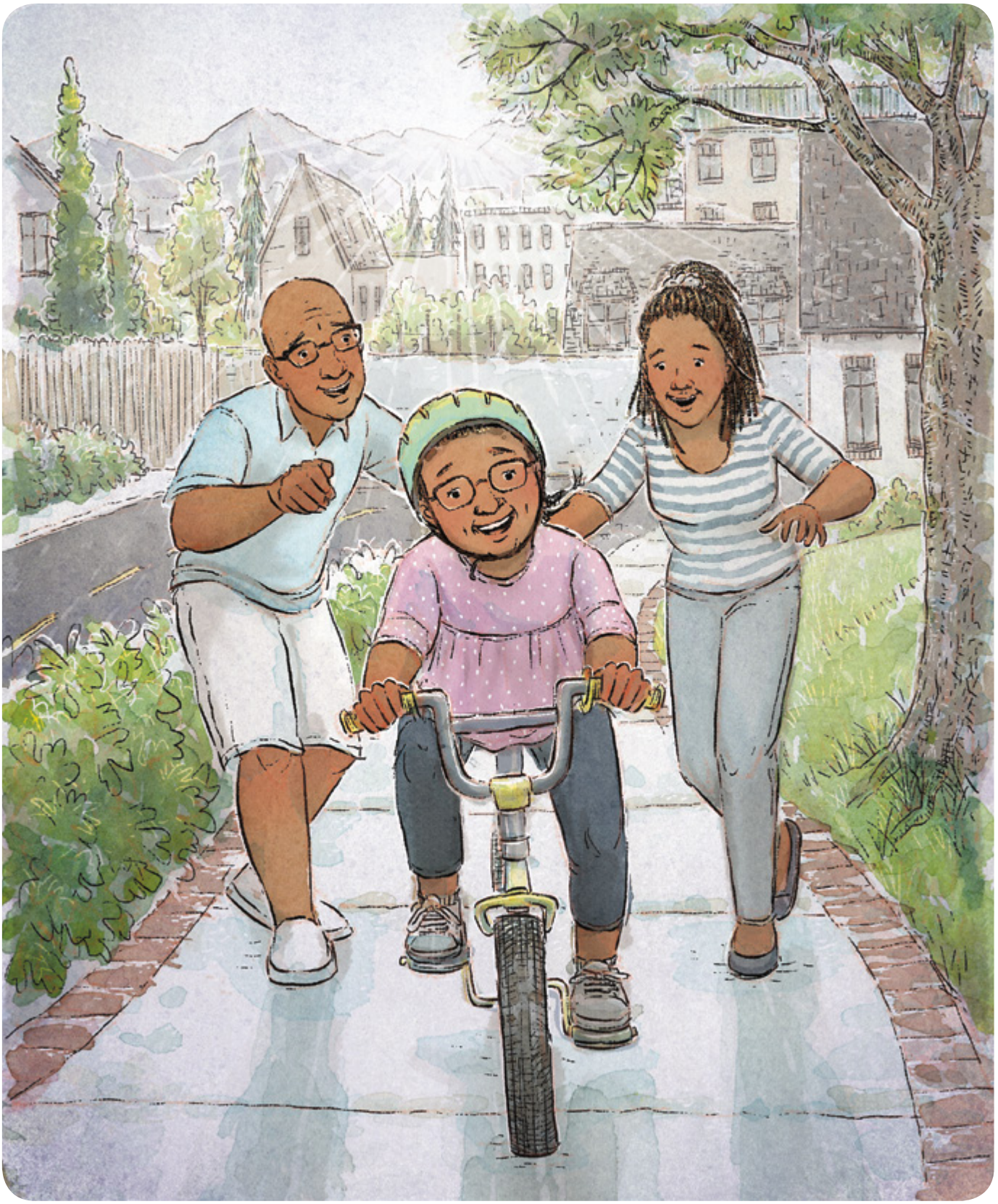
Matapos mabuhay na mag-uli si Jesus, si Apostol Pablo ay naglakbay sa iba't ibang lupain upang turuan ang mga tao tungkol kay Jesus. Wala pang kotse o eroplano noon, kaya kadalasan ay malayo ang nilalakad niya! Kung minsan ay naglalakbay siya sa pamamagitan ng barko.

Tinuruan ni Pablo ang mga tao sa mga simbahan at mga tahanan. Tinuruan niya ang mga tao sa mababatong taluktok ng bundok at mga lansangan sa lungsod.

Hindi nagustuhan ng maraming tao ang itinuro ni Pablo. May mga pagkakataon na nabilanggo si Pablo. Nagkasakit siya paminsan-minsan.

Pero sa kabila ng lahat ng mahihirap na bagay na ito, nanampalataya si Pablo. “Lahat ng mga bagay ay aking magagawa [sa pamamagitan ni Cristo].” Alam niya na tutulungan siya ni Jesus na maging malakas.

MGA PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT



Matutulungan din ako ni Jesucristo na maging malakas.
Mahal Niya ako, at mahal ko Siya! ●

Matutulungan Ako ni Jesus na Gumawa ng Mahihirap na Bagay

PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Mahal Naming mga Magulang,

Isa sa mga pangunahing mensahe ng Bagong Tipan ay makahanap tayo ng kapayapaan at kagalakan kay Cristo, anuman ang kalagayan natin sa buhay. Ang magasin sa buwang ito ay nagbabahagi ng gayon ding patotoo.

- Sa pahina K4, napanatag ang loob ng isang batang lalaki nang managinip siya ng masama.
- Sa pahina K8, isang batang babae na may Down syndrome ang napaalalahanan na mahal siya ng Ama sa Langit.
- Sa pahina K15, itinuro sa isang poster na lahat ng bagay ay posible sa tulong ni Jesucristo.
- Sa pahina K20–23, nagpakita si Pablo ng halimbawa ng pananampalataya.

Kapag binasa ninyo ang magasin na ito nang magkasama, hanapin ang mga paraan kung paano tinulungan ni Jesus at ng Ama sa Langit ang mga tao sa bawat kuwento. Maaari ninyong salungguhitan ang mga salita na naglalarawan sa mga hamon o pagsubok na naranasan nila. Pagkatapos ay bilugan ang mga salita na naglalarawan kung anong tulong ang natanggap nila. Bilang pamilya, pag-usapan kung paano inaalis kung minsan ang mga pagsubok, at kung minsan naman ay pinalalakas tayo para makayanan ang mga pagsubok. Alinman sa paraang ito, mahal tayo ni Jesus at ng Ama sa Langit at nariyan Sila para sa atin!

Umaasa kami na magiging masaya ang buwan ninyo,
Ang *Kaibigan*

Paano Ipapadala ang Artwork o Karanasan ng Iyong Anak sa *Liahona*

Pumunta sa liahona.ChurchofJesusChrist.org at i-klik ang "Submit an Article or Feedback." O i-email ito sa liahona@ChurchofJesusChrist.org kasama ang pangalan, edad, lungsod kung saan nakatira ang iyong anak at ang pahintulot na ito: "Ako, si [isulat ang iyong pangalan], ay nagbibigay ng pahintulot sa Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw na gamitin ang isinumite ng aking anak sa mga magasin ng Simbahan, sa mga website ng Simbahan, at sa mga social media platform." Nasasabik kaming makarinig mula sa inyo!

Hanapin ang nakatagong Liahona sa loob!

SA PABALAT NG *KAIBIGAN*
Paglalarawan ni Macky Pamintuan

MGA NILALAMAN

K2 Pagmamahal sa Iba Tulad ng Pagmamahal ni Jesus sa Atin

K4 Manalangin Lamang

K6 Hello mula sa Democratic Republic of the Congo!

K8 Ayokong Maging Iba!

K10 Mga Apostol sa Iba't Ibang Panig ng Mundo: Binisita ni Elder Stevenson ang Chile

K11 Mga Apostol sa Iba't Ibang Panig ng Mundo: Bumibisita si Elder Renlund sa mga Bata

K12 Isang Puting Cap para kay Florence

K14 Dapat Ko Bang Ituloy ang Pagbabasa?

K15 Magandang Ideya: Magagawa Ko ang Lahat ng Bagay sa Pamamagitan ni Cristo

K16 Ang Hamon Ukol sa Templo

K17 Ipakita at Ikuwento

K18 Matatapang na Halimbawa: Paglilingkod sa Panginoon sa Wikang Espanyol

K20 Mga Kuwento sa mga Banal na Kasulatan: Mga Paglalakbay ni Pablo Bilang Misyonero

K23 Pahinang Kukulayan: Matutulungan Ako ni Jesus na Gumawa ng Mahihirap na Bagay

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

TAGALOG
4 02186 10893 6