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

Liahona

Ang Pinakamagandang Pagkakataon Mo para Lumigaya, p. 14

Apat na Bagay na Nais Ipaalam sa Inyo ng mga Bagong Miyembro, p. 22

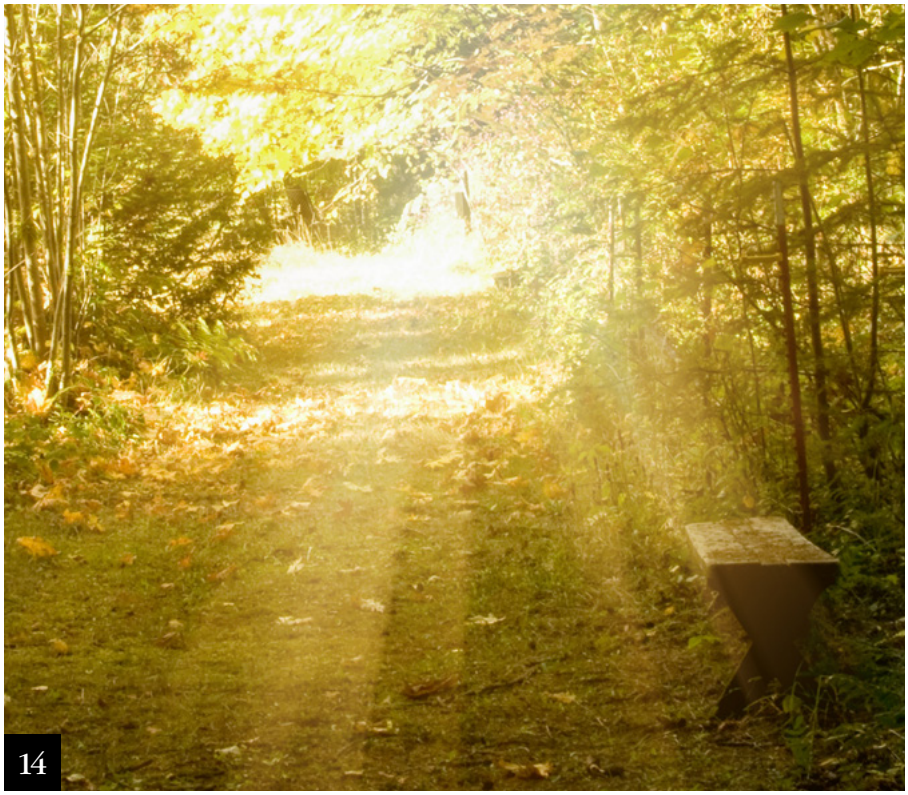
Bakit Natatalo ang Katahimikan sa Labanan ng Salitaan, p. 28

Paano Ako Iniligtas ng Aking Ward Matapos Magpakamatay ang Anak Ko, p. 34

Ipinakikita ng payapang kapaligirang ito ang Burol ng Cumorah sa di kalayuan. Sa sinaunang Amerika, isang propetang Nephita na nagngangalang Moroni ang nagtago ng mga talaan ng kanyang mga tao sa burol. Makalipas ang mga 1,400 taon, nagbalik si Moroni sa lugar na iyon bilang isang anghel at inihayag ang kinaroroonan ng mga talaan sa batang si Joseph Smith. Hinukay ni Joseph ang mga tala at isinalin ito, at nakilala bilang ang Aklat ni Mormon.

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

Liahona, Setyembre 2017



MGA MENSAHE

4 **Mensahe ng Unang Panguluhan: Mga Propeta na Gagabay sa Atin**
Ni Pangulong Thomas S. Monson

7 **Mensahe sa Visiting Teaching: May Isang Puso**

SA PABALAT
Larawang kuha ni Leslie Nilsson.

TAMPOK NA MGA ARTIKULO

14 **Ang Landas ng Ebanghelyo Tungo sa Kaligayahan**
Ni Elder Jeffrey R. Holland
Paano natin matatahak ang landas tungo sa kaligayahan, lalo na kapag ang buhay na naghihintay sa atin ay tila isang bundok na mahirap akyatin?

22 **Higit pa ang Magagawa Natin: Pagtanggap sa Iba sa Kawan**
Ni Betsy VanDenBerghe
Apat na paraan na matutulungan natin ang bago at nagbabalik-loob na mga miyembro na madamang tanggap sila sa Simbahan.

28 **Pagtatanggol sa Pananampalataya**
Ni Elder Jörg Klebingat
Ano ang handa nating gawin upang ipagtanggol ang ating paniniwala kay Jesucristo?

34 **Nailigtas Matapos ang Pagpapakamatay ng Aking Anak**
Ni Le Etta Thorpe
Matapos mawala ang anak ko na nagpakamatay, malalim ang mga sugat ng aking damdamin. Mabuti na lang, naroon ang aking ward para arugain ako at manumbalik ang aking kalusugan.

MGA BAHAGI

8 **Notebook ng Kumperensya ng Abril 2017**

10 **Pagtuturo sa Paraan ng Tagapagligtas: Pagmamahal at Chocolate Cake: Ano ang Ibibigay Mo Para Maibalik Sila?**
Ni Devin G. Durrant

38 **Mga Larawan ng Pananampalataya: Sina Cayo at Anthony**

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

80 **Hanggang sa Muli Nating Pagkikita: Ang Aklat ni Mormon: Tunay na Isang Himala**
Ni Elder Mark E. Petersen

PAPARATING SA SUSUNOD NA BUWAN

Alamin ang Tungkol sa mga pagbabago sa mga miting ng Melchizedek Priesthood at Relief Society sa 2018.

MGA YOUNG ADULT

44 Pagdaig sa Panganib ng Pag-aalinlangan
Ni Elder Hugo Montoya
Paano tayo mananatiling tapat kapag napaliligiran tayo ng pag-aalinlangan at tukso?

48 Pag-eksperimento sa Musika
Ni Marcel Hall
Natuklasan ko na kayang baguhin ng isang bagay na napakasimple ang lahat ng bagay.

Tingnan kung makikita mo ang nakatagong Liahona sa isyung ito. Hint: Anong mahahalagang pagpili ang ginawa mo?

MGA KABATAAN

50 Mekanismo ng Paglipad
Ni Richard M. Romney
Ano ang kinalaman ng mga eroplano sa ebanghelyo?

52 Ang Inyong Patotoo at ang Aklat ni Mormon
Basahin ang tatlong kuwento mula sa mga kabataan kung paano binago ng Aklat ni Mormon ang buhay nila.

56 25 Katotohanan sa Aklat ni Mormon
Ang Aklat ni Mormon ang saligang bato ng ating relihiyon—alamin kung bakit!

58 Mga Banal na Kasulatan: Sampung Minuto sa Isang Araw
Ni Hadley Griggs
Pagod na sa hindi pagkamit ng inyong mga mithiin sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan? Subukan ito.

62 Poster: Napakarami Ba ng Gagawin?

63 Tuwirang Sagot
Paano ko mapaglalabanan ang tukso? Ano ang dapat kong gawin kung ang mga mahal sa buhay ay tumatalikod sa katotohanan?

64 Mga Sagot mula sa mga Pinuno ng Simbahan: Paano Aanyayahan ang Espiritu Santo
Ni Pangulong Henry B. Eyring

65 Ang Bahaging para sa Atin

MGA BATA

66 Pagbibilang sa Kumperensya
Narito ang isang masayang paraan para masubaybayan ang iba't ibang salitang maaari ninyong marinig sa pangkalahatang kumperensya!

67 Isang Iginuhit na Larawan ni Cristo
Ni Tesla S.
Naghahanda para sa isang espesyal na bagay ang kaibigan ni Tesla—gayundin si Tesla.

68 Ang Pasiya ni Jane
Ni Jessica Larsen
Si Jane ay naghahanap ng katotohanan. Makikita ba niya ang hinahanap niya?

70 Ang Ating Pahina

71 Mga Figure sa Kasaysayan ng Simbahan: Kababaihan ng Relief Society at ang Nauvoo Temple

72 Mga Sagot mula sa Isang Apostol: Paano ko mapalalakas ang aking patotoo?
Ni Elder Ronald A. Rasband

73 Huwag Maglaro ng Apoy!
Ni Jean B. Bingham
Kung pinaglalaruan mo ang isang mapanganib na bagay, maaari kang masaktan!

74 Lahat ng Anak ng Diyos
Ni Julie Cornelius-Huang
Nagsimba si Iren sa simbahan ng kanyang lolo sa unang pagkakataon—pero hindi ito katulad ng alin-mang simbahan na nakita na niya.

76 Mga Kuwento tungkol kay Jesus: Si Jesus ay Mabait
Ni Kim Webb Reid

79 Pahinang Kukulayan: Maaari Akong Maging Mabait

SETYEMBRE 2017 TOMO 20 BLG. 9
LIAHONA 14449 893

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

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

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

Patnugot: Joseph W. Sitati
Mga Assistant na Patnugot: Randall K. Bennett, Carol F. McConkie
Mga Tagapayo: Brian K. Ashton, Bonnie H. Cordon, LeGrand R. Curtis Jr., Sharon Eubank, Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopischke, Larry R. Lawrence

Namamahalang Direktor: Richard I. Heaton
Direktor ng mga Magasin ng Simbahan: Allan R. Loyborg
Business Manager: Garff Cannon

Namamahalang Patnugot: Adam C. Olson
Assistant na Namamahalang Patnugot: Ryan Carr
Publications Assistant: Cremilda Amaral
Writing at Editing Team: Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Anne Selu, Marissa Widdison

Namamahalang Direktor sa Sining: J. Scott Knudsen
Direktor sa Sining: Tadd R. Peterson
Disenyo: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas Child, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune
Tagapamahala sa Produksyon: Jane Ann Peters
Production Team: Ira Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Derek Richardson
Bago Ilimbag: Joshua Dennis, Ammon Harris

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

Pagsasalin: Maria Paz San Juan

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

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

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

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

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

For Readers in the United States and Canada: September 2017 Vol. 20 No. 9. LIAHONA (USPS 311-480) Tagalog (ISSN 1096-5165) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is $10.00 per year; Canada, $12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone or at store.lds.org. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

MARAMI PANG IBA ONLINE

MGA ICON MULA SA GETTY IMAGES

MGA PAKSA SA ISYUNG ITO

Ang mga numero ay kumakatawan sa unang pahina ng artikulo.

Adiksyon, *42*
Aklat ni Mormon, *42, 43, 52, 56, 58, 80*
Ama sa Langit, *28, 48, 50, 63, 64*
Buhay bago isilang sa mundo, *28*
Espiritu Santo, *7, 64, 73*
Gawaing misyonero, *10*
Ibang mga relihiyon, *67, 74*
Jesucristo, *7, 14, 44, 56*
Kabaitan, *14, 22, 34, 76, 79*
Kalayaan, *14, 28, 68*
Kaligayahan, *14, 34*
Kamatayan, *34, 40*
Mga banal na kasulatan, *52, 56, 58, 72*
Pag-aalinlangan, Pagdududa, *44*
Pagbabalik-loob, Pagbabagong-loob, *22, 38, 52, 68*
Pag-ibig, pagmamahal, *7, 10, 14, 34*
Pagkakaisa, *7, 22*
Paglilingkod, *7, 10, 34, 65, 67, 72*
Pagpapaaktibo, *10, 22, 34*
Pagsisisi, *63, 73*
Pagsunod, *73*
Pagtuturo, *10*
Panalangin, *52, 64, 72*
Pananampalataya, *28, 41, 44, 63, 64*
Pangkalahatang kumperensya, *4, 66*
Patotoo, *72*
Propeta, mga, *4*
Refugee, mga, *65*
Seminary, *65*
Tapang, lakas-ng-loob, *28, 44, 63, 68*
Trabaho, Gawain, *14*

Ni Pangulong Thomas S. Monson

MGA PROPETA NA GAGABAY SA ATIN

Ilang taon na ang nakararaan, nakaupo ako noon sa loob ng silid ng Salt Lake Temple kung saan nagpupulong ang Unang Panguluhan at ang Korum ng Labindalawang Apostol minsan sa isang linggo. Tiningnan ko ang dingding na nakaharap sa Unang Panguluhan, at nakita ko doon ang larawan ng bawat isa na mga Pangulo ng Simbahan.

Habang tinitingnan ko ang mga iyon, na mga nauna sa akin—mula kay Propetang Joseph Smith (1805–44) hanggang kay Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008)—naisip ko, "Napakalaki ng pasasalamat ko sa patnubay ng bawat isa."

Sila ay magigiting na kalalakihan na hindi kailanman nag-alinlangan, hindi kailanman natinag, at hindi kailanman nabigo. Sila ay mga tao ng Diyos. Habang iniisip ko ang mga propeta sa makabagong panahon na nakilala at minahal ko, naaalala ko ang buhay nila, ang mga katangian nila, at ang mga inspiradong turo nila.

Si Pangulong Heber J. Grant (1856–1945) ang Pangulo ng Simbahan noong ipanganak ako. Habang pinag-iisipan ko ang kanyang buhay at mga turo, naniniwala ako na ang isang katangian na ipinakita ni Pangulong Grant ay ang pagiging masigasig—masigasig sa mga bagay na mabuti at marangal.

Si Pangulong George Albert Smith (1870–1951) ang Pangulo ng Simbahan noong panahong naglilingkod ako bilang bishop ng aming ward sa Salt Lake City. Napansin niya na may malaking tug-of-war o hatakan na nangyayari sa pagitan ng Panginoon at ng kaaway. "Kung mananatili kayo sa panig ng Panginoon," pagtuturo niya, "kayo ay sasailalim sa kanyang impluwensya at hindi ninyo hahangaring gumawa ng mali."[1]

Tinawag akong maglingkod bilang miyembro ng Korum ng Labindalawa noong 1963 ni Pangulong David O. McKay (1873–1970). Itinuro niya ang pagsasaalang-alang sa iba sa paraan ng kanyang pamumuhay. "Ang pagiging tunay na Kristiyano," sabi niya, "ay pag-ibig na kumikilos."[2]

Si Pangulong Joseph Fielding Smith (1876–1972), isa sa mga pinakamalikhaing manunulat ng Simbahan, ay may panuntunang gumagabay sa kanyang kahusayan sa ebanghelyo sa kanyang buhay. Wala siyang tigil sa pagbabasa ng mga banal na kasulatan at pamilyar sa mga turo at doktrina na matatagpuan sa loob ng mga pahina nito kumpara sa iba pang nakilala ko.

Si Pangulong Harold B. Lee (1899–1973) ay naglingkod bilang stake president ko noong bata pa ako. Isang paboritong sipi niya ang "Tumayo kayo sa mga banal na lugar, at huwag matinag."[3] Hinikayat niya ang mga Banal na iayon ang kanilang sarili, at tumugon, sa mga bulong ng Espiritu Santo.

Naniniwala ako na ang isang alituntuning gumagabay sa buhay ni Pangulong Spencer W. Kimball (1895–1985) ay dedikasyon. Lubusan at walang pasubali niyang inilaan ang kanyang sarili sa Panginoon. Matapat din niyang ipinamuhay ang ebanghelyo.

Noong si Pangulong Ezra Taft Benson (1899–1994) ang naging Pangulo ng Simbahan, tinawag niya akong maglingkod bilang kanyang Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan. Pag-ibig ang kanyang panuntunan, na makikita sa kanyang paboritong sipi, na binigkas ng Tagapagligtas: "Anong uri ng mga tao ba nararapat kayo? Katotohanang sinasabi ko sa inyo, maging katulad ko."[4]

Si Pangulong Howard W. Hunter (1907–95) ay isang taong laging tumitingin sa pinakamabuting katangian

PAGLALARAWAN NI SCOTT LAW

ng iba. Palagi siyang magalang; palagi siyang mapagpakumbaba. Pribilehiyo ko na maglingkod bilang kanyang Pangalawang Tagapayo.

Itinuro ni Pangulong Gordon B. Hinckley sa atin na gawin ang lahat ng ating makakaya. Nagbigay siya ng malakas na patotoo tungkol sa Tagapagligtas at sa Kanyang misyon. Tinuruan niya tayo nang may pagmamahal. Ang paglilingkod bilang kanyang Unang Tagapayo ay isang karangalan at pagpapala sa akin.

Ang Tagapagligtas ay nagsusugo ng mga propeta dahil mahal Niya tayo. Sa pangkalahatang kumperensya ngayong Oktubre, ang mga General Authority ng Simbahan ay magkakaroon muli ng pribilehiyong ibahagi ang Kanyang salita. Itinuturing namin ang responsibilidad na ito nang buong taimtim at pagpapakumbaba.

Napakapalad natin na naipinanumbalik ang Simbahan ni Jesucristo sa mundo at nakasalig ang Simbahan sa bato ng paghahayag. Ang patuloy na paghahayag ang pinaka-daluyan ng buhay ng ebanghelyo ni Jesucristo.

Nawa'y maghanda tayong tumanggap ng personal na paghahayag na makukuha nang sagana sa panahon ng pangkalahatang kumperensya. Nawa'y mapuspos ang ating mga puso ng matinding determinasyon habang nakataas ang ating mga kamay para sang-ayunan ang mga buhay na propeta at apostol. Nawa'y maliwanagan, mapasigla, mapanatag, at mapalakas tayo habang nakikinig tayo sa kanilang mga mensahe. At nawa'y maging handa tayong mangakong muli sa Panginoong Jesucristo—sa Kanyang ebanghelyo at sa Kanyang gawain—at mamuhay nang may panibagong determinasyon na sundin ang Kanyang mga kautusan at isagawa ang Kanyang kalooban. ■

MGA TALA

1. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: George Albert Smith* (2011), 211.
2. *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: David O. McKay* (2004), 208.
3. Doktrina at mga Tipan 87:8.
4. 3 Nephi 27:27.

PAGTUTURO MULA SA MENSAHENG ITO

Ibinahagi ni Pangulong Monson ang makapangyarihang mga aral na natutuhan niya mula sa mga propetang nauna sa kanya. Ipinaalala rin niya sa atin na "ang Tagapagligtas ay nagsusugo ng mga propeta dahil mahal Niya tayo." Sa paglilingkod sa inyong mga tinuturuan, maaari ninyong talakayin kung paanong ang mga propeta at apostol ay tanda ng pagmamahal ng Diyos sa atin.

Pag-isipang ibahagi ang payo mula sa isa sa mga mensahe noon ni Pangulong Monson sa pangkalahatang kumperensya. Anyayahan ang mga tinuturuan mo na maghanda para sa pangkalahatang kumperensya sa pamamagitan ng pagrepaso sa mga mensahe na lalong nagpasigla sa kanila at nakatulong sa kanila na madama ang pagmamahal ng Tagapagligtas.

MGA KABATAAN

Salamat, O Diyos, sa Aming Propeta

Maaari mong i-download ang musika para sa "We Thank Thee, O God, for a Prophet" sa lds.org/go/9176.

Paano nakaimpluwensya sa iyo ang ating propeta, si Pangulong Thomas S. Monson? Ano ang pinakamaaalala mo tungkol sa kanya? Pag-isipang isulat sa iyong journal ang tungkol kay Pangulong Monson at sa kanyang buhay—tulad ng paglalarawan niya sa naaalala *niyang* impluwensya ng bawat propeta sa mensaheng ito.

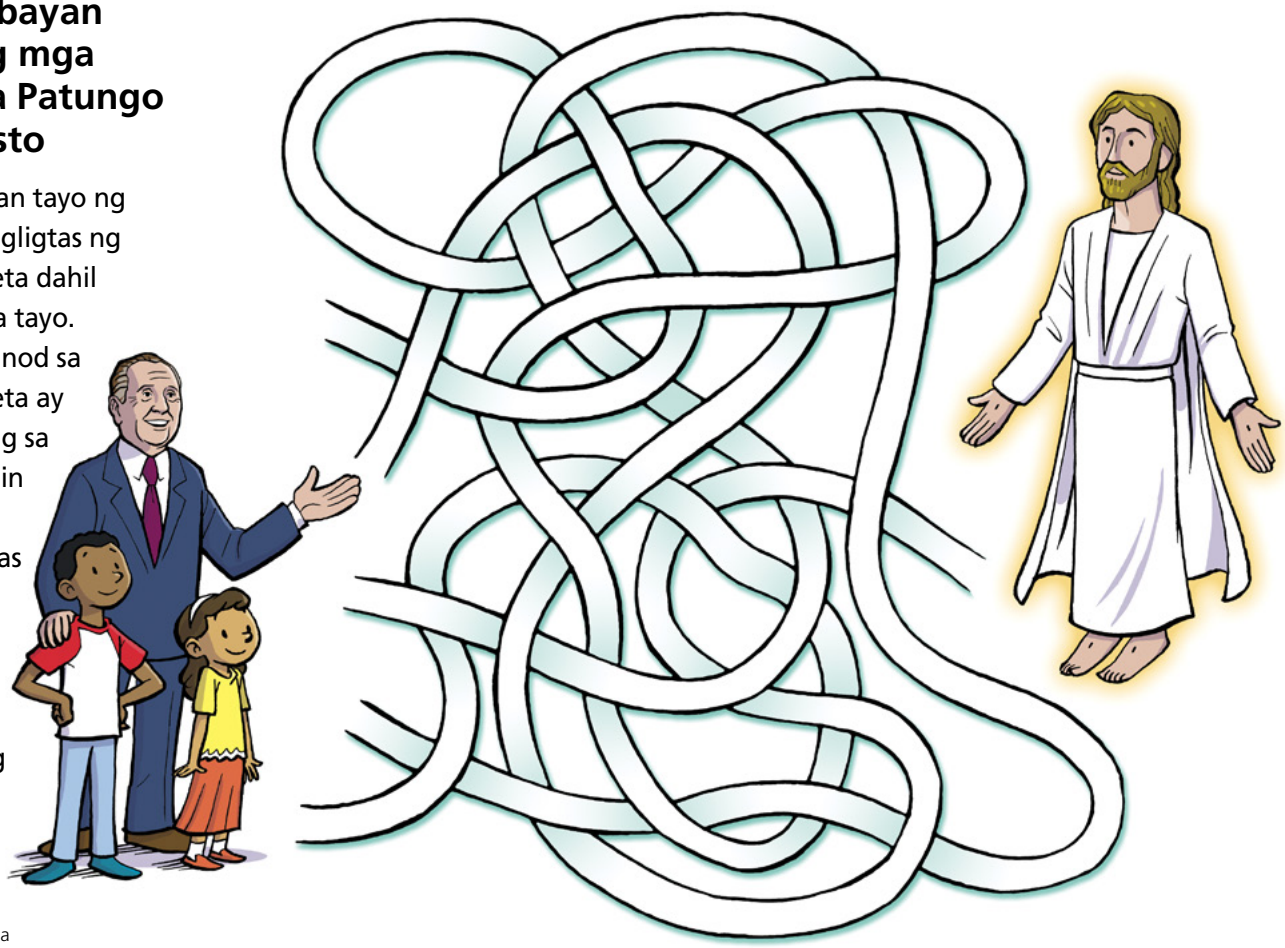
Maaari ka ring pumili ng isang paboritong quote o sipi mula sa kanya at isulat ito at ilagay sa lugar na makikita mo nang madalas, tulad sa isang school binder o isang note sa iyong silid. Maaari mo ring kuhanan ng retrato ang quote o sipi at gawin itong background ng iyong cellphone! Sa tuwing nakikita mo ang quote o sipi, maaari mong pagnilayan ang kahalagahan ng buhay na propeta at tandaan na narito siya para mahalin at gabayan tayo ngayon.

LARAWANG KUHA NI PEGGY MARIE FLORES

MGA BATA

Ginagabayan Tayo ng mga Propeta Patungo kay Cristo

Binibigyan tayo ng Tagapagligtas ng mga propeta dahil mahal Niya tayo. Ang pagsunod sa mga propeta ay tumutulong sa atin na piliin ang tama. Aling landas ang dapat tahakin ng mga bata para sundin ang propeta?



PAGLALARAWAN NI ADAM KOFORD

MENSAHE SA VISITING TEACHING

May Isang Puso

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

UPANG TAYO AY MAGING ISA, NI J. KIRK RICHARDS

Pananampalataya
Pamilya
Kapanatagan

"At tinawag ng Panginoon ang kanyang mga tao na Sion, sapagkat sila ay may isang puso at isang isipan, at namuhay sa kabutihan; at walang maralita sa kanila" (Moises 7:18). Paano tayo magkakaisa?

Sinabi ni Elder M. Russell Ballard ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Sa gitna ng salitang Ingles na *atonement* ay ang salitang *one o isa*. Kung mauunawaan ito ng buong sangkatauhan, walang sinuman na hindi natin pahahalagahan, anuman ang edad, lahi, kasarian, relihiyon, o katayuan niya sa lipunan at kabuhayan. Sisikapin nating tularan ang Tagapagligtas at di kailanman magiging masama, walang malasakit, walang paggalang, o di-sensitibo sa iba."[1]

Itinuro ni Pangulong Henry B. Eyring, Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan: "Kapag sumasa mga tao [ang] Espiritu, makaaasa [sila] na magkakaroon ng pagkakasundo. . . . Ang Espiritu ng Diyos ay hindi nag-uudyok ng pagtatalo kailanman (tingnan sa 3 Nephi 11:29). . . . Nagdudulot ito ng kapanatagan sa bawat tao at ng pagnanais na makiisa sa kapwa-tao."[2]

Sa pagsasalita tungkol sa mga hamon sa pamilya, si Carole M. Stephens, na naging Unang Tagapayo sa Relief Society General Presidency, ay nagsabing: "Hindi ako nakaranas ng diborsyo, ng sakit at pagkaligalig ng isang inabandona, o ng responsibilidad ng inang mag-isang nagtataguyod ng pamilya. Hindi ko naranasang mamatayan ng anak, hindi magkaanak, o hindi pa ako naakit sa kapwa ko babae. Hindi ko naranasang maabuso o magkaroon ng paulit-ulit na sakit o adiksyon. Hindi ito ang mga pagsubok na ibinigay sa akin.

". . . Ngunit dahil sa *aking* sariling mga pagsubok . . . nakilala ko nang ganap ang Taong nakauunawa. . . . Maliban diyan, naranasan ko ang lahat ng pagsubok na nabanggit ko sa naging karanasan ng aking anak, ina, lola, kapatid, tiya, at kaibigan.

"Ang ating oportunidad bilang pinagtipanang anak na babae ng Diyos ay hindi lang ang matuto mula sa sarili nating mga pagsubok sa buhay; ito ay upang magkaisa tayo nang may pagdamay at habag habang tinutulungan natin ang iba pang miyembro ng pamilya ng Diyos sa kanilang mga paghihirap."[3]

Mga Karagdagang Banal na Kasulatan at Impormasyon

Juan 17:20–23; Mga Taga Efeso 4:15; Mosias 18:21–22; 4 Nephi 1:15
reliefsociety.lds.org

MGA TALA

1. M. Russell Ballard, "Ang Pagbabayad-sala at ang Kahalagahan ng Isang Kaluluwa," *Liahona,* Mayo 2004, 86.
2. Henry B. Eyring, "That We May Be One," *Ensign,* Mayo 1998, 67.
3. Carole M. Stephens, "Ang Pamilya ay sa Diyos," *Liahona,* Mayo 2015, 11–12.

Isipin Ito

Paano nakatutulong ang pagkakaisa ng bawat isa para maging kaisa ng Diyos?

NOTEBOOK NG KUMPERENSYA NG ABRIL 2017

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

Habang nirerebyu mo ang pangkalahatang kumperensya ng Abril 2017, magagamit mo ang mga pahinang ito upang tulungan kang pag-aralan at ipamuhay ang mga itinuro kamakailan ng mga buhay na propeta at apostol at ng iba pang mga pinuno ng Simbahan.

TAMPOK NA DOKTRINA

Ang Panguluhang Diyos

"Dahil nasa atin ang katotohanan tungkol sa Panguluhang Diyos at sa kaugnayan natin sa Kanila, sa layunin ng buhay, at sa katangian ng ating walang hanggang tadhana, nasa atin ang pinakamaaasahang gabay at tiyak na kaligtasan sa ating paglalakbay sa mortalidad. Alam natin kung sino ang sinasamba natin at kung bakit tayo sumasamba. Alam natin kung sino tayo at ano ang kahihinatnan natin (tingnan sa D at T 93:19). Alam natin kung sino ang kumikilos upang maging posible ang lahat ng ito, at alam natin kung ano ang dapat nating gawin upang matamasa ang mga pinakadakilang pagpapalang darating sa pamamagitan ng plano ng kaligtasan ng Diyos. Paano natin nalaman ang lahat ng ito? Nalaman natin ito mula sa mga paghahayag ng Diyos sa Kanyang mga propeta at sa bawat isa sa atin."

Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Ang Panguluhang Diyos at ang Plano ng Kaligtasan," *Liahona,* Mayo 2017, 103.

PANGAKO NG PROPETA

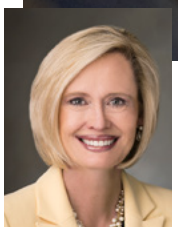
PANANAWAGAN SA MGA KAPANGYARIHAN NG LANGIT

"Itinuturo sa atin ng mga banal na kasulatan na ang matwid na paggamit ng priesthood ay nakasalalay sa pamumuhay natin ng mga alituntunin ng kabaitan, pag-ibig sa kapwa-tao, at pagmamahal. . . .

"Suriin natin ang ating buhay at magpasiyang sundin ang halimbawa ng Tagapagligtas sa pagiging mabait, mapagmahal, at may pag-ibig sa kapwa-tao. Sa paggawa natin nito, mas makakapanawagan tayo sa mga kapangyarihan ng kalangitan para sa ating sarili, para sa ating mga pamilya, at para sa mga kasama nating manlalakbay sa kung minsan ay mahirap na paglalakbay pabalik sa ating tahanan sa langit."

Pangulong Thomas S. Monson, "Kabaitan, Pag-ibig sa Kapwa-tao, at Pamamahal," *Liahona,* Mayo 2017, 66, 67.

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



NAKASENTRO KAY CRISTO

" 'Tumiwala sa Panginoon ng buong puso mo; at huwag kang manalig sa iyong sariling kaunawaan' [Mga Kawikaan 3:5–6]. . . .

". . . Sa Ingles ang kahulugan ng salitang *lean* ay pisikal na pagpaling o pagkiling sa isang panig. Kapag tayo ay *pisikal* na pumaling sa isang panig o sa kabila, nawawala tayo sa gitna, nawawalan tayo ng balanse, at tumatagilid tayo. Kapag *espirituwal* tayong nakapaling sa ating sariling kaunawaan, napapalayo tayo sa ating Tagapagligtas. . . .

". . . Bawat isa sa atin ay maaaring magtiwala sa Panginoon at *huwag* manalig [sa ating sariling kaunawaan]. Maitutuon natin ang ating buhay sa Tagapagligtas kapag nakilala natin Siya, at gagabayan Niya ang ating landas."

Bonnie H. Cordon, Unang Tagapayo sa Primary General Presidency, "Tumiwala Ka sa Panginoon at Huwag Kang Manalig sa Iyong Sariling Kaunawaan," *Liahona*, Mayo 2017, 6, 9.

PAGHAHANAP NG MGA PAGKAKATULAD

Tunay na Pagkadisipulo

Kung minsan ay hindi lang isang tagapagsalita ang nagbibigay ng mensahe tungkol sa iisang paksa ng ebanghelyo. Narito ang sinabi ng tatlong tagapagsalita tungkol sa pagiging tunay na disipulo ni Cristo. Gamitin ang isyu ng Mayo 2017 o bisitahin ang conference.lds.org para mabasa ang iba pang sinabi nila.

- "Ang tunay na mga disipulo ni Jesucristo ay handang lumantad, magsalita, at maiba sa mga tao sa mundo. Sila ay hindi walang takot, tapat, at matapang." —Russell M. Nelson, "Paghugot ng Lakas kay Jesucristo sa Ating Buhay," 39.
- "Ang tunay na pagkadisipulo ay isang kalagayan. . . . Ang mga disipulo ay namumuhay sa paraang ang mga katangian ni Cristo ay nagiging bahagi ng kanilang pagkatao, na parang espirituwal na tapestry o tapiserya." —Robert D. Hales, "Pagiging Disipulo ng Ating Panginoong Jesucristo," 46.
- "Ang pagmamahal natin para sa araw ng Sabbath ay hindi nagwawakas sa pagsasara ng mga pintuan ng chapel kundi nagbubukas ito ng mga pintuan para sa isang magandang araw ng pahinga mula sa araw-araw na gawain, pag-aaral, pagdarasal, at pagtulong sa pamilya at sa ibang nangangailangan ng ating pansin." —Neil L. Andersen, "Pagdaig sa Sanlibutan," 58.

SINO ANG NAGSABI NITO?

1. "Ang nagsisising makasalanan ay mas napapalapit sa Diyos kaysa sa taong nagmamalinis na lumalait sa makasalanan."

   _____

2. "Ang humihikayat na itaas ang tinig ng babala ay pag-ibig—pag-ibig sa Diyos at sa kapwa-tao. Ang mag-babala ay magmalasakit."

   _____

3. "Kung ang pagmamahal ng Diyos ang himig ng awiting kinakanta nating lahat, tiyak na ang kailangang-kailangang tono nito ay ang ating pagsunod sa Kanya."

   _____

4. "Bihira noon ngunit nakasisiyang eksepsyon para sa mga kabataan na magdala ng mga pangalan ng kanilang sariling mga ninuno sa templo. Ngayon ay karaniwan na ito."

   _____

Mga Sagot: (1) Dale G. Renlund, (2) D. Todd Christofferson, (3) Jeffrey R. Holland, (4) Henry B. Eyring

PAGMAMAHAL AT CHOCOLATE CAKE: ANO ANG IBIBIGAY MO PARA MAIBALIK SILA?

Ni Devin G. Durrant
Unang Tagapayo sa Sunday School General Presidency

Si Sister Babata Sonnenberg ay pinanghinaan ng loob. Bilang isang bata pang ina na may limang anak na babae na wala pang walong taong gulang, nagulat siya nang tawagin siya sa kanyang ward para magturo sa klase ng mga 16- hanggang 17-taong gulang sa Sunday School. Nang mga ilang buwan na siya sa kanyang tungkulin, natuklasan niya na paiba-iba ang bilang ng dumadalo sa klase at karaniwan ay iilan lang ang naroon. Isang araw ng Linggo isang binatilyo lang ang dumalo sa klase. Sa halip na isang estudyante lang ang turuan, isinama niya ang klase niya sa iba. Handa na sana siyang sumuko. Ngunit nang pag-isipan at ipagdasal niya ang kanyang nakalulungkot na sitwasyon, dumating ang inspirasyon, at nagbago ang kanyang saloobin.

Ang Pagsisikap ng Team

Ang asawa niyang si Ken, ang ward mission leader noon. Nahikayat silang dalawa na pagsamahin ang kanilang mga pagsisikap para matulungan ang mga kabataan ng ward. Gagawa siya ng chocolate cake, at aanyayahan ni Ken ang mga kabataan sa ward na pumunta sa bahay nila tuwing Linggo ng gabi para kumain ng cake at talakayin ang mga paghahanda sa misyon. Habang kinakain ng mga tinedyer ang kanyang cake, inaanyayahan sila ni Sister Sonnenberg sa kanyang klase sa Sunday School.

Dahil sa "matamis" na paanyayang ito, dumami ang mga dumadalo sa klase ng Sunday School. Ngunit ang isang binatilyo, si Nate, ay hindi nahikayat ng paulit-ulit na imbitasyon. Naramdaman ni Sister Sonnenberg na naliligaw ang isa sa kanyang mga tupa. Ang kanyang tugon sa damdaming iyon ay "hahanapin ang nawala, hanggang sa ito'y [matagpuan]" (Lucas 15:4). Kaya sa halip na pabayaan na lang si Nate, nakaisip si Sister Sonnenberg ng plano.

Mga Pagbisita sa Tahanan

Isang Linggo ng gabi nagpunta siya sa bahay ni Nate. Dinatnan niya si Nate na kasama ang isa pang miyembro ng kanyang klase, na hindi rin dumalo nang araw na iyon. Sinabi niya sa dalawa na nangungulila siya sa kanila sa klase at itinuro sa kanila ang lesson nang oras ding iyon. Naantig ang ama ni Nate, na kare-release lang bilang bishop ng ward, sa pagtitiyaga ng gurong ito. Nagpadala siya ng text message sa asawa nito na nagsasabing: "Ken, pakisabi sa asawa mo salamat, galing sa akin. Ang pagpunta rito at pagtuturo kina Nate at McKay ay inspirado."

Gayunman, nang sumunod na Linggo pinili ulit ni Nate na hindi dumalo sa Sunday School. Kaya muling nagpunta si Sister Sonnenberg sa kanyang tahanan para magtalakayan sila tungkol sa ebanghelyo. Naisip ni Nate na maaaring mangyari iyon, at nagpunta siya sa bahay ng kaibigan para magtago. Natagpuan siya ni Sister Sonnenberg mga ilang bahay mula sa kanyang tahanan at doon ibinahagi ang lesson.

Sa huli, nagpasiya si Nate na bumalik sa kanyang klase sa Sunday School.

BACKGROUND MULA SA GETTY IMAGES

Ano ang Nakapagpabalik sa Kanya?

Bakit bumalik si Nate?

Ang chocolate cake ba na inihahain ni Sister Sonnenberg sa kanyang tahanan?

Ang pagbisita ba niya sa tahanan ni Nate (at sa bahay ng kapitbahay) para hanapin siya?

Ang panghihikayat ba ng mga kaibigan at pamilya na magsimba?

O ang pagmamahal na nadama niya mula kay Sister Sonnenberg, na kanyang guro sa Sunday School?

Ang sagot ay malamang na ang lahat ng ito. Para sa mga kadahilanang ito at higit pa, nagsimulang palagiang dumalo si Nate sa Sunday School, kasama ang kanyang mga kaibigan.

Ang Natitirang Bahagi ng Kuwento

Kaya hayaang tapusin ko ang kuwento. Dahil sa nadama ni Nate tungkol sa kanyang guro sa Sunday School, hindi niya pinalampas ang pagkakataong bilhan siya ng mga tsokolate nang makita niya ito kalaunan sa mall. Si Sister Sonnenberg, na nagpakita sa kanya ng labis na pagmamahal, ay tumanggap ng pagmamahal mula kay Nate.

Hindi naglaon, noong Setyembre 2015, natapos ni Nate ang kanyang aplikasyon sa misyon at ngayon ay naglilingkod sa Mississippi Jackson Mission.

Ang iba pang mga miyembro ng klase na hirap noong dumalo sa Sunday School ay nagpasiya rin na magsipagmisyon. Limang kabataang lalaki at tatlong kabataang babae na dumalo sa klase ni Sister Sonnenberg sa Sunday School na mga 16- hanggang 17-taong gulang noong siya pa ang guro ang nakapagmisyon, o nasa misyon ngayon, at may ilan pa na maaaring magmisyon din.

CARD AT PHOTO FRAME MULA SA GETTY IMAGES

Tulungan ang mga Hindi Dumadalo sa Klase

Kasama sa "Mahalin ang mga Tinuturuan Mo," bahagi 1 ng *Pagtuturo sa Paraan ng Tagapagligtas,* ang paksa ng talakayan na may pamagat na "Tulungan ang mga Hindi Dumadalo sa Klase." Mababasa sa paksa na: "Ang pagtulong sa mga di-gaanong aktibong miyembro ay hindi lamang tungkulin ng isang home teacher, visiting teacher, o priesthood o auxiliary leader—makakatulong din ang mga guro sa gawaing ito. Ang pagtuturo ay higit pa sa pag-lalahad ng lesson tuwing Linggo. Kabilang dito ang paglilingkod nang may pagmamahal at pagtulong sa iba na matanggap ang mga pagpapala ng ebanghelyo, at ang tulong na ito ang kadalasang kailangan mismo ng di-gaanong aktibong miyembro. Kailangang magtulungan tayong lahat para matulungan ang mga nahihirapan, at bilang guro, maaaring nasa kakaibang kalagayan ka para tumulong."[1]

Kinilala ni Sister Sonnenberg ang kakaibang posisyon niya para matulungan ang mga miyembro ng kanyang klase. Siya ay biniyayaan ng lingguhang pagkakataon para maantig ang kanilang puso, at determinado siyang gawin ito—sa kanyang klase man o sa kanilang mga tahanan. Malinaw na ang lahat ng guro ay maaaring wala sa posisyon para bisitahin ang mga tahanan ng mga taong hindi dumadalo sa klase sa bawat linggo, ni hindi ito laging posible, ngunit lahat tayo ay may magagawa, kahit maliit lang na bagay, para maipakita ang pagmamahal sa mga taong ipinagkatiwala sa atin. Alalahanin ang mga salita ni propetang Alma: "Sa pamamagitan ng maliliit at mga karaniwang bagay ay naisasakatuparan ang mga dakilang bagay" (Alma 37:6).

Mag-anyaya nang May Pagmamahal

Kasama sa bahaging "Mag-anyaya nang May Pagmamahal" ng parehong paksa ng talakayan ang pananaw na ito: "Ang mga taos-pusong pagpapahayag ng pagmamahal na katulad ng kay Cristo ay may malaking kapangyarihang palambutin ang puso ng mga miyembro ng klase na nahihirapan sa ebanghelyo. Kadalasan ay kailangan lang malaman ng mga taong ito na sila ay kailangan at minamahal."[2]

Bunga ng mga pagsisikap ni Sister Sonnenberg na tulungan si Nate, nadama ni Nate na siya ay kailangan at minamahal. Bilang mga full-time missionary, si Nate at ang kanyang mga kaklase ngayon ay may pagkakataong tulungan ang iba na madama ang gayunding pagmamahal ni Cristo. Napakalaking pagpapala na maaalala at matutularan nila ang halimbawa ng kanilang guro sa Sunday School.

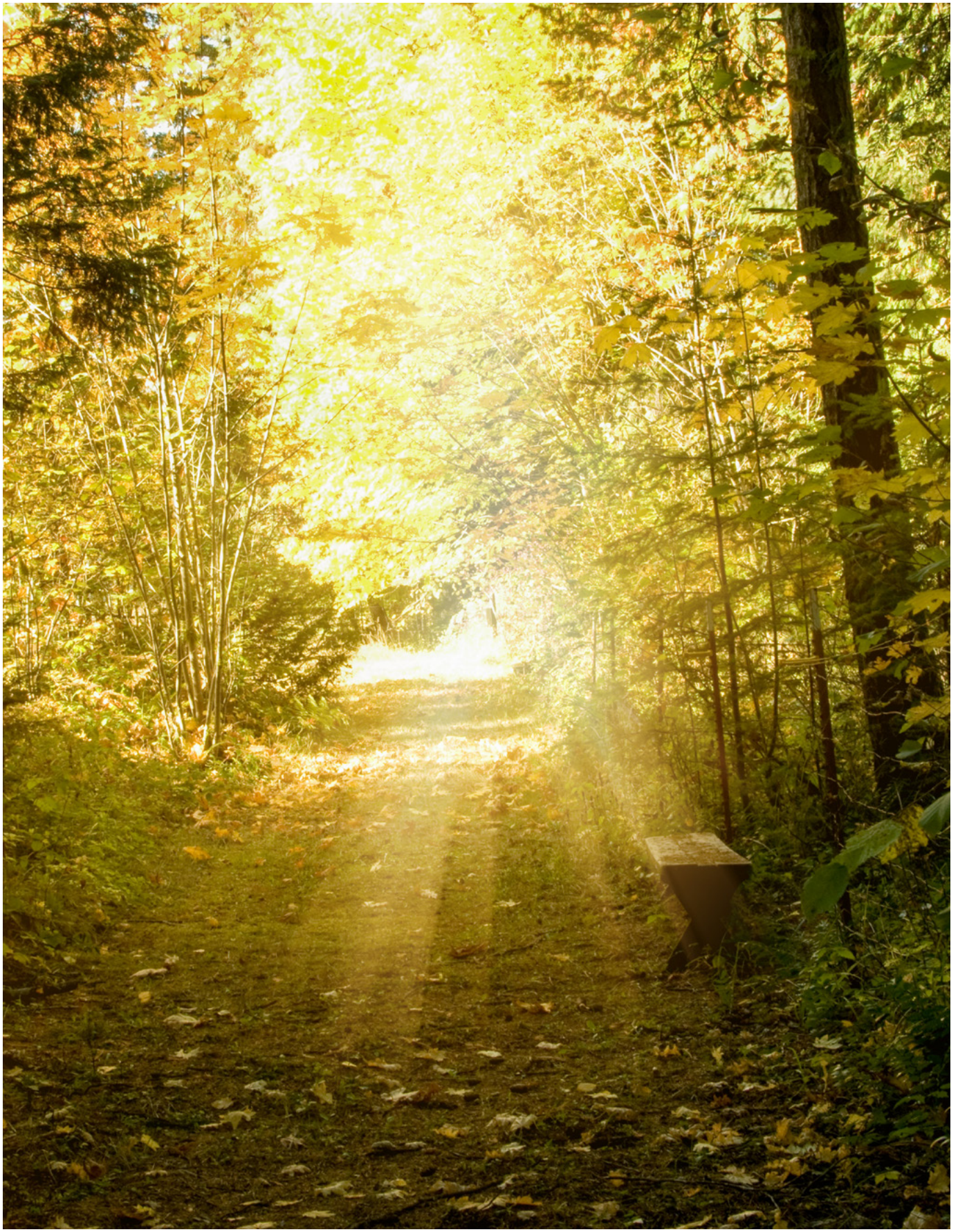
Hanggang sa Masumpungan ang Nawawala

Bilang General Sunday School Presidency, nagpapasalamat kami sa mga Sunday School teacher sa buong mundo na, sa iba't ibang paraan, ay inaanyayahan ang mga miyembro ng kanilang klase na lumapit kay Cristo. Dalangin namin na pagpalain kayo ng Panginoon sa inyong pagsisikap na mahalin ang mga tinuturuan ninyo, at dahil sa pagmamahal na iyon, ay "hahanapin ang nawawala, hanggang sa masumpungan [ninyo] sila"—tulad ng ginawa Niya noong Kanyang mortal na ministeryo. ■

MGA TALA

1. *Pagtuturo sa Paraan ng Tagapagligtas* (2016), 9, teaching.lds.org.
2. *Pagtuturo sa Paraan ng Tagapagligtas,* 9.

Para malaman pa ang tungkol sa pagtuturo sa paraan ng Tagapagligtas, maaari ninyong panoorin ang video na "Love Those You Teach," na matatagpuan sa **teaching.lds.org,** pati ang iba pang *Teaching in the Savior's Way* na mga video.



Ni Elder Jeffrey R. Holland
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

ANG LANDAS NG EBANGHELYO TUNGO SA Kaligayahan

Si Jesucristo "ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay." Walang sinumang magkakaroon ng tunay na kaligayahan maliban sa pamamagitan Niya.

Sa katagang tiyak kong maraming beses na ninyong narinig, minsang sinabi ni Propetang Joseph Smith (1805–44) na, "Kaligayahan ang pakay at layon ng ating pag-iral; at ito ang magiging katapusan nito, kung hahanapin natin ang landas tungo dito."[1]

Ang karapat-dapat na paghahanap ng kaligayahan ang nais kong talakayin. Pansinin na sinabi kong, "paghahanap ng kaligayahan," hindi kaligayahan mismo. Alalahanin ang piniling pananalita ni Propetang Joseph: binanggit niya na ang landas tungo sa kaligayahan ang susi sa pagkakamit ng mithiing iyon.

Hindi na bago ang paghahanap na ito. Isa ito sa mga pinakamalahagang mithiin ng sangkatauhan sa lahat ng panahon. Isa sa mga pinakamatalinong palaisip ng Kanlurang bahagi ng mundo ang minsang nagsabi na ang kaligayahan ang kahulugan at layunin ng buhay, ang buong layunin at wakas ng buhay ng tao.[2]

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Sinabi ni Henry David Thoreau, "Ang kaligayahan ay tulad ng isang paru-paro; kapag lalo mo itong hahabulin, lalo itong lumalayo sa iyo, ngunit kung itutuon mo ang iyong pansin sa ibang bagay, ito ay lalapit at dahan-dahang dadapo sa balikat mo."

Iyan si Aristotle, ngunit pansinin kung paanong natutulad ang kanyang pahayag sa sinabi ni Propetang Joseph—halos eksakto ang mga kataga. Sa mga unang linya ng U.S. Declaration of Independence, habambuhay na naipreserba ni Thomas Jefferson kapwa ang ating personal at pulitikal na mga hangarin sa pamamagitan ng habampanahong pag-uugnay (kahit sa Amerika lamang) ng tatlong hindi maipagkakait na karapatan ng "Buhay, Kalayaan at ang paghahanap ng Kaligayahan." Ngunit pansinin sa kahangahangang troika na ito na hindi ang kaligayahan ang karapatan (tulad ng buhay at kalayaan) kundi partikular ang *paghahanap* ng kaligayahan.

Kaya paano natin "hahanapin" ang kaligayahan, lalo na kapag tayo ay bata pa at walang karanasan at siguro bahagyang natatakot, at ang buhay na naghihintay sa atin ay tila bundok na mahirap akyatin? Kung sa bagay, isa lang ang natitiyak natin: ang kaligayahan ay hindi madaling mahanap sa diretsong pagtakbo papunta doon. Ito ay karaniwang masyadong mailap, masyadong panandalian, masyadong tuso. Kung hindi pa ninyo ito alam, malalaman ninyo sa darating na mga taon na kadalasan ang kaligayahan ay dumarating sa atin sa panahong bahagyang-bahagya lang natin inaasahan, kapag abala tayo sa paggawa ng ibang bagay. Ang kaligayahan ay halos palaging resulta ng iba pang gawain.

Si Henry David Thoreau, isa sa mga paborito kong manunulat noong nasa unibersidad pa ako, ang nagsabing, "Ang kaligayahan ay tulad ng isang paru-paro; kapag lalo mo itong hahabulin, lalo itong lumalayo sa iyo, ngunit kung itutuon mo ang iyong pansin sa ibang bagay, ito ay lalapit at dahan-dahang dadapo sa balikat mo."[3] Ito ay isa sa mga dakilang kabalintunaan ng ebanghelyo na kadalasan ay tila hindi halata, tulad ng "ang huli ay mauuna" (Mateo 19:30; D at T 29:30) at "mawalan ng buhay upang masumpungan iyon" (tingnan sa Mateo 16:25). Ang

ebanghelyo ay puno ng gayong mga kabalintunaan at di tuwirang mga mensahe, at palagay ko ang paghahanap ng kaligayahan ay isa sa mga ito. Paano natin mapabubuti ang pagkakataon nating lumigaya nang hindi natin ito tuwirang hinahanap, na magagawa nitong makawala sa atin? Hayaang buklatin ko ang pinaka-pambihirang aklat para sa ilang kasagutan.

Pamumuhay "nang Maligaya"

Ang unang 30 taon ng kasaysayan ng Aklat ni Mormon ay hindi naglalahad ng mainam na kuwento. Ang kalupitan sa loob ng pamilya nina Lehi at Saria ay naging napakatindi kaya't nahati sa dalawa ang kanilang pamilya at tuluyang nagkahiwalay. Ang isang grupo ay tumakas papunta sa ilang, nangangamba para sa kanilang buhay dahil baka maging biktima sila ng kabilang grupo na mga uhaw-sa-dugo. Nang ang unang grupo ay nanirahan sa di pa natitinag na lupain para manatiling ligtas at lumikha ng mainam na buhay sa abot ng kanilang makakaya, sinabi ng propetang-pinuno ng kalahating bahaging ito ng pamilya ng mga Nephita na sila ay "namuhay nang maligaya" (2 Nephi 5:27).

Kung iisipin ang napagdaanan nila sa loob ng 30 taon at ang alam nating naghihintay sa kanila na mga pagsubok sa hinaharap, tila masakit ang gayong komentaryo. Paano mailalarawan ang gaya nito na malayo sa turing na "kaligayahan"? Ngunit hindi sinasabi ni Nephi na maligaya sila, kahit halatang naging masaya nga sila. Ang sinasabi niya ay, sila "ay namuhay *nang maligaya.*" Kailangan kong ipaunawa sa inyo na may kahanga-hangang susi sa mga katagang iyon na makapagbubukas sa mahahalagang pagpapala para sa inyo habang kayo ay nabubuhay.

Sa palagay ko hindi layon ng Diyos sa Kanyang kaluwalhatian o ng mga anghel sa langit o ng mga propeta sa lupa na gawin tayong maligaya sa lahat ng oras, bawat araw sa bawat paraan, nalalaman na ang buhay sa mundo ay nilayon upang magsilbing pagsusulit at pagsubok. Gaya ng minsang sinabi ni Pangulong James E. Faust (1920–2007), Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan: "Ang kaligayahan ay hindi ibinibigay sa atin sa isang pakete na basta lang nating bubuksan at uubusin. Walang tao na laging masaya sa loob ng 24-oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo."[4]

Ngunit tinitiyak ko sa inyo na sa plano ng Diyos ay marami tayong magagawa para mahanap ang kaligayahang hangad natin. Maaari tayong gumawa ng ilang hakbang, makabubuo tayo ng ilang mga gawi, magagawa natin ang ilang bagay na sinasabi ng Diyos at ng kasaysayan na aakay sa atin tungo sa kaligayahan nang may pagtitiwala na *kung mamumuhay tayo sa gayong paraan,* ang paru-parong iyon ay malamang na dadapo sa ating balikat.

Sa madaling salita, ang pinakamainam na pagkakataon para maging maligaya kayo ay gawin ang mga bagay na ginagawa ng masasayang tao, mamuhay na tulad ng pamumuhay ng masasayang tao, at tahakin ang landas na tinatahak ng mga taong masaya. Kapag ginawa ninyo ito, ang mga pagkakataon ninyong makasumpong ng kagalakan sa mga sandaling di-inaasahan, at magkaroon ng kapayapaan sa lugar na di-inaasahan, at makita ang pagtulong ng mga anghel nang hindi ninyo alam na alam nila na nabubuhay kayo, ay magbabago nang husto. Narito ang limang paraan na makapamumuhay tayo "nang maligaya."

Ipamuhay ang Ebanghelyo

Higit sa lahat, ang tunay na kaligayahan, ang tunay na kapayapaan, at kahit anumang di nalalayo sa kagalakan sa banal na kasulatan ay matatagpuan una, higit sa lahat, at magpakailanman sa pamumuhay ng ebanghelyo ni Jesucristo. Maraming iba pang mga pilosopiya at sistema ng paniniwala ang nasubukan na. Sa katunayan, masasabi ko na halos *bawat* iba pang pilosopiya at sistema ay sinubukan na sa paglipas ng mga siglo ng kasaysayan. Ngunit nang itanong ng Apostol na si Tomas sa Panginoon ang madalas itanong ng mga kabataan ngayon, "Paano namin malalaman ang daan?"—na ang ibig sabihin para sa marami ay, "Paano namin malalaman ang daan para maging masaya?"—ibinigay ni Jesus ang sagot na tumataginting hanggang sa kawalang-hanggan na:

"Ako ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay. . . .

"At ang anomang inyong hingin sa aking pangalan, ay yaon ang aking gagawin. . . .

WOMAN HEALED, NI KATHLEEN PETERSON

"Kung kayo'y magsisihingi ng anoman sa pangalan ko, ay yaon ang aking gagawin" (Juan 14:5–6, 13–14).

Napakagandang pangako! Ipamuhay ang aking landas, ipamuhay ang aking katotohanan, ipamuhay ang aking buhay—mamuhay sa paraang ipinakikita ko sa inyo at itinuturo sa inyo—at anuman ang hilingin ninyo ay ibibigay, anuman ang hinahanap ninyo ay makikita ninyo, kabilang na ang kaligayahan. Ang mga bahagi ng pagpapala ay maaaring dumating kaagad, ang ilang bahagi ay maaaring dumating kalaunan, at may mga bahagi na maaaring sa langit na dumating, ngunit darating—ang lahat ng ito. Napakagandang panghihikayat niyan pagkatapos ng nakakaiyak na Lunes o puno ng luhang Martes o nakakapagod na Miyerkules! At ito ay isang pangakong may katuparan na *hindi darating sa ibang paraan* maliban sa pamamagitan ng katapatan sa walang hanggang katotohanan!

Sa mga salita ng bagong orden noon na si Elder David O. McKay (1873–1970) wala pang isang siglo ang nakararaan, hindi tulad ng kasiyahan o katuwaan o isang uri ng pagkakilig, ang tunay na "kaligayahan ay matatagpuan lamang sa pagtahak sa madalas lakarang landas ng [ebanghelyo], *makitid iyon . . . [at] matuwid [iyon],* na patungo sa buhay na walang hanggan."[5] Kaya mahalin ang Diyos at ang isa't isa, at maging tapat sa ebanghelyo ni Jesucristo.

Piliin ang Kaligayahan

Pangalawa, matutunan sa mabilis na paraang kaya ninyo na ang kaligayahan ay nasa inyong mga kamay, at wala sa mga pangyayari o sitwasyon o kapalaran o kamalasan. Bahagi iyan ng digmaan noon para sa kalayaan sa mga kapulungan ng langit. Tayo ay may mapagpipilian, tayo ay makapagpapasiya, tayo ay may kalayaan, at tayo ay makakapili, kung hindi man kaligayahan mismo, ang mamuhay nang alinsunod sa paraan nito. Ang pangulo ng U.S. na si Abraham Lincoln ay maraming dapat ikalungkot sa pinakamahirap na pamamahala na nakaharap ng isang pangulo ng Estados Unidos, pero kahit siya ay nakapag-isip na "halos lahat ng tao ay masaya ayon sa kaligayahang binuo nila sa kanilang isipan."[6]

Ang kaligayahan ay dumarating muna sa kung ano ang pumapasok sa isip mo bago pa man ito dumating sa iyo. Si Joseph Smith ay namumuhay "nang maligaya" sa isang napakalungkot na sitwasyon nang sumulat siya mula sa Liberty Jail sa mga taong nasa labas na mga biktima rin ng kawalan ng katarungan at pang-uusig:

"Puspusin ng kabanalan ang iyong mga iniisip nang walang humpay; sa gayon ang iyong pagtitiwala ay lalakas sa harapan ng Diyos. . . .

"Ang Espiritu Santo ang iyong magiging kasama sa tuwina, at ang iyong setro ay hindi nagbabagong setro ng kabutihan at katotohanan" (D at T 121:45–46).

"Puspusin ng kabanalan ang iyong mga iniisip nang walang humpay." Hindi lang iyan magandang payo laban sa makabagong salot na pornograpiya, kundi mabuting payo rin ito sa lahat ng uri ng kaisipan ng ebanghelyo, mabubuting kaisipan, makabuluhang pag-iisip, puno ng pag-asa na kaisipan. Ang mga kaisipan na puno ng pananampalataya ay magpapabago sa paraan ng pagtingin ninyo sa mga problema sa buhay at kung paano hahanapan ng solusyon ang mga ito. "Hinihingi ng Panginoon ang puso at may pagkukusang isipan" (D at T 64:34), sabi sa paghahayag.

Madalas nating iniisip na nakasalalay ang lahat ng ito sa puso; pero hindi gayon. Inaasahan ng Diyos ang nagkukusang kaisipan sa paghahanap ng kaligayahan at gayundin ng kapayapaan. Dito ituon ang inyong isipan. Lahat ng ito ay nangangailangan ng pagsisikap. Ito ay isang labanan ngunit isang labanan para sa kaligayahan na sulit ipaglaban.

Sa isang sikat na aklat ilang taon na ang nakararaan, isinulat ng awtor: "Ang kaligayahan ang bunga ng sariling pagsisikap. Ipinaglalaban mo ito, pinagsisikapan mo ito, iginigiit mo ito, at . . . [hinahanap] mo ito. Kailangan kang patuloy na makibahagi sa pagpapamalas ng sarili mong mga pagpapala. At kapag nakamit mo na ang isang estado ng kaligayahan, dapat hindi ka maging pabaya tungkol sa pagpapanatili nito, kailangan mong pagsikapang lumangoy pataas tungo sa kaligayahang

SINA JESUS AT MARIA MAGDALENA, NI KATHLEEN PETERSON

iyan . . . na manatiling nakalutang sa ibabaw nito."[7]

Gustung-gusto ko ang mga katagang "patuloy na makibahagi sa pagpapamalas ng sarili mong mga pagpapala." Huwag magsawalang-kibo. Lumangoy pataas. Mag-isip at magsalita at kumilos sa positibong paraan. Iyan ang ginagawa ng masasayang tao; iyan ay isang aspeto ng pamumuhay nang maligaya.

Maging Mabait at Kalugud-lugod

Narito ang isa pa. Sa paghahanda ng mensaheng ito, matagal akong naupo sa pagaaral na sinisikap isipin kung may nakilala ba akong masayang tao na hindi mabait o hindi kalugud-lugod na makasama. At hulaan ninyo? Wala akong maisip kahit isa—wala ni isa. Kaya dapat ninyong malaman ang dakilang katotohanang ito habang bata pa kayo: Hinding-hindi ninyo maaaring ibatay o iasa ang kaligayahan ninyo sa kalungkutan ng iba.

Kung minsan, siguro lalo na noong bata pa tayo at kulang ang tiwala sa sarili at sinisikap na maging tanyag sa mundo, iniisip natin na kung minamaliit natin nang kaunti ang isang tao, kahit paano ay mahimala tayong iaangat nito. Ganyan ang bullying o pananakot. Ganyan ang may malisyang pananalita. Ganyan ang kayabangan at pagpapaimbabaw at pagiging suplado. Marahil iniisip natin na kung tayo ay negatibo o mapamintas o salbahe, hindi masyadong mataas ang aasahan sa atin; mapapanatiling mababa ang bawat isa na puno ng kamalian, at dahil dito ang ating mga kahinaan ay hindi masyadong mapupuna.

Ang masasayang tao ay hindi negatibo o mapamintas o salbahe, kaya huwag magplano na maging bahagi ng ganoong "uri ng kaligayahan." Kung may naituro man sa akin ang buhay ko, ito ay ang kabaitan at pagiging kalugud-lugod at may positibong pananaw na puno ng pananampalataya ay mga katangian ng mga taong masasaya. Sa mga salita ni Mother Teresa, "Huwag hayaan ang sinumang lumapit sa inyo na lumisan nang hindi

Kung may naituro man sa akin ang buhay ko, ito ay ang kabaitan at pagiging kalugud-lugod at may positibong pananaw na puno ng pananampalataya ay mga katangian ng mga taong masaya.

Maging masipag at magtrabaho, pati na ang pagtatrabaho para sa at paglilingkod sa iba—isa sa magagaling na susi sa tunay na kaligayahan.

nagiging mas mabuti at mas masaya. Maging buhay na tagapagpamalas ng kabaitan ng Diyos—kabaitan sa inyong mukha, kabaitan sa inyong mga mata, kabaitan sa inyong mga ngiti, kabaitan sa inyong mainit na pagbati."[8]

Isang kaugnay na hakbang sa landas tungo sa kaligayahan ay ang iwasan ang poot, alitan, at galit sa inyong buhay. Tandaan, si Lucifer, si Satanas, na kaaway nating lahat ay gustung-gusto ang galit. Siya ang "ama ng pagtatalo, at kanyang inuudyukan ang mga puso ng tao na makipagtalo nang may galit sa isa't isa" (3 Nephi 11:29).

Matapos banggitin ang talatang iyon sa pangkalahatang kumperensya ilang taon na ang nakalilipas, sinabi ni Elder Lynn G. Robbins ng Pitumpu na, "Ang pandiwang *inuudyukan* ay parang isang resipe sa kalamidad: Ilagay ang galit sa katamtamang init, ihalo ang ilang piling salita, at pakuluin; patuloy na haluin hanggang sa lumapot; palamigin; hayaang lumamig ang damdamin sa loob ng ilang araw; isilbi nang malamig; maraming tira-tira."[9] Talagang maraming tira-tira.

Pinipinsala o sinisira ng galit ang halos lahat ng bagay na nadadantayan nito. Tulad ng sinabi ng isang tao, ang pagtatanim ng galit ay gaya ng pag-inom ng lason at paghihintay na mamatay ang isang tao. Isa itong mabagsik na asido na sisira muna sa lalagyan nito bago sirain ang bagay na pakay nito. Wala sa loob nito o sa mga kamag-anakan nitong bisyo—karahasan, galit, kapaitan, at pagkapoot—ang may kinalaman sa pamumuhay ng ebanghelyo o sa paghahanap ng kaligayahan. Palagay ko ay hindi makaiiral ang galit—o kahit paano ay yayabong at makalilibang at pagsasawaan—sa isang buhay na namumuhay "nang maligaya."

Pagsikapan Ito

Narito ang isang huling mungkahi kapag marami tayong dapat isaalang-alang. Sinabi ni Nephi na sa pagsisikap na mahanap ang kaligayahan sa kanilang bagong lupain matapos ang 30 taon ng kanilang kaguluhan, "Ako, si Nephi, ay pinapangyaring maging masisipag ang aking mga tao, at gumawa sa

pamamagitan ng kanilang mga kamay" (2 Nephi 5:17). Sa kabilang banda, ang mga taong tinakasan nila ay naging "mga tamad na tao, puno ng kalokohan at katusuhan" (2 Nephi 5:24).

Kung gusto ninyong maging masaya sa paaralan o sa misyon o sa trabaho o sa pagsasama ninyong mag-asawa—pagsikapan ito. Matutong magtrabaho. Maglingkod nang masigasig. Huwag maging tamad at puno ng kalokohan. Ang simpleng kahulugan ng katangian ni Cristo ay integridad na gawin ang tama sa tamang panahon sa tamang paraan. Huwag maging tamad. Huwag maging mapag-aksaya. "Maghangad na matuto, maging sa pamamagitan ng pag-aaral at gayon din sa pamamagitan ng pananampalataya" (D at T 88:118). Maging masipag at magtrabaho, pati na ang pagtatrabaho para sa at paglilingkod sa iba—isa sa magagaling na susi sa tunay na kaligayahan.

Ngayon, hayaang magtapos ako sa pagbanggit ng tahasang payo ni Alma kay Corianton. Taglay ang lahat ng panghihikayat na gugustuhing ibigay ng isang ama sa anak na lalaki o anak na babae, sinabi niya na sa Pagkabuhay na Mag-uli ang matatapat ay babangon sa kalagayan na "walang katapusang kaligayahan" kung saan sila "magmamana ng kaharian ng Diyos" (Alma 41:4). Sa panahong iyon, dagdag pa niya, tayo ay "magbabangon sa kaligayahan alinsunod sa [ating] pagnanais ng kaligayahan" (Alma 41:5). Ngunit mariin din siyang nagbabala: "Huwag mong ipalagay . . . na [kung walang pagsisisi] ikaw ay manunumbalik mula sa kasalanan tungo sa kaligayahan. Masdan, sinasabi ko sa iyo, *ang kasamaan ay hindi kailanman kaligayahan"* (Alma 41:10; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Ang kasalanan ang kabaligtaran ng "pamumuhay nang maligaya." Sa katunayan, ang mga taong naniniwala nang taliwas dito, sabi ni Alma, "ay walang Diyos sa daigdig, at . . . sila ay tumaliwas sa katangian ng Diyos; anupa't sila ay nasa kalagayang taliwas sa likas na kaligayahan" (Alma 41:11).

Tanggihan ang mga Paglabag

Hinihiling ko sa inyo na tanggihan ang mga paglabag upang mamuhay nang naaayon sa likas na katangian ng Diyos, na katangian ng tunay na kaligayahan. Hinihikayat ko kayo at pinupuri kayo sa inyong mga pagsisikap na "tahakin ang landas tungo rito." Hindi ninyo ito makikita sa ibang paraan.

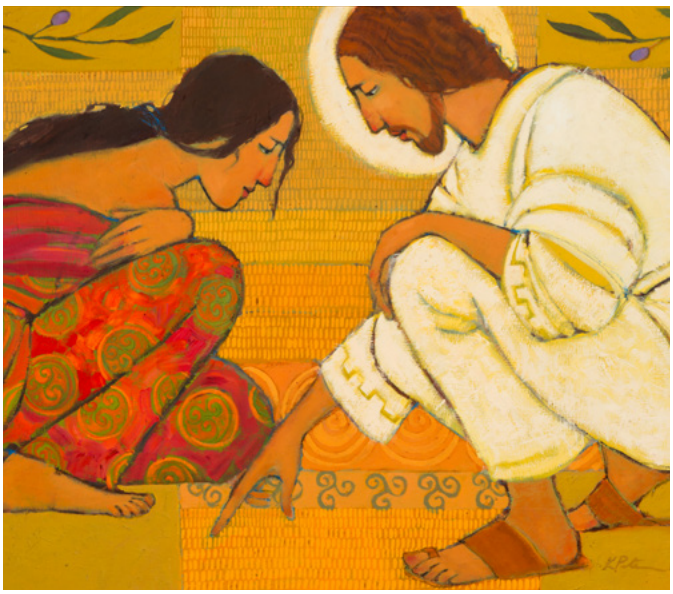
Ang aking patotoo ay na ang Diyos, ang Walang Hanggang Ama sa Langit, ay palaging hinihimok at pinapalakpakan ang inyong adhikain nang mas magiliw kaysa sa akin. Pinatototohanan ko na nais Niya kayong maging maligaya, magkaroon ng tunay na kagalakan. Pinatototohanan ko ang Pagbabayad-sala ng Kanyang Bugtong na Anak, na naglaan ng tamang landas at, kung kinakailangan, ng bagong simulain dito, ng pangalawang pagkakataon, ng pagbabago sa ating pagkatao kung kinakailangan.

Dalangin ko na malaman ninyo na si Jesucristo "ang daan, at ang katotohanan, at ang buhay" at na walang sinumang magkakaroon ng tunay na kaligayahan maliban sa pamamagitan Niya. Dalangin ko na balang-araw, sa ibang panahon, sa ibang lugar ay matanggap ninyo ang bawat mabuting hangarin ng inyong puso habang ipinamumuhay ninyo ang ebanghelyo ni Jesucristo, na namumuhay "ayon sa pamamaraan" na hahantong sa mga pagpapalang iyon. ■

Mula sa mensahe sa isang debosyonal, "Living after the Manner of Happiness," na ibinigay sa Brigham Young University–Idaho noong Setyembre 23, 2014. Para sa buong mensahe sa Ingles, magpunta sa web.byui.edu/devotionalsandspeeches.

MGA TALA

1. Joseph Smith, sa *History of the Church,* 5:134.
2. Tingnan sa Aristotle, *The Nicomachean Ethics,* isinalin ni H. Rackham (1982), 31.
3. Henry David Thoreau, *Thoreau on Nature: Sage Words on Finding Harmony with the Natural World* (2015), 72; ang siping ito ay iniuugnay din kay Nathaniel Hawthorne at sa di-kilalang may akda.
4. James E. Faust, "Our Search for Happiness," *Liahona,* Okt. 2000, 2.
5. David O. McKay, sa Conference Report, Okt. 1919, 180; idinagdag ang pagbibigay-diin.
6. Ang siping ito ay sinasabing mula kay Abraham Lincoln ayon kay Dr. Frank Crane sa *Syracuse Herald,* Ene. 1, 1914 (quoteinvestigator.com/category/frank-crane).
7. Elizabeth Gilbert, *Eat, Pray, Love: One Woman's Search for Everything Across Italy, India and Indonesia* (2006), 260.
8. Mother Teresa, sa Susan Conroy, *Mother Teresa's Lessons of Love and Secrets of Sanctity* (2003), 64.
9. Lynn G. Robbins, "Agency and Anger," *Ensign,* Mayo 1998, 80.



DETALYE MULA *SA JESUS AND THE WOMAN TAKEN,* NI KATHLEEN PETERSON

Higit pa ang Magagawa Natin:

PAGTANGGAP SA IBA sa Kawan

Narito ang apat na paraan para matulungan ninyo ang mga bagong binyag at nagbabalik-loob na mga miyembro na madamang kabilang sila.

Paunawa ng patnugot: Kahit gaano kalakas ang paniniwala ng isang tao sa ebanghelyo ni Jesucristo, ang pananatiling tapat ay maaaring mahirap para sa mga bagong binyag at nagbabalik-loob na mga miyembro kung pakiramdam nila ay parang hindi sila kabilang. Sa artikulong ito sinusuri natin ang magagawa ng mga miyembrong nasa kawan na upang mainit na tanggapin ang iba. Sa isyu ng Disyembre titingnan natin kung ano ang maaaring gawin ng mga taong nakadarama na tila hindi sila kabilang para madama nila na kabilang pala sila.

Ni Betsy VanDenBerghe

Sa loob ng isang buwan matapos ang binyag ni Melissa (pinalitan ang lahat ng pangalan) sa Gitnang-Kanluran ng Estados Unidos, siya ang nag-alay ng pambungad na panalangin sa sacrament meeting. Kinakabahan siya sa pananalangin sa publiko pero "nakadama ako ng pagtitiwala sa kakayahan kong makipagusap sa aking Ama sa Langit," paggunita niya. "Tutal, maraming taon na akong nagdarasal, lalo na noong nagiimbistiga pa lang ako sa Simbahan, at nadarama ko ang tulong sa akin ng Espiritu Santo."

Kaya nakagugulat na nakatanggap siya ng email mula sa isang miyembro ng ward na sinasabi "nang detalyado" ang lahat ng mali sa kanyang panalangin. Pagkapahiya at matinding pag-aalinlangan ang nadama ni Melissa hanggang sa madama niya na dapat niyang tawagan ang returned missionary na nagturo sa kanya. "Agad niyang tiniyak sa akin na hindi talaga tama na pintasan ako nang gayon ng miyembrong ito," sabi niya. "Sinabi rin niya di kailanman hihilingan ng bishopric ang isang miyembro, gaya ng inakala ko, para magbigay sa akin ng ganitong uri ng feedback."

Sa nadamang katiyakan, si Melissa ay nanatiling aktibo sa ward, tumanggap ng mga calling, at patuloy na pinalago ang kanyang pananampalataya. Pero inabot din ng ilang buwan bago nawala ang sakit at pagkawala ng tiwala dahil sa pagkatanggap ng email na iyon na nakapanghihina ng loob.

Sa kasamaang palad, ang kuwento ni Melissa ay hindi naiiba. Maraming bago at nagbabalik-loob na mga miyembro ang nahaharap sa malalaki ngunit kadalasan ay maiiwasan, na mga hamon dahil nadarama nila na parang hindi sila kabilang. Kung minsan kahit ang may malalakas na patotoo ay nahihirapang manatiling tapat kapag nadarama nila na hindi sila kabilang. Sa mga bagong video series kamakailan na pinamagatang *Unity in Diversity,* nagsalita ang mga lider ng Simbahan tungkol sa isyung ito, hinihikayat ang mga miyembro na maging mas sensitibo, isali ang iba, at maging magiliw sa ating mga pakikipag-ugnayan.

Makatutulong ang sumusunod na mga kuwento para ipakita kung paano natin maipamumuhay ang mga alituntuning ito bilang mga miyembro at maging tunay na mga kaibigan at magbigay ng emosyonal na suporta sa mga sabik sa taos-pusong pagtanggap sa Simbahan ng Panginoon.

Maging Kaibigan sa Pananampalataya

"Kapag may pumasok na sinuman sa pintuan ng isang kapilya, dapat na madama nila kaagad ang yakap at pagmamahal at pagpapasigla at pagbibigay-inspirasyon . . . para humayo sila at magpakabuti dahil alam nilang mahal sila ng Panginoon at may mga kaibigan sila sa kanilang pananampalataya."

—Carol F. McConkie, Unang Tagapayo sa Young Women General Presidency

Kailangan ni Melissa ng mga tunay na kaibigan, lalo na sa kanyang ward, na malalapitan niya kapag kailangan niya ng payo o tulong. Ang kanyang asawa at anak na babae ay hindi sumapi sa Simbahan na kasama niya.

"Ang pagpunta sa Simbahan at makita ang lahat ng pamilyang naroon ay talagang nagpapalungkot sa akin," sabi niya. Lahat ng tao ay palakaibigan, ngunit kahit ang kaligayahan nila ay nagbigay sa kanya ng damdamin na parang "Hindi ko kailanman matatamasa ang saya ng pagiging Mormon dahil ako lang ang may mga problema."

Bukod sa returned missionary na nagturo sa kanya, mapalad si Melissa na nariyan si Cindy, isang kaibigan online na unang nagpakilala sa kanya sa Simbahan. "Mahirap panoorin si Melissa na nahihirapan sa kanyang lugar habang nakatingin lang ako at walang magawa," paliwanag ni Cindy. "Kaya bumuo ako ng isang pribadong grupo sa Facebook na may ilang matatag, mapagmahal, at iba't ibang miyembro na tumulong at nakipagkaibigan sa kanya sa paraan na hinding-hindi ko magagawa nang mag-isa."

Hindi lamang ipinadama ng grupo kay Melissa na kabilang siya habang nakikibagay siya sa kanyang ward kundi sinagot din nito ang mga tanong tungkol sa klase ng pamumuhay at mga alalahanin ukol sa kultura. "Lumaki ako na nagsusuot ng maiikling pang-itaas at maiikling shorts," sabi ni Melissa. Pinasalamatan niya ang mga kaibigan online na nagpadala ng mga larawan ng mga damit na maaari

niyang tingnan sa mga lokal na tindahan. Ito ang naghikayat sa kanya para humingi sa kababaihan sa kanyang ward ng rekomendasyon ukol sa panonoorin matapos maging hindi komportable sa ilan sa kanyang mga koleksyon.

Sinabi ni Melissa na ang isang mahalagang aspeto ng pakikipagkaibigan ay ang paghingi niya ng payo. Ang pagbibigay ng payo na hindi naman hiningi ay parang panghihimasok sa halip na pakikisali sa grupo, isang pakikialam sa pribadong buhay na maaaring makasakit sa mga taong hindi handa para rito.

Sa huli, si Melissa ay tinawag na magturo sa Relief Society. Dahil sa kanyang tungkulin ay nagkaroon siya ng mga pagkakataong makaugnayan ang iba pa sa ward. Ikinuwento ni Melissa sa kababaihan ang hirap na dinanas niya hindi lang ang pag-adjust niya bilang bagong miyembro kundi pati na ang pag-asikaso niya sa autistic na anak, ilang problema sa kalusugan, at "Ah, naghihingalo na ang aso ko." Ang karanasan ng pagkakaroon ng iba pang kababaihan na nakikinig at tumutugon sa sarili nilang mga problema sa klase at sa mga pribadong usapan ay talagang nakapagpagaling. Ang mga koneksyong ito ay nakatulong para madama ni Melissa na sa wakas ay mayroon siyang mga tapat na kaibigan sa pananampalataya.

Isali ang Lahat

"Iniutos ng Tagapagligtas sa Kanyang mga tagasunod na 'mangagibigan sa isa't isa; na kung paanong iniibig ko kayo' (Juan 13:34; idinagdag ang pagbibigay-diin). Kaya tingnan natin kung paano Niya tayo minamahal. . . . Kung gagawin natin Siyang huwaran, dapat palagi nating sikaping tumulong para isali ang bawat isa."

—Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol

Si Robert, isang investigator sa Canada, ay nakadalo sa iba't ibang miting at aktibidad ng LDS. Sinaliksik na niya ang iba't ibang relihiyon ngunit patuloy niyang pinag-aaralan ang Simbahan dahil sa inspirasyong natagpuan niya sa doktrina nito at sa Aklat ni Mormon. Dumadalo siya sa institute para matuto pa at dama niya na ang kapaligiran doon ay "kaaya-ayang damhin, palakaibigan ang mga tao, at maganda talaga ang vibe," sabi niya. "Ang mga Mormon ang pinakamabait na mga tao sa mundo."

Inilalarawan ang sarili na mahiyain, gusto sana ni Robert na makihalubilo pero sinasabi niyang, "Madalas nasa tabi o gilid lang ako, hindi sigurado kung paano maging bahagi ng mga grupo, ang ilan sa kanila ay matagal nang magkakaibigan na mga LDS na para bang hindi na nila kailangan ang iba pa." Pero hindi naman mahirap labanan ang damdaming ito ng pagkahiwalay sa iba. Sa isang aktibidad, paggunita niya, "may lumapit sa akin pagkatapos ng hapunan at hinikayat akong lumagi para manood ng pelikula; kung hindi dahil doon, aalis na sana ako, pero sa halip ay naging masaya ako. Kailangan ko lang malaman na may gustong naroon ako."

Tulad ni Melissa, pinasasalamatan niya ang mga kaibigang LDS na nagpapaliwanag ng doktrina ngunit hindi masyadong partikular kung paano ipamuhay ito. Ang mga

MGA MUNGKAHI PARA SA MATAGUMPAY NA PAKIKIPAG-UGNAYAN SA MGA BAGONG MIYEMBRO AT INVESTIGATOR

- Humanap ng paraan na batiin sila nang taos-puso, makihalubilo sa kanila, at ipakilala sila sa iba pang mga miyembro.
- Anyayahan sila sa inyong tahanan o sa iba pang mga aktibidad para magkaroon sila ng mga kaibigan sa loob ng buong linggo at kapag araw ng Linggo.
- Makinig at magtanong ng mga tanong na tutulong para madama nila na nauunawaan sila.
- Ibahagi ang sarili ninyong kuwento tungkol sa pagharap sa mga pagsubok para malaman nila na lahat tayo ay nahihirapan.
- Hintaying humingi sila ng payo, at kapag iniaalok ito, huwag sabihin ang eksaktong gagawin nila o huwag maging mapilit.
- Hayaang magbigay ng direksyon ang mga lider ng priesthood at ng Relief Society; dapat mas magtuon ang kapwa mga miyembro sa pagiging mabuting kaibigan.
- Iwasang ikumpara ang kanilang pag-unlad sa inyong sarili o sa iba.
- Ituro ang mga pangunahing doktrina ng Simbahan, hindi ang kultural na kaugalian.
- Bagamat makahahanap kayo ng mga pagkakataon online para tulungan ang mga bagong miyembro, investigator, at di-gaanong aktibong miyembro, ang personal na pagkakaibigan ay maaaring maging mas makabuluhan.

kaibigan na mas nakikinig kaysa nagpapayo ay tulad ng "isang taong kasabay mo sa paglakad, at hindi isang taong nasa likuran mo at itinutulak ka para mas bumilis ka. Kadalasan, natitisod ka lang at nadadapa."

Nahirapan si Robert na talikuran ang paninigarilyo. Ang hindi niya pagkapanatag ay nagpapakita kung gaano ang kamalayan ng mga bagong miyembro sa pagkakaiba nila. "Wala ni isang miyembro na nagsabi sa akin na ako ay amoy usok ng sigarilyo," sabi niya. "Gayunman kung hindi bagong laba ang damit ko, sa bahay lang ako at hindi na dumadalo sa institute o sa simbahan."

Maaari nating mas maipadama sa iba na kabilang sila sa muling pagbibigay ng katiyakan at ibilang ang mga bagong miyembro sa Simbahan. Sabi ni Elder D. Todd Christofferson ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Nalulungkot ako kapag lumapit ang isang tao na lubhang mahina ang kalooban at sasabihing . . . , 'Gusto ko na narito ako,' at pagkatapos ay hindi siya papansinin o babalewalain lang siya. Napakalungkot niyan. . . . Kailangang mas mabuti pa roon ang magawa natin" ("Is There a Place for Me?" [video], lds.org/media-library).

Makisalamuha Kayo

"Kapag pinili ninyong makisalamuha, pinagpapala ninyo ang buhay ng iba. . . . Puwede ba ninyong hanapin ang taong nakaupo sa labas, na nag-iisa at walang kasama? . . . Kapag binuksan ninyo ang inyong puso sa ibang tao, makikita ninyong lahat tayo ay kabilang."

—Jean B. Bingham, Relief Society General President

Matapos sumapi si Elsa sa Simbahan sa Netherlands, nakaranas siya ng tunay na kaugnayan sa mapagmahal na Ama sa Langit. Ngunit bilang young single adult, nakikibaka rin siya sa kalungkutan kapag ang mga kapamilya at kaibigan ay hindi komportable sa kanyang bagong paniniwala sa relihiyon at mga gawi. "Ang pinakamainam na nagawa ng mga miyembro para sa akin," sabi niya, "ay handa silang kaibiganin ako sa labas ng simbahan. Ang ilan ay pumupunta sa templo para magsagawa ng mga binyag na kasama ako kahit natanggap na nila ang kanilang endowment. Kailangan kong makasalamuha ang mga miyembro hindi lang sa araw ng Linggo para makahugot ng lakas at manatiling tapat hanggang wakas."

Pakiramdam ni Elsa ang pinakamalaking hamon sa kanya bilang bagong binyag ay "ang ekspektasyon na maunawaan niya kaagad ang lahat," sabi niya. "Lahat ng pangalan o kataga, kaganapan, mga tungkulin. Bahagya itong nakakatuliro, at kung minsan ay nag-aalala ako na baka hinahatulan ako ng mga tao dahil sa hindi ako mabilis matuto." Bukod pa riyan, tulad ng marami pang iba, dumaranas siya ng pagkabalisa kapag kasalamuha ang mga tao kaya "mas komportable akong umuupo sa bandang likod ng kapilya, at bihirang makihalubilo." Nakakatakot ang malalaking grupo, at iniisip niya na baka hinahatulan siya ng iba sa kawalan niya ng partisipasyon. "Hindi naman sa ayaw kong makilahok sa mga aralin o kumanta ng mga himno nang hayagan o manalangin sa publiko," paliwanag niya. "Takot lang talaga ako na baka maiyak lang ako sa harapan ng mga tao na hindi ko pa naman talaga kakilala."

Sabi ni Sister McConkie: "May kilala akong mga tao na nagsisimba tuwing Linggo para mabigyang-inspirasyon sila at masiyahan at basta na lang lalakad palayo na nadaramang hinahatulan sila at walang nagmamahal—hindi sila kailangan, na para bang walang lugar para sa kanila sa simbahan. Kailangan nating ibahin ang pakikitungo natin."

Ang mga miyembrong hindi mapanghusga, sabi ni Elsa, ang nakakatulong nang malaki sa kanya. "Nakikinig sila sa aking mga problema at hindi nakikialam sa personal kong buhay. Kumikilos sila nang may katapatan at tiyaga habang natututuhan ko sa sarili ko kung paano maging miyembro." Sa kabila ng kanyang pag-aalala, sumasama siya sa mga missionary at nag-aasikaso sa mga bagong miyembro at investigator. "Alam ko kung ano ang pakiramdam ng maging bagong miyembro," paliwanag niya, "at gusto kong tiyakin na walang sinumang tatalikod sa mga kaloob ng ebanghelyo na nagligtas sa akin mula sa kawalan ng pag-asa."

Ipamuhay ang Ebanghelyo, Maging mga Disipulo

"Ang mga tao ay maaaring may taglay ng iba't ibang kaloob at pananaw. Ang malawak na karanasan at mga pinagmulan o kinagisnan at mga hamon na kinakaharap ng mga tao ay magpapakita sa atin kung ano talaga ang mahalaga sa ebanghelyo ni Jesucristo. At marami sa maaaring nakuha sa paglipas ng panahon at mas ukol sa kultura kaysa doktrina ay maaaring mawala, at maaari talaga tayong matutong maging mga disipulo."

—Elder D. Todd Christofferson ng Korum ng Labindalawang Apostol

Sa kabila ng pagiging dating mapamintas sa Simbahan, sumapi si Jim dahil tumanggap siya ng "di-mapagdududahang espirituwal na patotoo mula sa Espiritu Santo na siyang nagpapatotoo sa katotohanan ng ebanghelyo at sa doktrina nito." Isa sa pinakamalaking hamon niya, gayunman, ay ang pakikibagay sa kulturang LDS.

Matapos ang binyag, natuklasan niya na marami sa karaniwang tinatanggap na mga pag-uugali ng mga miyembro ay mas ayon sa kultura sa halip na ukol sa doktrina.

"Bagaman nangyayari ito sa alinmang organisadong relihiyon," paliwanag niya, "nadama ko na kung hindi ako susunod sa ilang kagawian, maaakusahan ako na hindi ganap na tinatanggap ang ebanghelyo. Hindi ako nahirapan sa ebanghelyo o sa doktrina kundi sa pakikibagay na ukol lamang sa kultura."

Tulad ng paliwanag ni Elder Christofferson, kailangan natin ang ating mga bagong miyembro, investigator, at iba pa para tulungan tayong supilin kung ano ang mga gawing hindi ukol sa doktrina na naipon sa paglipas ng panahon at maging tunay na mga disipulo.

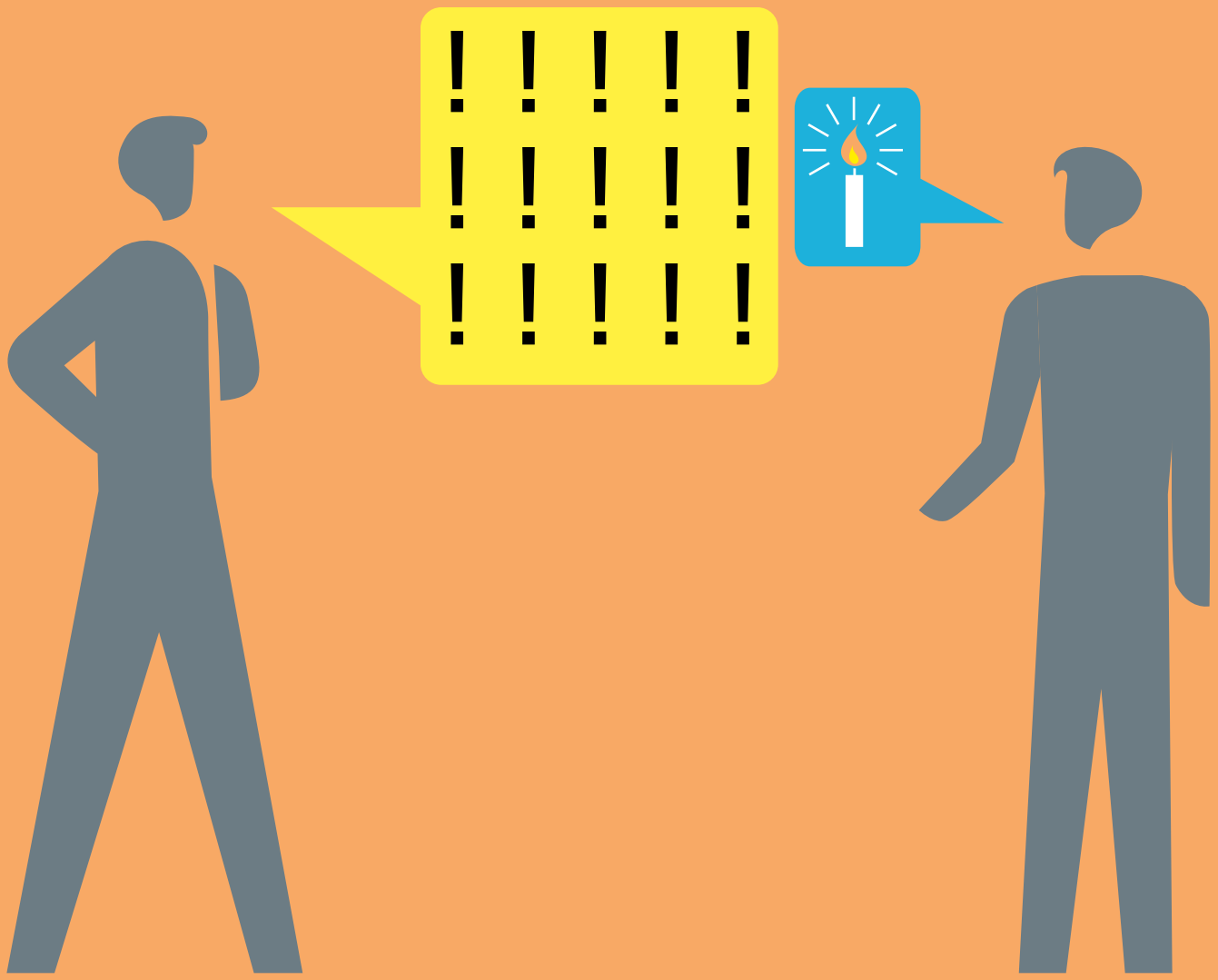
Sa pagbanggit sa mga benepisyong dulot ng pakikisalamuha sa mga tao na iba't iba ang pinagmulan, hinihikayat ni Elder Oaks ang mga Banal sa mga Huling Araw na iwasang magtuon ng pansin sa mga pagkakaiba at, sa halip, simulan sa pagtatanong ng, "Saan kayo nagmumula? Anu-ano ang pangunahing pinahahalagahan ninyo? Ano ang gusto ninyong maisakatuparan?" Ang ganitong uri ng pagbubukas ng isipan at pagtanggap, sa kabilang banda, ay tumutulong para madama ng mga bago nating miyembro na sila ay kabilang, pinasisigla, minamahal, at handang tanggapin ang kaligtasan sa loob ng kalipunan ni Cristo.

Tulad ng mga lider ng Simbahan ngayon, si Apostol Pablo ay nag-alala noon tungkol sa pagkakahati-hati sa sinaunang Simbahan ni Cristo. Hinikayat niya ang mga miyembro na may malakas na opinyon na iwasang saktan ang kalooban ng kapwa mga Banal tungkol sa mga gawain na, sa huli, ay talagang hindi mahalaga, ipinaliliwanag na bagama't "ang kaalaman ay nagpapalalo, . . . ang pag-ibig ay nagpapatibay" (1 Mga Taga Corinto 8:1). Nanawagan siya na "huwag mangagkaroon sa inyo ng mga pagkakabaha-bahagi" at magtuon kay "Jesucristo, at siya na ipinako sa krus" sa halip na sa pagkakaiba-iba ng mga miyembro (1 Mga Taga Corinto 1:10; 2:2).

Ngayon, hinihikayat tayo ng mga makabagong apostol at propeta na magkaisa sa pagkakaiba-iba, hinihimok tayo na bigyan ng puwang ang bawat miyembro ng Simbahan ni Cristo bilang mahalagang bahagi ng ating layunin na "pagkakaisa ng pananampalataya, at ang pagkakilala sa Anak ng Dios . . . hanggang sa sukat ng pangangatawan ng kapuspusan ni Cristo" (Mga Taga Efeso 4:13). ■

PANOORIN ANG *UNITY IN DIVERSITY*

Panoorin ang serye ng maiikling video mula sa mga lider ng Simbahan kung ano ang ibig sabihin ng mapabilang sa Simbahan sa **lds.org/go/unity917.**



Ni Elder Jörg Klebingat
Ng Pitumpu

Pagtatanggol
SA PANANAMPALATAYA

Kailangan ng Panginoon ang mga taong handa at may kakayahang ipagtanggol sa mapagpakumbabang paraan ngunit nang buong katatagan si Cristo at ang kaharian ng Diyos.

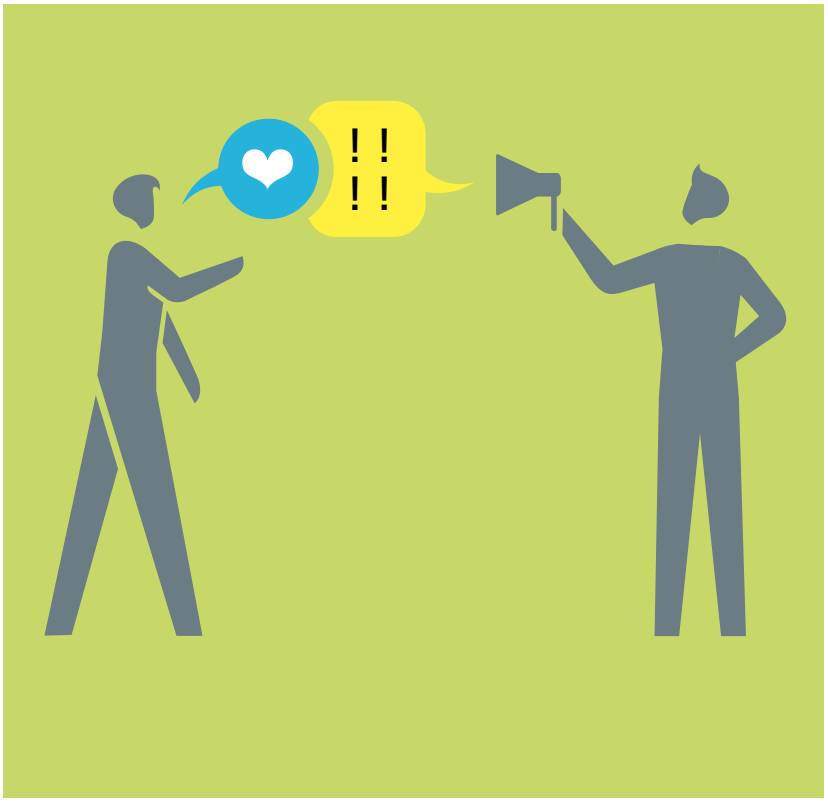
Bago tayo isinilang mayroon tayong kalayaan, kakayahang mangatwiran, at katalinuhan. Doon tayo ay "tinawag at inihanda . . . alinsunod sa kaalaman ng Diyos sa mula't mula pa" at noon ay "nasa gayon ding kalagayan" na tulad ng ating mga kapatid (Alma 13:3, 5). Napakaraming pagkakataon para sa pag-unlad at pagkatuto.

Gayunman, ang pantay na pagkakataong malaman ang mga turo ng mapagmahal na tahanan sa langit ay hindi lumikha ng magkakatulad na hangarin sa atin—na mga espiritung anak ng Ama sa Langit—para makinig, matuto, at sumunod. Sa paggamit ng ating kalayaan, tulad ng ginagawa natin ngayon, nakinig tayo na may iba't ibang antas ng interes at layunin. Sabik na hinangad ng ilan sa atin na matuto at sumunod. Sa napipintong digmaan noon sa langit, naghanda na tayo para sa pagtatapos ng ating pananatili sa ating tahanan noon sa langit. Ang katotohanan ay itinuro at hinamon; nagpahayag ng mga patotoo at pinagtawanan, bawat premortal na espiritu ay gumagawa ng pagpili kung ipagtatanggol ba o tatalikuran ang plano ng Ama.

Kailangang may Panigan

Sa huli, ang hindi pagpili o pagpanig ay hindi na naging opsiyon sa hidwaang ito. Ni hindi ito opsiyon ngayon. Tayo na mga nasasandatahan noon ng pananampalataya sa gagawing Pagbabayad-sala ni Jesucristo, tayong mga napalakas

MGA PAGLALARAWAN MULA SA GETTY IMAGES



Kailangan ng Panginoon ng mga totoong Banal sa mga Huling Araw na kusang-loob, sa diwa ng kaamuan at pagmamahal, na magpapatotoo sa katotohanan kapag ang anumang aspeto ng ipinanumbalik na ebanghelyo ay hinahamon!

ng patotoo ng Kanyang banal na papel na gagampanan, tayo na nagtataglay ng espirituwal na kaalaman *at ng lakas-ng-loob na gamitin ito sa pagtatanggol ng Kanyang banal na pangalan* ay nakipaglaban sa unang hanay ng digmaang ito ng mga salita. Itinuro ni Juan na ang magigiting na espiritu, at ang iba pa, ay nadaig si Lucifer "dahil sa dugo ng Cordero, at dahil sa *salita ng kanilang patotoo* (Apocalipsis 12:11; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Oo, ang pangako na magkakaroon ng Tagapagligtas at ng pagbuhos ng dugo sa Getsemani at Calvario ay nanalo sa premortal na digmaan. Ngunit ang ating premortal na *lakas-ng-loob at patotoo,* ang kahandaan nating magpaliwanag, mangatwiran, at hikayatin ang iba pang mga espiritu ay nakatulong para pigilan ang paglaganap ng kasinungalingan nang walang sumasalungat!

Sa matagumpay nating pakikipaglaban sa premortal na daigdig para ipagtanggol Siya, tayo ay naging mga saksi ng Kanyang banal na pangalan. Tunay na, matapos tayong mapatunayan sa digmaan at binigyang-katiyakan sa ating mga puso at lakas-ng-loob, kalaunan ay sinabi ng Panginoon sa atin—mga miyembro ng sambahayan ni Israel—"Kayo'y aking mga saksi" (Isaias 43:10). Itanong natin sa ating sarili: Totoo pa rin ba ang pahayag na ito sa atin ngayon?

Ang Kasalukuyan Nating Pakikibaka

Ang labanan para hikayatin ang isip, puso, at kaluluwa ng mga anak ng ating Ama ay patuloy pa rin ngayon sa pag-asam sa Ikalawang Pagparito ni Jesucristo. Bagaman marami sa daigdig ang tapat na nag-uusisa tungkol sa mga turo ng Simbahan, ang lalo pang lumalawak na bangin sa pagitan ng masasama at ng mabubuti ay naglalayo sa mundong mabilis na bumabagsak sa kawalan ng kabutihang asal mula sa ipinanumbalik na katotohanan ng ebanghelyo. Kapag ang hindi perpekto ngunit nagsisikap na mga Banal na naghahangad ng liwanag ay pinararatangan na sumusunod sa kadiliman, kapag ang matamis nilang mga layunin at mga gawa ay sinasabing mapait (tingnan sa Isaias 5:20), magtataka pa ba tayo na ang mapanlait na mga daliri ay nakaturo sa ipinanumbalik na Simbahan ng Panginoon at sa Kanyang matatapat na tagapaglingkod? (tingnan sa 1 Nephi 8:27).

Itinuro ni Pangulong Thomas S. Monson na: "Nabubuhay tayo sa panahong naliligiran tayo ng maraming bagay na umaakit sa atin patungo sa mga landas na wawasak sa atin. Upang maiwasan ang mga landas na iyon, kailangan natin ng determinayon at tapang."

Ang hindi pagkibo, pagiging karaniwang miyembro ay hindi sapat sa hidwaang ito sa mga huling araw! Pagpapatuloy pa ni Pangulong Monson: "Sa buhay natin sa araw-araw, halos walang pagsalang susubukin ang ating pananampalataya. . . . May tapang ba tayong manindigan sa ating mga paniniwala, kahit sa paggawa nito ay kailanganin nating manindigang mag-isa?"[1]

Sa kabila ng permanenteng ingay sa paligid na nagmumula sa malaki at maluwang na gusali (tingnan sa 1 Nephi 8:26–27), determinado ba tayong lumakad nang matatag sa kalsadang iyon na di gaanong nadaraanan?[2] Tayo ba ay handa at kaya ba nating makipagtalakayan sa magalang na paraan sa mga taong tapat na nagtatanong? Nang hindi nakikipagtalo, kaya at handa ba tayong linawin at ipagtanggol ang mga turo ng ipinanumbalik na Simbahan ni Jesucristo?

Sa pagpapayo sa atin na magagawa nating makipagtalo nang hindi nagiging di-kalugud-lugod, itinuro ni Elder Dallin H. Oaks ng Korum ng Labindalawang Apostol na, "Kahit hangad nating magpakumbaba . . . , hindi natin dapat ikompromiso o pag-alinlanganan ang ating katapatan sa mga katotohanang nauunawaan natin."[3]

Maging Magiting

Pag-isipan nating mabuti ang paanyaya ni Pangulong Monson: "Kapag may patotoo na tayo, tungkulin nating ibahagi sa iba ang patotoong ito. . . . Nawa ay maging matapang tayo at handang manindigan sa paniniwala natin, at kung kailangan nating manindigang mag-isa, nawa ay magawa natin ito nang buong tapang, pinalalakas ng kaalaman na totoong hindi tayo nag-iisa kapag naninindigan tayo sa panig ng ating Ama sa Langit."[4]

Ang pagiging miyembro lamang ng Simbahan ay hindi awtomatikong ginagawa tayong magiting na saksi ni Cristo at ng Kanyang ipinanumbalik na Simbahan. Itinuro sa atin ng Panginoon na hayaang magliwanag ang ating ilaw sa pamamagitan ng pamumuhay ng ebanghelyo, gayon pa man inililihim ng ilang miyembro ang pagiging miyembro nila sa pamamagitan ng pagtatago ng kanilang mga ilawan. Paminsan-misan ay sinasagot ng ilan ang mga tanong tungkol sa ebanghelyo ngunit nag-aalangang magpatotoo at mag-anyaya. Gayunman naghahanap naman ang iba ng mga pagkakataong ibahagi ang ebanghelyo at ginagawa ito nang kusa. Ilan sa atin ang masigasig at magigiting na *tagapagtanggol* ng pananampalataya?

Para manatiling matatag sa labanan ngayon ng mga salita, kailangan ng Panginoon ang mga taong handa at kayang ipagtanggol sa mapagpakumbabang paraan ngunit nang buong katatagan, si Cristo, ang Kanyang mga buhay na propeta, si Propetang Joseph Smith, ang Aklat ni Mormon, at ang mga pamantayan ng Simbahan. Kailangan Niya ng mga taong "[laging] handa [sa] pagsagot sa bawa't tao na humihingi . . . ng katuwiran tungkol sa pag-asang nasa [inyo]" (1 Ni Pedro 3:15). Kailangan Niya ng mga totoong Banal sa mga Huling Araw na kusang-loob, sa diwa ng kaamuan at pagmamahal, na magpapatotoo sa katotohanan kapag ang anumang aspeto ng ipinanumbalik na ebanghelyo ay hinahamon!

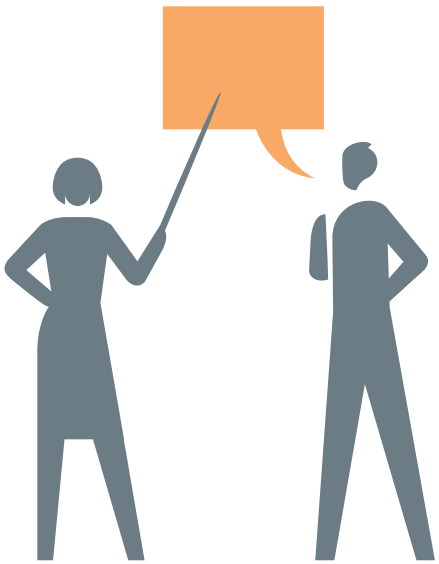
Ang Halimbawa ni Kapitan Moroni

Kung dama ninyong hindi kayo sapat na magiting na tagapagtanggol ng katotohanan sa ating panahon, hindi kayo nag-iisa. Karamihan sa atin ay ganito ang nadarama kahit paano. Gayunman may mga simpleng bagay tayong magagawa para magkaroon kapwa ng kakayahan at tiwala sa sarili.

Sa Aklat ni Mormon, nalaman natin na si Kapitan Moroni ay "[ini]handa ang mga pag-iisip ng mga tao na maging matapat sa Panginoon nilang Diyos" (Alma 48:7). Natanto niya na ang unang hanay ng depensa ay ang buhay na nakasalig sa pundasyon ng personal na pagsunod. Bukod pa rito, siya ay "[nag]tayo ng maliliit na muog, . . . [nag]taas ng mga pampang ng lupa . . . , at nagtayo rin ng mga pader na bato upang ipalibot sa kanila" (talata 8). Hindi lamang niya ginawa ang lahat ng depensibong pag-iingat, kundi madiskarte rin niyang napalakas ang "kanilang pinakamahinang tanggulan" (talata 9). Ang kanyang maingat na mga estratehiya ay labis na nagtagumpay kaya ang kanyang mga kaaway ay "nanggilalas nang labis" (Alma 49:5) at hindi naisagawa ang kanilang masasamang balak.

Maitatanong ninyo, "Ang isa bang tulad kong mahina ay maaaring maging magiting na tagapagtanggol ni Cristo at ng Kanyang ipinanumbalik na ebanghelyo?" Ang iniisip ninyong kahinaan ay maaaring mapalakas kapag tinanggap ninyo na ang tanging hinihingi ng Panginoon una ay "[iyong] puso at may pagkukusang isipan" (D at T 64:34). Pinagkalooban ng magiting na espiritu, ang "maliliit at mga karaniwang" bagay ng daigdig ang Kanyang paboritong kalapin. Tandaan na sa "napakaliit na pamamaraan," ay Kanyang "nililito ang marurunong" (tingnan sa Alma 37:6, 7). Kung handa kayong ibahagi at ipagtanggol ang ipinanumbalik na ebanghelyo at ang mga pinuno at doktrina nito, maaari ninyong isaalang-alang ang mga sumusunod na mungkahi.

1. Alamin kung sino at ano ang ipagtatanggol. Ang solidong depensibong pamamaraan ang pundasyon para sa solidong pagsalakay. Bagaman *hindi* ninyo epektibong maipagtatanggol ang bagay na hindi ninyo alam o kaunti lang ang nalalaman ninyo, *hindi* ninyo ito ipagtatanggol kung wala kayong malalim na malasakit dito. Tulad ng isang upahan, isang taong binabayaran para pangalagaan ang mga tupa, ay uurong o tatakas sa unang palatandaan ng problema, kaya hindi ninyo maipagtatanggol ang hanay nang matagal maliban kung kayo ay may espirituwal na

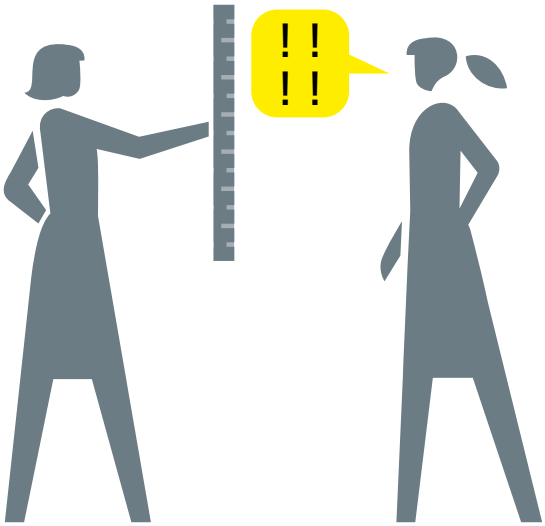


pananalig na ang inyong layon ay makatwiran at totoo. Para mapatotohanan at maipagtanggol si Cristo at ang Kanyang Simbahan, dapat alam ninyo na Siya ay buhay at ito ang Kanyang ipinanumbalik na Simbahan!

Ang mga taong alam *at* ipinamumuhay ang ebanghelyo ay puno kapwa ng pang-unawa at nag-aapoy na pananalig na pinag-aalab ng pagiging karapat-dapat at ng personal na karanasan. Sila ay mas handang sumaksi sa katotohanan kaysa sa mga nag-ukol ng pansin para matuto lamang kung paano magbigay ng mga sagot.

2. Suriin ang iyong mga muog. Sundan ang halimbawa ni Kapitan Moroni. Matapat na suriin ang mga kalakasan at kahinaan ng inyong pang-unawa sa ebanghelyo. Nagpapakita ba kayo ng magandang halimbawa ng pamumuhay na katulad ni Cristo? Nakahahanap ba kayo ng mga sagot sa mga tanong sa pamamagitan ng pagsasaliksik sa mga banal na kasulatan? Komportable ba kayo sa pagbibigay ng inyong patotoo? Masasagot ba ninyo ang mga tanong tungkol sa mga doktrina at turo ng Simbahan, kahit ang ilan na mas mahirap ipaliwanag, sa pamamagitan ng pagsusumamo sa mga banal na kasulatan? Handa ba kayong sabihing, "Hindi ko alam, pero aalamin ko," o ituro sa mga tao kung saan sila makahahanap ng mga sagot? Makatutulong kaya ang masigasig na pag-aaral para magkaroon kayo ng tiwala at lakas-ng-loob na hinahangad ninyo?[5]

3. Palakasin ang iyong mga muog. Sa pagsusuri ng inyong "muog" na may kinalaman sa doktrina, simulan ang isang nakapokus, at matagalang pag-aaral na layuning gawing malakas ang mahihinang bagay sa inyo (tingnan sa Eter 12:27). Sagutin ang mga daing ni Moises, "Ibigin nawa na ang buong bayan ng Panginoon ay maging propeta na isakanila ng Panginoon ang kaniyang Espiritu!" (Mga Bilang 11:29). Pagurin ang Panginoon sa paghiling na para sa bawat kutsara ng pang-araw-araw na gawain, Siya ay magbubunton ng mga libra ng lupa sa inyong mga pader na tanggulan.



Mapanalanging basahin ang mga banal na kasulatan, nang paulit-ulit. Huwag lamang tumikim ng pamilyar na kuwento sa pamamagitan ng straw. Magpakabusog sa mga ito. Pag-isipang mag-ingat ng tala sa pag-aaral ng doktrina at patuloy na dagdagan ang mga ito. Para sa bawat paksa, pag-isipang tukuyin at pagkatapos ay isaulo sa lohikal na pagkakasunud-sunod ang ilang talata ng mga banal na kasulatan upang suportahan ang sarili ninyong kaisipan at mga turo. Tulad ng itinuro ni Elder Richard G. Scott (1928–2015) ng Korum ng Labindalawang Apostol, "kapag ginamit ang mga banal na kasulatan ayon sa nilayon ng Panginoon na pagkatala ng mga ito, may likas na kapangyarihan ang mga ito na hindi naipahahayag kapag isinasaad sa ibang paraan ng pananalita."[6]

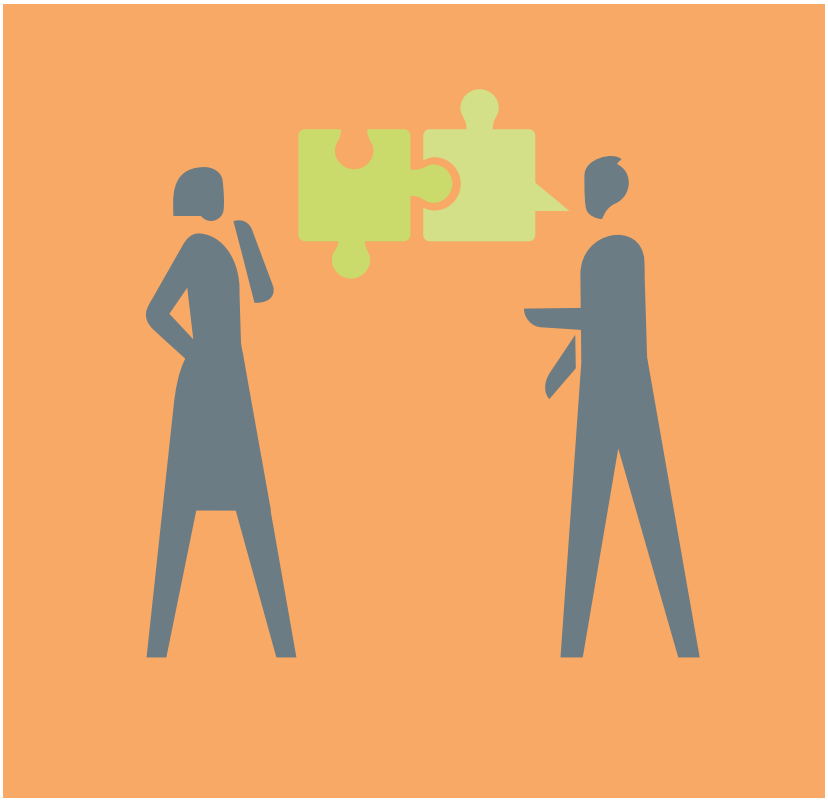
Pag-isipang isaulo ang ilang siping binigkas ng mga propeta at apostol. Ang Espiritu Santo ay "[maipaaalala]" lang ang bagay na inilagay ninyo doon (tingnan sa Juan 14:26). Ang pinagsamang kaalaman ng tunay na doktrina na nakasentro kay Cristo at ng "espada ng [Kanyang] Espiritu" (D at T 27:18) ang pinakamalakas na pagpapatibay at panlabang sandata na taglay ninyo.

4. Magsanay! Ang mga full-time missionary ng Simbahan ay hinihikayat na magsadula upang makapaghanda para sa mga sitwasyon na maaaring kasangkutan nila. Dahil maaaring hilingin sa inyo na ipagtanggol ang Simbahan o ipaliwanag ang doktrina nito sa hindi inaasahang mga pagkakataon o lugar, pag-isipang sundan ang halimbawa ng mga missionary sa pamamagitan ng *espiritu-wal* na paghahanda ng inyong sarili bago kayo magkaroon ng *natural* na usapan (tingnan sa Moises 3:5, 7). Magsadula bago kayo malagay sa sitwasyon kung saan itinuturo o ipinagtatanggol ninyo ang mga pamantayan ng ebanghelyo. Nag-iisa man o kasama ang pamilya o mga kaibigan, magtanong ng batay sa inaasahan at sagutin ang mga ito! Kapag kayo ay naging lalong handa, kayo ay "[tatatag] nang [tatatag]" sa inyong pagtitiwala bilang saksi ni Cristo (tingnan sa Helaman 3:35). Magsimula sa maiikli at simpleng sagot. Magiging sapat ang mga ito sa karamihan ng mga sitwasyon. Ngunit mapalalakas din ninyo ang inyong panlaban lalo na sa pag-aaral ng kaugnay na mga talata at pagkonekta sa iba't ibang doktrina.

5. Maghanap ng mga oportunidad. Sa ganitong kahandaan, ipagdasal na magkaroon ng mga pagkakataon na mapagpakumbaba ngunit buong tiwalang ibahagi at, kung kinakailangan, ipagtanggol ang ebanghelyo. Tandaan, ang "*paghina*ng loob ay hindi ang kawalan ng kakulangan kundi ang kawalan ng lakas-ng-loob."[7] Ipagdasal na magawa ninyong mahalin ang mga anak ng Ama sa Langit sa loob at labas ng Simbahan nang sapat para ibahagi at ipagtanggol ang mga pamantayan ng ebanghelyo. Manalangin

na hindi ninyo kailanman maranasan ang pagwawalang-bahala o basta pagtanggap lang sa doktrina kahit hindi ito nauunawaan, kundi may pananampalataya kay Cristo na sikaping malampasan ito.

Tandaan na kahit ang isang bata ay maaaring maging tagapagtanggol ni Cristo sa palaruan sa pamamagitan ng pagbibigay ng simpleng patotoo; na hindi ninyo kailangang maging iskolar sa ebanghelyo upang maging saksi ng katotohanan; na hindi kailangang alam ninyo ang lahat ng sagot; na OK lang kung minsan na sabihing, "Ewan ko" o "ang mga hiwagang ito ay hindi pa ganap na ipinaalam sa akin; kaya nga, ako ay magpipigil" (Alma 37:11). Ang hindi "ikinahihiya ang ebanghelyo ni Cristo" (Mga Taga Roma 1:16) ay hindi lamang simpleng pagwawalang-bahala o pagtitiis sa mga katotohanang may halong kasinungalingan at kabulaanan; ibig sabihin nito ay pag-alam at pagtatanggol sa mga doktrina! Samakatuwid, kung mananatili tayong tahimik, sana hindi ito dahil sa takot kundi dahil sa sinusunod natin ang isang pahiwatig (tingnan, halimbawa, ang Alma 30:29).



Aktibong Manindigan Bilang Saksi

Sa patuloy ninyong pagtatanggol sa ebanghelyo ni Jesucristo, "pananampalataya, pag-asa, pag-ibig sa kapwa-tao at pagmamahal, na may matang nakatuon sa kaluwalhatian ng Diyos, ang kinakailangan upang maging karapat-dapat [kayo] sa gawain" (D at T 4:5). Tandaan natin na si Cristo ay maamo ngunit hindi kailan man mahina—na nag-anyaya Siya pero nagsansala rin, at sinabi rin Niya na "Siya na may diwa ng pagtatalo ay hindi sa akin" (3 Nephi 11:29).

Habang patuloy na nilalabag ng masamang mundo ang mga pamantayan ng Diyos ukol sa moralidad at doktrina, umaasa si Cristo na kahit ang pinakamaliit sa mga Banal ay maging buhay na mga saksi ng Kanyang pangalan.

Pinaalalahanan tayo ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008) na "hindi sapat ang maging mabuti. Kailangan kayong maging mabuti para sa isang bagay. Kailangan kayong mag-ambag ng kabutihan sa mundo. Ang mundo ay dapat maging mas mainam na lugar dahil sa inyong presensya. . . . Sa daigdig na ito na punung-puno ng mga problema, na palaging may nakaambang madidilim at masasamang hamon, maaari at dapat ninyong mapangibabawan ang pangkaraniwan, mapangibabawan ang *pagwawalang-bahala*. Maaari kayong makilahok at magsalita sa malakas na tinig para sa tama."[8]

Kung gusto ninyong maging saksi ng ipinanumbalik na ebanghelyo, sumapi sa hanay ng hukbo ng mga saksi sa pagpapaliwanag ng inyong ilaw! Nawa ang inyong pamumuhay ng ebanghelyo *at* pagtatanggol sa ebanghelyong iyon ay kakitaan ng lalim ng iyong pananalig kay Jesucristo. ■

Magsimula sa maiikli at simpleng sagot. Magiging sapat ang mga ito sa karamihan ng mga sitwasyon. Ngunit mapalalakas din ninyo ang inyong panlaban lalo na sa pag-aaral ng kaugnay na mga talata at pagkonekta sa iba't ibang doktrina.

MGA TALA

1. Thomas S. Monson, "Tapang na Manindigang Mag-isa," *Liahona,* Nob. 2011, 60.
2. Tingnan sa "The Road Not Taken," *The Poetry of Robert Frost,* ed. Edward Connery Lathem (1969), 105.
3. Dallin H. Oaks, "Pagmamahal at Pakikisalamuha sa mga Taong Naiiba," *Liahona,* Nob. 2014, 26.
4. Thomas S. Monson, "Tapang na Manindigang Mag-isa," 67.
5. Ang mga sanaysay sa Gospel Topics sa topics.lds.org ay makatutulong lalo sa pagsagot sa mga tanong tungkol sa kasaysayan at doktrina ng Simbahan.
6. Richard G. Scott, "He Lives," *Liahona,* Nob. 1999, 88.
7. Neal A. Maxwell, "Notwithstanding My Weakness," *Ensign,* Nob. 1976, 14.
8. Gordon B. Hinckley, "Stand Up for Truth" (Brigham Young University devotional, Set. 17, 1996), 2; idinagdag ang pagbibigay-diin.

MGA PAGLALARAWAN NI DAVID STOKER, NA GINAMITAN NG MGA MODELO

Nailigtas

MATAPOS ANG PAGPAPAKAMATAY NG AKING ANAK

Pagkatapos magpakamatay ng aking anak, wala akong mga kapamilya para tulungan akong malagpasan ang pagsubok na ito—maliban sa aking kinabibilangang ward.

Ni Le Etta Thorpe

Isang kaibigan ko ang nagtanong sa akin kamakailan na ikinagulat ko. Sa lahat ng tanong na naiiwan matapos magpakamatay ang isang mahal sa buhay, isa lang ang nasa isip niya. Ang kanyang tanong ay, "Paano ka tinulungan ng Simbahan matapos magpakamatay ang iyong 15-taong-gulang na anak na babae?"

Ang unang naisip ko ay, "Hindi ito nakatulong. Itinulak ko palayo ang lahat, nagkulong ako sa bahay namin, at mag-isang nagdusa."

Ngunit makalipas ang ilang araw ng pagmumuni-muni, natanto ko na mali ang kaisipang iyon. Walang duda na pinadilim ng nakahihindik na naranasan ko ang aking pananaw.

Sa ospital kung saan nila dinala ang aking anak na si Natalie (na yumao na), ako ay nakatulala. Talagang namanhid ako, sa katawan at isipan. Nakikita kong nangyayari ang mga bagay sa paligid ko pero wala akong madama: mga pulis na nagtatanong, mga kaibigang umiiyak, mga kawani ng ospital na nagbibigay-alam. Malabo ang lahat pero napakalinaw rin.

Naaalala ko na nakita ko ang dating bishop ko at ang kanyang asawa. Tinawagan sila ng isang kasamahan ko. Ako at ang anak kong si Natalie ay umalis sa kanilang ward para lumipat sa iba ilang buwan pa lang bago nangyari iyon. Ang bishop ko at ang kanyang asawa ay pinakamamahal na mga kaibigan namin.

Sinabi ng asawa ng bishop, na Natalie rin ang pangalan, na titira ako sa kanila. Ang sumunod na namalayan ko, nakasakay ako sa kanilang sasakyan pabalik sa dating lugar namin. Hindi ko napansin ang paglipas ng oras, pero alam ko na halos kinabukasan na nang makatanggap ako ng basbas ng priesthood mula sa bishop at sa isang kaibigan.

Alam kong tiyak na ipinaalam sa akin ang lahat ng detalye ng libing, pero wala akong kamalayan sa nangyayari. Nagbibihis ako kapag sinabihang magbihis ako. Sumasakay ako sa kotse kapag sinasabihan akong may pupuntahan kami. Pakiramdam ko ay isa akong robot na sumusunod sa mga simpleng utos. Iyon lang ang kaya kong gawin noon. Nakagugulat na ni hindi ako lumuha.

Maganda ang libing ng anak ko. Puno ng tawanan na may halong luha, at damang-dama roon ang Espiritu. Ang panganay kong anak na si Victoria ay bumalik sa Utah mula sa isa pang estado. Sumulat siya ng isang awitin at kinanta niya ito sa libing.

Hindi ako kinausap tungkol sa gastusin ng burol at libing maliban sa ipinaalam sa akin na may nag-aasikaso na nito. Sa loob ng ilang linggo nabayaran nang lubusan ang mga nagastos sa pagpapalibing sa pamamagitan ng mga donasyon mula sa mga miyembro ng Simbahan.

Noong panahong iyon, nakikitira pa ako sa pamilya ng dating bishop ko. Ang mga miyembro ng dati kong ward ay naghahanap ng bagong lugar na matitirhan ko. Isang cute na basement apartment ang nabakante, at ang sumunod na nalaman ko, pumipirma na ako sa isang kasunduan ng pagpapaupa. Hindi ito nangyari sa sariling sikap ko lamang. Ito ang pagkilos ng maraming miyembro ng Simbahan, kabilang na ang mahal kong kaibigang si Natalie, ang asawa ng bishop.

Tumulong ang ilang miyembro ng ward para ilipat ang personal kong mga kagamitan at naisaayos ang tirahan namin ng isa ko pang anak na babae. Nauna nang

nabayaran ang unang 2 buwang renta sa bahay—muli, sa pamamagitan ng mga donasyon ng mga miyembro ng Simbahan. Wala pa rin akong kamalayan sa paglipas ng panahon, at bahagyang manhid pa rin ang damdamin ko noon, ngunit nagsisimula na akong makadamang muli.

Mga isang buwan pagkamatay ng anak ko, nagsimula kong maunawaan at madama ang matinding nangyari. Para itong maitim at makapal na usok sa una, na sinundan ng makakapal pang usok hanggang sa parang napaliligiran na ako ng kadiliman. Ang pagdadalamhati sa pinakasariwang anyo nito ay maaaring makabulag.

Namatay si Natalie sa Thanksgiving Day. Pasko na ngayon. Lalo lamang tumindi ang pangungulila ko dahil panahon ng Pasko. Ilang araw na walang patid ang pagdaloy ng mga luha, at parang walang katapusan ang pagdadalamhati noong panahong iyon. Lumipas ang mga minuto na parang mga oras. Lumipas ang mga oras na parang mga araw. Lumipas ang mga araw na parang mga taon.

Bilang diborsyada, wala akong asawang puwedeng magtrabaho para kumita ng pera. Kung magagawa ko lang ito noon, namaluktot na lang sana akong tulad ng isang bola, nagkulong sa isang silid, at lumagi na lang doon. Pero wala ako sa ganoong sitwasyon. Kinailangan ko kahit paanong magtipon ng lakas para makagalaw. Kinailangan kong maghanap ng trabaho. Nagtatrabaho ako nang mangyari iyon sa Thanksgiving Day, pero dahil sa gitna ng lahat ng kaguluhan, nalimutan ko ang tungkol sa trabaho ko. Puwede sana akong bumalik sa trabaho ko doon, pero gustung-gustong nagpupunta noon doon ang anak kong si Natalie, at hindi ko makayanan na isiping bumalik doon nang wala na siya.

Sa unang linggo ng Enero, nagkaroon ako ng trabaho na mababa ang kita. Pinilit kong kumilos na parang normal ako. Kumikilos ang katawan ko, pero pakiramdam ko namatay ang kaluluwa ko. Walang nakaaalam na kahit buhay ako ay tila wala akong pakiramdam. Sa pagbiyahe lang papunta at pauwi mula sa trabaho ako nakakaiyak.

Unti-unti kong sinimulang dumalo sa bago kong ward. Ang alam ko lang ay kung may mangungumusta sa akin, tiyak na mapapaiyak ako. Gustung-gusto kong magsimba, pero ayaw kong makipag-usap sa kahit sino, lalo na ang tumingin sa mata ng ibang tao. Kung puwede lang sana na hindi nila ako nakikita. Higit sa lahat, gusto ko lang tanggalin ang lahat ng bigat ng ito sa aking dibdib!

Wala akong ideya kung ano ang iniisip sa akin ng kababaihan ng Relief Society, at wala akong pakialam noon. Sa pagsisikap pa lamang huminga ay abala na ako! Natitiyak kong nagbigay ako ng impresyon na gusto kong mapag-isa, dahil wala ni isa sa kanila ang umabala sa akin. Gayunman, paminsan-minsan ay nginingitian nila ako na medyo nakakaaliw—sapat lamang para hindi ako tumakbo palabas sa pinakamalapit na exit, na palagi kong naiisip noon.

Ang panahon ay nakapagpapahilom. Hindi nito nabubura ang mga pangyayari, pero dahan-dahan nitong naisasara ang nakabukang mga sugat.

Ang napakalungkot na Thanksgiving Day na iyon ay noong 2011, at inabot ng ilang taon para matanto ko kung gaano kalaki ang naitulong sa akin ng mga kapatid sa Simbahan. Para akong binuhat mula sa larangan ng digmaan matapos malubhang masugatan. Inalagaan ako hanggang sa manumbalik ang aking kalusugan at makatayo sa sarili kong mga paa.

Napakaraming pagpapala ang dumating sa aking buhay, sa maraming paraan. Napakalaki ng inilakas ng patotoo ko. Alam ko na ngayon kung ano ang pakiramdam ng mayakap ng mapagmahal na mga bisig ng ating Tagapagligtas.

Kaya para sagutin ang tanong ng kaibigan ko, "Paano ka tinulungan ng Simbahan sa matinding pagsubok na ito?" Sinasabi ko, "Hindi nila ako tinulungan. Iniligtas nila ako." ■

Ang may akda ay naninirahan sa Utah, USA.

KALIWA: PAGLALARAWAN NI DAVID STOKER, GINAMITAN NG MGA MODELO

Si Natalie ay pinagmumulan ng galak at kasiyahan sa aking buhay. Nagpapasalamat ako sa suporta ng aking mga kaibigan at mga miyembro ng ward habang nagdadalamhati ako sa kanyang pagkawala.

Paano Gumagaling ang mga Naiwan

Ng LDS Family Services

Kapag pinili ng isang tao na tapusin ang kanilang paghihirap sa pamamagitan ng pagpapakamatay, isang kumplikado at talagang masakit na proseso ng pagdadalamhati ang nagsisimula para sa mga mahal sa buhay na naiwan (karaniwang tinutukoy bilang mga survivor). Ang damdamin ng pagkalito, pagkabagabag, pagtalikod, pagtanggi, at galit ay tumitindi. Ang di masagot na mga tanong na Bakit? Ano ang hindi ko napansin? Bakit hindi ako nakatanggap ng pahiwatig? Paano ito makakaapekto sa walang-hanggang mga gantimpala? atbp., ay maaaring maging sanhi ng matinding kaguluhan gayundin ng kaisipan na marahil kahit paano ay responsable sila sa pagkamatay ng kanilang mahal sa buhay.

May tendensya ang mga naiwan na lumayo sa iba sa kahihiyan dahil sa takot na masisi, mahatulan, at madungisan ang dangal. Maaari ring makadama ng trauma ang mga naiwan, lalo na sa taong nakadiskubre sa katawan ng yumao. Ang mga naiwan ay maaaring makaisip din na magpakamatay dahil sa kanilang kalungkutan.

Sa kabila ng ganitong matinding sakit at dalamhati, ang ating Tagapagligtas ay "nagpakababa-baba sa lahat ng bagay" (tingnan sa D at T 88:6; 122:8) "upang kanyang malaman ayon sa laman kung paano tutulungan ang kanyang mga tao alinsunod sa kanilang mga kahinaan" (Alma 7:12) upang "tayo'y . . . mangakasumpong ng biyaya upang tumulong sa atin sa panahon ng pangangailangan" (Sa Mga Hebreo 4:16).

Sa mga taong nagdadalamhati:

- Huwag sisihin ang iba, lalo na ang iyong sarili.
- Pangalagaan ang iyong sarili sa espirituwal: Magtiwala sa kaloob na kalayaang pumili, aminin na hindi mo alam ang lahat ng bagay (tingnan sa 1 Nephi 9:6), at magtiwala sa kapangyarihan ng Panginoon na magpagaling at magbigay ng kapayapaan (tingnan sa Mga Taga Filipos 4:7).
- Pangalagaan ang iyong sarili sa pisikal: Kumain lagi ng tamang pagkain, magpahinga, at mag-ehersisyo.
- Humingi ng suporta mula sa mga pinagtitiwalaan mo (pamilya, mga kaibigan, bishop), at hayaan ang iba na tulungan ka na malampasan ang krisis na ito.
- Makilahok sa nakapagpapalusog na mga aktibidad na makapapawi sa kaguluhan ng isip.
- Makipag-usap sa isang professional counselor at/o dumalo sa isang suicide support group.
- Maging matiyaga sa iyong paggaling.

Sa mga nangangalaga sa isang taong nagdadalamhati:

- Maging mahabagin at huwag sisihin o hatulan ang tao. Unawain kung paano "[iniaangkop ng] Panginoon . . . ang kanyang awa" (D at T 46:15).
- Tumulong at tanungin ang mga naiwan kung paano ka makakatulong kahit sa mga simpleng gawain, o samahan sila sa mga aktibidad.
- Maging matiyaga, pakinggan, at tanggapin ang damdamin na ibinabahagi ng mga taong ito ayon sa kahandaan nila.
- Iwasang magbigay ng walang kabuluhang kataga at maling pagtitiyak tulad ng "Magiging OK ang lahat," "Baka mas masahol pa ang nangyari," "Alam ko kung ano ang nararamdaman mo," "Naiintindihan ko," "Kalooban ito ng Diyos," "Kayang paghilumin ng panahon ang lahat ng sugat," at marami pang iba.
- Huwag mong subukang sagutin ang kanilang mga tanong na hindi masagot.
- Huwag mong ikumpara ang pagdadalamhati nila sa iyong nararanasan kahit na may kaugnayan ito sa pagpapakamatay.
- Kausapin sila tungkol sa kanilang mahal sa buhay sa paraang tulad ng pagkamatay ng isang tao sa ibang paraan.
- Tiyakin sa mga apektadong anak na wala silang pananagutan.
- Mag-alok na tulungan silang makahanap ng karagdagang resources sa kanilang pamimighati (counseling, mga support group, atbp.). ■

MGA LARAWAN NG PANANAMPALATAYA

Sina Cayo Sopi at Anthony Linat ay magkaibigan na simula noong bata pa sila. Si Cayo, na isang miyembro ng Simbahan, ay noon pa umaasam na sumapi si Anthony.

LESLIE NILSSON, RETRATISTA

Sina Cayo at Anthony

Paris, France

Anthony:

Nakita ko na kaiba si Cayo sa ibang mga kaibigan ko. Marami kaming kalokohan habang lumalaki kami, pero tinulungan ako ni Cayo na piliin ang mabuting landas.

Sa edad na 8 hanggang 18, pinag-isipan kong mabuti ang tungkol sa pagpapabinyag. Pero natagalan ako dahil marami akong kailangang baguhin sa buhay ko, bagama't sinikap kong ipamuhay ang mabubuting alituntunin.

Cayo:

Natagalan, mahigit 10 taon, ngunit sa huli ay nabinyagan siya.

Naniniwala akong ginagawa ng Panginoon ang lahat para tayo ay tunay, tapat, at lubusang magbago. Ang pagiging Banal sa mga Huling Araw at isang alagad ni Cristo ay hindi lamang tungkol sa pagpapasiyang taglayin ang ilang pag-uugali; ito ay pagpapatunay ng malaking pagbabago sa ating sarili. Nakita ko ang pagbabagong iyon kay Anthony.

Tingnan pa ang tungkol sa kuwento nina Cayo at Anthony sa **lds.org/go/91738.**

Alamin pa ang tungkol sa pagbabahagi ng ebanghelyo mula kay Elder Dallin H. Oaks sa **lds.org/go/91739.**

Nang magsimula siyang humingang mag-isa, tila ba sinasabi niyang, "Inay, lalakas ako at gagawin ang aking makakaya."

PANONOOD SA PAGLISAN NG AMING SANGGOL SA BUHAY NA ITO

Matapos ang unang ultrasound, sinabi sa amin ng doktor na posibleng may Down syndrome ang aming bagong isisilang na anak. Hindi namin inaasahang mag-asawa na marinig ito, at agad na nagbago ang aking pananaw sa hinaharap.

Sa buong panahon ng aking pagbubuntis, napakarami kong naging katanungan at alalahanin tungkol sa maaaring mangyari. Gayunpaman, pinaghandaan naming mabuti ang pagsilang ng aming sanggol. Nang dumating sa wakas ang araw na iyon, nadama ko sa aking puso na isang maganda at espesyal na nilalang ang malapit nang isilang.

Pinangalanan naming Santiago ang aming sanggol, at kasisilang pa lamang niya nang malaman namin na hindi lamang siya may Down syndrome kundi nagkaroon din ng ilang malalang komplikasyon na nakaapekto sa kanyang puso, atay, at baga. Kaagad, ikinabit sa kanya ng mga doktor at nars ang artificial respirator at heart–lung machine. Sa paglipas ng mga araw sa ospital, kaming mag-asawa ay nagsimulang magusap kung paano namin palalakihin si Santiago kasama ng kanyang mga kapatid. Noon namin nalaman kung gaano namin kailangan ang ating Ama sa Langit.

Bumuti ang lagay ng aming munting si "Santi" na sapat para alisin ang artificial respirator. Nang magsimula siyang humingang mag-isa, tila ba sinasabi niyang, "Inay, lalakas ako at gagawin ang aking makakaya." Pinisil niya ang aming mga daliri sa kanyang maliit na kamay. Malakas siya, ngunit mahina ang kanyang puso. Huminto sa pagtibok ang kanyang puso, at di nagtagal, bumalik siya sa kanyang Ama sa Langit.

Hindi ko akalaing makararanas ako nang ganito. Ang sabik na maghintay sa pagsilang ng iyong anak, gumawa ng maraming plano para sa kanya, at pagkatapos ay panoorin siyang lisanin ang buhay na ito ay isa sa mga pinakamasasakit na pangyayari na maaaring pagdaanan ng isang ama at ina.

Nagpunta kaming mag-asawa sa templo pagkatapos ng libing ni Santiago. Pagpasok namin, napanatag kami. Alam ko na balang-araw makikilala ko ang aking sanggol at masisiyahan sa kanya bilang kanyang ina. Nagpapasalamat ako sa mga templo at sa mga walang hanggang pamilya. Nakasalalay ngayon sa amin kung paano kami mamumuhay upang makapiling muli ang aming munting si Santiago. ■

Rocio Alvarado, Santiago, Chile

PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

ANG TAGAPAGLIGTAS: ANG PERPEKTONG MANGGAGAMOT

Bilang isang doktor, may isang pasyente na minsang pumunta sa akin matapos makita sa isang karaniwang blood test na wala sa normal ang kanyang dugo. Sa pagitan ng mga araw ng kanyang pagsusuri at aming pagkikita, sumangguni siya sa internet sa maaaring ibig sabihin ng mga resulta nito. Nang magkita kami, siya ay balisa at nag-aalala. Sinikap kong ipaliwanag ang mga resulta, pero nababahala pa rin siya.

"Huwag kang mag-alala na baka may mangyaring hindi maganda," ang sabi ko sa kanya. "Iyon ang trabaho ko! Kaya nga ako narito. Pinag-aralan kong mabuti kung ano ang gagawin tungkol dito. Magkasama nating haharapin ito, at kung susundin mo ang aking mga tagubilin, malalaman mo kung paano muling gumaling. Magtiwala ka sa akin at hayaan mong pasanin ko ang mga medikal na alalahanin. Pagkatapos, maitutuon mo ang lahat ng iyong lakas sa pagpapagaling."

Nakatulong ito upang mapanatag siya at mawala ang kanyang mga pangamba. Nagplano kami na gumawa ng iba pang mga pagsusuri, at nangako ako na magkasama kaming susulong.

Makalipas ang ilang buwan, nakaranas ako ng gusot sa sarili kong buhay. Napuno ako ng mga problema sa trabaho, ng aking pagbubuntis, at nalalapit na paglipat. Natagpuan ko ang sarili kong pinanghihinaan ng loob, balisa, at natatakot.

Ipinagdasal ko nang taimtim ang tungkol sa aking mga problema, kasalanan, at kabiguan. Habang nagdarasal ako, nagpatotoo ang Espiritu sa kahalagahan ng Tagapagligtas sa buhay ko. Tila ba sinabi Niya sa akin:

"Huwag kang mag-alala sa lahat ng bagay na maaaring mangyari. Iyon ang trabaho ko! Kaya nga ako narito. Nagdanas ako ng lahat ng hirap upang malaman kung ano ang gagawin tungkol dito. Sumampalataya ka sa akin, at magkasama nating haharapin ito. Kung susundin mo ang aking mga tagubilin, muli kang gagaling. Magtiwala ka sa akin at hayaan mong pasanin ko ang mga espirituwal na alalahaning ito. Pagkatapos, maitutuon mo ang lahat ng iyong pagsisikap na paghusayin nang husto ang iyong sarili."

Nang mapagtanto ko ito, ang aking pag-aalala, pagkukulang, at kabiguan ay nawala. Tinanggal ng pananampalataya ko sa Kanya ang hindi magagandang damdamin na humahadlang sa aking pag-unlad. Kaya kong ituon ang atensiyon sa mga bagay na nasasakop ng kakayahan ko. Kaya kong ipamuhay ang ebanghelyo at bumaling sa Tagapagligtas sa mga hamon na pinagdaraanan ko.

Sa parehong paraan ng pag-akay ng isang doktor sa pagpapagaling ng ating katawan, ang Tagapagligtas, na siyang perpektong Doktor, ang magaalis ng bigat ng kahihiyan, pag-aalala, pagkukulang, at maging ng damdamin ng kabiguan at pagkabalisa at magpapakita sa atin ng landas upang muling espirituwal na gumaling. Iyon ang trabaho Niya, at isinasagawa Niya ito nang perpekto. ■

Matt Lindsey, Hawaii, USA

"Huwag kang mag-alala sa lahat ng bagay na maaaring mangyari. Iyon ang trabaho ko! Kaya nga ako narito."

PAGLALARAWAN NI JOSHUA DENNIS

ANG AKING ADIKSIYON; ANG TULONG NG TAGAPAGLIGTAS

Ilang taon na ang nakararaan, kaming mag-asawa ay muntik nang magdiborsyo dahil sa aking problema sa alak. Kahit ang pagluha ng aming mga anak na babae ay hindi nagpabago sa akin. Nang pumunta ang mga missionary sa aming tahanan, hindi nagtagal ay nagpabinyag ang aking asawa at mga anak, pero hindi ko tinanggap ang mga bagay ng Diyos.

Ang adiksiyon ko sa alak ang nagpapatakbo sa aking buhay. Nagpupunta ako sa mga bar pagkatapos ng trabaho at madalas na hindi nakakapasok dahil sa kalasingan. Kapag nakainom ako, nagiging pisikal na agresibo ako. Madalas akong masubo sa mga pagtatalo at pakikipag-away sa iba.

Kapag papasok na ako sa trabaho, mag-iiyakan ang mga anak ko at magsisisama sa akin upang mapigilan ako sa pag-inom. Nangako ako sa kanila na hindi na ako iinom, pero hindi ko kailanman tinupad ang aking mga pangako. Gusto ko lamang magpatuloy sa pag-inom.

Kalaunan, napagtanto kong kailangan ko ng tulong. Sa tulong ng mga missionary, sinikap kong paglabanan ang aking adiksyon. Pansamantala, hindi ko mapigil ang pag-inom nang higit pa sa isang linggo.

Pagkatapos isang araw nagbahagi ang mga missionary ng isang talata mula sa Aklat ni Mormon na nagpabago sa buhay ko: "At kung ang mga tao ay lalapit sa akin ay ipakikita ko sa kanila ang kanilang kahinaan. Ako ay nagbibigay ng kahinaan sa mga tao upang sila ay magpakumbaba; at ang aking biyaya ay sapat para sa lahat ng taong magpapakumbaba ng kanilang sarili sa aking harapan; sapagkat kung magpapakumbaba sila ng kanilang sarili sa aking harapan, at magkakaroon ng pananampalataya sa akin, sa gayon ay gagawin ko ang mahihinang bagay na maging malalakas sa kanila" (Eter 12:27).

Kailangan ko ang tulong ng Tagapagligtas. Kung wala Siya, hindi ko kailanman mapaglalabanan ang aking adiksyon. Nalaman kong kung mas sasandig ako sa Kanya, mas makakayanan ko ang hindi uminom. Matapos ang ilang pagbisita ng mga missionary, tinanggap ko ang paanyaya nilang magpabinyag.

Simula noon ay nagbago na ang buhay ko. Mahigit walong taon na ang lumipas, at hindi ko na tinikman pa ang kahit isang patak ng alak. Ako ngayon ay malaya, at utang ko itong lahat sa Panginoon. ■

Victor Muñoz Walde, Huancayo, Peru

Nangako ako sa aking mga anak na hindi na ako iinom, pero hindi ko kailanman tinupad ang aking mga pangako.

PAGLALARAWAN NI JOSHUA DENNIS

Habang sinisikap ni Inay na makatulog, ginabayan akong basahin sa kanya ang mga banal na kasulatan.

PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

PISIKAL NA KAPANATAGAN MULA SA MGA BANAL NA KASULATAN

Noong bata pa ako, ako ay nasuring may juvenile rheumatoid arthritis. Madalas akong magkasakit noon, at maraming oras ang ginugol ng aking mga magulang sa loob ng opisina ng mga doktor. Nag-aalala sila sa aking kalusugan at nadama nilang wala silang magawa para malutas ang problema. Hindi ko kailanman napahalagahan ang kanilang naging damdamin noon hanggang sa ako naman ang walang magawa habang pinagmamasdan ang aking ina na nakikipaglaban sa breast cancer.

Katapusan ng linggo noon, nagmaneho ako papunta sa bahay ni Inay sa New Jersey upang makasama siya habang sumasailalim sa magkakasunod na chemo. Gusto ko siyang makasama at pagpahingahin na rin ang aking mga kapatid mula sa arawaraw na pag-aalaga sa kanya. Kailangan ng isang taong magbabantay sa kanya sa gabi dahil sa ginagawang panggagamot sa kanya. Isang higaan ang nakalaan para sa kanya sa sala, at binalak kong matulog sa sopa. Matindi ang nararamdamang sakit ni Inay at wala akong magawa. Pakiwari ko'y wala akong silbi at bigo.

Habang sinisikap ni Inay na makatulog, may nagtulak sa aking basahin sa kanya ang mga banal na kasulatan. Gustung-gusto niya ang mga banal na kasulatan, pero hinang-hina siya para humawak o magbasa man lamang nito. Nang tanungin ko siya kung ano ang gusto niyang basahin ko, sinabi niya na kanyang kinagigiliwan ang aklat ni Alma. Matapos daanan ng aking paningin ang mga chapter heading, ginabayan akong magbasa mula sa kabanata 7.

Napuspos ng Espiritu ang silid habang binabasa ko ang mga salitang naglalarawan sa misyon ni Cristo sa mundo: "At siya ay hahayo, magdaranas ng mga pasakit at hirap at lahat ng uri ng tukso; at ito ay upang matupad ang salita na nagsabing dadalhin niya sa kanyang sarili ang mga pasakit at ang mga sakit ng kanyang mga tao.

"At dadalhin niya sa kanyang sarili ang kamatayan, upang makalag niya ang mga gapos ng kamatayan na gumagapos sa kanyang mga tao; at dadalhin niya ang kanilang mga kahinaan, upang ang kanyang sisidlan ay mapuspos ng awa" (Alma 7:11–12).

Nagpatuloy ako sa pagbabasa hanggang sa payapang nakatulog si Inay. Inanyayahan ng mga banal na kasulatan ang Tagapanatag sa kanyang tahanan at tinulungan siyang makatulog. Lumakas ang aking patotoo tungkol sa kapangyarihan ng mga banal na kasulatan at kay Jesucristo, na handang tumayo bilang ating Tagapagligtas at bigyan tayo ng kapanatagan sa lahat ng ating mga paghihirap. ■

Inger de Montecinos, Virginia, USA

Ni Elder Hugo Montoya
Ng Pitumpu

PAGDAIG SA PANGANIB NG PAG-AALINLANGAN

Noong nagministeryo ang Tagapagligtas sa mundo, Siya ay sinubok ni Satanas.

"At nang siya ay nag-ayuno ng apat na pung araw at apat na pung gabi, sa wakas ay nagutom siya.

"At ang manunukso ay dumating at nagsabi sa kanya, *Kung ikaw ang Anak ng Diyos,* ipag-utos mo na ang mga batong ito ay maging mga tinapay" (Mateo 4:2–3; idinagdag ang pagbibigay-diin).

Tinukso ng kaaway ang Tagapagligtas sa pamamagitan ng paglalagay ng pag-aalinlangan sa Kanyang kabanalan. Ginamit niya ang kondisyunal na katagang "*Kung* ikaw ang Anak ng Diyos."

Ngunit gamit ang lakas na nagmumula sa kaalaman sa mga banal na kasulatan, tinanggihan ng Panginoon ang tukso. "Nasusulat," sabi Niya, "Hindi sa tinapay lamang mabubuhay ang tao, kundi sa bawat salitang lumalabas sa bibig ng Diyos" (Mateo 4:4).

Ang pag-uusap na ito sa pagitan nina Jesucristo at Satanas ang nagbibigay sa atin nang malinaw na ideya kung paano tayo tinutukso ng kaaway upang maglagay ng mapanirang mga pag-aalinlangan sa ating mga puso't isipan.

Isang Nakatagong Pagsalakay

Sa lugar kung saan ako lumaki sa Sonora, Mexico ay may malalaking puno na tinatawag na Indian laurel. Ito ay halos 100 talampakan (30 m) ang taas, may malalaking katawan at mayayabong na sanga at dahon. Kamakailan lamang, marami sa mga punong ito ang inatake ng sakit na Texas root rot. Kapag umaatake ang amag na ito, hindi makikita ang mga epekto nito nang ilang taon. Gayunman, unti-unting binubulok ng amag na ito ang mga ugat ng magagandang punong iyon at nagsimulang mamatay ang mga ito. Nagkukulay dilaw ang mga dahon nito at nalalagas. Pagkatapos, natutuyot ang katawan at mga sanga nito, at kailangang putulin ang mga puno.

Tulad ng amag na sumusuot sa mga punong ito, maaaring pasukin ng pag-aalinlangan ang ating mga isipan. Kung hahayaan natin itong lumaki, sa paglipas ng panahon makaaapekto ito sa ating mga ugat at mabubulok ang saligan ng ating pananampalataya hanggang sa tayo rin ay putulin.

Kahit na ang malalaking puno ay maaaring mamatay sa hindi nakikitang amag. Katulad din ito ng pananampalataya—kung hahayaan nating umusbong ang pag-aalinlangan, mabubulok nito ang mga espirituwal na ugat hanggang sa bumagsak tayo.

Maaaring pagsimulan ng pag-aalinlangan ang mga nakasasakit na tanong ng mga itinuturing na

MGA LARAWANG KUHA NG GETTY IMAGES

kaibigan. Makalilikha ng pagaalinlangan ang mga Internet site sa pamamagitan ng paglalahad ng mga impormasyong wala sa konteksto. Pero lalong tumitindi ang mga pagaalinlangan kapag sa sarili natin, na nararamdamang tayo'y pinabayaan o puno ng alalahanin ay kinukwestyon ang ating mga pasanin. Ang mga pagdaing ng likas na tao na tulad ng "Bakit ako, Panginoon?" o "Kung ako'y Inyong tagapaglingkod, bakit Ninyo hinahayaang . . . ," ay maaaring ibulong sa ating mga tainga ng ama ng kasinungalingan. Napakasama ng kanyang layunin: ang pahinain ang ating katiyakan na tayo ay mga anak ng Diyos.

Upang labanan ang ganitong pagaalinlangan, dapat nating tandaan ang perpektong plano ng ating Ama. Sa halip na pagtuunan ang mga negatibong tanong, dapat tayong humingi ng lakas, tulad ng ginawa ni Joseph Smith: "Alalahanin ang inyong mga nagdurusang banal, O aming Diyos; at ang inyong mga tagapaglingkod ay

magsasaya sa inyong pangalan mag-pakailanman" (D at T 121:6). Dapat din tayong magtiwala na ililigtas tayo ng Panginoon (tingnan sa 1 Mga Taga Corinto 10:13).

Nilooban nang may Nakatutok na Baril

Naaalala ko ang isang personal na karanasan na nagturo sa akin kung paano palitan ng pag-asa ang pag-aalinlangan. Naglilingkod ako noon bilang stake president. Maliliit pa ang mga anak ko. Kaming mag-asawa ay may negosyo ng paggawa ng tortilla, at mahaba ang oras na ginugugol namin sa pagtatrabaho.

Isa sa mga gabing iyon, nang kailangan naming mag-asawang gumawa ng mga tortilla mula hatinggabi hanggang alas-3:00 n.u., tatlong kabataang lalaki ang pumasok sa aming tindahan. Lahat silang tatlo ay sabog sa droga. Dalawa sa kanila ay nakasuot ng mga ski mask at mahahabang kapote. Nakatago sa mga kapote ang kanilang mga sandata. Pinagbantaan nila kami, pinapasok kami sa loob ng tindahan, at isinara ang pinto. Isa ang nagbantay sa labas, na paulit-ulit na sumisigaw, "Patayin n'yo sila! Patayin n'yo sila!"

Itinutok ng isa sa mga kabataang lalaki ang dulo ng kanyang baril sa aking sintido at pinilit akong dumapa. Itinutok naman ng isa ang dulo ng kanyang baril sa dibdib ng aking asawa. Ipinagdasal ko na nawa'y huwag maulila ang aking mga anak, at pinangalagaan kami ng Panginoon. Sa huli, ikinulong kami sa banyo ng mga manloloob at nagsialis, sakay ng aking trak.

Nakawala kami at humingi ng tulong. Dumating ang mga pulis at gayundin ang kapatid ko. Sa madaling panahon ay iniuwi namin kaagad ang aking asawa. Pagkatapos ay hinanap naming magkapatid ang trak, ngunit nabigo kami. Lungkot na lungkot akong umuwi ng bahay ng alas 5:00 n.u.

Nasaan ang Aking Pamilya?

Ang ikinagulat ko, wala roon ang aking asawa at mga anak. Sinabi sa akin ng isang kapitbahay na sumakit ang tiyan ng aking apat-na-taong gulang na anak, at siya ay isinugod nila sa ospital. Nalalamang mangangailangan talaga kami ng pera para sa kanyang pagpapagamot, pakiramdam ko ay wala akong mapagpipilian kundi bumalik sa tindahan namin ng tortilla at punan ang mga order para sa araw na iyon. Dahil kaming mag-asawa lamang ang tanging manggagawa rito, mag-isa lamang ako, nagmamadali nang sobra, nagmamasa, inilalagay ang masa sa hulmahan, iniaakma ang sukat nito, pabalik-balik na humahangos upang maluto ang mga tortilla at maghihintay sa mga mamimili.

Sa ngayon ay ganap nang alas 8:00 n.u. Nagsimula kong malalim na pag-isipan ang mga pangyayari nang nagdaang gabi. Sumagi ang tanong sa isip ko, "Kung ikaw ang stake president, bakit nangyayari ang lahat ng ito sa iyo?"

Lahat Maliban sa mga Tortilla

Isinantabi ko ang hindi magandang naiisip at nagdasal na bigyan ako ng lakas. Pagkatapos ay narinig ko ang isang tinig sa aking likuran: "President." Ang bishop ko pala at isang brother sa ward, na mga home teacher ko.

Sinabi ng bishop, "Hindi kami marunong gumawa ng mga tortilla, kaya hindi ka namin matutulungan dito. Pero huwag mong alalahanin ang tungkol sa iyong trak, ang asawa mo, ang iyong anak na may sakit, o iba mo pang mga anak. Manatili kayo rito at tutulungan namin kayo sa iba pa." Napuno ng luha ng pasasalamat ang mga mata ko.

Ang mga espirituwal na ugat ng aking family tree ay lumakas sa loob ng anim na salinlahi dahil sa matibay na pananampalataya ng aking lolo-sa-tuhod.

Inasikaso nila ang lahat maliban sa mga tortilla. Nang hapong iyon nang umuwi ako, natagpuan ko ang aking bahay na malinis at maayos, plantsado ang aking mga isusuot, at may pagkaing naghihintay sa akin. Walang tao sa bahay, pero alam ko na nanggaling doon ang Relief Society. Natagpuan ng pulis ang trak ko, at may isang tao sa ward na nagbayad para mailabas ito.

Agad kong pinuntahan ang asawa ko at anak. Nanggaling doon ang

bishop at binigyan ng basbas ang aking anak. May apendisitis siya, pero maayos na ang lahat.

Habang nag-uusap kaming mag-asawa, tumatak sa aming isipan na hindi ginamit ng bishop ang fast offerings o iba pang bagay mula sa bishop storehouse upang tulungan kami. Sa halip, ginamit niya ang mga mapagkukunan at awa ng mga miyembro ng aming ward.

Pagkaraan ng ilang araw, habang nagpapagaling ang aking anak at tinutulungan ako ng asawa ko sa tindahan ng tortilla, tatlong babae ang dumating. Sila ang mga ina ng mga batang magnanakaw at nagsiparoon upang humingi ng paumanhin. Ipinaliwanag nila na nahuli ng pulis ang kanilang mga anak. Kalaunan, halos hila-hila ng mga inang ito ang kanilang mga anak papasok ng tindahan upang humingi ng tawad, at pinatawad namin sila.

Hindi Sila Nag-alinlangan

Isa pang halimbawa sa kasaysayan ng aking pamilya ang nagpapaalala sa akin na huwag mag-alinlangan. Noong 1913 sa Mexico, ipinangaral ni Elder Ernest Young at kanyang mga kasama ang ebanghelyo sa aking lola-sa-talampakan na si Maria de Jesus de Monroy, isang balo; kanyang tatlong anak na babae, sina Natalia, Jovita at Guadalupe; at nag-iisa niyang anak na lalaki, si Rafael—ang aking lolo-sa-tuhod. Nabinyagan sila noong ika-10 ng Hunyo. Makaraan ang dalawang buwan, umalis ang mga mamamayan ng Estados Unidos sa bansa dahil sa Mexican Revolution.

Noong Agosto 29, 1913, na araw ng pag-alis ni Pangulong Rey L. Pratt at ng lahat ng Amerikanong missionary, si Rafael Monroy, 34 taong gulang na dalawang buwan nang nabinyagan sa simbahan, ang nagpunta sa mission home upang ipahayag ang kanyang ikinababahala. "Ano ang mangyayari sa amin?" tanong niya. "Walang organisadong branch sa San Marcos, at walang may hawak sa amin ng pag-kasaserdote." Nang mapakinggan ang ikinababahala ni Rafael, pinaupo siya ni Pangulong Pratt. Ipinatong niya ang kanyang mga kamay sa ulo ni Rafael, iginawad sa kanya ng Pagkasaserdoteng Melquisedec, inorden siya bilang elder at itinalaga siya bilang pangulo ng branch sa San Marcos.

Nauunawaan ni Rafael na ang kanyang tipan sa binyag ay sagrado at walang hanggan, at nauunawaan din niya na kailangan niyang ibahagi ang ebanghelyo. Sa loob ng 23 buwan siya at ang kanyang tagapayo, si Vicente Morales, ay nagtulong sa pagbabalik-loob at pagpapabinyag ng mahigit na 50 katao. Nangaral sila sa dose-dosena pa.

Pagkatapos, noong Hulyo 17, 1915, umabot ang rebolusyon sa San Marcos. Inakusahan ng mga rebolusyonaryong kawal sina Rafael at Vicente na kaanib at sumusuporta sa kalabang hukbo, nagtatago ng mga armas at kasapi sa isang kakaibang relihiyon. Ikinulong sila, pinahirapan sila, at ibinitin sila hanggang sa mawalan sila ng malay. Pagkatapos, binigyan sila ng mga kawal ng huling pagkakataon upang iligtas ang kanilang buhay. Sila ay maliligtas kung tatalikuran nila ang kanilang relihiyon. Sagot ni Rafael, "Hindi ko po ito magagawa, dahil sa alam kong totoo ang natanggap ko."

Sina Rafael at Vicente ay hindi nag-alinlangan. Kumilos sila ayon sa kanilang kaalaman at patotoo. Sa pagtatapos ng araw na iyon, sila ay pinatay ng Hukbong Liberasyon ng Timog, inialay ang kanilang buhay alang-alang sa kanilang paniniwala.[1]

Totoo Pa Rin Ngayon

Huwag tayong mag-alinlangan na totoo ang gawaing ito. Sa tuwing tayo ay sinusubok na mag-alinlangan, pag-isipan nating mabuti ang ating mga espirituwal na karanasan. Makatutulong ito na burahin ang mga pag-aalinlangan. Totoo ito lalung-lalo na para sa mga nagsiuwi mula sa paglilingkod bilang mga full-time missionary at pagkatapos ay hinayaang umusbong ang pag-aalinlangan, para sa matatagal nang miyembro na pagod na sa pagtitiis, at para sa mga bagong binyag na masayang-masaya sa una pero hindi inalagaan ang kanilang pananampalataya.

Kung ganito ang kalagayan ninyo, gusto kong sabihin: Kung totoo ang ebanghelyo noong ipinadala ninyo ang inyong aplikasyon sa misyon (at totoo ito!), kung totoo ito noong pumasok kayo sa templo (at totoo ito!), kung totoo ito noong kayo'y nagbalik-loob at nagpabinyag o noong kayo ay nagpabalik-loob at nagbinyag ng iba (at totoo ito!), kung totoo ito noong kayo'y ibuklod sa templo (at totoo ito!), kung ganoon ito ay totoo pa rin ngayon!

Ipinakita ng halimbawa ni Jesus na makatatanggap tayo ng lakas mula sa mga banal na kasulatan. Ipinakita ni Joseph Smith na makapagdudulot ng kapanatagan ang paghiling sa panalangin. Ipinakita ng mga taong nagbigay ng kanilang buhay, nang walang pag-aalinlangan, na kahit nahaharap sa kamatayan, na tayo ay may pag-asa.

Hindi tayo dapat magpadaig sa kawalan ng pag-asa, dahil ang mga pagsubok at tukso ay pansamantala lamang. Lahat tayo ay makakukuha ng pag-asa sa pahayag ng Tagapagligtas: "Isaalang-alang ako sa bawat pag-iisip; huwag mag-alinlangan, huwag matakot" (D at T 6:36). ■

TALA

1. Tingnan sa Rey L. Pratt, sa Conference Report, Abr. 1920, 90–93.

Pag-eeksperimento sa Musika

Ni Marcel Hall

Lagi kong iniisip noon na isa ako sa mapapalad na eksepsyon sa ilang pamantayan ng ebanghelyo. Kaya ginawa ko kung ano ang gusto ko, nagpapasiya kung aling pamantayan ang mahalaga at kung alin ang hindi. Ang isa sa mga pamantayang inakala kong opsyonal ay ang pakikinig sa walang galang at bulgar na musika (tingnan sa *Para sa Lakas ng Kabataan* [2011], 22). Hindi ko inisip na magdudulot ng kaibhan ang musikang pinakikinggan ko sa mga ikinikilos ko at nadarama tungkol sa ebanghelyo. Malakas pa rin ang aking patotoo kay Jesucristo, at ginawa ko ang lahat ng makakaya ko upang maglingkod sa kapwa at dumalo sa mga pulong ng Simbahan. Sinabi ko sa sarili ko na nakalulungkot na hindi namuhay nang may kalinisang puri ang mga musikerong ito, pero OK sa aking makinig sa kanilang musika—tutal, hindi naman ito humahadlang upang ipamuhay ko ang ebanghelyo.

Habang naghahanda akong magmisyon, hindi ako nag-isip nang dalawang ulit kung paano napipigilan ng pinakikinggan kong musika ang aking espirituwal na pag-unlad.

Gayunman, ilang oras matapos kong buksan ang aking tawag sa misyon, sumaisip ko ang banal na kasulatan sa Alma 32:27 na: "Subalit masdan, kung kayo ay gigising at pupukawin ang inyong kaisipan, maging sa isang pagsubok sa aking mga salita, at gagamit ng kahit bahagyang pananampalataya, oo, kahit na wala kayong higit na nais kundi ang maniwala, hayaan na ang pagnanais na ito ay umiral sa inyo, maging hanggang sa kayo ay maniwala sa isang pamamaraan na kayo ay magbibigay-puwang para sa isang bahagi ng aking mga salita."

At naisip ko pagkatapos ang salitang iyon: *pagsubok o pag-eksperimento*. Kung gusto kong matanggap ang mga pagpapalang pinalalampas ko, kailangan kong mag-eksperimento. Kaya nga nang sumunod na tatlong linggo, iniwasan kong makinig sa nakapipinsalang musika. Mahirap noong una, at maraming ulit akong nagpabalik-balik. Pero makalipas ang ilang araw, ang payapang damdaming nagsimula kong madama sa araw-araw ay sapat na upang magpatuloy ako. Bukod pa dito, bilang estudyante sa kolehiyo, mas gumaling ako sa mga klase ko. Mas madali akong makapagpokus,

Kung gusto kong mapalalim ang aking patotoo at espirituwal na umunlad, kailangang itigil ko ang pagdadahilan sa pag-uugali ko.

at naging mas sensitibo sa Espiritu sa panahong higit kong kailangan sa buhay ang patnubay ng langit.

Natuklasan kong kahit ang mga hangarin ko ay nagbago rin. Hinangad kong matanggap ang lahat ng pagpapalang naghihintay na ibigay sa akin ng Ama sa Langit. Ang karanasan ko sa pagbabago ng kinagawiang pakikinig ng musika ay nakatulong sa akin na maunawaan na walang opsiyonal na pamantayan at bawat utos na ibinigay sa atin ay idinisenyo upang mapalalim ang ating relasyon sa ating Ama sa Langit, at gawin tayong mas katulad Niya. Ang iwasang sundin ang ayaw nating gawin ay magkakait lamang sa atin ng mga pagpapalang ipinangako Niya.

Ang pagsunod sa mga pamantayan ng ebanghelyo at kautusan ang nagbubukod sa atin bilang tunay na mga disipulo ni Cristo. Kapag humahakbang tayo mula sa paggawa ng mabuti tungo sa mas mabuti, tunay na pinasasaya natin ang ating Ama sa Langit. Hindi tayo maaaring nasa bandang gitna lamang sa ebanghelyong ito. Tayo ay sumusulong lamang o umaatras, at ang ideyang "Maayusayos naman ang ginagawa ko sa ngayon" ang tiyak na magpapaatras sa atin sa huli. Subalit kung tayo ay aasa kay Jesucristo at sa kapangyarihan ng Kanyang Pagbabayad-sala upang mas maging mabuti nang kaunti bawat araw, mamumuhay tayong panatag sa Kanyang kapayapaan at malalaman na nahuhubog tayo sa uri ng tao na alam Niyang kaya nating marating. ■

Ang may akda ay naninirahan sa Utah, USA.

PAG-AAYON NG ATING KALOOBAN

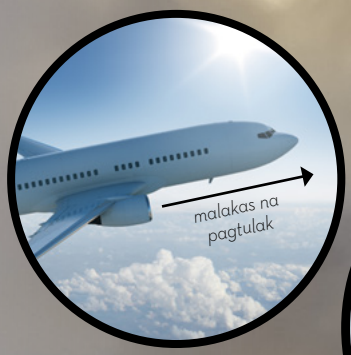
"Tanging sa pag-aayon lamang ng ating kalooban sa kalooban ng Diyos matatagpuan ang ganap na kaligayahan. Anumang bagay na mas mababa rito ay makakukuha ng mas maliit na bahagi (tingnan sa Alma 12:10–11). . . .

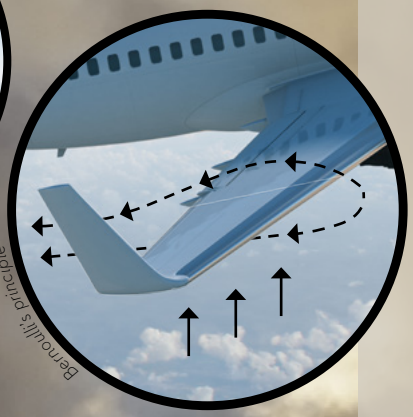
"Napakarami sa atin ang napipigilan sa napipintong pagpapakabanal dahil nagkakamali tayo sa pag-aakala na, kahit paano, sa pagpapasakop ng ating kalooban sa kalooban ng Diyos, mawawala ang ating sariling pagkatao (tingnan sa Mosias 15:7). Ang totoong ikinababahala natin, siyempre pa, ay hindi ang pagkawala ng ating pagkatao, kundi ang pagkawala ng pansariling mga hangarin—tulad ng ating mga tungkulin, ating panahon, ating mataas na katayuan sa buhay at ating mga pag-aari. Hindi nakapagtataka na inutusan tayo ng Tagapagligtas na kalimutan ang ating sarili (tingnan sa Lucas 9:24). Hinihingi lamang Niya sa atin na kalimutan ang lumang sarili upang mahanap ang bagong sarili. Hindi ito nangangahulugan ng pagkawala ng pagkatao kundi ang paghahanap sa kanyang tunay na pagkatao!"

Elder Neal A. Maxwell (1926–2004) ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Swallowed Up in the Will of the Father," *Ensign,* Nob. 1995, 23.

MEKANISMO NG PAGLIPAD

MARAMING MAITUTURO SA INYO ANG ISANG EROPLANO TUNGKOL SA PAGSUNOD, PAGHAHAYAG, AT ESPIRITUWAL NA PATNUBAY.





DALAWANG PUWERSA

Nang nagtrabaho ako bilang isang mekaniko ng eroplano, nalaman ko na, upang makalipad, ang isang eroplano ay nangangailangan ng dalawang puwersa:

1. ***Malakas na tulak,*** o momentum na pasulong, at sapat na bilis upang lumikha ng pag-angat. Dinadaig ng malakas na tulak ang kaladkad, na pumipigil sa paggalaw.
2. ***Pag-angat,*** na nililikha ng pagkakaiba ng presyon ng hanging dumaraan sa ibabaw ng pakpak at ng hanging dumaraan sa ilalim ng pakpak (tinaguriang Bernoulli's principle). Dinadaig ng pag-angat ang gravity, kung hindi ay hahatakin ang eroplano pababa sa lupa.

Ni Richard M. Romney
Mga Magasin ng Simbahan

ANO ANG KAUGNAYAN NITO SA INYO

Gumawa ng ilang simpleng paghahambing, at makikita ninyo ang ilang nagbibigay-inspirasyong pagkakatulad ng mga alituntunin ng paglipad at ang mga alituntunin ng ebanghelyo.

ESPIRITUWAL NA PAG-ANGAT

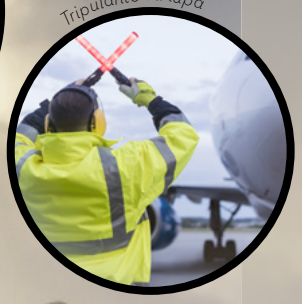
Ang pagsunod sa mga batas at ordenansa ng ebanghelyo ang bumubuo ng momentum. Ito ay nagbibigay ng malakas na espirituwal na pagtulak na lumilikha ng espirituwal na pag-angat. Patuloy tayo nitong pinasusulong. Dahil dito magagawa nating mangibabaw sa mundo, kung saan natin makikita nang malinaw kung paano makabalik sa ating Ama sa Langit.

PAGTUTUWID NG LANDAS

Matapos kayong mabinyagan, natanggap ninyo ang Espiritu Santo, ang pinakamahusay sa lahat ng espirituwal na kasangkapang pang-nabigasyon. Sa inyong patuloy na pagsunod, ang marahan at banayad na tinig ay magbibigay ng palagiang pahiwatig tungkol sa mga dapat gawin, saan patutungo, at paano kikilos. Kung makikinig kayong mabuti, kayo ay gagabayan niya.

Pero nakasalalay sa inyo ang paggamit ng mga pamamaraang ipinagkaloob ng Panginoon upang itama ang inyong landas. Kabilang dito ang mga checkpoint—parati ba kayong nagdarasal, nagsasaliksik ng mga banal na kasulatan, dumadalo sa mga pulong, naghahanda para sa at pagpunta sa templo? At kabilang dito ang pagsisisi, na nagbibigay-daan upang makagawa kayo ng malalaki at maliliit na pagbabago sa espirituwal na pag-uugali, taas, at direksyon.

MGA LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES



PAGTUTUWID NG LANDAS

Siyempre pa, marami pang ibang bagay na nangyayari kapag lumilipad ang isang eroplano. Pero karamihan sa mga ito ay kinapapalooban ng dalawang karagdagang sistema.

1. ***Mga gamit na pang-nabigasyon*** na tumutulong sa piloto na panatilihing nasa tamang landas ang eroplano. Kabilang dito ang mga gamit panukat at mga dial sa cockpit, pati na rin ang umiilaw na senyas ng radar at tinig-ugnayan sa flight tower.
2. ***Ang mga kontrol sa pagpapalipad*** na nagpapadali sa pagbabago ng direksyon. Kabilang dito ang timon (mga pagaspas sa buntot ng eroplano), mga aileron at trim tab (maliliit na pagaspas sa mga pakpak), malalaking pagaspas at spoiler, slat, at stabilizer. Nagagawa nitong paikutin, paakyatin, pasisirin, patagilirin at marahang ibalik sa lupa ang eroplano kapag oras na para lumapag.

KAAYUSAN SA LUPA

Ang mga piloto ay nakadepende sa mga tripulante sa lupa. Inihahanda ng mga tripulante ang eroplano sa paglipad, ginagabayan ang eroplano sa runway, nag-i-inspeksyon bago at pagkatapos ng paglipad, at nagsasagawa o nagrerekomenda ng kinakailangang pagkumpuni. Ang mga tripulante ang responsable sa pangangalaga at kaligtasan ng eroplano.

ESPIRITUWAL NA SERTIPIKASYON

Tulad ng isang piloto, kailangan ninyong umasa sa inyong espirituwal na mga tripulante sa lupa. Kabilang sa inyong mga tripulante ang inyong mga magulang, mga lider ng Young Men o Young Women, ang inyong bishop at kanyang mga tagapayo, home teacher, seminary teacher, at mabubuting kaibigan. Isipin ang mga pakikipanayam o interbyu sa kanila bilang mga pag-i-inspeksyon bago at pagkatapos lumipad. Tulad din ng eroplano na regular na sinusuri, may pagkakataon kayong patunayan ang inyong kahandaang lumipad sa mga regular na interbyu. Makatutulong ang inyong mga espirituwal na tripulante sa lupa na suriin ang inyong mga kakayahan, ihanda ang inyong plano sa paglipad, at pagpayuhan kayo tungkol sa mga espirituwal na bilis ng hangin at potensiyal na sungit ng panahon. May mga aktibidad, tulad ng pagpunta sa templo, ang mangangailangan ng pagpapatunay na handa na kayong lumipad. Ang mga mensahe sa pangkalahatang kumperensya ay tulad ng pakikinig mula sa isang flight controller na nakakakita sa lahat ng eroplano nang sabay-sabay at nagtuturo tungkol sa nabigasyon na may malawak na implikasyon. Makatutulong sa inyo ang pagsunod sa payong ibinigay para makaiwas sa posibleng panganib.

HANDA NANG LUMIPAD

Sa isang espirituwal na pakahulugan, nakatakda tayong lumipad. Tayo ay mga anak ng ating Ama sa Langit, at gusto Niyang maabot natin ang tugatog ng pagiging espirituwal. Bilang Kanyang mga anak, dapat nating abutin ang langit dahil sa Kanyang tulong, lagi tayong malayang makakalipad sa mga bagong tugatog. ■

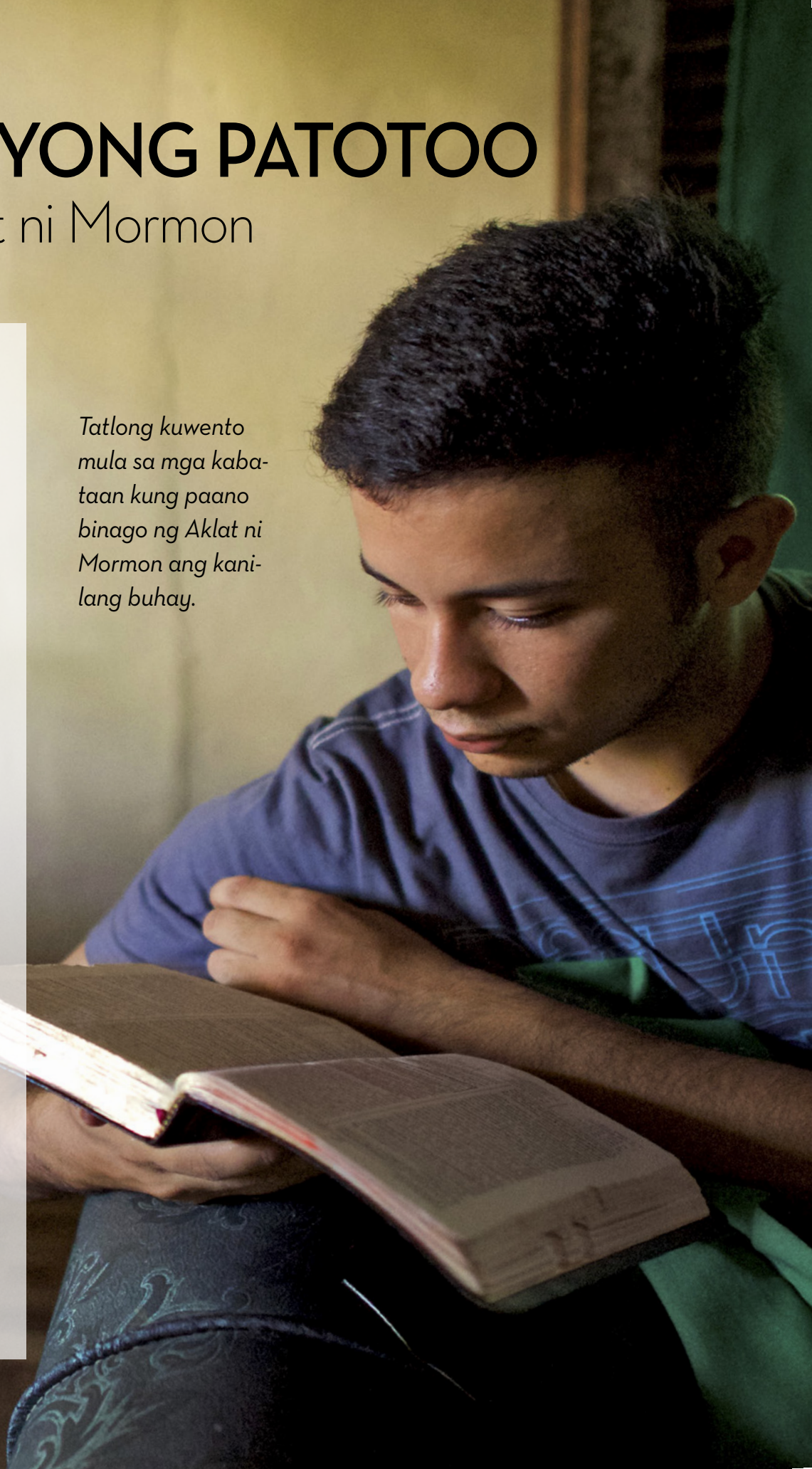
Para sa karagdagang kaalaman sa paksang ito, bisitahin ang youth.lds.org.

ANG INYONG PATOTOO
at ang Aklat ni Mormon

Tatlong kuwento mula sa mga kabataan kung paano binago ng Aklat ni Mormon ang kanilang buhay.

Sinabi ni Joseph Smith na ang Aklat ni Mormon "ang pinakatumpak sa anumang aklat sa mundo, at ang saligang bato ng ating relihiyon, at ang isang tao ay malalapit sa Diyos sa pamamagitan ng pagsunod sa mga tuntunin nito, nang higit kaysa sa pamamagitan ng alin mang aklat" (pambungad sa Aklat ni Mormon). Ang Aklat ni Mormon ay isang makapangyarihang saksi ni Jesucristo at sa Kanyang ipinanumbalik na ebanghelyo. Ang malaman na ito'y totoo ay nagpapabago sa lahat ng bagay.

Ang mga taong sumulat sa mga sumusunod na patotoo ay nagbalikloob kay Jesucristo at sa Kanyang ebanghelyo dahil sa kanilang mga naging karanasan sa pagbabasa at pagdarasal tungkol sa Aklat ni Mormon. Mababago rin ang inyong buhay ng taos-pusong pagbabasa at pagdarasal tungkol sa Aklat ni Mormon. DETALYE MULA SA *BEHOLD YOUR LITTLE ONES,* NI ROBERT BARRETT



BASAHIN AT IPAGDASAL LAMANG

Ni Michael Peak,
Idaho, USA

Noong 17 taong gulang ako, sinabi sa akin ng isang kaibigan ko na Mormon siya. Wala pa akong ideya noon kung ano ang isang Mormon. Hindi ako pinagsimba ng mga magulang ko, kaya wala akong masyadong alam tungkol sa Biblia o tungkol sa Diyos, at hindi ko gustong malaman ito. Sinabi ko sa kaibigan ko, "Kung gusto kong malaman ang anumang bagay tungkol diyan, ako mismo ang aalam dito."

Nang makita niya na hindi ko masyadong pinapansin ang Simbahan, binigyan na lamang niya ako ng kopya ng Aklat ni Mormon. Pagkatapos ay sinabi niya sa akin na basahin at ipagdasal ito. Hindi siya namimilit o kaya'y nainis na ayaw kong marinig ang tungkol sa Simbahan. Ang gusto lamang niyang gawin ko ay magbasa at magdasal.

Nang buksan ko ang aklat noong gabing iyon, napansin ko ang kanyang patotoo na nakasulat sa harapan. Habang binabasa ko ang kanyang patotoo, nadama ko na dapat kong malaman ang tungkol sa aklat na ito. Kaya't sinimulan kong basahin ang 1 Nephi. Hindi ko mailapag ang aklat. Kailangan kong malaman pa ang tungkol dito.

Kalaunan, dumalo ako sa isang family home evening kasama ang kanyang pamilya kung saan itinuro nila sa akin ang tungkol sa ebanghelyo ni Jesucristo. Kahit wala pa akong nalalaman tungkol sa ebanghelyo, lahat ng ito ay tila may katuturan. Habang nadaragdagan ang nalalaman ko, nagbago ang saloobin ko tungkol sa simbahan, sa Diyos, at kay Jesucristo. Sa unang pagkakataon sa buhay ko, gusto kong gawin ang gusto ng Diyos na ipagawa sa akin. Di nagtagal tinuruan ako ng mga missionary at bininyagan at kinumpirma bilang miyembro ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw.

Binago ng Aklat ni Mormon ang buhay ko. Kapag naaalala ko ang nangyari noon, nakikita ko kung paano ako tinulungan ng Espiritu Santo na naising madagdagan pa ang aking nalalaman. Tinulungan ako ng ebanghelyo na makilala kung sino ako, kung saan ako nanggaling, at kung saan ako pupunta kung magiging tapat ako. Nagpapasalamat ako sa kaibigan ko na nagbahagi nito sa akin at ipinakita sa akin na ibinabahagi ng isang tunay na kaibigan ang mga katotohanan ng ebanghelyo.

PAGTANGGAP SA HAMON NG ISANG PROPETA

Ni Portia Marjorie J. Alvaro,
Texas, USA

Lumipat ang pamilya ko sa Amerika mula sa Pilipinas noong ako ay 11 taong gulang. Noong una, nahihirapan akong makibagay. Pero nang matuto akong magsalita ng Ingles, mabilis akong nakaayon sa popular na kultura. Gustung-gusto kong makinig sa pop music, sinusubok ang iba't ibang ayos ng buhok, at nagsusuot ng usong damit. Wala akong patotoo noon. Sa halip, may pagka-rebelde ako.

Nagbago ang buhay ko nang magpasiya akong tanggapin ang hamon ng propeta na seryosong basahin at pag-aralan ang Aklat ni Mormon. Binasa ko ang aklat mula sa simula hanggang sa wakas. Mabuti at maganda ang naging pakiramdam ko, pero hindi pa rin ako sigurado kung ito ay totoo.

Ninenerbiyos man, sinubok ko ang pangako ni Moroni sa Moroni 10:4–5. Inasahan kong may mga anghel na lilitaw, pero walang nangyaring ganoon. Naisip ko, "Ito lang ba iyon?"

Sa kabila ng aking pagkabigo, patuloy kong pinag-aralan ang aklat. Isang gabi, nanaginip ako tungkol sa Aklat ni Mormon. Paggising ko, nadama ko ang pag-aalab sa aking puso, kapayapaan ng isipan, at katiyakan. Naisip ko, "Ito na iyon. Ito ang sagot sa akin."

Pagkatapos ng karanasang iyon, tumaas ang tiwala ko sa sarili. Gumanda ang grado ko sa paaralan, sumali sa mas marami pang mga aktibidad sa paaralan, at, higit sa lahat, naging napakaaktibo sa Simbahan. Patuloy kong pinag-aaralan ang Aklat ni Mormon at ipinamumuhay ang mga turo nito. Ang mga naranasan ko habang binabasa ang Aklat ni Mormon ang naging mga angkla ko sa aking buhay.

ANG AKLAT NA NAGLIGTAS NG AKING BUHAY

Hindi ibinigay ang pangalan

Ako at ang aking pamilya ay sumapi sa Simbahan noong 12 taong gulang ako. Noon, wala akong ideya kung gaano kahalaga ang kaloob na iyon. Ni hindi ko alam kung totoo ang Simbahan, pero nagustuhan ng aking ama at ina ang mensaheng dala ng mga missionary. Nagustuhan ko rin ang mga missionary pero hindi ko gaanong naintindihan ang sinasabi nila. Kalaunan, inanyayahan nila kaming magpabinyag, at nagpasiya ang pamilya ko na sasapi kami bilang isang pamilya, o hindi na lang. Pumayag ako at nabinyagan nang hindi tunay na nagbalik-loob o na-convert.

Dumalo ako sa simbahan at seminary, pero nawala kalaunan ang pamilya ko. May mga naging kaibigan ako sa simbahan at dumalo ako sa seminary at Mutwal upang makasama sila. Wala akong pakialam tungkol sa ebanghelyo o sa mga turo at sa isip-isip ko ang lahat sa simbahan ay walang kabuhay-buhay. Nagulo ang buhay ko nang magsimula akong masangkot sa mga aktibidad na tulad ng pang-uumit sa tindahan at bandalismo. Naging mapang-abuso ang ama ko, at naisip kong magpakamatay.

Gayunman, ang pagpapakamatay ay hindi kailanman naging opsiyon. Hindi ko magagawa iyon sa aking ina, na labis kong mahal. Kaya't naiwan akong naghahanap ng kasagutan. Nagmasid-masid ako at nakita ang mga kaibigan ko sa simbahan. Ang isang bagay na taglay nila na wala ako ay ang patotoo. Kaya sa edad na 16, apat na taon matapos akong binyagan, umupo ako upang basahin ang Aklat ni Mormon sa unang pagkakataon.

Mahirap, at inabot ako ng halos dalawang taon. Habang binabasa ko ang 3 Nephi tungkol sa pagdalaw ng Tagapagligtas sa mga Nephita matapos ang Kanyang Pagkabuhay na Mag-uli, kung saan binasbasan Niya ang kanilang mga anak at nagsibaba ang mga anghel sa langit at pinalibutan sila, sa pakiwari ko ay naroon ako, nakatayo kasama ng mga Nephita at nakita ng sarili kong mga mata ang mahimalang pangyayaring iyon. Ang Espiritu Santo ay nagpatotoo sa dakilang sandaling iyon.

Hindi ko na nagawang magbasa pa, dahil sa nahilam sa luha ang aking mga mata. Nang mahimasmasan ako, ipinagpatuloy ko ang pagbasa. Ilang linggo pa ang lumipas, at natapos kong basahin ang aklat, lumuhod, at nagdasal ako upang malaman kung ito ay totoo. Pero wala akong natanggap na sagot.

Lumipas ang mga araw na parati akong nakaluhod at sumasamo na malaman kung ang aklat ay totoo, kung totoo ang Simbahan, pero wala pa rin akong natanggap na sagot. Nawawalan ng pag-asa, ilang linggo matapos akong magbasa, lumuhod akong muli at nagtanong, "Ama sa Langit, totoo po ba ang Aklat ni Mormon?" Ang sagot na natanggap ko ay hindi ko inaasahan: "Sinabi ko na sa iyo. Alam mo ito."

Natamo ko ang aking patotoo ilang linggo na ang nakalipas, noong mabasa ko ang tungkol kay Cristo na binabasbasan ang mga bata. Alam ko na ang Simbahang ito, Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, ang kaharian ng Diyos sa lupa, na ipinanumbalik ng isang propeta at pinamumunuan ng isang propeta, tulad noong unang panahon.

Hindi kalabisang sabihin na iniligtas ng Aklat ni Mormon ang buhay ko, pero mas tamang sabihin na ang ipinanumbalik na ebanghelyo ang nagligtas sa akin at patuloy ako nitong binabago at pinalalakas ako araw-araw. Ito ang pinakamahalaga kong pag-aari. ■

MALALAMAN MO PARA SA IYONG SARILI

Ikaw man ay may patotoo sa Aklat ni Mormon o gusto mong magtamo ng sariling patotoo, ang pagbabasa at pagdarasal tungkol sa Aklat ni Mormon ay magpapalalim ng iyong pananalig.

Tumutulong ang Aklat ni Mormon para mapalapit tayong lahat kay Jesucristo. Tutulungan ka ng Aklat ni Mormon na malaman na si Jesus ang Cristo, na si Joseph Smith ay isang propeta, at na Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw ang totoong Simbahan ng Diyos sa lupa. Buksan ang iyong puso habang binubuklat mo ang mga pahina nito, at makikita mo kung paano mapabubuti ang iyong buhay.

25 KATOTOHANAN SA AKLAT NI MORMON

Ang mapanalanging pag-aaral sa mga katotohanan sa Aklat ni Mormon ay makapagbibigay sa iyo ng espirituwal na kaalamang kakailanganin mo upang gabayan ang iyong buhay at sagutin ang mga tanong mo o ng sinuman. Narito ang isang halimbawa ng mga katotohanang matututuhan mo sa iyong pag-aaral ng Aklat ni Mormon sa seminary, sa tahanan, at sa simbahan. Habang iyong pinag-aaralan, pinag-iisipang mabuti, at ipinagdarasal ang mga ito, mag-isip ng mga paraan kung paano ibabahagi at ipamumuhay ang iyong natutuhan upang palalimin ang iyong pag-unawa, patotoo, at pagbabalik-loob sa mahahalagang katotohanang ito.

Si **Jesucristo** ang Tagapagligtas, at si **Joseph Smith** ay Kanyang hinirang na propeta.

Pambungad sa Aklat ni Mormon

PALAGING NAGHAHANDA ANG DIYOS NG PARAAN upang masunod mo ang Kanyang mga kautusan.

1 Nephi 3:7

Pinagtitibay ng **Aklat ni Mormon** ang patotoo ng Biblia kay Cristo.

1 Nephi 13:26–29, 39–42

Tumatanggap tayo ng **patnubay** mula sa **Diyos** sa pamamagitan ng **pananampalataya, pagsisikap,** at **pagsunod.**

1 Nephi 16:27–29

ANG AKLAT NI MORMON *ay isinalin sa pamamagitan ng kaloob at kapangyarihan ng Diyos.*

2 Nephi 27:6–23

Maliligtas lamang tayo sa pamamagitan ni **Jesucristo.**

2 Nephi 25:19–20

Ang **MGA SALITA NI CRISTO** ang magsasabi sa iyo kung ano ang gagawin.

2 Nephi 32:3

Ang **KARUNUNGAN** *ay mabuti kung sumusunod tayo sa payo ng Diyos.*

2 Nephi 9:28–29

ILLUSTRATIONS AND BACKGROUND TEXTURE FROM GETTY IMAGES

Mahal ng Diyos ang lahat ng Kanyang anak sa perpektong paraan.
2 Nephi 26:33

ANG ESPIRITU ay nagsasabi ng katotohanan.
Jacob 4:13

Tayo ay **naglilingkod** sa Diyos sa pamamagitan ng **paglilingkod** sa kapwa.
Mosias 2:17

ANG LIKAS NA TAO ay kaaway ng Diyos.
Mosias 3:19

Alam ng **DIYOS** ang lahat ng bagay at Siya ang pinagmumulan ng lahat ng katotohanan.
Mosias 4:9

Nakikipagtipan tayo sa Panginoon sa pamamagitan ng **BINYAG.**
Mosias 18:8-10

Binibigyan tayo ng Panginoon ng **LAKAS** na mapagtiisan ang mga pagsubok.
Mosias 23:20-24; 24:13-15

Si **Jesucristo** *ay nagdusa para sa ating mga kasalanan, pasakit, at karamdaman.*
Alma 7:11-13

ANG PANANAMPALATAYA AY HINDI isang ganap o perpektong kaalaman.
Alma 32:21

Matutong sumunod sa mga **kautusan** sa iyong kabataan.
Alma 37:35

Si Cristo ay isang tunay na saligan.
Helaman 5:12

Tutuparin ng Panginoon ang lahat ng **salitang sinabi** Niya sa pamamagitan ng **Kanyang mga propeta.**
3 Nephi 1:1-26

GUMAGAWA NG MGA HIMALA ANG DIYOS ayon sa ating pananampalataya at Kanyang kalooban.
Mormon 9:20-21

Ang **pananampalataya ay pag-asa** sa mga bagay na hindi nakikita ngunit totoo.
Eter 12:6

Nagdarasal tayo sa pangalan ni **JESUCRISTO.**
3 Nephi 18:15, 20-21

Ang **PAG-IBIG SA KAPWA-TAO** ay ang dalisay na pag-ibig ni Cristo.
Moroni 7:45, 47-48

Maaari tayong **magkaroon ng patotoo** sa **Aklat ni Mormon** kapag tayo ay **nagbabasa, nagbubulay,** at **nagdarasal.**
Moroni 10:3-5 ■

SAMPUNG MINUTO SA ISANG ARAW

Ni Hadley Griggs
Mga Magasin ng Simbahan

Hiniling namin sa limang kabataan na subukan ang imbitasyon ni Elder Stevenson na palitan ang 10 minutong araw-araw na pagtutok sa screen (ng TV, computer, o cellphone) ng pagbabasa ng Aklat ni Mormon.

Nagawa na ba ninyong magtakda ng mithiin sa pag-aaral ng mga banal na kasulatan na gaya nito? "Mula sa araw na ito, *gagawin* kong pag-aralan ang mga banal na kasulatan sa loob ng isang oras bawat araw—at gagawin ko ito nang *walang palya*."

Kung nagtakda kayo ng ganitong mithiin, kumusta naman? Malamang, hindi mabuti. Malaking hamon talaga ang magsikap na simulan ang isang bagong gawi, lalo pa't madalas na hindi makatotohanan ang mga mithiing itinakda (gaya ng makikita sa itaas) kaya mabilis tayong magsawa rito o panghinaan dahil dito.

Upang makagawian ang pag-aaral ng mga banal na kasulatan, mas makababuting magsimula sa maliit o kaunti. Nagbigay si Elder Gary E. Stevenson ng Korum ng Labindalawang Apostol ng isang napakagandang mungkahi: "Maraming kabataan ang nag-uukol ng halos pitong oras kada araw na nakatutok sa TV, computer, at smartphone screen. . . . Maaari bang palitan ninyo ang ilang oras ng araw-araw na pagtingin sa screen—lalo na iyong nakalaan sa social media, internet, video game, o telebisyon—ng pagbabasa ng Aklat ni Mormon? . . . Kahit 10 minuto lang sa isang araw."[1]

Hinilingan namin ang limang kabataan na tanggapin ang imbitasyon ni Elder Stevenson. Sinubaybayan nila ang kanilang oras sa araw-araw na panonood, at pagkatapos ay pinalitan nila ang 10 minuto nito ng pag-aaral ng Aklat ni Mormon. Tingnan ang nangyari—marahil mahihikayat nila kayong subukan ito sa inyong sarili!

MGA PAGLALARAWAN NI IKER AYESTARAN

"Matapos kong itala ang oras na ginugol ko sa social media para sa unang linggo, bahagya akong nagulat sa dami ng oras na ginugol ko sa aking telepono. Talagang magandang ideya para sa akin na gamitin ang ilan sa mga oras na iyon para sa Aklat ni Mormon, lalo pa't ang masigasig na pagbabasa ng mga banal na kasulatan ay hindi isa sa mga lakas ko.

"Ang hindi ko inaasahan, isa sa mga unang araw ng pagbabasa ko ng aking mga banal na kasulatan sa umaga ay isang *teribleng* araw. Gayunman, alam kong bubuti ang buhay ko sa pagbabasa ng mga banal na kasulatan, kaya nagpatuloy ako sa pagbabasa.

"Sa aking palagay, ang pinakamalaking nagawa ng araw-araw na pagbabasa ay naging mas sensitibo ako sa Espiritu. Nagagawa kong magdesisyon nang mas madali. Mas minahal ko ang mga tao sa paligid ko at tumindi ang aking hangaring maglingkod. Kapag nagbabasa ako ng aking mga banal na kasulatan sa umaga, mas gumaganda ang araw ko. Kapag nagbabasa ako sa gabi, nakakatulog ako nang mahimbing. Lubos kong iminumungkahi sa lahat na subukan ito. Napakalaki ng kaibhang nagagawa nito!"

Bryn C., edad 18, Utah, USA

"Nang sinubaybayan ko ang paggamit ko ng telepono, natanto ko na mas madalas akong nasa telepono kapag araw ng Linggo. Nakalulungkot isipin iyon dahil iyon ang araw na dapat sana'y nagsisikap akong mapalapit sa aking Tagapagligtas—pero sa halip ay nakatitig ako sa aking screen.

"Nang simulan kong basahin ang aking mga banal na kasulatan, 10 minuto akong nagbabasa tuwing gabi bago ako matulog, na para sa akin ay halos isang kabanata lamang sa isang gabi. Nang gawin ko ito, napansin ko na mas madali akong nakakatulog. Nakita ko rin ang sarili ko na gumagawa ng mas mabubuting pagpapasiya sa buong linggo, at sa kabuuan ay naging mas maganda ang pakiramdam ko sa sarili ko.

"Nagpapasalamat ako na natanggap ko ang paanyayang ito, at plano kong ituloy ang 10 minutong pagbabasa bawat araw at magdasal tuwing gabi."

Ryan E., edad 16, Alabama, USA

“Hindi ko talaga inakala na gumugugol ako sa social media *ng maraming oras* hanggang sa hinikayat akong subaybayan ang paggamit nito, at doon ko natanto kung gaano kalaking bahagi ng buhay ko ang nauubos sa social media.

“Nang sinimulan kong magtuon talaga sa pagbabasa ng mga banal na kasulatan araw-araw, nakadama ako ng pananabik na basahin ang Aklat ni Mormon, at ninais kong matuto mula rito. Sa pagbabasa ko sa loob ng 10 minuto kada araw, mas lalo akong natatangay ng mga kuwento. Halos nangangalahati na ako nang magdesisyon ako na, bago magbasa, magdarasal ako upang makahanap ng mga sagot sa mga tanong ko, at walang palya na nakatanggap ako ng mga sagot sa pamamagitan ng Espiritu Santo.

“Alam ko na kinakausap tayo ng Diyos sa pamamagitan ng mga banal na kasulatan at ang Aklat ni Mormon ay isa pang tipan ni Jesucristo. Tunay na pagpapalain nito ang ating buhay sa pamamagitan ng taimtim at mapanalanging pag-aaral. Nagpapasalamat ako sa pagkakataong makibahagi rito, at inaanyayahan ko ang lahat na gawin din ito. Isa itong karanasang nakapagpabago ng buhay.”

Sydney B., edad 16, Arizona, USA

“Bago ko sinubaybayan ang oras na ginugol ko, naisip ko na napakahirap huminto sa pinagkakaabalahan at magbasa ng mga banal na kasulatan—pero nang matuklasan ko kung ilang oras ang ginugugol ko sa social media, ang pagbawas ng 10 minuto mula roon ay napakadali! Makapagbabasa ako sa tanghali o kaya’y bago magsimula ang seminary.

“Matapos kong mabasa ang mga banal na kasulatan, naging mas mapagbantay ako sa mga tinitingnan ko sa social media. Kung masumpungan ko ang isang bagay na masama, hindi magandang pananalita o negatibong mensahe, napapansin ko ito at sinikap na iwasan ang mga ito nang higit pa kaysa dati. Napansin ko rin na mas naging taos sa puso ang mga dasal ko at mas nakakatanggap ako ng mga sagot sa mga ito. Isang bagay ito na inaasahan kong maipagpapatuloy nang mas matagal pa!”

Izzie J., edad 16, California, USA

"Kahit pa nakalimutan kong magbasa ng ilang beses, sa kabuuan ito ay naging matagumpay. Natanto kong bago ko sinimulan ang paanyaya ni Elder Stevenson, ang talagang pagbabasa ko ay umaabot lamang ng mga 3 minuto kada gabi, at sa dagdag na pagbabasa ko ng 10 minuto tuwing gabi, nakita ko ang pagbabago sa buhay ko. Kapag nagbabasa ako, mas nagiging sensitibo ako sa Espiritu at nadarama ko ang mga pagpapala ng espirituwal na proteksyon sa bawat araw. Tulad sa mahirap magsimulang magbasa matapos ang matagal na hindi pagbasa ng mga banal na kasulatan, nang simulan kong magbasang muli, hindi ko magawang huminto.

"Napansin ko na para sa akin, kapag bago matulog ako nagbabasa ng mga banal na kasulatan, kadalasan ay nakakatulog ako o wala akong gaanong napapala sa pagbabasa ko. Mas epektibong magbasa sa umaga o kaya'y pagkatapos ng klase.

"Nasiyahan ako sa paggawa nito at hinahamon ko ang lahat na subukan ito."

Rachel A., edad 15, Colorado, USA ■

Gusto mo bang subukan ito para sa iyong sarili? Tingnan ang artikulong ito sa LDS Youth website para sa walong tip kung paano mapagtatagumpayan ang mithiing ito: lds.org/go/91761.

TALA

1. Gary E. Stevenson, "Basahin ang Aklat, Umasa sa Panginoon," *Liahona,* Nob. 2016, 46.

NAPAKARAMI BA NG GAGAWIN?

"Paano natin makikita ang ating daraanan sa gitna ng maraming bagay na mahalaga? Simplihan at dalisayin natin ang ating pananaw. May ilang bagay na masama at dapat iwasan; may ilang bagay na mabuti; may ilang bagay na mahalaga; at may ilang bagay na talagang kinakailangan."

Elder Neil L. Andersen ng Korum ng Labindalawang Apostol, pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2007.

TUWIRANG SAGOT

Sa tulong ng iba, pinagsisihan ko ang paulit-ulit na kasalanan. Pero natatakot ako na baka balikan ko ito. Paano ko mapaglalabanan ang tukso at patuloy na maging masaya?

Palitan ang iyong takot ng pananampalataya kay Jesucristo at sa Kanyang Pagbabayad-sala, sa Kanyang kapangyarihang palakasin at baguhin ka, at sa Kanyang pagmamahal at awa. Isaisip ang Ama sa Langit at si Jesucristo at ang Kanilang kabutihan sa inyo. Maging mapagpakumbaba, manalangin, pag-aralan ang mga banal na kasulatan, at maging matapat. (Tingnan sa Mosias 4:11–12.) Kung gayon ikaw ay makatatanggap ng kagalakan, na "kaloob na nagmumula sa sadyang pagsisikap na mamuhay nang matwid, tulad ng itinuro ni Jesucristo."[1]

Ang ganap na pagsisisi ay maaaring mahirap gawin. Madalas na dahan-dahan ito, lalo pa't paulit-ulit ang kasalanang ginagawa mo. Iwasan ang mga sitwasyong nakatutukso. Maaaring kailanganin mong baguhin ang iyong pang-araw-araw na gawain, ang iyong kapaligiran, at ang iyong mga kaibigan. Kung nagkamali ka, tandaan na maaari ka pa ring magsisi at magbago. Patuloy na magsikap. Hindi ka tatalikuran ng iyong Ama sa Langit at ng iyong Tagapagligtas. "Ang Pagbabayad-sala. . . ay makahuhugas sa bawat mantsa gaano man kahirap o katagal o ilang beses mang inulit."[2] ■

MGA TALA

1. Russell M. Nelson, "Kagalakan at Espirituwal na Kaligtasan," *Liahona,* Nob. 2016, 84.
2. Boyd K. Packer, "Ang Plano ng Kaligayahan," *Liahona,* Mayo 2015, 28.

Ano ang gagawin ko kung nag-aalinlangan ang malalapit na kaanak at kaibigan sa Simbahan at tumatalikod sa katotohanan?

Kung ang mga taong malapit sa iyo ay nagsisimulang magalinlangan kung totoo nga ba ang Simbahan, mahalin sila at manatiling matatag. Kapag kinakausap ka nila tungkol sa Simbahan, ituon ang iyong pansin sa nadarama nila sa halip na patunayang tama ka. Huwag ipadama sa kanila na nakakahiya ang pagkakaroon ng mga tanong at pag-aalinlangan. Huwag magpakita na nagulat o nasaktan ka, kahit na iyon ang nadarama mo. Hangga't maaari, kausapin sila nang mahinahon tungkol sa kanilang mga tanong at subukan silang tulungan sa paghahanap ng mga sagot at panghawakan ang pananampalataya, paniniwala, at patotoo na *mayroon* sila (para sa tulong, tingnan sa lds.org/go/91763).

Kung may isang magnais na putulin ang anumang ugnayan sa Simbahan, ang iyong relasyon ay hindi kailangang tapusin. Mahalin sila, maging mabait sa kanila, at ipagdasal sila. Kung hindi na magkatulad ang inyong pananaw sa Simbahan at sa ebanghelyo, panghawakan ang mga bagay na kapwa ninyo pinaniniwalaan. Ipaalam na may malasakit ka sa *kanila,* hindi lamang dahil sa kanilang pakikihalubilo sa Simbahan. Pero huwag mo ring isusuko ang sarili mong espirituwal na mga mithiin. Subukan silang bigyang-sigla, pero huwag hayaang hilahin nila kayo pababa. ■

Ni Pangulong Henry B. Eyring
Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan

PAANO **AANYAYAHAN ANG ESPIRITU SANTO**

Isa sa mga paraan na alam kong nadarama ko ang impluwensya ng Espiritu Santo ay kapag magaan ang pakiramdam ko at masaya ako. Kapag ang Espiritu Santo ay tila malayo sa akin, mabigat ang pakiramdam ko at hindi ako masaya. Nadama ko ang paghina at pagdaloy ng liwanag at kaligayahan sa buhay ko at ganoon din naman kayo.

Nais kong madama ang liwanag na iyon at nais kong maging masaya. Hindi ko kailangang maghintay ng mga problema at pagsubok para hingin ang tulong ng Espiritu Santo. Kaya kong **piliing tandaan** kung paano ba ang makasama Siya, at kapag naaalala ko ito, nais kong muling madama ang pagpapalang iyon nang buong puso ko.

Kung nais nating makasama ang Espiritu Santo at ang kapayapaan ng isipan at kasiyahan na dulot nito, alam natin kung ano ang gagawin. Tayo ay **sasamo sa Diyos** para dito nang may pananampalataya. Kailangan ang **pagdarasal na may pananampalataya** upang makasama ang Espiritu Santo. May pananampalataya na buhay ang Diyos Ama, ang lumikha ng lahat ng bagay, at nais mapasaatin ang Espiritu Santo at nais maipadala sa atin ang Mang-aaliw. Kailangan ng pananampalatayang iyon na si Jesus ang Cristo at na Siya ay nagbayad-sala para sa ating mga kasalanan at kinalag ang mga gapos ng kamatayan. Sa pamamagitan ng pananampalatayang iyon tayo ay **lumalapit sa ating Ama** nang may paggalang at tiwala na sasagot Siya. Sa pamamagitan ng pananampalatayang iyon **tinatapos natin ang pagdarasal** sa pangalan ni Jesucristo bilang tunay Niyang mga disipulo, nagtitiwala na ang lubos nating pagsisisi, ating pagbibinyag sa pamamagitan ng Kanyang mga lingkod, at ating tapat na paglilingkod sa Kanyang layon ay gagawin tayong dalisay at karapat-dapat sa pagpapalang hangad natin, ang makasama ang Espiritu Santo. ■

Mula sa debosyonal sa Brigham Young University–Idaho na ibinigay noong Enero 25, 2005.

PAANO NINYO ITO NASUNOD?

Natatanggap ko ang Banal na Espiritu sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pagdarasal, pagpapanatiling dalisay ng aking isipan, at pagsisikap na sundin ang mga pamantayan ng ebanghelyo. Ang pag-aaral at pag-unawa sa mga gawain ng Espiritu ay isang tuluy-tuloy na proseso. At pagkatapos ang pagsunod sa hinihingi ng Tagapagligtas ang nagpapalakas sa hangarin kong isagawa ito at maging higit na katulad ni Cristo.

Katie S., edad 17, Auckland Region, New Zealand

ANG BAHAGING PARA SA ATIN

ANG MGA PAGPAPALA NG SEMINARY

Noong ikalawang taon ko sa seminary, tatlo lamang ang estudyante sa klase namin, pero may guro kaming kahanga-hanga na masayang nagbahagi sa amin ng ebanghelyo. Natutunan namin sa isa naming klase kung gaano karaming tao ang nagakalang magkakawatak-watak ang Simbahan kasunod ng pagkamatay ni Joseph Smith at ng kanyang kapatid na si Hyrum. Pero naalala ng iba pang naunang mga miyembro ng Simbahan na ito ay Simbahan ng Diyos, hindi Simbahan ng tao. Itinuro sa amin ng aming guro na hindi mabibigo ang Simbahan dahil sa ito ang Simbahan ni Jesucristo.

Walang duda na nabago ang buhay namin ng araling iyon. Nang hapong iyon, nagpasiya kami na paglilingkuran namin ang Panginoon nang buong puso, kaluluwa, pag-iisip, at lakas. Naghanda kaming maglingkod sa full-time mission. Patuloy akong dumalo sa seminary.

Nang sumunod na dalawang taon, masasabi ko kung paano pinagpala ang buhay ko ng pagdalo sa seminary, pati na rin kung paano pinalakas ng aking paghahanda sa paglilingkod sa Panginoon ang aking patotoo at hangaring maglingkod.

Napatunayan ko sa pagdalo sa seminary kung gaano ako ka-espesyal sa Ama sa Langit. Nakatulong ito sa akin na ipamuhay ang ebanghelyo, at higit sa lahat ito ay nakatulong sa akin na maunawaan na ang ebanghelyo ay hindi isang bagay na ipinamumuhay lamang natin tuwing araw ng Linggo. Pinagtibay ng seminary ang hangarin kong magmisyon. Walang pag-aalinlangan sa aking isipan na patuloy ang mga pagpapala ng seminary sa buhay ko. Walang nagsabi na magiging madali ito, pero sakaling magdesisyon tayo na dumalo ng seminary, pagpapalain tayo ng Panginoon at bibigyan tayo ng lakas na kailangan upang maisakatuparan ang mga hangarin ng ating puso. ■

Begona C., Guayaquil, Ecuador

PAGTULONG SA MGA REFUGEE

Nagtulungan ang mga kabataan sa Thailand upang lumikha ng mahigit sa 100 hygiene kit para sa mga refugee sa Bangkok mula sa donasyon ng mga miyembro ng Simbahan. Ipinamahagi ang mga hygiene kit sa iba't ibang lokal na organisasyon na tumutulong sa mga refugee mula sa iba't ibang panig ng mundo na pumupunta sa Thailand para maghanap ng makakanlungan. Ang espesyal na multi-stake youth conference na ito ay bahagi ng pambansang pagdiriwang ng ika-50 anibersaryo ng paglalaan ng Thailand na isinagawa ni Pangulong Gordon B. Hinckley (1910–2008) para sa pangangaral ng ebanghelyo noong Nobyembre 2, 1966.

Pagbibilang sa Kumperensya

Para sa pangkalahatang kumperensya, narito ang isang masayang paraan upang masubaybayan ang iba't ibang salita na maaari ninyong marinig. Maglagay ng barya o bean sa isang parisukat sa tuwing naririnig ninyo ang salitang iyon sa isang mensahe. Kapag umabot na kayo sa limang ulit sa isang salita, maaari ninyong palitan ang tumpok gamit ang ibang barya o bean na iba ang kulay. Sa mga patlang, punan ng iba pang salita na maaari ninyong marinig sa kumperensya.

Jesucristo

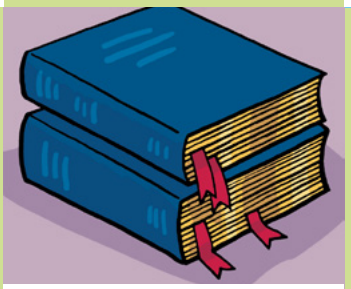
Mga Propeta

Pagbabayad-sala

Ama sa Langit

Pagmamahal

Pamilya



Mga Banal na Kasulatan

Mga Bata

MGA PAGLALARAWAN NI ADAM KOFORD

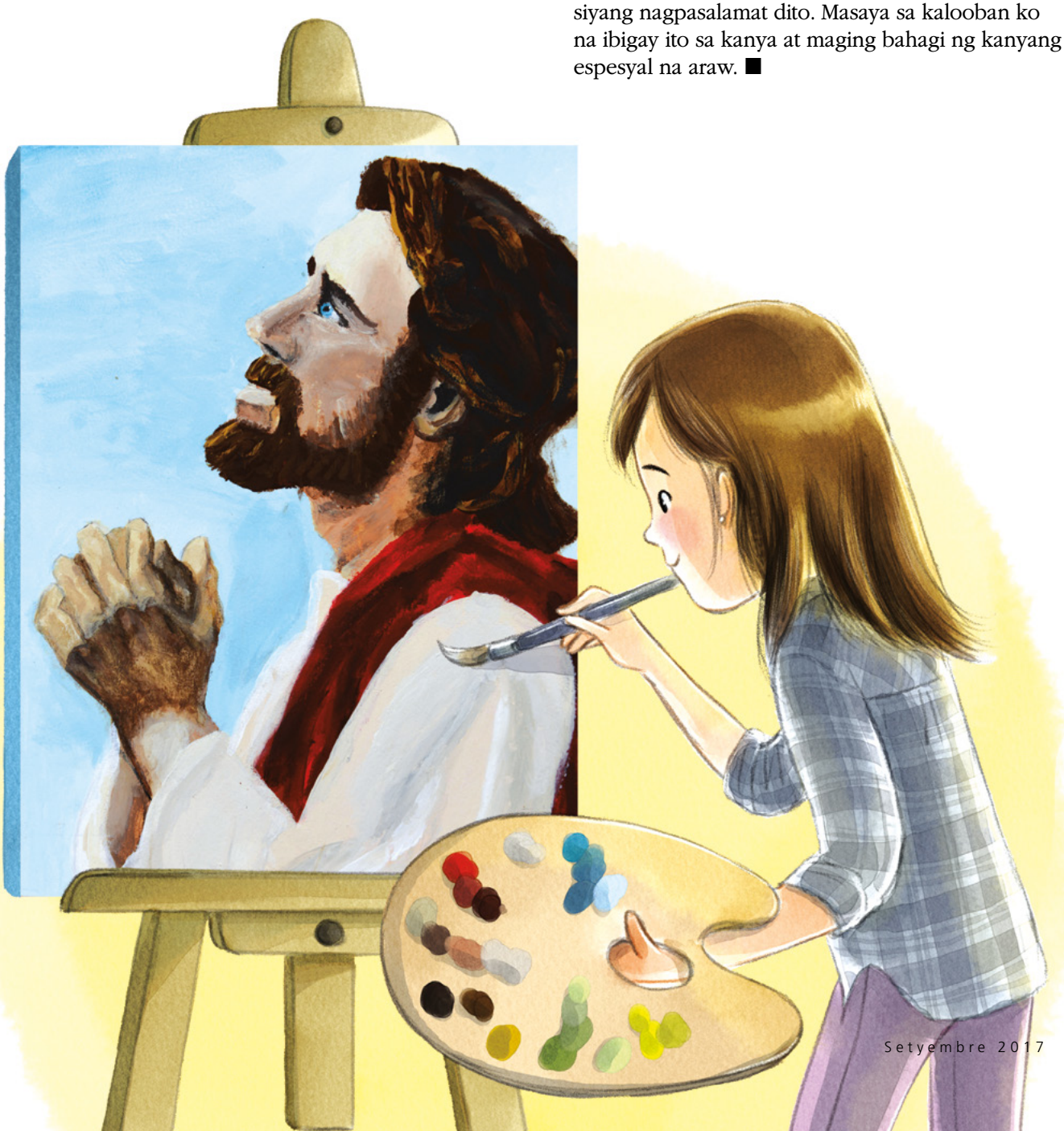
Isang Iginuhit na Larawan ni Cristo

Ni Tesla S., edad 11, Utah, USA

Tuwing Linggo ng gabi, uupo kaming magkatabi ng aking ama at ginagawa namin ang mga mithiin ko sa aking *Pananampalataya sa Diyos* na buklet. Isa sa mga mithiing gusto kong makumpleto para sa pagpapaunlad ng mga talento ang gumuhit ng larawan ni Cristo.

Nang matapos ang mithiin ko, niyaya ako ng isang kaibigan ko sa paaralan sa kanyang unang komunyon. Ang unang komunyon ay isang napaka-espesyal na okasyon sa Simbahang Katoliko. Ito ang unang pagkakataon ng isang tao na makibahagi sa sakramento. Maraming ginawang paghahanda ang kaibigan ko para sa kanyang unang komunyon, at alam kong napakahalaga nito sa kanya.

Nagpasiya akong gumuhit ng larawan ni Cristo para ibigay sa kanya bilang regalo. Pinaghirapan ko nang husto ang aking iginuhit na larawan. Nang matapos ko ito, bumili ako ng isang magandang kuwadro para ilagay ito doon at ibinigay ito sa aking kaibigan. Labis siyang nagpasalamat dito. Masaya sa kalooban ko na ibigay ito sa kanya at maging bahagi ng kanyang espesyal na araw. ■



LARAWANG GUHIT NI TESLA S.; PAGLALARAWAN NI TRACY BISHOP

Ang Pasiya ni Jane

Ni Jessica Larsen

Batay sa tunay na buhay

Connecticut, 1842

"Ang Panginoon ay aking pastol . . ." Dinig ang musika sa buong paligid ni Jane Elizabeth Manning, ngunit hindi siya makapokus sa mga titik nito. Nakatingin siya sa kanyang mga kamay, at malalim ang iniisip.

Sumapi siya sa simbahang Presbyterian noong isang taon. Ngunit dama pa rin niya na parang may kulang. "Higit pa rito ang hanap ko," naisip niya. Pero ano kaya iyon?

Pagkatapos ng pulong ng simbahan, dahan-dahang lumabas si Jane kasabay ng buong kongregasyon. Nagsisimulang magkulay-pula at ginintuan ang mga dahon. Nababanaag ang sikat ng araw sa kalapit na Norwalk River.

"Dumating ang isang manlalakbay na missionary sa bayan," sabi ng isang lalaki. "Mormon siya, at nakikipag-usap daw muli ang Diyos sa mga propeta."

Tumigil si Jane para makinig. Ito kaya ang hinahanap niya?

"Mga propeta?" pangungutya ng isa pang lalaki. "Gaya ng sa Biblia? Sino ang makikinig sa gayong mensahe?"

"Ako!" bulalas ni Jane. Lumingon ang ilang tao para titigan siya, pati na ang pastor. Nadama ni Jane na nag-init ang kanyang mga pisngi.

Sumimangot ang pastor. "Palagay ko hindi ka dapat makinig sa kanya. Kalokohan lang iyan. Naiintindihan

MGA PAGLALARAWAN NI JIM MADSEN

mo ba?” Nang hindi siya umimik, tumango ang pastor at nakipag-usap sa iba. Minasdan ni Jane ang pag-alis nito at saka siya nagmamadaling umuwi.

Hindi siya nakatira sa bahay ng kanyang Mamma at mga kapatid. Sa bukid ng mga Fitch siya nakatira. Nanirahan siya roon bilang katulong noong anim na taong gulang pa lang siya. Araw-araw siyang nagtatrabaho nang husto, sa pagtulong kay Mrs. Fitch sa paglalaba, pamamalantsa, at pagluluto. Karaniwa’y gumigising siya bago sumikat ang araw. Nagparingas siya ng apoy, nagmasa ng tinapay, at naghalo ng mantikilya. Tuwing kaya niya, binibisita niya ang kanyang sariling pamilya.

Makaraan ang ilang araw, iniisip pa rin ni Jane ang missionary habang isinasampay niya ang mga damit ni Mr. Fitch para matuyo. Pumagaspas ang mga damit sa malakas na ihip ng hangin.

Sinabihan siya ng pastor na huwag pumunta, pero . . . kailangan siyang pumunta. Kailangan niyang makita kung matutulungan siya ng Mormon na ito na mahanap ang katotohanang hinahanap niya. Nang matapos siyang magsampay ng mga damit, desidido na siya. Pupunta siya sa pulong, anuman ang sabihin ng iba.

Pagsapit ng Linggo, gumising nang madaling-araw si Jane, isinuot ang pinakamagara niyang damit, at mag-isang naglakad papunta sa bulwagan ng pulong. Tahimik siyang naupo sa kahoy na bangko na nasa likod ng bulwagan. Napangiti si Jane nang makita niya kung gaano karami ang mga taong naroon. Mukhang hindi lang siya ang naghahanap ng higit pa!

Tumahimik sa silid nang tumayo si Elder Wandell. Mabilis na lumipas ang sumunod na oras nang magsalita siya tungkol sa Aklat ni Mormon at sa isang propetang nagngangalang Joseph. Maaari raw binyagan ang mga tao sa pamamagitan ng paglulubog, na tulad ni Cristo. At binanggit niya ang mga Banal na nagtitipon sa isang malayong lungsod na tinatawag na Nauvoo. Sa pagtatapos ng pulong, halos hindi makahinga si Jane sa sobrang saya niya.

Nang gabing iyon, binisita ni Jane ang kanyang pamilya.

“At ano ang pakiramdam mo sa mensahe ng missionary?” tanong ng kanyang ina nang ipaliwanag ni Jane kung paano niya ginugol ang kanyang Linggo.

“Kumbinsido po ako talaga na inilahad niya ang tunay na ebanghelyo,” sabi ni Jane. “Kailangan ko itong tanggapin. Bibinyagan ako sa susunod na Linggo.”

“Bibinyagan? Sasapi ka sa ibang simbahan?” tanong ng kapatid niyang si Isaac, habang humihila ng upuan.

“Oo! Ito ang matagal ko nang hinahanap. Totoo ito.”

Halata ni Isaac na seryoso siya. “Ano ang susunod na mangyayari?” mahinang tanong nito. “Ano ang gagawin mo matapos kang binyagan?”

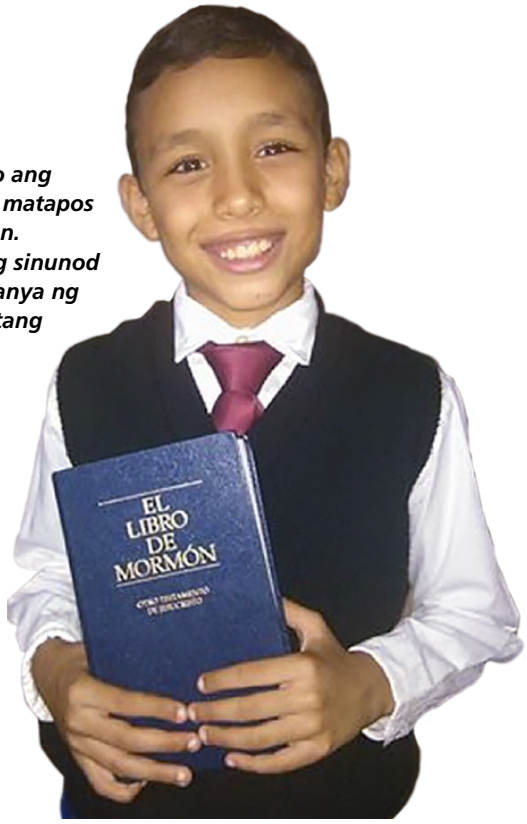
“Sasama ako sa mga Banal,” sabi ni Jane. “Pupunta ako sa Nauvoo.”

Itutuloy . . . ■

Ang awtor ay naninirahan sa Texas, USA.

ANG ATING PAHINA

Jaziel B., edad 10, Argentina



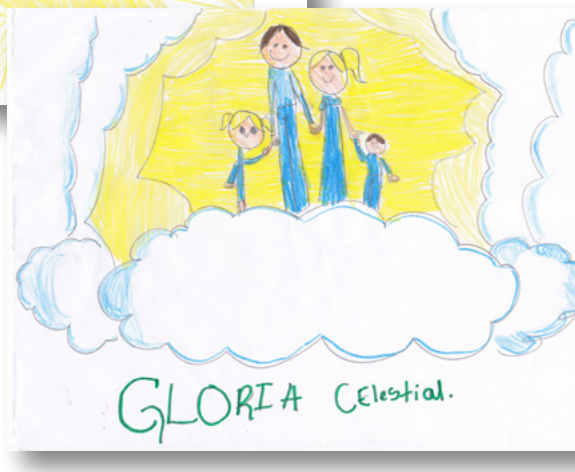
Masaya ako sa araw na ito. Ako ang nasa larawang ito noong araw na matapos kong basahin ang Aklat ni Mormon. Marami akong natutuhan, gaya ng sinunod ni Nephi ang lahat ng iniutos sa kanya ng Diyos at nang usigin ni Nakababatang Alma ang Simbahan. Kalaunan ay nagsisi siya, salamat sa pagdalaw ng isang anghel at mga dalangin ng kanyang mga magulang, at ipinangaral niya ang ebanghelyo.

Nagpapasalamat ako sa aking mga magulang sa paghihikayat sa akin bawat araw na basahin ang Aklat ni Mormon at sa mga Primary leader ko sa pagtulong sa akin na maisakatuparan ang mithiing ito sa pamamagitan ng notebook na Pananampalataya sa Diyos.

Sebastian C., edad 10, Venezuela

Mahal ko si Jesucristo at ang Ama sa Langit at ang Espiritu Santo. Alam ko na mabubuhay akong mag-uli. Nadarama ko ang siglang dulot ng Espiritu Santo. Isinugo ng Ama sa Langit si Jesucristo. Gusto ko Silang tularan.

Gabriela F., edad 8, Brazil

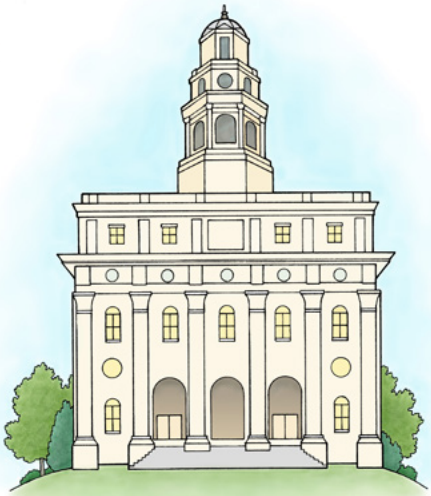


"Mag-anak ay Magsasamang Walang Hanggan," ni Rubi, edad 8, "Kaluwalhatiang Selestiyal," ni Rebeca, edad 8, El Salvador

Kababaihan ng Relief Society at ang Nauvoo Temple

Gupitin ang mga figure na ito para ibahagi ang mga kuwento ng kasaysayan ng Simbahan.

Jane Manning



Nauvoo Temple

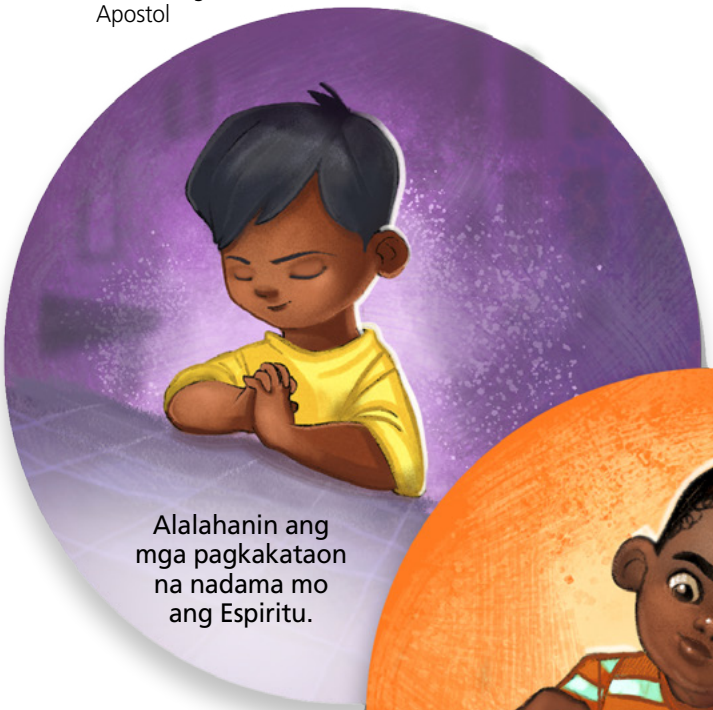
Ang naunang mga banal ay nanirahan sa lugar na tinawag nilang Nauvoo. Nagtrabaho sila nang husto para malinis ang latian at maitayo ang kanilang tahanan. Itinayo rin nila ang Nauvoo Temple! Nagtibag at naghakot ng bato ang kalalakihan. Ang kababaihan ay nagluto ng pagkain, nanahi ng mga damit para sa mga manggagawa, at nangolekta ng pera para ipambili ng mga gamit. Inorganisa ang Relief Society, at si Emma Smith ang naging unang pangulo. Sa panahong ito, nagtipon ang mga bagong miyembro ng Simbahan sa Nauvoo mula sa iba't ibang panig ng mundo. Naglakad ng 800 milya (1,290 km) si Jane Manning mula New York para sumama sa mga Banal!

Magagamit din ninyo si Emma Smith mula sa isyu ng Marso 2017 para ikuwento ito!
Hanapin ang iba pang mga figure sa kasaysayan ng Simbahan sa liahona.lds.org.

MGA PAGLALARAWAN NI BETH WHITTAKER

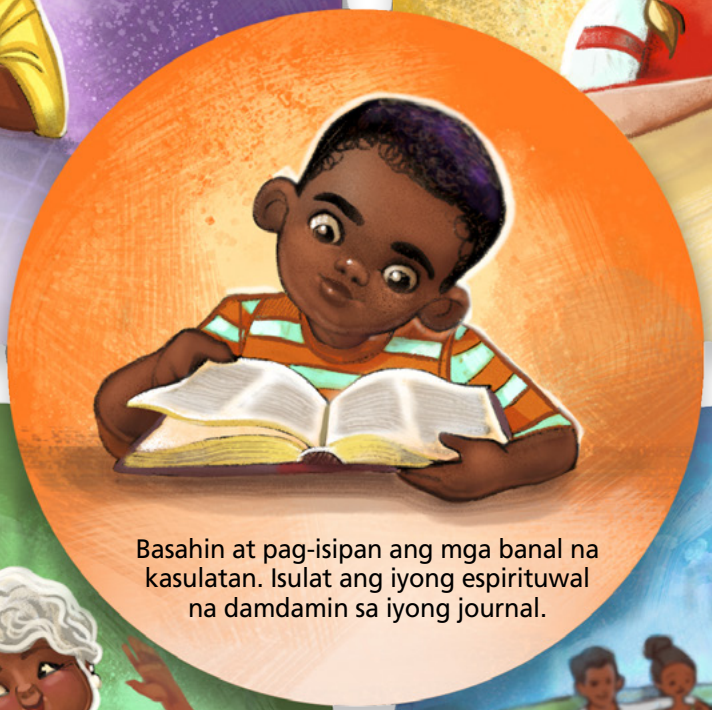
Ni Elder Ronald A. Rasband
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

Paano ko mapapatibay ang aking patotoo?



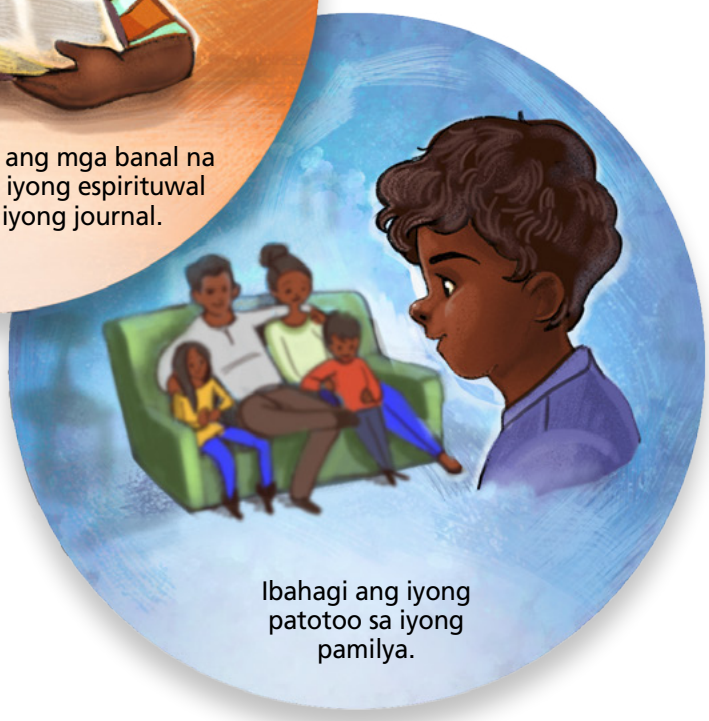
Alalahanin ang mga pagkakataon na nadama mo ang Espiritu.

Iwasan ang mga bagay na hindi nagpapatatag at nagpapatibay sa iyong patotoo.



Basahin at pag-isipan ang mga banal na kasulatan. Isulat ang iyong espirituwal na damdamin sa iyong journal.

Tumulong sa iba sa paglilingkod na katulad ni Cristo. Makakatulong ito na madama mo ang pagmamahal ng Diyos sa kaibuturan ng iyong puso.



Ibahagi ang iyong patotoo sa iyong pamilya.

MGA PAGLALARAWAN NI HOLLIE HOBERT

Mula sa "Baka Iyong Malimutan," Liahona, *Nob. 2016, 113–115.*

Ni Jean B. Bingham
Relief Society General President

Huwag Maglaro ng APOY!

*"Ang mga utos sa t'wina'y sundin! Dito ay ligtas tayo at payapa" (*Aklat ng mga Awit Pambata, *68).*

Habang lumalaki ako, isa sa mga naging trabaho ko ang magsunog ng basura. Tinitipon ko ang mga basura sa bahay. Inilalagay ko ito sa malaking bariles na bakal sa likod-bahay. Pagkatapos ay nagsisindi ako ng posporo at inilalaglag ko ito sa bariles.

Isang araw talagang mahangin, at laging namamatay ang sindi ng posporo. Nagpasiya akong gumawa ng sulo na yari sa diyaryo. Inisip ko na tatagal ang apoy nang sapat para magningas ang mga basura. Naalala ko na hindi tamang maglaro ng apoy, pero binalewala ko ang nadama kong babala. Nagrolyo ako ng ilang diyaryo, sinindihan ko ito ng posporo, at inilaglag ito sa bariles.

Whoosh! Pinag-apoy nang husto ng malakas na hangin ang diyaryo, at agad nag-apoy ang mga basura. Dinaanan ng malalaking apoy ang mukha ko. Mabuti na lang at nakatali ang halos lahat ng buhok ko. Pero kumulot nang husto ang bangs ko! Nasunog ang mga pilikmata ko, at pati mga kilay ko. Napakabilis ng pangyayari!

Nagbigay iyan ng aral sa akin: kung lalaruin mo ang isang mapanganib na bagay, masasaktan ka! Binalaan tayo ng ating mga magulang at ng Espiritu Santo na iwasan ang mga mapanganib na bagay na gaya ng pornograpiya at mga droga. Kung pipiliin nating balewalain ang mga babala, may ibubunga iyan na hindi maganda.

Nagpapasalamat ako na muling tumubo ang buhok ko sa paglipas ng panahon. Parang pagsisisi iyan. Kapag mali ang ating mga pasiya, mapipili nating magbago. Mapapatawad tayo dahil sa Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Gaano man tayo kabata o katanda, laging nariyan ang ating Tagapagligtas para tulungan tayo. Madarama nating muli ang kapayapaan, gaya noong araw na bininyagan tayo.

Binigyan tayo ng Ama sa Langit ng mga kautusan dahil mahal Niya tayo. Nais Niya tayong protektahan at tulungan. Kayganda ng mga kaloob na ibinigay sa atin ng Ama sa Langit at ng Kanyang anak na si Jesucristo! ■

Ni Julie Cornelius-Huang
Batay sa tunay na buhay

"Inaangkin namin ang natatanging karapatang sambahin ang Pinakamakapangyarihang Diyos alinsunod sa mga atas ng aming sariling budhi, at pinahihintulutan ang lahat ng tao ng gayon ding karapatan, hayaan silang sumamba, kung paano, kung saan, kung anuman ang ibig nila" (Mga Saligan ng Pananampalataya 1:11).

Masaya si Iren sa pagbisita sa Taiwan. Dinala siya at ang bunsong kapatid niyang si Ila ng kanilang lolo, ang kanyang *Yéyé,* sa zoo at isinakay sila sa ferry papunta sa isang munting isla. Nagpunta sila sa magagandang hardin na puno ng mga punong mangga at orchids. At binisita nila ang isang bundok kung saan tinangkang nakawin ng mga unggoy ang kanilang pagkain! Ninerbiyos si Ila sa mga unggoy, pero sa tingin ni Iren ay kaakit-akit ang mga ito.

Gusto ni Yéyé na ituro kina Iren at Ila kung saan nanggaling ang pamilya nila. Isinama sila nito para ipakilala sa lahat ng kamag-anak nila at sa mga restawran para tikman ang mga bagong pagkain. Matagal nang nagsasanay si Iren na gumamit ng chopsticks. Talagang humuhusay siya.

Isang araw dinala ni Yéyé sina Iren, Ila at ang mga magulang nila sa isang espesyal na lugar. Isang malaking gusali iyon na may malaki at bukas na mga pintuan at makikintab na sahig na yari sa kahoy. Bago sila pumasok, naghubad ng sapatos si Iren at ang kanyang pamilya. "Ito ay isang lugar kung saan kailangan ninyong magpitagan," sabi ni Inay. "Tulad sa simbahan natin."

"Simbahan po ba ito?" tanong ni Iren. Hindi ito kamukha ng anumang simbahang nakita na niya. Ang makulay na bubong ng gusali ay kulut-kulot ang gilid. Tahimik na pumasok sa mga pintuan ang mga taong nakasuot ng bata na kulay matingkad na asul.

"Parang gan'on," sabi ni Inay. "Buddhist temple ito. Pero hindi rito ikinakasal o ibinubuklod ang mga tao, na kagaya sa ating mga templo. Isang gusali ito ng simbahan para sa relihiyon ni Yéyé. Nagpupunta siya rito para matutuhan ang mga turo ni Buddha at tulungan ang mga tao."

Dagdag pa ni Itay, "Naaalala ba ninyo ang lindol sa Taiwan na nakita natin sa balita noong isang buwan? Si Yéyé at ang iba pang mga boluntaryo sa templong ito ay tumulong lahat pagkatapos ng lindol."

"Ano po ang ginawa nila?" tanong ni Ila.

"Dinalhan yata nila ng tubig na maiinom ang mga tao at inalis ang mga durog na bato," sabi ni Itay. "Tinulungan din nila ang mga taong nawalan ng bahay na makahanap ng matutuluyan."

"Aba," sabi ng Iren. Nginitian niya si Yéyé. "Parang napalaking trabaho niyan!"

Lahat ng Anak ng

PAGLALARAWAN NI MELISSA MANWILL

Nang pumasok sila sa templo, napansin ni Iren kung gaano katahimik at kapayapa roon. Tumingin siya sa paligid at nakita niya ang isang malaking estatwang kahoy. Tumigil sina Ila at Iren at tinitigan nila ito.

"Si Buddha po ba iyan?" tanong ni Ila.

Tumango si Inay.

May sinabi si Yéyé kay Itay sa salitang Chinese, pinagdikit nito ang kanyang mga kamay, at yumukod sa harapan ng estatwa ni Buddha nang tatlong beses.

"Tinuturuan tayo ni Yéyé kung paano siya nagpapakita ng paggalang kay Buddha," sabi ni Itay, nang halos pabulong.

Nagsalubong ang mga kilay ni Iren. "Hindi po ba 'yan . . . ?" Sinubukan niyang alalahanin ang isang bagay na narinig niya noon. "Hindi po ba 'yan pagsamba sa mga diyus-diyosan?"

"Hindi naman talaga sinasamba ng mga Buddhist si Buddha," sabi ni Itay. "Si Buddha ay isang dakilang guro, at binibisita nila ang estatwa nito para alalahanin ang kanyang itinuro."

"Buddhist temple ito," sabi ni Inay. "Ito ang relihiyon ni Yéyé."

"Kapag yumukod ang mga tao rito, nagpapakita sila ng paggalang—parang pakikipagkamay," bulong ni Inay. "Yumuyukod si Yéyé para magpakita ng paggalang kay Buddha at sa kanyang itinuro."

Niyakap ni Inay sina Iren at Ila. "At alam n'yo ba?"

"Ano po?" tanong ni Ila.

"Lahat sila ay anak ng Diyos. Mahal Niya sila. Gustung-gusto Niya ang ginagawa nila para tulungan ang isa't isa."

Tiningnan ni Iren si Yéyé at ang lahat ng iba pang mga taong tahimik na nakaupo. Nag-init at gumanda ang pakiramdam niya at alam niyang totoo ang sinabi ng Inay. Nagdasal nang maikli si Iren sa Ama sa Langit: "Salamat po sa pagtulong Ninyo na makilala ko ang iba pa Ninyong mga anak." ■

Ang awtor ay naninirahan sa Utah, USA.

Diyos

Si Jesus ay Mabait

Ni Kim Webb Reid

Isang araw nagtuturo si Jesus sa mga tao. Lumapit sa Kanya ang ilang pamilya kasama ang kanilang mga sanggol at maliliit na anak. Gusto nilang basbasan ni Jesus ang kanilang mga anak.

Ayaw ng mga disipulo na abalahin ng mga bata si Jesus. Sinubukan nilang paalisin ang mga ito.

MGA PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

Sinabi ni Jesus sa Kanyang mga disipulo na hayaang lumapit sa Kanya ang mga bata. Sinabi Niya na kailangang manampalataya ang matatanda na tulad ng maliliit na bata para makarating sa langit.

Pagkatapos ay kinarga ni Jesus ang mga bata at binasbasan sila.

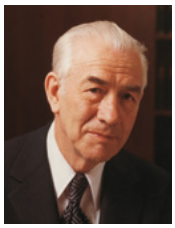
Mahal ni Jesus ang mga bata. Gusto Niya akong maging mabait sa mga tao sa lahat ng dako. ■

Mula sa Lucas 18:15–17

PAHINANG KUKULAYAN

Maaari Akong Maging Mabait

PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT



Ni Elder Mark E. Petersen (1900–84)
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

ANG AKLAT NI MORMON: TUNAY NA ISANG HIMALA

Mula sa una hanggang sa huling pahina, ang Aklat ni Mormon ay isang paghahayag, isang inspiradong pagsasalin, ang gawa ng Diyos at hindi ng sinumang tao.

Ako . . . ay nagpapatotoo sa banal na pagtawag kay Propetang Joseph Smith at . . . ipinapahayag ko ang aking pananampalataya sa himala ng pagsasalin at paglalathala sa Aklat ni Mormon. . . .

Noong ika-22 ng Setyembre 1823, malapit sa Palmyra, New York, isang anghel ng Diyos ang naghayag ng kinalalagyan nito sa [isang labimpitong]-taong-gulang na batang nagngangalang Joseph Smith. . . .

. . . Isipin natin sandali ang aktuwal na pagsasalin ng talaang ito. Sabi ni Joseph Smith ginawa niya ito sa pamamagitan ng kaloob at kapangyarihan ng Diyos. . . . Dahil mangmang noong panahong iyon sa buhay niya, hindi niya kakayaning gawin iyon sa ibang paraan. . . .

. . . [Kung gayon] paano masasabi ng mga kritiko na napakatalino ni Joseph Smith, noong kabataan niya, kaya maaari o kaya niyang sadyain na kumuha ng mga talata mula sa Biblia at mahusay na palabasin na bahagi ito ng manuskrito ng Aklat ni Mormon?

Sinabi ng kanyang ina na sa panahong iyon ng buhay niya ay ni hindi pa niya nababasa nang buo ang Biblia. Kung gayo'y paano niya buong ingat na mapipili ang mga talata at magagawa itong Aklat ni Mormon nang napakaangkop at napakahusay?

Dahil hindi pa niya nababasa nang buo ang Biblia noong kabataan niya, wala siyang sapat na kaalaman para ma-edit iyon kahit sanay siya sa pagsulat o pag-edit, mga kasanayang parehong hindi niya taglay noong bata pa siya.

[Subalit] ang Aklat ni Mormon ay pangliteratura at isang obra-maestra sa relihiyon, at higit pa sa mga pinakamimithing pag-asa o kakayahan ng sinumang batang magsasaka. . . .

Basahin, halimbawa, ang ilan sa magagandang Sermon ng Tagapagligtas sa aklat na iyon. Pansinin na binanggit ng Panginoon ang sinabi ng mga propeta sa Biblia. Sasabihin ba natin na ang mangmang na si Joseph Smith ay may katapangan o kakayahan na muling isulat ang mga sermon ng Tagapagligtas at magsingit doon ng mga talata [sa Biblia], iniisip na pagandahin ang sinabi ni Jesus?

. . . Hindi pinakialaman ni [Joseph Smith] . . . ang gawa ni Mormon, ang mga sermon ni Jesus, ang kagila-gilalas na pagtatanggol ni Abinadi, o ang mga isinulat nina Malakias o Isaias. Siya ay isang tagapagsalin lamang, hindi isang editor o kompositor; ni hindi siya isang magnanakaw na nangongopya ng ginawa ng ibang tao. . . .

Mula sa una hanggang sa huling pahina, ang Aklat ni Mormon ay isang paghahayag, isang inspiradong pagsasalin, ang gawa ng Diyos at hindi ng sinumang tao. Mula sa una hanggang sa huling pahina ito ay totoo. ■

Mula sa "It Was a Miracle!" Ensign, *Nob. 1977, 11–13.*

KULAY NG BACKGROUND MULA SA GETTY IMAGES

TINUTURUAN NI MORONI SI JOSEPH,
NI CLARK KELLEY PRICE

Noong gabi at umaga ng Setyembre 21–22, 1823, sinabi ng anghel na si Moroni kay Joseph Smith ang tungkol sa mga laminang ginto. Nagpunta si Joseph sa Burol ng Cumorah ngunit hindi niya makuha ang mga lamina dahil natukso siyang gamitin ito para yumaman. Nagpakitang muli si Moroni at ipinakita kay Joseph "ang kaluwalhatian ng Panginoon" at "ang prinsipe ng kadiliman." Ipinaliwanag ni Moroni ang layunin ng magkaibang mga pangitain: "upang malaman mo mula ngayon ang pagkakaiba ng dalawang kapangyarihang ito at hindi ka maimpluwensyahan o madaig ng diyablo." (Tingnan sa Latter-day Saints' Messenger and Advocate, *Okt. 1835, 196–98.)*

Kabilang Din sa Isyung Ito

PARA SA MGA YOUNG ADULT

PAGDAIG SA PANGANIB NG PAG-AALINLANGAN

Tulad ng mga puno na maaaring atakihin ng sakit nang walang nakakaalam, maaaring pahinain ng pag-aalinlangan ang ating espirituwal na mga ugat. Paano natin malalabanan ang pag-aalinlangan sa mga panahon ng pagsubok?

p. 44

PARA SA MGA KABATAAN

p. 58

SAMPUNG MINUTO SA ISANG ARAW

Natuklasan ng limang kabataan na nagbago ang kanilang buhay nang palitan nila ng pagbabasa ng Aklat ni Mormon ang 10 minuto ng araw-araw na panonood sa telebisyon o Internet. Tanggapin ang hamon para sa iyong sarili!

PARA SA MGA BATA

Pagbibilang sa Kumperensya

Narito ang isang masayang paraan para masubay-bayan ang sinasabi ng propeta at mga apostol sa pangkalahatang kumperensya!

p. 66

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

TAGALOG
4 021449893 2