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

# Liahona

**Ang "Cobra Effect" at Pagpapalaki ng Matatatag na mga Anak, pahina 12**

"Nabuhay Kami sa Kita Namin Buwan-buwan. . ." pahina 18

Isang Aral tungkol sa Kapakanan ng Ating Espirituwalidad mula sa Patay na Punong Sequoia, pahina 26

3 Aral Kung Paano Tanggapin at Makilala ang Espiritu, pahina 36

NARITO
ANG
SIMBAHAN

# Praia
# Cape Verde

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

Narito ang ilang impormasyon tungkol sa Simbahan sa Cape Verde:

**1** Ibinalita ang templong itatayo sa Praia

Mga miyembro ng Simbahan **14,205**

**42** Mga Kongregasyon

Mga full-time missionary **+100**

**9** Sa 10 isla, 9 rito ang natitirahan ng mga miyembro at mga missionary

Milyang distansya papunta sa kanlurang baybayin ng Africa (560 km) **350**

**1989** Pagdating ng mga unang missionary

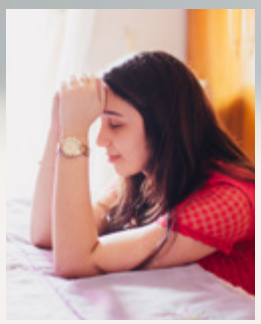
**1991** Nagsimula nang makatanggap ng mission call ang mga miyembro mula sa Cape Verde

**1994** Pormal na inilaan ang mga isla para sa pangangaral ng ebanghelyo

**2012** Inorganisa ang unang stake

**Alamin pa ang tungkol sa Simbahan sa iba't ibang lokasyon sa history.ChurchofJesusChrist.org/GlobalHistories.**

**Paano Kayo Matutulungan (at Tutulungan) ng Espiritu Santo na Mag-minister**
8



**Katatagan—Espirituwal na Baluti ng mga Kabataan Ngayon**
*Elder Lynn G. Robbins*
12

**Isang Sulat mula sa Isang Apostol**
*Pangulong M. Russell Ballard*
26

**Pagtanggap at Pagkilala ng Patnubay ng Langit**
*Elder Adilson de Paula Parrella*
36

## Ang Kahalagahan ng Katatagan

Noong naglilingkod ako bilang mission president sa Uruguay mula 1994 hanggang 1997, madalas kong ihalintulad ang gawaing misyonero sa pag-aaral sa kolehiyo. Sinasabi ko sa mga missionary na ang pagmimisyon ay parang pag-aaral ng kursong nagtuturo ng katatagan at tiyaga, kabilang ang iba pang pag-uugali, na makatutulong sa kanila na mapaghandaan ang pagiging asawa at magulang sa hinaharap.

Nakalulungkot na ilan sa kabataan ngayon ang hindi nakahanda sa mahirap na hamon ng buhay. Kulang sila ng tinatawag kong "kahalagahan ng katatagan." Makikita natin ang kakulangang iyan ng katatagan sa mga college freshmen, sa mga bagong recruit sa militar, at maging sa ilang full-time missionary.

Bilang mga magulang, mahal natin ang ating mga anak at gusto natin ang pinakamakakabuti sa kanila. Gusto nating maging mas madali ang pamumuhay nila kaysa naranasan natin. Ngunit tayo—at ang kulturang ipinamumuhay natin ay maaaring may mga ginagawa na humahantong sa di-sinasadyang paghina ng kanilang katatagan.

Salamat na lang at may solusyon. Matatagpuan ito sa pagsasabuhay ng mahahalagang alituntunin ng ebanghelyo na makatutulong sa ating mga kabataan na maging mas katulad ng Tagapagligtas (tingnan sa Lucas 2:52). Sa pagtanggap at pagsasabuhay ng mga alituntuning ito, na tinalakay ko sa simula ng pahina 12, tiwala ako na pagpapalain tayo ng Panginoon upang mapalakas ang ating mga kabataang lalaki at babae na inihanda Niya upang harapin at kayanin ang mga hamon ng buhay ngayon.

Elder Lynn G. Robbins
Ng Pitumpu

# Mga Nilalaman


**5** **Paano Matutulungan ang mga Anak na Maging Mas Matatag**

**6** **Mga Larawan ng Pananampalataya**
**Debbie Cole—Leinster, Ireland**
Bagama't naapektuhan ang buhay dahil sa seksuwal na pang-aabuso sa kanya, binigyan siya ng ebanghelyo ng pananaw na pang-walang hanggan at lakas na makayanan ito.

**8** **Mga Alituntunin ng Ministering**
**Paano Kayo Matutulungan (at Tutulungan) ng Espiritu Santo na Mag-minister**
Magagabayan tayo ng Espiritu sa ating ministering. Narito ang anim na mungkahing makakatulong sa inyo.

**12** **Katatagan—Espirituwal na Baluti ng mga Kabataan Ngayon**
*Ni Elder Lynn G. Robbins*
Ang paggalang sa kalayaang pumili ng ating mga anak ay nagtutulot sa kanila na maging matatag.

**18** **Mga Pagpapala ng Self-Reliance**
**Ang Kurso na Nagpabago ng Buhay Namin**
Paano nabago nina Brother and Sister Rubio ang kanilang pinansyal na kalagayan.

**20** **Ang Aking Notebook sa Kumperensya**
**Pangkalahatang Kumperensya ng Abril 2019**

**22** **Mga Tinig ng mga Banal sa mga Huling Araw**
Ipinakita ng isang laundry bag sa mga missionary ang pagmamahal ng kanilang ina; tinulungan ng mga makabagong Samaritano ang isang babaeng nangangailangan ng tulong; isang pagkakaibigan ang nasimulan dahil sa krisis sa kalusugan; iniugnay siya ng musika sa kanyang mga ninuno.

**26** **Isang Sulat mula sa Isang Apostol**
*Ni Pangulong M. Russell Ballard*
Patnubay ng propeta sa ating panahon.

**32** **Ang Salita at Kalooban ng Panginoon**
Sa halaw na ito mula sa *Mga Banal* tomo 2, ang mga pioneer ay dumanas ng hirap sa Winter Quarters at ang Simbahan ay umunlad sa South Pacific.

**36** **Pagtanggap at Pagkilala ng Patnubay ng Langit**
*Ni Elder Adilson de Paula Parrella*
Kailangan natin ngayon ng espirituwal na lakas na mas higit pa kaysa noon. Narito ang gabay para makilala at makatanggap ng mga pahiwatig.


Maiikling Babasahin

**Sa Pabalat**
Retrato ng Pixdeluxe/Getty Images

# Mga Bahagi

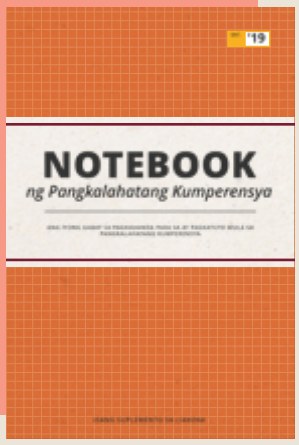
## Mga Young Adult

### 40

Bagama't nais nating maging perpekto, **ang perpeksyonismo ay maglalayo sa atin sa Diyos** at maglilimita sa ating pananaw na pangwalang-hanggan. Basahin kung paano **pinaglabanan ng mga young adult ang perpeksyonismo** na nakatulong sa kanila na maging mas mababuting disipulo.

## Mga Kabataan

Maghanda para sa pangkalahatang kumperensya gamit ang **Notebook para sa Kumperensya.**




## Mga Bata

### *Kaibigan*

Tuklasin kung paano **makisama nang mabuti sa iba.** Maghanap ng malalaro habang nakikinig sa pangkalahatang kumperensya. At alamin kung bakit mahalaga ang **katapatan.**

## TAMPOK NA DIGITAL-ONLY NA MGA ARTIKULO NG SETYEMBRE

### Hindi Mo Kailangang Laging Maghintay ng Sagot

*Ni Leah Barton*

Isang karanasan tungkol sa kakayahang pumili at kumilos nang walang partikular na personal na paghahayag.

### Mararamdaman ko ba ang Espiritu sa Bahay Ko na Magulo?

Napagtanto ng isang young adult na madarama niya ang impluwensya ng Espiritu kahit hindi perpekto ang mga bagay-bagay.

### Ikaw: Isang Pagsisikap sa Kaunlaran

*Ni David Dickson*

Paano ko nadaig ang perpeksyonismo.

### Sa Kabila ng Iyong Kapintasan, Maaari Ka pa ring Maging Tunay na Lalaki o Babae ng Diyos

Siya ay iginalang at pinagpitaganan bilang "tao ng Diyos."

## HANAPIN ANG IBA PA

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

- Makita ang kasalukuyan at nakaraang mga isyu.
- Malaman ang digital-only na nilalaman.
- Paghusayin ang pag-aaral gamit ang mga digital tool.
- Magbahagi ng mga paboritong artikulo at video.
- I-download o i-print ang mga artikulo.
- Pakinggan ang mga paborito ninyong artikulo.

## KONTAKIN KAMI

Ipadala ang inyong mga tanong at feedback sa liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Ipadala ang inyong mga kuwentong nagpapalakas ng pananampalataya sa liahona.ChurchofJesusChrist.org o mag-email sa:
*Liahona,* floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

**SETYEMBRE 2019 TOMO 22 BLG. 9**
**LIAHONA 18609 893**

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

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

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

**Patnugot:** Randy D. Funk

**Mga Tagapayo:** Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopischke, Lynn G. Robbins

**Namamahalang Direktor:** Richard I. Heaton

**Direktor ng Mga Magasin ng Simbahan:** Allan R. Loyborg

**Tagapamahala ng Business:** Garff Cannon

**Namamahalang Patnugot:** Adam C. Olson

**Katuwang ng Namamahalang Patnugot:** Ryan Carr

**Katuwang sa Paglalathala:** Camila Castrillón

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

**Namamahalang Direktor sa Sining:** J. Scott Knudsen

**Direktor sa Sining:** Tadd R. Peterson

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

**Intellectual Property Coordinator:** Collette Nebeker Aune

**Tagapamahala ng Produksyon:** Jane Ann Peters

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

**Bago Ilimbag:** Joshua Dennis

**Direktor sa Paglilimbag:** Steven T. Lewis

**Direktor sa Distribusyon:** Nelson Gonzalez

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

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

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

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

**Para sa mga Mambabasa sa United States at Canada:** September 2019 Vol. 22 No. 9. Ang LIAHONA (USPS 311-480) Tagolag (ISSN 1080-9554) ay inilalathala buwan-buwan ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. Ang presyo ng suskrisyon sa USA ay $10.00 kada taon; Canada, $12.00 na may dagdag pang mga naaangkop na buwis. Binayaran ang Halaga ng Selyo ng mga Peryodiko sa Salt Lake City, Utah. Kinakailangan ng animnapung araw na pabatid para sa pagbabago ng address. Magsama ng label ng address mula sa isang isyu kamakailan; kailangang isama ang luma at bagong address. Ipadala ang mga suskrisyon mula sa USA at Canada sa Salt Lake Distribution Center sa address sa ibaba. Help line para sa suskrisyon: 1-800-537-5971. Maaaring mag-order gamit ang credit card (American Express, Discover, MasterCard, Visa) sa pamamagitan ng telepono o sa store ..ChurchofJesusChrist.org. (Impormasyon sa Koreo ng Canada: Kasunduan sa Paglalathala #40017431)

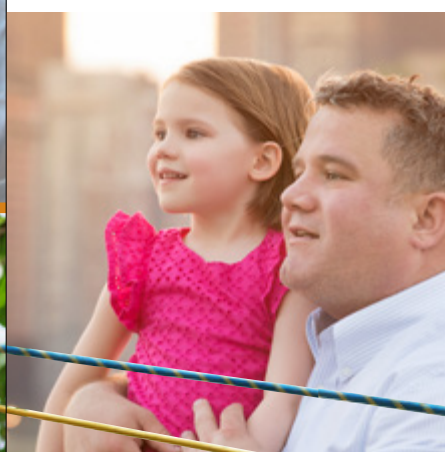
POSTMASTER: Ipadala ang lahat ng UAA sa CFS (tingnan sa DMM 507.1.5.2). MGA PASILIDAD NG MILITAR AT HINDI PANGKOREO: Ipadala ang mga pagbabago ng address sa Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

PAANO

# MATUTULUNGAN ANG MGA ANAK NA MAGING MAS MATATAG

"Ang orihinal na kahulugan ng salitang ***katatagan*** ay may kinalaman sa kakayahan ng isang bagay na manumbalik sa hugis nito o posisyon matapos mabaluktot, mabanat, o masiksik. Ngayon karaniwan nating ginagamit ang salita para ilarawan ang ating kakayahan na buong tatag na harapin ang paghihirap. . . .

Kapag nagiging matatag ang mga anak, naniniwala sila na maaari nilang maimpluwensyahan at makontrol ang mga mangyayari sa kanilang buhay sa pamamagitan ng pagsisikap, pag-iisip, kaalaman, at kasanayan. . . . Nagtutuon sila sa kung ano ang *maaari* nilang magawa at hindi sa mga bagay na hindi nila magagawa" (Lyle J. Burrup, "Pagpapalaki ng Matatatag na Anak," *Liahona,* Mar. 2013, 11).



**Palaging magbigay** ng kasiya-siyang mga gantimpala sa mga kilos at ugaling gusto ninyong pagbutihin nila.

Sabihin sa **mga anak** na sila ay **mahalaga** dahil sila ay mga anak na lalaki at babae ng Diyos at may banal na halaga.

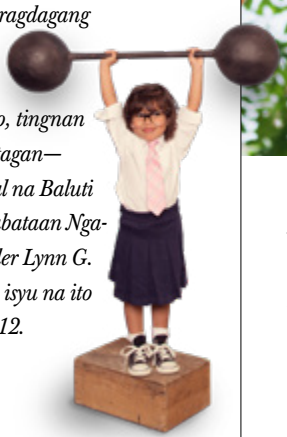
**Purihin** ang pagsisikap ng anak.

**Talakayin ang mga patakaran** at magtakda ng makatwirang kahihinatnan nito, na may kinalaman sa pag-uugali, at may pagsasaalang-alang kapwa sa magulang at anak.

**Ilarawan ang tagumpay** bilang produkto ng pagsisikap at pagsasakripisyo.

**Ilarawan ang kabiguan** bilang pansamantala at isang oportunidad para matuto.

*Para sa karagdagang kaalaman tungkol sa paksang ito, tingnan ang "Katatagan—Espirituwal na Baluti ng mga Kabataan Ngayon" ni Elder Lynn G. Robbins sa isyu na ito sa pahina 12.*



MGA LARAWAN NG STICK FIGURE NG BATANG LALAKI NA NAKALAMBITIN SA LUBID, BATANG BABAENG MAY HAWAK NA BARBEL MULA SA GETTY IMAGES; LITRATO NG BINATILYO SA INDIA NA PAPUNTA SA SIMBAHAN NA KUHA NI WENDY GIBBS KEELER

Premier

# Debbie Cole

*Leinster, Ireland*

*Si Debbie ay seksuwal na inabuso noong 1989 sa edad na 19. Dahil determinado na hindi masisira ng pangyayaring ito ang buhay niya, umasa si Debbie (makikita na kasama ang kanyang anak) sa kanyang pananampalataya habang boluntaryo siyang tumutulong sa mga biktima ng seksuwal na pang-aabuso at ikinakampanya ang batas na makatutulong na maprotektahan ang iba pa mula sa mga mapang-abuso.*

**LESLIE NILSSON, RETRATISTA**

Napakahirap ipaliwanag ang nararamdaman ng isang inabuso sa isang tao na hindi dumanas ng pagsubok na iyon. Ang karanasang tulad nito ay laging makakaapekto sa iyo—kailanman ay hindi ito mawawala. May mga araw na may isang bagay na magpapaaalala nito sa iyo at madarama mo na nawawalan ka ng lakas, kumpiyansa, at seguridad.

Sa mga pagkakataong iyon, ang bagay na tanging magagawa ko ay manalangin sa aking Ama sa Langit. Alam ko nang walang alinlangan na pinapakinggan at sinasagot Niya ang aking mga panalangin. Ako ay may banal na pamana, at ito ang nagbibigay sa akin ng lakas na magpatuloy kapag mahirap ang buhay.

Ang malaman na ako ay minamahal ng Tagapagligtas ay nagbibigay din sa akin ng pag-asa at layunin. Gustung-gusto ko ang sinabi ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Hindi posibleng lumubog kayo nang mas malalim kaysa kayang abutin ng walang-hanggang liwanag ng Pagbabayad-sala ni Cristo" ("Ang mga Manggagawa sa Ubasan," *Liahona,* Mayo 2012, 33). Matutulungan tayo ng Tagapagligtas saanman tayo naroroon o anuman ang ating pinagdaraanan. Siya ang aking halimbawa sa mga dapat kong gawin sa mga panahon ng pagsubok.

**TUKLASIN ANG IBA PA**

Alamin pa ang mga karanasang puno ng pananampalataya ni Debbie, at mga karagdagang retrato, sa the Gospel Library o online version ng artikulong ito sa **ChurchofJesusChrist.org/go/9196.**

Nagpatotoo si Elder Neil L. Andersen tungkol sa nagpapagaling na kapangyarihan ng Tagapagligtas sa **ChurchofJesusChrist.org/go/9197.**

## Mga Alituntunin ng Ministering

# Paano Kayo Matutulungan (at Tutulungan) ng Espiritu Santo na Magminister

*Kabilang sa gawain ng priesthood na mag-minister, na ibinigay sa kalalakihan at kababaihan ay ang karapatang makatanggap ng paghahayag.*

Ang tawag na mag-minister at maglingkod pati na rin ang magmahal tulad ng Tagapagligtas ay mahirap kung minsan—lalo na kapag kasama rito ang pagtulong sa mga taong hindi natin gaanong kilala. Sa napakaraming paraan para mag-minister, pinag-iisipan natin kung paano malaman ang pinakamagandang paraan na matutulungan ang mga itinalaga sa atin.

Hindi natin dapat pang pag-isipan ito nang matagal dahil ang tapat na mga pagsisikap natin ay magagabayan ng Espiritu Santo.

"Ang sagradong tungkulin ninyo sa ministering ay nagbibigay sa inyo ng banal na karapatan para sa inspirasyon," sabi ni Sister Bonnie H. Cordon, Young Women General President. "Maaari ninyong hangarin ang inspirasyong iyon nang may tiwala."[1]

Kapag hinangad nating maglingkod na tulad ng paglilingkod ng Tagapagligtas, magagabayan tayo ng Espiritu na gumabay din sa Kanya. Totoo ito lalo na kapag gumaganap ng tungkulin, tulad ng ministering, na ginagawa sa ilalim ng awtoridad ng mga susi ng priesthood na hawak ng bishop. Narito ang anim na mungkahi para mag-minister nang may patnubay ng Espiritu.

## Paano Mapapasaakin ang Espiritu Kapag Nagmi-minister?

1

**Humingi ng Gabay.** Nais ng Ama sa Langit na makipag-ugnayan tayo sa Kanya sa pamamagitan ng panalangin. Ang panalangin ay hindi lamang naglalapit sa atin sa Kanya, kundi tinitiyak din nito "ang mga pagpapalang nais ipagkaloob ng Diyos, ngunit kinakailangan nating hilingin upang matanggap."[2] "Kapag nanalangin at nagsikap tayong unawain ang nilalaman ng kanilang puso," sabi ni Sister Cordon, "pinatototohanan ko na gagabayan tayo ng Ama sa Langit at papatnubayan tayo ng Kanyang Espiritu."[3]

2

**Huwag Maghintay ng Pahiwatig.** Magkusa. Maging "sabik sa paggawa" (Doktrina at mga Tipan 58:27), at makikita ninyo na magagabayan at mapapaigting ang inyong mga ginagawa. "Ang pagsulong sa ating paglilingkod at paggawa ay mahalagang paraan para maging karapat-dapat sa paghahayag," sabi ni Pangulong Dallin H. Oaks, Unang Tagapayo sa Unang Panguluhan. "Sa aking pag-aaral ng mga banal na kasulatan napansin ko na karamihan sa paghahayag sa mga anak ng Diyos ay dumarating kapag sila ay kumilos, hindi habang sila ay nagpapahinga sa kanilang tirahan at naghihintay na sabihin sa kanila ng Panginoon ang unang hakbang na gagawin."[4]

MGA PAGLALARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

### PAANYAYANG KUMILOS

Sa pagsisimula ninyo ng araw-araw na pagminister, hangarin at tumugon nang may panalangin sa mga pahiwatig ng Espiritu Santo. Alalahanin na kayo at ang mga pinaglilingkuran ninyo ay pagpapalain ng Ama sa Langit kapag ginawa ninyo ito!

### IBAHAGI ANG INYONG MGA KARANASAN

Ipadala sa amin ang inyong mga karanasan nang mag-minister kayo sa iba o nang may nag-minister sa inyo. Pumunta sa liahona.ChurchofJesusChrist.org at i-click ang "Submit an Article or Feedback."

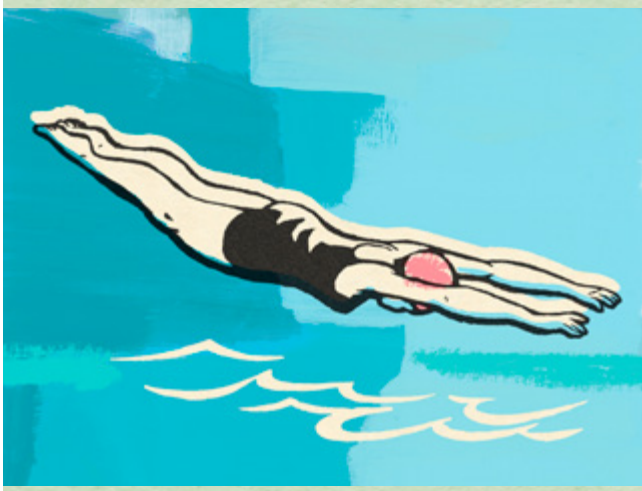
### Paano Ko Madarama ang mga Pahiwatig na Mag-ministeryo?

3

**Sundin ang payo ni Mormon.** Hindi tayo dapat mag-aksaya ng oras sa kaiisip kung pahiwatig ba o hindi ang natanggap natin. Hindi natin kailangang gawin ito dahil nasa atin na ang madaling solusyong ibinigay ni Mormon para malaman ito: Kung may naisip ka na naghihikayat sa iyo na gumawa ng mabuti at maniwala o tulungan ang iba na maniwala kay Cristo, malalaman mo na ito ay sa Diyos (tingnan sa Moroni 7:16).

4

**Huwag Mo Itong Alalahanin.** "Basta tumulong lang kayo sa mga nangangailangan," sabi ni Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol. "Puntahan ninyo ang mga nangangailangan. Huwag kayong urong-sulong sa kaiisip kung anong klaseng paglilingkod ang dapat ninyong ibigay. Kung susunod tayo sa mga pangunahing alituntuning naituro na, mananatiling nakaayon sa mga susi ng priesthood, at hahangarin ang paggabay ng Espiritu Santo, hindi tayo mabibigo."[5]



**ANG HALIMBAWA NG TAGAPAGLIGTAS**

Ang Tagapagligtas ay nakahanda para sa Kanyang Ministeryo. "Pinahiran ng Dios [si Jesus na taga Nazaret] ng Espiritu Santo ," at pagkatapos si Cristo ay "naglilibot na gumagawa ng mabuti," (Mga Gawa 10:38). Siya ay "puspos ng Espiritu Santo" at kadalasang "inihatid ng Espiritu" (Lucas 4:1). Tunay ngang naglibot na gumawa ng mabuti si Cristo bago pinahiran ng Espiritu Santo, ngunit ang pagtanggap ng Espiritu Santo at pagkakaroon ng karapatang mabigyan ng inspirasyon ay mahalagang bahagi ng Kanyang ministeryo—tulad din na mahalagang bahagi ito sa atin.

DETALYE MULA SA *HE HEALED MANY OF DIVERSE DISEASES*, NI J. KIRK RICHARDS

## Ano ang Pinakamainam na Paraan ng Pagsunod sa Pahiwatig?

**5**

**Kaagad.** Si Sister Susan Bednar (asawa ni Elder David A. Bednar ng Korum ng Labindalawang Apostol) ay magandang halimbawa ng pagsunod sa mga pahiwatig. Matapos manalangin "na mag-karoon siya ng espirituwal na mga mata para malaman kung sino ang mga nangangailangan," nililibot niya ng tingin ang kongregasyon at kadalasang "[nadarama] ang espirituwal na [pahiwatig] na bisitahin o tawagan ang isang tao," ang kuwento ni Elder Bednar. "At kapag nadarama iyon ni Sister Bednar, agad siyang tumutugon at sumusunod. Madalas mangyari na kasasabi pa lang ng 'amen' sa pangwakas na panalangin, kakausapin na niya o yayakapin ang isang miyembrong babae o, pag-uwi niya, agad siyang tatawag sa telepono."[6]

**6**

**Buong Tapang.** Ang takot na matanggihan at pagiging mahiyain, kakulangan ng kakayahan, o kahirapan ng gagawin ay maka-kahadlang sa atin sa pagsunod sa pahiwatig na mag-minister. "Sa iba't ibang panahon at paraan, nakadarama tayong lahat ng kakulangan, kawalan ng katiyakan, at marahil ng hindi pagiging karapat-dapat," sabi ni Elder Gerrit W. Gong ng Korum ng Labindalawang Apostol. "Gayunman sa ating matapat na pagsisi-kap na mahalin ang Diyos at mag-minister sa ating kapwa, maaari nating madama ang pagmamahal ng Diyos at ang inspirasyong kailangan para sa kanila at sa ating buhay sa bago at mas banal na mga paraan."[7]

Isang brother sa Simbahan ang nagkuwento kung paano siya nagdalawang-isip na kausapin ang asawa ng isang babae na nagtangkang magpakamatay. Pero sa huli ay niyaya niyang mananghalian ang lalaki. "Nang sabihin kong, 'Nagtangkang magpakamatay ang asawa mo. Mabigat siguro iyan para sa iyo. Gusto mo bang ikuwento ang tungkol dito?' hayagan siyang tumangis," ang kuwento niya. "Magiliw at matalik ang naging pag-uusap namin at ilang minuto lang ay naging malapit na kami at nagtiwala sa isa't isa."[8] ■

**MGA TALA**

1. Bonnie H. Cordon, "Pagiging Isang Pastol," *Liahona,* Nob 2018, 76.
2. Gabay sa mga Banal na Kasulatan, "Panalangin."
3. Bonnie H. Cordon, "Pagiging Isang Pastol," 76.
4. Dallin H. Oaks, "Sa Kanyang Sariling Panahon, sa Kanyang Sariling Paraan," *Liahona,* Ago. 2013, 24.
5. Jeffrey R. Holland, "Ang Ministeryo ng Pakikipagkasundo," *Liahona*, Nob. 2018, 77.
6. David A. Bednar, "Mabilis Magmasid," *Liahona,* Dis. 2006, 17.
7. Gerrit W. Gong, "Ang Ating Siga ng Pananampalataya," *Liahona,* Nob 2018, 42.
8. Tingnan sa Bonnie H. Cordon, Pagiging Isang Pastol, 76.

**TUKLASIN ANG IBA PA**

Itinuturo ng propeta kung paano makatanggap ng personal na paghahayag: tingnan sa "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," ni Pangulong Russell M. Nelson (*Liahona,* Mayo 2018).

**Ni Elder Lynn G. Robbins**
Ng Pitumpu

# Katatagan:

## ESPIRITUWAL NA BALUTI PARA SA MGA KABATAAN NGAYON

Ang ating mga anak ay may kakayahang umunlad sa kabila ng mga hamong nararanasan sa panahong ito. Ang ating responsibilidad bilang mga magulang ay tulungan silang maghanda sa pagharap nang walang takot sa mga hamong iyon.

May nagkuwento na noong pamamahala ng mga Briton sa India, malaking bilang ng mga makamandag na kobra ang nakatira sa loob at paligid ng Delhi. Upang malutas ang problema, sinimulan ng lokal na awtoridad na magbigay ng pabuya para sa mga napatay na kobra. Ang di-matalinong pagbibigay ng pabuya ay nagkaroon ng di-inaasahang pangyayari nang ang matatalinong tagaroon ay nag-alaga ng mga kobra para kumita. Nang matapos ang pagbibigay ng pabuya, pinalaya ng mga nag-alaga ang mga kobra, na lalo pang nagpalala sa problema.

Ang mga epekto na di-sinadyang mangyari na mas nakapipinsala kung minsan kaysa sa nilayong kapakinabangan ay tinatawag na "cobra effect."[1]

### Ang Cobra Effect sa Bagong Henerasyon

Nang bumisita ako sa Brigham Young University–Idaho noong taglagas ng 2017, sinabi sa akin ng bagong presidente ng paaralan, na si Henry J. Eyring, na ang pinakamalaki niyang problema ay ang mataas na bilang ng mga dropout na college freshmen. Hindi ipinagpapatuloy ng mga estudyante ang pag-aaral sa kolehiyo dahil sa iba't ibang dahilan, ngunit ang kawalan ng katatagan ang isa sa mga pangunahing dahilan kaya't nakararanas ng ganitong problema ang maraming unibersidad sa iba't ibang panig ng Estados Unidos.[2]

Ang katatagan ay "ang kakayahang mabilis na makabangon o makapag-adjust sa kabiguan o pagbabago."[3] Dahil natuklasan ang kawalan ng katatagan sa mga bagong kasapi nito, ang U.S. Army ay nagsimulang mag-alok ng Master Resilience Training program para patatagin ang mga sundalo laban sa stress, mga hinihingi, at mga paghihirap sa serbisyo sa military.[4]

Mayroon din tayong ganitong problema sa Simbahan dahil mas tumaas ang porsiyento ng mga full-time missionary na umuuwi nang maaga mula sa kanilang misyon kaysa sa naunang mga henerasyon. Ilang missionary ang nakakaranas ng malubhang problema sa kalusugan o iba pang mga pagsubok na naging dahilan para i-release sila nang maaga, ngunit ang iba naman ay wala lang sapat na katatagan.

LARAWANG KUHA NG GETTY IMAGES

> Ang pag-unawa at pagsasabuhay ng mabibisang alituntunin ng ebanghelyo ay makatutulong sa mga kabataan na lalo pang maging matatag.

Naobserbahan ni Lyle J. Burrup, na naglingkod bilang mental health counselor sa Missionary Department ng Simbahan, na ang pinakakaraniwang dahilan ng mga problemang emosyonal ng mga missionary ay ang kawalan ng katatagan. "Sa maraming pagkakataon," sabi niya, "hindi natutuhan ng missionary kung paano haraping mabuti ang mga hamon."[5]

Hindi ang mga unibersidad, military, at mission field ang sanhi ng problema; inilalantad lang nila ito. Ang hindi gaanong pagiging matatag ng mga kabataan ngayon ay maaaring di-sinasadyang pangyayari—isang cobra effect sa makabagong panahon—na bunga ng mga bagay na tulad ng:

- Palaging nakaupo at nag-uukol ng napakaraming oras sa mga digital device, at hindi gaanong nag-eehersisyo at walang gaanong pisikal na aktibidad hindi tulad ng mga naunang henerasyon.[6]
- Sobrang pagkalantad sa isang di-makatotohanang virtual world o kunwa-kunwariang mundo, na nagdudulot ng pagkalito sa sarili o magulong personalidad, pagkabalisa, depresyon, at mas mababang pagpapahalaga sa sarili.[7]
- Kawalan ng pagtitiis dahil sa mundong kaagad nagbibigay ng kasiyahan at mga sagot na kasing-bilis ng Google. (Sa kabilang banda, ang katatagan ay nahuhubog kadalasan sa pamamagitan ng pagtitiis.)
- Proteksyon laban sa maalong karagatan. "Ang payapang karagatan ay hindi nakakatulong sa paghusay ng mga mandaragat."[8]
- Isang mundong puno ng walang katapusang opsiyon na nakagugulo, nagpapaligsahang mga tinig na nakalilito, at maginhawang buhay na maaaring dahilan para maging manhid ang mga kabataan at matatanda sa mga pahiwatig ng Espiritu.
- Paggugol ng napakaraming oras sa paggamit ng digital device at walang oras para makisalamuha nang personal sa mga tao, kaya hindi nagkaroon ng mga kakayahang makisalamuha o makipag-usap nang personal sa mga tao.

Maraming aklat ang naisulat para talakayin ang kumplikado at mahirap na problemang ito, kasama rito ang aklat na may kapansin-pansing pamagat na *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*.

Ang mundo ay nagbabago. Inilaan ng Panginoon para sa panahong ito ang mga espiritu na may kakayahang umunlad sa kabila ng mga problema o hamong kinakaharap sa panahong ito. Ang ating responsibilidad bilang mapag-arugang mga magulang ay tulungan silang maghandang harapin ang mga hamon o problemang iyon nang walang takot sa pamamagitan ng paglinang at pagpapaibayo ng kanilang katatagan, pananampalataya, at tibay ng loob.

Sa pamamagitan ng mabisang mga alituntunin ng ebanghelyo na tutulong sa atin, matutulungan natin ang mga kabataan na lalo pang maging matatag, na magbibigay sa kanila ng kakayahan na maging higit na katulad ng Tagapagligtas sa "[pag]laki sa karunungan [intelektuwal] at sa pangangatawan [pisikal at mental], at sa pagbibigay lugod sa Dios [espirituwal] at sa mga tao [pakikisalamuha at emosyonal]" (Lucas 2:52). Gusto kong talakayin ang apat na alituntuning ito ng ebanghelyo: (1) pag-asa sa sarili o self-reliance, (2) pagsalungat sa lahat ng bagay, at (3) ang kaloob na Espiritu Santo, at (4) moral na kalayaan.

### 1. Pagpapalaki ng mga Anak na Self-Reliant: Santa Claus vs. Scrooge

Sa hangaring tulungan ang mga nangangailangan, sinisikap nating mabalanse nang tama ang dalawang magkaugnay na alituntunin: pagiging

> Ang pagkakawanggawa (pagbibigay sa isang tao ng isda) at pag-asa sa sarili (pagtuturo sa isang tao ng pangingisda) ay angkop rin sa pagiging magulang.

mapagkawanggawa at paghikayat na maging self-reliant. Ang pagiging mapagkawanggawa nang hindi naghihikayat na maging self-reliant ay parang si Santa Claus. Ang paghihikayat na maging self-reliant nang walang kabaitan ay parang si Scrooge.[9] Ang anumang labis ay hindi tama.

Ang pagkakawanggawa (pagbibigay sa isang tao ng isda) at pag-asa sa sarili (pagtuturo sa isang tao ng pangingisda) ay angkop din sa pagiging magulang. Maaaring gawin natin ang lahat ng desisyon para sa ating mga anak, ngunit mas makabubuti na turuan sila na magdesisyon at matutulungan sila nito na maging self-reliant sa aspetong intektuwal, espirituwal, pakikisalamuha, at emosyonal.

> Ang landas ay kadalasang matarik at mabato, at lahat tayo ay natitisod at nabibigo.

Isang halimbawang nagbibigay-inspirasyon ang makikita sa nakaaantig na pelikulang *The Miracle Worker,* na mula sa talambuhay ni Helen Keller, na nagkasakit noong siya ay sanggol pa na naging sanhi ng kanyang pagkabingi at pagkabulag.[10] Sa paraang gaya ng ginagawa ni Santa Claus, ang laging nakabantay na mga magulang ni Helen ay sobrang magprotekta at mapagpalayaw, na nakahadlang sa intelektuwal, espirituwal, pakikisalamuha, at emosyonal na pag-unlad ni Helen.

Gayunman, nakita ni Anne Sullivan, na pribadong guro ni Helen, na lahat ng gustuhin ni Helen ay nasusunod kaya sinimulan niyang tulungan si Helen na harapin ang kanyang mga problema at mas matutong umasa sa sarili. Sa huli, si Anne Sullivan, at hindi ang mga magulang ni Helen, ang nakatulong kay Helen na maabot ang kanyang tunay na potensyal.

Dahil mahal natin ang ating mga anak, nais natin na makita silang magtagumpay. Maaari tayong matuksong tanggalin lahat ang mga hadlang sa kanilang daraanan. O bawasan ang kanilang kalungkutan at pagkabigo, maaaring matukso tayong gawin ang mahirap na gawain para sa kanila, tulad ng ginawa ng mga magulang ni Helen Keller. Gayunman, kapag ginawa natin ito, maaaring mahadlangan natin nang di-sinasadya ang ating mga anak sa pagkakaroon ng katatagan na kinakailangan nila para maging malakas, at maaasahang mga disipulo ni Cristo.

Sa halip na maging masyadong mapagprotekta at kaagad na ayusin ang kanilang problema, dapat nating isaalang-alang ang paraan ng Tagapagligtas. Pinalalakas Niya tayo upang "mabata ang [ating] mga pasanin" (Mosias 24:15) at kadalasan ay hindi agad dumarating ang tulong tulad ng nais nating mangyari (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 121:1–3).

### 2. Pagsalungat: Ang Pagpapala na Dulot ng Mahihirap na Bagay

Isa sa mga paraan ng pagpapalaki sa atin ng ating Ama sa Langit, ang ating perpektong magulang, upang maging matatag at maihanda tayo para sa kaligayahan natin sa hinaharap ay sa pamamagitan ng pagpapadala sa atin sa mundong ito kung saan susubukan ang ating katatagan at dadalisayin tayo, tulad ng makikita sa mga sumusunod na banal na kasulatan:

- Tayo ay "[su]subukan, maging gaya ni Abraham" (Doktrina at mga Tipan 101:4).
- Ang paghihirap "ay magbibigay sa [atin] ng karanasan at para sa [ating] ikabubuti" (Doktrina at mga Tipan 122:7).

- "May pagsalungat sa lahat ng bagay" (2 Nephi 2:11), kaya nga tinutulutan tayo ng Ama sa Langit na "[ma]tikman ang pait, upang [ating] matutuhang pahalagahan ang mabuti" (Moises 6:55).
- "Wala [tayong] matatanggap na patunay hangga't hindi natatapos ang pagsubok sa [ating] pananampalataya" (Eter 12:6).

Ang matutuhang magkaroon ng mga katangian ni Cristo na pananampalataya, pagtitiis, pagsusumigasig, at pagiging matatag, at marami pang iba, ay hindi mangyayari nang walang pagsalungat o "hurno ng kadalamhatian" (Isaias 48:10). Ang ating Ama sa Langit, samakatwid, ay tinutulutan tayo na makayanan ang mahihirap na problema at gawin ang mahihirap na bagay. Paano tayo magiging katulad ng ating dakilang Huwaran kung hindi natin daranasin ang mga pagsubok na kahalintulad ng mga naging dahilan para Siya'y maging kung sino Siya ngayon?

Madalas kong sabihin sa mga missionary, "Sa mission field mag-eenroll ka sa napakahirap na mga kurso: Kasigasigan 501 at Pagtitiis 505, at marami pang iba. Sa pamamagitan lamang ng advanced curriculum na ito ninyo matututuhan na maging mahuhusay na missionary at kalaunan ay mababuting asawa, ama at ina. Kung may araw na nahihirapan kayo, ikatuwa ang inyong pagdurusa tulad ng ginawa nina Apostol Pedro at Apostol Juan, na pagkatapos mabilanggo at bugbugin ay 'nangatutuwang sila'y nangabilang na karapatdapat na mangagbata ng kaalimurahan dahil sa [kanyang] Pangalan'" (tingnan sa Mga Gawa 5:18, 40–41; tingnan din sa I Ni Pedro 4:13; Mga Taga Colosas 2:8).

Ang mga problema, paghihirap, at pagsisikap ang tumutulong sa atin na magkaroon ng

> Ang pinakamaganda at pinakamakatutulong na bagay na maituturo ng isang magulang sa anak ay ang kakayahang mahiwatigan ang mga bulong ng Espiritu Santo.

katatagan—ang kakayahang bumangon, pagpagan ang sarili, at magpatuloy sa paglakad sa makipot at makitid na landas. Ang landas na iyan ay kadalasang matarik at mabato, at lahat tayo ay natitisod at nabibigo. Ang kaloob ng Panginoon na walang katapusang pangalawang pagkakataon ang nakatutulong sa atin na sumulong nang may katatagan.[11]

### 3. Ang Espiritu Santo at Inspiradong Paggawa ng Desisyon

Sa halip na tumanggap ng madaling sagot, kinakailangang humusay ang mga anak sa paggawa ng desisyon. Maaari tayong magbigay ng payo ngunit hayaan natin silang mag-isip para sa kanilang sarili at magsimulang gumawa ng kahit maliliit na desisyon.

Dahil ang kaloob na Espiritu Santo ang pinakadakilang kaloob na matatanggap ng mortal na tao,[12] ang pinakamaganda at pinakamakatutulong na bagay na maituturo ng isang magulang sa anak ay ang kakayahang mahiwatigan ang mga bulong ng Espiritu Santo. Ang pagtuturo sa mga anak na maging karapat-dapat sa dakilang kaloob na ito at kung paano tumanggap ng personal na paghahayag ay ang pinakamahalagang bagay na magagawa natin para makapagpalaki ng mga anak na nakakatayong mag-isa o self-reliant sa espirituwal na aspeto.

Isang aral ang natutuhan natin mula kay Oliver Cowdery, na humingi sa panalangin at hindi nakatanggap. Sinabi ng Panginoon sa kanya:

"Masdan, hindi mo naunawaan; inakala mo na aking ibibigay ito sa iyo, gayong wala kang inisip maliban sa ito ay itanong sa akin.

"Subalit, masdan, sinasabi ko sa iyo, na kailangan mong pag-aralan ito sa iyong isipan; pagkatapos kailangang itanong mo sa akin kung ito ay tama, at kung ito ay tama aking papapangyarihin na ang iyong dibdib ay mag-alab; samakatwid, madarama mo na ito ay tama" (tingnan sa Doktrina at mga Tipan 9:7–8).

Kapag lumapit sa atin ang ating mga anak at nagpapatulong sa takdang aralin, halimbawa, hindi tayo ang gagawa ng takdang aralin para sa kanila. Gagabayan natin sila, at pagkatapos, tulad ng sinabi ng Panginoon kay Oliver, ay sabihin nating, "Ngayon, gawin mo ito, at kapag tapos ka na, bumalik ka sa akin at titingnan ko kung tama ang sagot mo."

Ang pagtuturo sa mga anak kung paano gawin at tapusin ang isang bagay at kayanin ang kanilang mga pagsubok ay tumutulong sa kanila na mag-isip para sa kanilang sarili, pag-aralan at lutasin ang mga problema, at mahiwatigan ang mga bulong ng Espiritu Santo. Sa pamamagitan lamang ng sarili nilang karanasan sa paglutas ng mga problema sila nagkakaroon ng sentido-kumon o common sense at karunungan at napapahusay ang kanilang kakayahan na "pag-aralan ito" at tumanggap ng paghahayag.

Ang hindi pagtuturo sa ating mga anak kung paano maging self-reliant at matatag sa espirituwal ay may kaakibat na matinding babala mula kay Pangulong Russell M. Nelson: "Sa darating na mga araw, hindi magiging posible na espirituwal na makaligtas kung walang patnubay, tagubilin, at nakapagpapanatag, [at patuloy] na impluwensya ng Espiritu Santo."[13]

### 4. Paggalang sa Kalayaang Pumili sa mga Sangang-daan ng Buhay

Narinig kong ikinuwento ni Pangulong Nelson ang tungkol sa kanyang walong taong gulang na anak na babae na lumapit sa kanya isang araw ng Linggo at nagtanong kung maaari ba siyang sumama sa isang pamilya sa ward upang sumakay ng paragos o sleigh. Sinabi niya, "Alam ko na hindi katalinuhan kung sasagot lang ako ng oo o hindi. Binuklat namin ang Biblia sa Exodo 31:13: 'Katotohanang ipangingilin ninyo ang aking mga sabbath; sapagka't isang tanda [ito] sa akin at sa inyo sa buong panahon ng inyong mga lahi.' Pagkatapos ay tinanong ko siya kung ano ang pakiramdam niya tungkol sa pagsakay ng paragos o sleigh sa araw ng Sabbath. Sinabi niya, 'Itay, gusto ko pong ipakita sa Ama sa Langit na mahal ko Siya, kaya hindi po ako sasama.'"

> Kapag lumapit sa atin ang ating mga anak at nagpapatulong sa takdang aralin, hindi tayo ang gagawa ng takdang aralin para sa kanila.

Nagpatuloy si Pangulong Nelson: "Makalipas ang isang henerasyon at ang aking anak ay ina na ngayon, naroon ako sa kanyang tahanan nang humingi sa kanya ng pahintulot ang kanyang anak na lalaki na kapareho rin ng sitwasyon noon. Natuwa at nasiyahan ako nang makita kong binuklat niya ang Biblia kasama ang aking apo at binasa ang talata ding iyon."

Maraming taon na ang nakaraan, may nabasa ako tungkol sa isang ama na ginising ang kanyang anak na lalaki isang araw ng Linggo para maghandang magsimba. Sumagot ang anak, "Hindi po ako magsisimba ngayon." Maraming magulang sa sandaling gaya niyon ang matutuksong sabihin, "Ah, hindi ka magsisimba" at may kasunod na pagbabanta. Ang amang ito ay mas matalino at sinabi lang na, "Anak, hindi mo kailangang ipaliwanag ang dahilan sa akin, dahil hindi ko naman Simbahan ito. Pero kinakailangan mong lumuhod at manalangin at ibigay ang iyong dahilan sa iyong Ama sa Langit."

Ang kaloob na Espiritu Santo at pagiging self-reliant sa espirituwal ay nagpapalakas sa espirituwal na katatagan.

Pagkatapos ay hinayaan ng ama ang kanyang anak na magpasiya kasama ang Espiritu Santo. Mahihikayat ng Espiritu Santo ang ating mga anak nang higit pa sa magagawa natin kung magtitiwala lang tayo sa dakilang kaloob na iyon. "Walang nakakatakot na saksi o walang makapangyarihang tagapagsumbong kaysa sa konsensya."[14] Sa loob ng ilang minuto, nakabangon na sa higaan ang tinedyer at nakahanda nang magsimba. Kung pinilit ng ama ang kanyang anak na magsimba, maaari siyang maghinanakit at magrebelde, at matulad sa cobra effect.

Mayroong panganib sa paggalang sa kalayaang pumili ng ating mga anak at iwan sila sa sangang-daan ng buhay o paggawa ng sariling desisyon. Ngunit hindi ba't ginawa rin iyan ng Ama sa Langit sa premortal na buhay at dahil diyan ay nawala ang ikatlong bahagi ng Kanyang mga espiritung anak? Dahil ang doktrina ng kalayaang pumili ay kailangang-kailangan sa plano ng kaligtasan, tiyak na may panganib, kahit sinabi ni Lucifer na walang panganib.

Kung mababago ko lang nang bahagya ang pahayag ni Propetang Joseph Smith, ganito ang sasabihin ko tungkol sa mga anak: "Tinuturuan natin sila ng mga wastong alituntunin dahil gustuhin man natin o hindi, pamamahalaan nila ang kanilang sarili."[15] Darating ang araw na lilisanin ng ating mga anak ang ating tahanan. Ang tanging pag-asa natin bilang mga magulang ay ituro sa kanila ang mga wastong alituntunin tungkol sa plano ng kaligtasan at tulungan silang mahiwatigan ang mga bulong ng Espiritu na gagabay sa kanila sa matalinong paggamit ng kanilang kalayaang pumili. Kung hindi, maaaring hindi sila maging self-reliant at matatag sa espirituwal para harapin ang mga pagsubok na darating, at maaaring mawala sila sa Simbahan.

Lahat tayo ay lubos at walang hanggang nagpapasalamat para sa pinakadakilang pagpapakita ng katatagan sa kasaysayan ng daigdig—ang Pagbabayad-sala ni Jesucristo. Ang Tagapagligtas ay hindi tumalikod sa pagdurusang naranasan Niya, maging sa naranasang paghihirap at pagdadalamhati na di-maaarok ng sinuman.

Ang kaloob na Espiritu Santo at pagiging self-reliant sa espirituwal ay nagpapalakas sa espirituwal na katatagan, na kasing-kahulugan ng pagtitiis. At yaong matatapat na "magtitiis hanggang wakas . . . ay magkakaroon ng buhay na walang hanggan" (2 Nephi 31:20).

Nawa'y pagpalain tayo ng Panginoon bilang mga magulang sa ating mahalagang responsibilidad na pagpapalaki ng mga anak na matatag sa aspetong intelektuwal, pisikal, espirituwal, pakikisalamuha, at emosyonal. ■

*Para sa karagdagang mga praktikal na ideya, tingnan sa "Pagpapalaki ng Matatatag na Anak" ni Lyle J. Burrup sa Marso 2013* Liahona.

**MGA TALA**

1. Si Horst Siebert, isang German economist, ay nakilala sa pagbuo ng pariralang "cobra effect," na nangyayari kapag ang solusyon sa problema ay lalo pang nagpalala sa problema.
2. Tingnan sa Connie Matthiessen, "Why Are So Many College Students Returning Home?" Ene. 9, 2019, greatschools.org.
3. *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary,* 11th ed. (2003), "resilience," merriamwebster.com.
4. Tingnan sa "Master Resilience Training (MRT) in the U.S. Army: PowerPoint & Interview," Positive Psychology Program, positivepsychologyprogram.com.
5. Lyle J. Burrup, "Pagpapalaki ng Matatatag na Anak," *Liahona,* Mar. 2013, 10.
6. Tingnan sa Meena Azzollini, "Declining Physical Activity Levels in Children and Teens," *WellBeing,* Hulyo 10, 2017, wellbeing.com.au.
7. Tingnan sa Rachel Ehmke, "How Using Social Media Affects Teenagers," Child Mind Institute, Hunyo 6, 2016, childmind.org.
8. Kasabihan ng mga taga Africa.
9. Si Scrooge ay isang sakim na tauhan sa akda ni Charles Dickens na *A Christmas Carol*.
10. Tingnan sa Helen Keller, *The Story of My Life* (1902).
11. Tingnan sa Lynn G. Robbins, "Hanggang sa Makapitong-pung Pito," *Liahona,* Mayo 2018, 21–23.
12. Tingnan sa *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Wilford Woodruff* (2005), 52.
13. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," *Liahona,* Mayo 2018, 96.
14. Kung minsan ipinapalagay na nagmula kay Polybius o Sophocles.
15. Tingnan sa *Mga Turo ng mga Pangulo ng Simbahan: Joseph Smith* (2007), 331.

# Ang Kurso na Nagpabago ng Buhay Namin

**Ni Michael R. Morris**
Mga Magasin ng Simbahan

Sina Chris at Alfreda Rubio ay kumikita nang sapat lang para makaraos araw-araw hanggang sa maipakita sa kanila ng klase sa self-reliance ang mas magandang paraan.

Nang nasira ang van nina Chris at Alfreda Rubio, hindi sila nag-alala kung paano nila mababayaran ang pagpapakumpuni. At iyon ay hindi dahil mayaman sila.

"Mayroon kaming perang kailangan namin dahil inipon namin ito," sabi ni Chris. "Nakahanda kami. Ipinagawa namin ang van nang araw na iyon nang hindi nag-aalala. Masaya sa pakiramdam."

Hindi ganyan palagi dati. Noon, maaaring kinailangan na ng mga Rubio na mangutang, gumamit ng credit card, o maghintay ng sweldo para maipaayos ang kanilang van. Iyan ay noong hindi pa sila nag-aral ng personal finances sa pamamagitan ng proyekto na self-reliance ng Simbahan.

## "Ang Laki ng Problema Namin sa Pera"

Nagkakilala sina Chris at Alfreda habang naglilingkod sa U.S. Air Force sa Germany at ikinasal sa Denmark. Natapos ni Chris ang kanyang enlistment noong 2008, at napilitan namang magretiro si Alfreda ilang taon kalaunan dahil sa problema sa kalusugan. Natagpuan agad nila ang Simbahan nang tumira sila sa Alabama, USA, pero hindi makahanap ng trabaho si Chris. "Kung hindi kulang, sobra naman ako sa kwalipikasyon," paggunita niya.

Nakahanap ng trabaho si Alfreda sa tindahan ng office supply, pero iyon lang ang kinikita nila. "Ang laki ng problema namin sa pera," sabi niya.

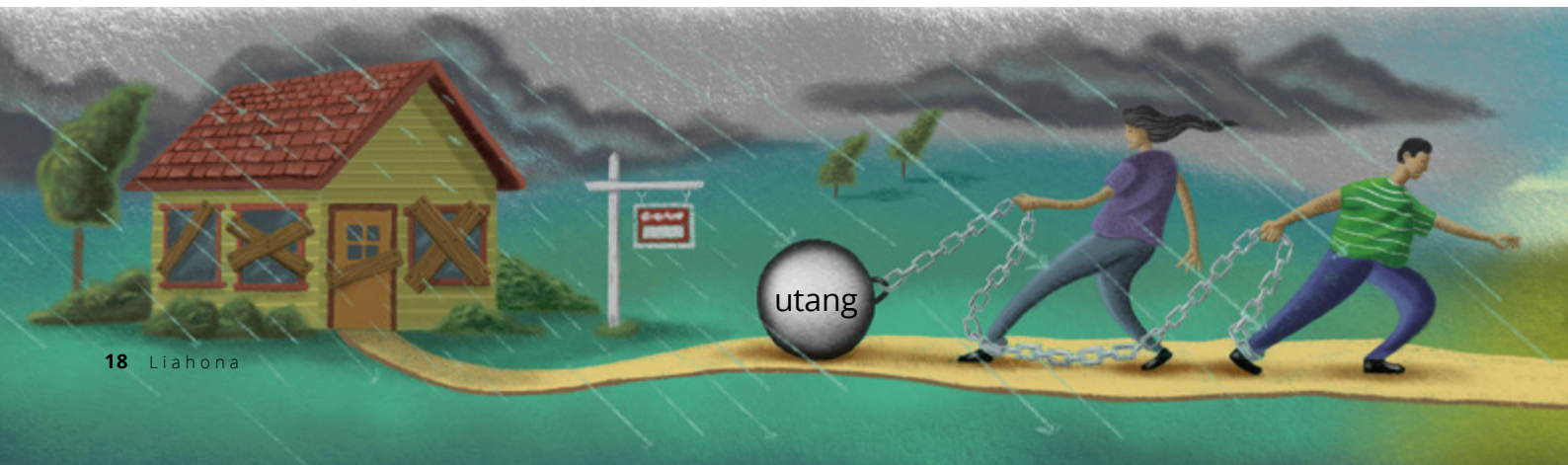
"Ang dami naming utang at mga bayarin, at panay na ang singil ng mga kolektor," dagdag pa ni Chris. "Dumating kami sa puntong nagbebenta na kami ng gamit para makabayad sa utang. Nakuha ang sasakyan namin, at nawalan kami ng bahay. Nakakalungkot."

Matapos mawalan ng bahay, lumipat ang mga Rubio sa apartment sa bagong ward. Wala silang kilala, at sabay sa paglala ng problema nila sa pera ang pagdalang ng pagsisimba nila. Naalala ni Chris na kapag mas nagtutuon sila sa pera, mas nababawasan ang tuon nila sa pananampalataya.

"Napakadaling sabihin na, 'Hindi tayo makakapagsimba ngayon kasi kailangan nating humanap ng trabaho o may kailangan tayong bayaran o wala tayong pambili ng gasolina,'" sabi niya.

Nang nagkausap sila ng kanilang bishop tungkol sa kanilang pinansyal na kalagayan, sinabi niya sa kanila ang tungkol sa Personal Finances for Self-Reliance course na magsisimula na sa kanilang ward meetinghouse, na nasa labas lamang ng Montgomery, Alabama.

"Pareho kaming lumaki sa mahirap na pamilya," sabi ni Chris. "Hindi kami nakaranas magkaroon ng maraming pera, kaya hindi talaga kami natutong magbadyet at mag-ipon. Kumikita kami nang sapat lang para makaraos araw-araw. Kadalasan, ubos na ang kinita namin ilang araw pa lang at matagal



pa bago kami ulit magkapera. Kaya naisip namin, 'Sige, umattend tayo ng klase. Kung makatutulong ito sa amin sa anupamang paraan, gusto naming gawin ito."

**"Binago Nito ang Pag-iisip Namin"**

Sa kanilang klase sa personal finances, natutuhan ng mga Rubio at ng tatlong iba pang pamilya kung paano gumawa ng badyet at sundin ito. Natutuhan nila ang tungkol sa pangungutang at paano ito mapaglalabanan. Natutuhan nila kung paano protektahan ang kanilang pamilya mula sa problema sa pera. At natutuhan nila ang mahalagang papel ng ikapu para maging self-reliant sa pinansyal.

"Binago nito ang paraan ng pag-iisip namin," sabi ni Chris. "Natutuhan namin kung paano i-monitor hindi lang ang kita at gastusin namin kundi pati ang ipon, na wala kami noong panahong iyon. Kahit kailan hindi ko inakala na makakaipon kami, sa totoo lang."

Ang pinakagusto ng mga Rubio sa klase ay kapag nagbabahagi sa isa't isa ang mga kalahok ng mga ideya, tagumpay, at mga kabiguan nila. Napalakas ng kanilang pagkakaibigan ang kanilang pananampalataya at ang kanilang pagsisikap na maging self-reliant sa pinansiyal, at nabigyan pa ng facilitator ng klase si Chris ng trabaho.

"Nakakatulong kapag nakakakilala ka ng ibang tao na nasa gayunding sitwasyon," sabi ni Chris. "Malalaman mo na hindi ka nag-iisa at na sinisikap nating lahat na maitaguyod ang sarili at magkaroon ng mga kasanayan para maging mas self-reliant ang kalagayan ng mga anak natin."

**"Napakagandang Paglalakbay"**

Nang gawin nila ang mga alituntuning pangpinansyal na pinag-aaralan nila, nabago ang lagay ng kanilang pananalapi.

"Wala pa kami sa punto na mayaman kami o wala na kaming problema sa pera, pero mas madali na ngayon na gampanan ang mga tungkulin namin at pumunta sa simbahan nang walang gaanong pinoproblema sa pera," sabi ni Chris. "Espirituwal kaming binago ng kurso."

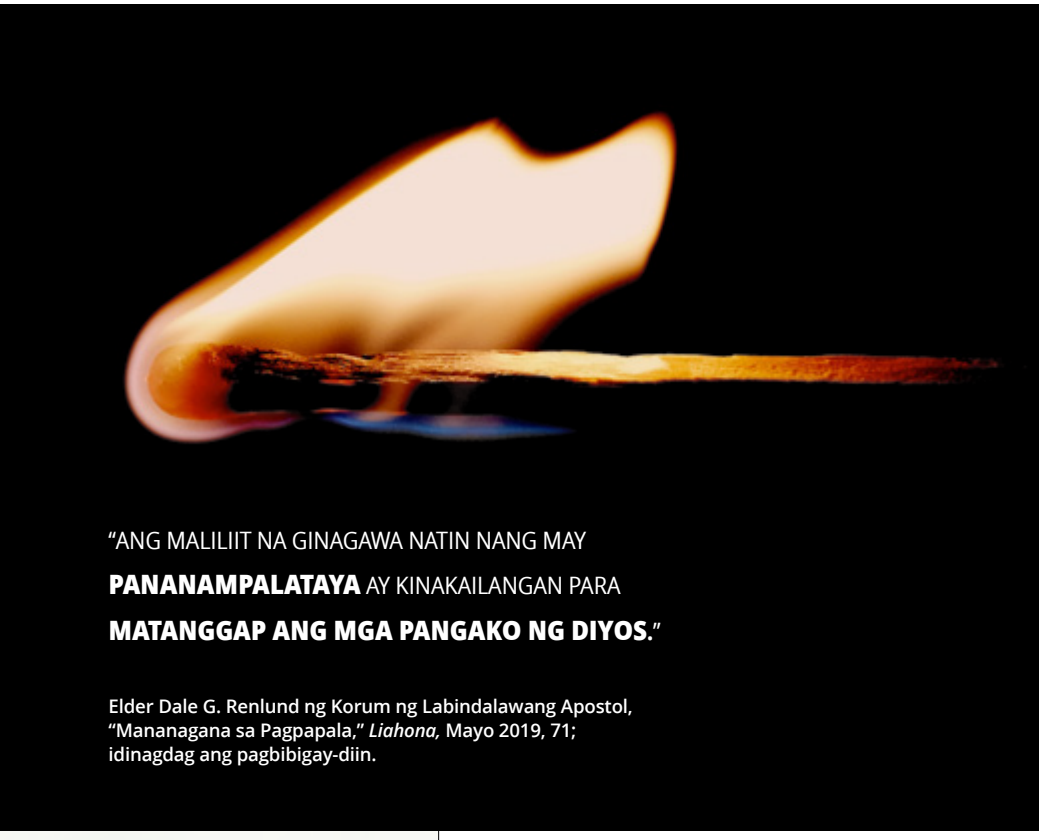
Idinagdag ni Alfreda: "May kaugnayan ang kurso sa paglakas ng pananampalataya namin. Nagsimula kaming maging mapagdasal at mapagbasa ng mga banal na kasulatan. Ang mga alituntuning pangpinansyal at mga alituntuning pang-espirituwal ay magkakaugnay."

Itinulad ni Chris ang mga alituntuning iyon sa salamin sa mata na nakatulong sa kanila ni Alfreda na malaman at manatili sa landas ng pagiging self-reliant sa espirituwal at pinansiyal.

"Kung walang klase at kung hindi namin natutuhan ang lahat ng bagay na ginawa namin, hindi namin mararating ang katayuan namin ngayon—sa pinansyal o espirituwal man," sabi niya. "Napakasayang karanasan nito. Nalaman namin na hindi namin kailangan ang maraming pera para yumaman. Mayaman kami sa espirituwal." ■

*Si Chris Rubio, isang pintor, ay dumating sa trabaho kasama ang kanyang asawang si Alfreda.*

PAGLALARAWAN NI DAVID GREEN



"ANG MALILIIT NA GINAGAWA NATIN NANG MAY **PANANAMPALATAYA** AY KINAKAILANGAN PARA **MATANGGAP ANG MGA PANGAKO NG DIYOS**."

**Elder Dale G. Renlund ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Mananagana sa Pagpapala," *Liahona,* Mayo 2019, 71; idinagdag ang pagbibigay-diin.**

## 8 MGA BAGONG TEMPLO IBINALITA

Ibinalita ni Pangulong Russell M. Nelson ang mga plano ng pagtatayo ng walong bagong templo sa mga sumusunod na lugar. May 162 templo ang kasalukuyang ginagamit at 47 pa ang ibinalita o kasalukuyang itinatayo.

**Antofagasta, Chile**
**Budapest, Hungary**
**Moses Lake, Washington, USA**
**Neiafu, Tonga**
**Okinawa City, Japan**
**Pago Pago, American Samoa**
**San Pedro Sula, Honduras**
**Tooele Valley, Utah, USA**

## HANAPING MULI ANG LIWANAG

Si Sister Sharon Eubank ay nagbigay ng limang mungkahi kapag "nadarama ninyong lumalamlam ang ilaw ng inyong patotoo at nagdidilim na":

1. Lakasan ninyo ang inyong loob.
2. Tuparin ang inyong mga pangako sa Diyos.
3. Itanong ang inyong mga katanungan.
4. Matiyagang tumunaw ng bato na gagawing salamin.
5. Bumaling kay Jesucristo, na patuloy na nagmamahal sa inyo.

**Tingnan sa "Si Cristo: Ang Ilaw na Lumiliwanag sa Kadiliman," *Liahona,* Mayo 2019, 75.**

## MGA SANTUWARYO NA NAKASENTRO SA TAHANAN AT SINUSUPORTAHAN NG SIMBAHAN

Marami sa ating mga lider ang nagsalita tungkol sa pagpapalakas ng ating mga tahanan, lalo na ang panibagong pagbibigay-diin sa pagtuturo ng ebanghelyo na nakasentro sa tahanan at sinusuportahan ng Simbahan. Malalaman mo pa ang tungkol sa:

- Pag-anyaya sa Espiritu nang mas madalas sa inyong tahanan (tingnan sa Henry B. Eyring, "Isang Tahanan Kung Saan Nananahan ang Espiritu ng Panginoon," *Liahona,* Mayo 2019, 22).
- Gawin ang inyong tahanan na pinakaunang missionary training center, family history center, at temple preparation class (tingnan sa David A. Bednar, "Handa na Matamo ang Bawat Kinakailangang Bagay," *Liahona,* Mayo 2019, 101).
- Paggamit ng kurikulum at pag-uukol ng panahon sa inyong pamilya upang tulungan tayong "palalimin ang ating pagbabalik-loob at tulungan tayong maging higit na katulad ni Jesucristo" (tingnan sa Ronald A. Rasband, "Magtayo ng Isang Muog ng Espirituwalidad at Proteksyon," *Liahona,* Mayo 2019, 107).

BACKGROUND NA LARAWAN AT MGA PAGLALARAWAN MULA SA GETTY IMAGES

## PAGGAMIT NG PANGKALAHATANG KUMPERENSYA SA HOME EVENING

Lagi kong nadarama noon na dapat kong subukang gamitin ang mga mensahe sa kumperensya para sa mga lesson sa family home evening. Noong una ayaw kong gawin. Mga bata pa ang mga anak ko, mahihirapan silang unawain ang mga mensahe, at hindi ako sigurado kung may mga paksa na magugustuhan ng mga bata. Pero alam ko na kailangan kong subukan.

Ang paggamit ko ng mga mensahe sa pangkalahatang kumperensya ay hindi lamang ganap na nagpabago ng aming mga family home evening para sa mga anak ko, kundi nagkaroon din kami ng magagandang talakayan tungkol sa ebanghelyo. Kahit may kasamang gulo at ingay paminsan-minsan, may maliliit ding himala na lubos na nagpapasaya sa aming pamilya.

**Jessie Christensen, Utah, USA**

Maaari mong ibahagi ang iyong karanasan tungkol sa pangkalahatang kumperensya sa pamamagitan ng pagsusumite nito sa liahona.ChurchofJesus Christ.org o sa facebook.com/liahona.

## TAHANAN, ISANG MAKALANGIT NA LUGAR

"Kami ay umaasa at nananalangin na **ang tahanan ng bawat miyembro ay magiging isang tunay na santuwaryo ng pananampalataya, kung saan makapananahanan ang Espiritu ng Panginoon.** Sa kabila ng kaguluhan sa paligid natin, ang tahanan ng isang tao ay maaaring maging payapang lugar, kung saan ang pag-aaral, pagdarasal, at pananampalataya ay malalakipan ng pagmamahal."

**Pangulong Russell M. Nelson, "Pangwakas na Mensahe," *Liahona,* Mayo 2019, 111; idinagdag ang pagbibigay-diin.**

*Ang bag na ito na maraming lugar na ang narating ay naging bahagi na ng tradisyon ng pamilya ng paglilingkod sa misyon na umaasa akong hindi kukupas kailanman.*

# Isang Laundry Bag ng Pagmamahal

Nahirapan ang pamilya ko na tanggapin ang desisyon ko na maging Banal sa mga Huling Araw. Nang ibalita ko na magmimisyon ako nang walang bayad, hindi nila maunawaan kung paano o bakit ko gustong gawin iyon. Ginusto rin ng mga magulang ko na maging masaya para sa akin pero nahirapan sila na makitang "iniwan" ko na ang relihiyong iminulat nila sa akin.

Nang matanggap ko ang mission call ko sa Honduras Tegucigalpa Mission, kasama sa envelope ang tseklist ng mga bagay na dapat kong dalhin. Napansin ng nanay ko na isa sa mga aytem sa listahan ko ay isang laundry bag. Iyan ang bagay na kaya niyang maunawaan! Kaagad siyang bumili ng makapal na maong at nanahi ng simple at magandang laundry bag na yari sa pagmamahal. Ito ang regalo na marami ang nakinabang.

Kasama ko ang laundry bag na iyan sa missionary training center at pagkatapos sa Honduras. Dala-dala ko ito kahit saang nayon ako magpunta. Unti-unti nang kumupas ang asul na kulay nito, tulad ng isang maong na pantalon na lalong nagiging maganda ang itsura at sukat habang kumukupas. Nang matapos ang misyon ko, ipinamigay ko ang halos lahat ng aking damit sa espesyal na pamilya na minahal ko, pero itinira ko ang laundry bag. Ginawa ito ng aking nanay para lang sa akin kahit hindi niya naunawaan ang kahalagahan ng pagmimisyon.

Paglipas nang halos 30 taon, natanggap ng aming panganay na anak ang kanyang mission call sa California Carlsbad Mission, kalakip ang tseklist ng mga aytem na kailangan niya. Binasa namin ito, at nang mabasa namin ang "laundry bag," kinuha naming muli ang laundry bag na ginawa ng aking nanay para sa akin. Kahit na mas kupas na ito, nakarating ito sa California.

Ilang taon pa ang lumipas mula noon, tinawag na magmisyon ang aking anak na babae sa Ohio-Cleveland Mission, at dinala niya roon ang laundry bag. Nang bumalik siya, iniuwi niya ito na mas kupas na pero wala pa ring malaking sira.

Ipinapaalala sa akin ng bag na ang ilang bagay, tulad ng mga aral na natutuhan sa misyon at pagpapakita ng pagmamahal sa iba—gaya ng ginawa ng aking ina para sa akin—ay mapagpapala tayo muli't muli. Naging bahagi na ito ng tradisyon ng paglilingkod sa misyon ng pamilya na umaasa akong hindi kukupas kailanman. ■

**Brian C. Heckert, Utah, USA**

PAGLALARAWAN NI JOHN KACHIK

# Mga Samaritano sa Elevator

Nang magpost ng mga larawan sa Facebook ang isang pamilya sa ward namin ng naranasan nila nang makulong sa elevator nang dalawang oras, parang wala itong gaanong epekto sa akin. Iyan ay noong hindi ko pa naranasan mismo na makulong sa elevator.

Naiwan ko ang cell phone ko sa bahay kaya pinagbabayo ko ang pinto ng elavator at humingi ng tulong. Nagdasal din ako. Di nagtagal, may mga binatilyo na nakarinig sa akin at—tulad ng mabubuting Samaritano—tumawag sila sa emergency services. Sinabi nila na nakatira sila sa apartment number 38 at nagbiro na kapag nakalabas ako, puwede ko silang dalhan ng pagkain sa apartment nila para magpasalamat.

Umalis sila, at hindi ko makayang kumalma. Paano kung hindi dumating ang emergency crew? Nagdasal pa ako nang nagdasal. Alam ko na malapit nang dumating ang asawa ko galing sa trabaho at hindi malalaman kung nasaan na ako.

Pinagbabayo ko na naman ang pinto. Sa mga siwang ng pintuan ng elevator, nakakita ako ng mga taong naglalakad. Tinawag ko sila at pinakiusapan na tawagan ang asawa ko para malaman ang aking sitwasyon. Ginawa nila ito kaya nagawa ko nang kumalma. Alam na ng asawa ko, at sisiguraduhin niya na hindi ako matagal na makukulong doon.

PAGLALARAWAN NI ANNA GODEASSI

Umupo ako sa elevator nang halos isang oras. Sa wakas dumating ang taga-maintenance at nailabas ako. Sinabi niya na may bumara sa elevator kaya kinailangan niyang akyatin ang baras ng elevator para mapaandar muli ang elevator. Pinasalamatan ko ang pagtulong niya.

Nang araw ding iyon, pinuntahan at pinasalamatan ko ang aking mga kapitbahay sa apartment 38. Dinalhan ko sila ng niluto kong pagkain. Nagbibiro lang daw sila tungkol sa pagkain, pero masaya akong pasalamatan sila. Habang ginugunita ko ang karanasang ito, alam ko na ngayon ang pinagdaanan ng pamilya sa ward namin, at nagpapasalamat ako sa mga taong huminto at tumulong at hindi ako nilampasan.

Maaaring hindi nila alam, ngunit tinularan nila ang halimbawa ng Tagapagligtas. Hindi Niya tayo nilalampasan o iniiwan. Inialay Niya ang Kanyang buhay upang mailigtas tayo mula sa pisikal at espirituwal na kamatayan. Dahil dito, sisikapin kong tularan ang Kanyang halimbawa at huwag lampasan ang isang taong nasa panganib. Nagpapasalamat ako para sa karanasang ito na hindi ko inaasahang magbibigay sa akin ng ibayong pagpapahalaga sa Kanya at sa Kanyang mga pagpapala. ■

**Katerina Tyltina, Kyiv, Ukraine**

*Nakulong ako sa elevator nang walang dalang cell phone. Pinagbabayo ko ang pinto at humingi ng tulong. Nagdasal rin ako.*

# Mula sa Krisis hanggang sa Pagkakaibigan

Isang araw ng Linggo sa oras ng sacrament meeting, nakaramdam ako ng pagkabalisa. Hindi ko alam kung ano iyon, pero ayaw nitong mawala. Kinabahan akong tumingin sa orasan at inisip na matapos na sana ang miting. Noon ko lang ito naramdaman.

Pagkatapos ng pangwakas na panalangin, ganoon pa rin ang pakiramdam ko. Inilibot ko ang tingin sa chapel at napansin ko ang isang lalaki na saklot-saklot ang dibdib niya. Pinuntahan ko siya, at nakiusap siya na ihatid ko siya sa istasyon ng tren. Sinabi ko sa kanya na dapat ay sa emergency room ko siya dalhin. Sinagot niya na may gamot siya sa bahay na makakatulong sa kanya. Sinabi ko sa kanya na ipagmamaneho ko siya pauwi dahil napakadelikadong sumakay ng tren sa kundisyon niya.

Isinakay ko siya sa kotse ko at itinanong muli kung dapat ko ba siyang dalhin sa doktor. Sinabi niya na hindi na kailangan at ihatid ko na lang siya sa kanyang bahay. Tahimik akong nagdasal, hinihiling sa aking Ama sa Langit na panatagin ang loob nng taong ito at tulungan akong maihatid siya sa bahay nang ligtas! Maingat akong nagmaneho, binuksan ang mga bintana ng kotse, at sinikap na pakalmahin siya. Mayamaya pa, sumandal siya sa upuan at unti-unting kumalma.

Pagdating namin sa bahay niya, inanyayahan niya akong pumasok. Natuwa ako dahil gusto kong makasiguro na nakuha niya ang gamot at tumalab ito. Ininom niya ang gamot at unti-unti nang umayos ang pakiramdam niya. Sabi niya masakit pa nang kaunti ang dibdib niya pero panatag ang loob niya na nasa bahay na siya.

Sinabi niya sa akin na huwag munang umalis para makapaghapunan, at simula nang hapong iyon, naging mabuti na kaming magkaibigan. Madalas kaming namasyal at nagtulungan. Bago mangyari ang karanasang ito, may mga kaibigan ako na masama ang impluwensya sa akin. Kaya malaking pagpapala sa akin na naging kaibigan ko ang lalaking ito.

Kung minsan dahil sa krisis, may magandang pagkakaibigan na nabubuo. Kung basta ko na lang siya isinakay sa tren, baka hindi na siya nakauwi. Hindi ko mapapatawad ang sarili ko kung may nangyaring masama sa kanya. Nagpapasalamat ako sa aking Ama sa Langit na inilagay ako ng Espiritu Santo sa sitwayong ito at dahil dito, nagkaroon ako ng tunay at mabait na kaibigan! ■

**Rolf Schweizer, St. Gallen, Switzerland**

*Inilibot ko ang tingin sa chapel at napansin ko ang isang lalaki na saklot-saklot ang dibdib niya. Pinuntahan ko siya, at nakiusap siya na ihatid ko siya sa istasyon ng tren.*

PAGLALARAWAN NI ALLEN GARNS

# Ang Matamis na Himig ng Family History

PAGLALARAWAN NI CAROLYN VIBBERT

Minsang bumisita ako sa aking anak sa Kentucky, USA, natuklasan ko ang isang instrumento sa pagtugtog ng Appalachia na tinatawag na mountain dulcimer. Tinuturuan ko noon ang ilan sa mga apo ko ng pagtugtog ng musika at nalaman ko na madaling tumugtog ng simpleng himig sa dulcimer. Ang instrumentong ito na madaling bitbitin at itabi ay masayang tugtugin habang nakapalibot kami ng pamilya ko sa campfire o kaya ay nasa bahay.

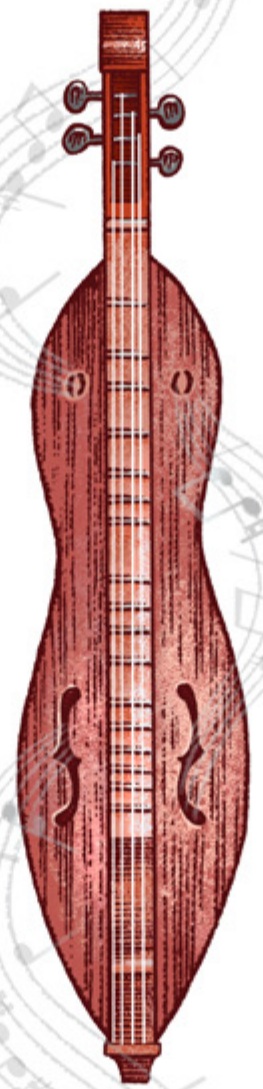
Isang hapon naghanap kami ng anak kong babae ng taong gumagawa ng dulcimer. Nakita namin ang isang matandang lalaki na nakatira sa maliit na kubo sa isang nayon. Gumagawa siya ng mga dulcimer at iginawa ako ng tamang-tama para sa akin.

Ilang taon mula noon, natutuhan ko nang tumugtog at naturuan ding tumugtog ang marami sa mga apo ko. Gusto kong bigyan ng tig-i-tig-isang dulcimer ang bawat apo, pero napakamahal kung 17 ang bibilhin. Kaya nagpasiya ako na pag-aralang gumawa nito.

Sinimulan ko ito sa pagsasaliksik ng pinagmulan ng instrumentong ito ng mga Amerikano. Nalaman ko na ang instrumentong katulad ng dulcimer, na tinatawag na scheitholt, ay maaaring dinala mula sa Estados Unidos noong mga taong 1700 ng mga dayuhan mula sa Germany o Scandinavia. Noong mga panahon ding iyon, tinugtog din ng mga dayuhan mula sa Scotland at Ireland ang scheitholt. Sa pagdaan ng panahon, nagsimulang gumawa ang mga tao ng bagong bersyon ng scheitholt, na kalaunan ay naging mountain dulcimer. Nalaman ko rin na ang pangalang dulcimer ay mula sa salitang Latin na *dolce melos,* o "matamis na himig."

Laking gulat ko nang kalaunan, habang inihahanda ko ang aking family history, natuklasan ko na ilan sa mga ninunong German ng aking ina at ang mga ninunong Scotch-Irish ng aking ama ay tumugtog ng mountain dulcimer! Namangha ako na, ilang henerasyon kalaunan, natuklasan ko ang instrumento at naturuan ko ang aking mga apo kung paano ito tugtugin! Napakagandang instrumento ito na nag-ugnay sa akin at sa aking mga ninuno at inapo! Nagpapasalamat ako sa gawain sa family history, na nakatulong sa akin na pahalagahan ang aking mga ninuno at makipag-ugnayan sa kanila sa pamamagitan ng matamis na himig ng mountain dulcimer. ■

**Gary McCallister, Colorado, USA**



*Ang mountain dulcimer ay napakagandang instrumento na nag-ugnay sa akin at sa aking mga ninuno at inapo.*

**Ni Pangulong M. Russell Ballard**
Gumaganap na Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol

# Isang Sulat mula sa Isang Apostol

Magsasalita ako upang balaan kayo sa ilang mga hamon na kinakaharap natin ngayon.

Patuloy na nakakaugnayan ni Apostol Pablo ang mga sinaunang Banal sa pamamagitan ng mga liham, o sulat na ipinadala niya sa iba't ibang branch, ipinahahayag ang kanyang pagmamahal, tagubilin, at mga turo. Dahil hindi ko kayo lahat personal na makakausap, sa pamamagitan ng pagsasalita ay ibibigay ko sa inyo ang sarili kong sulat para ipahayag ang aking pagmamahal, pasasalamat, at mga turo.

Sa mga Banal sa Corinto, isinulat ni Pablo, "Si Pablo, na tinawag na maging apostol ni Jesucristo sa pamamagitan ng kalooban ng Dios" (I Mga Taga Corinto 1:1).

Ako rin ay tinawag na maging isang Apostol ni Jesucristo, at bilang natatanging saksi ng Panginoon, nagpapatotoo ako, tulad ng ginawa ni Pablo sa kanyang mga sulat, na ibinigay ni Jesucristo ang Kanyang sarili para sa atin at na Siya ay ibinangon ng Ama mula sa mga patay (tingnan sa Mga Taga Galacia 1:1, 4). Pinatototohanan ko rin na ipinanumbalik ni Jesucristo ang Kanyang Simbahan sa pamamagitan ni Propetang Joseph Smith sa mga huling araw na ito at ang mga pagpapalang kalakip ng mga walang hanggang tipan ay makakamtan ng lahat ng maniniwala at susunod sa Panginoong Jesucristo.

Sa pagbati sa inyo, gagamitin ko ang mga salita ni Pablo: "Sa iglesia ng Dios . . . , sa mga pinapagingbanal kay Cristo Jesus, na tinawag na mangagbanal, . . . sumainyo nawa ang biyaya at kapayapaang mula sa Dios na ating Ama at sa Panginoong Jesucristo" (I Mga Corinto 1:2–3).

Mga kapatid, upang mapanatiling malusog ang ating puso sa ebanghelyo, kailangan natin ng regular na pagpapasuri. Habang nananalangin ako na tulungan ako ng langit, nakatanggap ako ng ilang tagubilin para sa inyo upang mapanatili ninyong matatag at malakas ang inyong espirituwalidad.

Nagbabala si Pablo sa mga Banal noong kanyang panahon tungkol sa mga espirituwal na panganib na naranasan nila. Sa mga taga Galacia, isinulat niya:

"Ako'y namamangha na kay dali ninyong nagsilipat sa ibang evangelio buhat sa tumawag sa inyo sa biyaya ni Cristo;

LARAWAN NG PUNO MULA SA GETTY IMAGES; DETALYE MULA SA *SI PABLO ANG APOSTOL*, NI JEFF WARD

"Na ito'y hindi ibang evangelio: kundi mayroong ilan na sa inyo'y nagsisiligalig, at nangagiibig na pasamain ang evangelio ni Cristo.

"Datapuwa't kahima't kami, o isang anghel na mula sa langit, ang mangaral sa inyo ng anomang evangelio na iba sa aming ipinangangaral sa inyo, ay matakuwil" (Mga Taga Galacia 1:6–8).

Magsasalita ako tulad ng ginawa ni Pablo, na mayroong mga "nagsisiligalig, at nangagiibig na pasamain ang evangelio ni Cristo." Hindi ko tinutupad ang aking tungkulin kung hindi ako magsasalita sa inyo upang balaan kayo tungkol sa mga hamon na nakakaharap natin ngayon.

*Ang mga taong hindi nakatuon sa simpleng doktrina at ebanghelyo ni Jesucristo ay makikinig kalaunan sa mga huwad na guro at mga bulaang propeta at tatanggapin ang mga pilosopiya ng mundo.*

### Dalawang Kapangyarihan sa Sansinukob

Mga kapatid, huwag kalimutan na mayroong dalawang kapangyarihan sa sansinukob: ang isa ay nag-aanyaya sa atin na gumawa ng mabuti at matamo ang walang hanggang kagalakan at kaligayahan, at ang isa naman ay nag-aanyaya sa atin na piliin ang kasalungat nito, na nagdudulot ng kalungkutan at panghihinayang. Itinuturo ng ating doktrina na ang buhay ay isang pagsubok—isang panahon ng pagsubok kung aling paanyaya ang tatanggapin natin.

Ipapaalala ko sa inyo ang propesiya ni Jesus tungkol sa mga huling araw kung saan tayo ngayon nabubuhay: "Sapagka't may magsisilitaw na mga bulaang Cristo, at mga bulaang propeta, at mangagpapakita ng mga dakilang tanda at mga kababalaghan; ano pa't ililigaw, kung maaari, pati ng mga hirang" (Mateo 24:24). Nalulungkot tayo kapag nakakakita tayo ng ilan sa "mga hirang" na nalinlang, gaya ng babala ni Jesus.

Kamakailan pumunta ako sa isang maliit na kakahuyan ng mga puno ng sequoia na itinanim maraming taon na ang nakalipas sa kampus ng Brigham Young University. Ipinaliwanag ng isang kaibigan ko na ang mga sequoia ang pinakamalaking puno sa buong mundo at tumataas ang mga ito nang hanggang 286 talampakan (87 m) sa kagubatan. Maaaring mabuhay ang mga ito nang mahigit 3,000 taon.

Isa sa mga puno ay namatay at kailangang putulin, at ang naiwan na lamang ay isang tuod para ipaalala sa sinumang daraan na minsan ay may nakatayong isang mataas, at mayabong na puno roon. Gustong malaman ng arborist ng kampus ang sanhi ng pagkamatay ng puno, dahil tiyak na hindi namatay sa katandaan ang sequoia. Pagkatapos ng pagsusuri, sinabi niya na ang mga ugat ng puno ay namatay sa kawalan ng tubig.

Paano nangyari iyon samantalang yumayabong ang puno roon nang mahigit limang dekada na? Natuklasan ng arborist na ang aquifer na nagbibigay ng tubig sa maliit na kakahuyan ay nalihis nang hindi sinasadya dahil sa pagtatayo ng bagong gusali, sa silangang bahagi lamang ng kakahuyan.

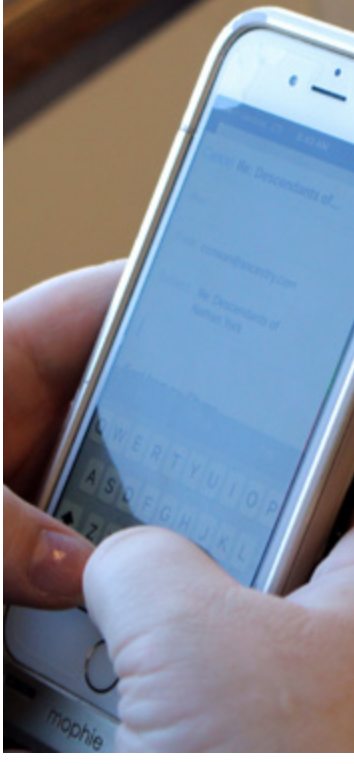
Para sa akin ito ay isang perpektong analohiya sa kung ano ang nangyayari kapag ang matatatag na miyembro ng Simbahan—ang "mga hirang," mga yaong sa lahat ng anggulo ay tila matatag at matibay sa pananampalataya—ay namatay sa espirituwal.

Tulad ng patay na sequoia, natanggap ng mga miyembrong ito ng Simbahan ang espirituwal na pagkain mula sa balon ng tubig na buhay na ibinigay ni Jesucristo. Ngunit sa anumang kadahilanan, sila ay lumihis mula sa pinagmumulan ng espirituwal na pagkain, at kung wala ang pagkaing iyon manghihina ang kanilang espiritu, at sila ay mamamatay sa espirituwal kalaunan.

Paano natin matitiyak na ang ating espirituwal na mga ugat ay laging nakakonekta sa balon ng tubig na buhay?

### Mahahalagang Gawi

Nagbigay ang Panginoon ng mga simple, at personal na gawi para manatili tayong matatag, matibay, at nakakonekta sa Kanya. Ang mga gawing iyon, kapag ginawa nang may buong layunin ng puso, nang walang pagkukunwari at walang panlilinlang, ay nagtutulot sa atin na maging matatag at di-matitinag na mga disipulo ng Panginoong Jesucristo.



Kasama sa mahahalagang gawing ito ay ang mga bagay na tila madali nating mabale-wala dahil sa pagiging abala sa buhay, kahit ang ginagawa natin ay mabubuting bagay tulad ng pag-aaral, pagtatrabaho para suportahan ang pamilya, at pagtulong sa komunidad at paglilingkod sa Simbahan.

Kabilang sa mga gawing ito ang araw-araw na panalangin, taimtim na pag-aayuno, regular na pag-aaral at pagninilay ng mga banal na kasulatan at mga salita ng mga buhay na propeta, pagkalugod sa araw ng Sabbath, pagtanggap ng sakramento nang may pagpapakumbaba at pag-alaala sa Tagapagligtas sa tuwina, pagsamba sa templo nang madalas hangga't maaari, at, ang huli, pagtulong sa mga maralita, at nalulumbay—sa mga taong nasa paligid natin at nasa iba't ibang dako ng mundo.

Kapag tumigil ang isang tao sa paggawa ng mga simple at mahahalagang bagay na ito, inihihiwalay nila ang kanilang sarili mula sa balon ng tubig na buhay at tinutulutan si Satanas na putikan ang kanilang isipan ng mapanlilinlang at maruruming ideya, na bumabara sa mga arterya ng katapatan at nagpapahina sa espiritu gamit ang mga huwad na nutrisyon. Pinalalabo ng kasalanan ang isipan—na nagiging dahilan para ipagkaila ng marami ang mga nadamang inspirasyon at paghahayag noon at nagdudulot ng "pagkawala ng patotoo" sa mga katotohanan ng ebanghelyo ni Jesucristo.

Ang isang bagay na palagi kong naiisip ay na ang mga taong hindi nakatuon sa simpleng doktrina at ebanghelyo ni Jesucristo ay makikinig kalaunan sa mga huwad na guro at mga bulaang propeta at tatanggapin ang mga pilosopiya ng mundo. Kabilang sa mga alternatibong tinig na ito:

- Ang atraksyon ng kayamanan na nagdudulot ng kapalaluan.
- Mga bagay na gusto na higit na pinahahalagahan kaysa sa mga bagay na kinakailangan, kaya lumalaki ang utang.
- Paglilibang na naglalayo sa kapakinabangan at kabutihang maidudulot ng ebanghelyo.
- Mga aktibidad na humahadlang sa atin na angkop na maigalang ang araw ng Sabbath.
- Mga podcast at mga internet site na kumukuwestiyon at nag-uudyok ng pag-aalinlangan nang walang tunay na intelektuwalidad para mailahad nang sapat at tapat ang pananaw ng Panginoon.

LARAWAN NG MGA CREDIT CARD MULA SA GETTY IMAGES

### Tulungan ang Iba na Mahanap ang mga Sagot

Gusto kong matiyak na naunawaan ninyo ang mahalagang bagay na ito. Hindi naman talaga mali ang magtanong o suriin ang ating kasaysayan, doktrina, at mga gawain. Nagsimula ang Panunumbalik nang maghanap si Joseph Smith ng sagot sa isang tapat na tanong.

Mga magulang, auxiliary leader, mga guro sa Simbahan (kasama ang mga guro sa seminary at institute), mga bishop, at stake president: Kapag may isang taong lumapit sa inyo at nagtanong o may alalahanin, mangyaring huwag balewalain ito. Huwag sabihin sa kanya na huwag alalahanin ang tungkol sa tanong. Huwag pag-alinlanganan ang katapatan ng tao sa Panginoon o sa Kanyang gawain. Sa halip, tulungan ang tao na mahanap ang mga sagot sa mga tanong.

Nag-aalala ako kapag may naririnig ako tungkol sa mga tapat na tao na totoong nagtatanong tungkol sa ating kasaysayan, doktrina, o mga gawain at pagkatapos ay itinuturing sila na tila walang pananampalataya. Hindi ito ang paraan ng Panginoon. Tulad ng sinabi ni Pedro, "Lagi kayong handa ng pagsagot sa bawa't [lalaki o babae] na humihingi sa inyo ng katuwiran tungkol sa pagasang nasa inyo" (I Ni Pedro 3:15).

Kinakailangang mas pagsikapan nating masagot ang mga bagay na itinanong nang taos-puso. Bagama't maaaring hindi natin masasagot ang lahat ng tanong tungkol sa sansinukob o tungkol sa ating kasaysayan, doktrina, at mga gawain, makapagbibigay tayo ng maraming sagot sa mga taong tapat na nagtatanong. Kapag hindi natin alam ang sagot, maaari nating saliksikin nang magkasama ang mga sagot—pagsasaliksik nang magkasama na maaaring maglapit sa atin sa isa't isa at sa Diyos. Mangyari pa, hindi tayo palaging makakahanap ng kasiya-siyang sagot sa ating mga tanong. Sa ganitong mga pagkakataon, makabubuting alalahanin na ang pananampalataya ay mahalagang bahagi pa rin ng relihiyon. Kung minsan ay maaari tayong matuto, mag-aral, at makaunawa, at kung minsan ay kinakailangan tayong maniwala, magtiwala, at umasa.

Tulungan ang mga nagtatanong na maunawaan na hindi hinihingi ng Panginoon sa Kanyang mga Banal na malaman nila ang lahat ng bagay tungkol sa kasaysayan at doktrina. Kaya, hindi natin dapat asahan na

alam ng mga magulang, lider, at guro ang lahat ng sagot sa lahat ng tanong. Maging sa Unang Panguluhan at Korum ng Labindalawang Apostol, mayroong mga yaong ibang-iba ang karanasan at kasanayan kaya't sa aming talakayan at deliberasyon nakapagbabahagi kami ng marami at iba-ibang karanasan at kaalaman.

Kapag may tanong ako na hindi ko masagot, madalas akong humingi ng tulong sa mga taong makatutulong sa akin. Ang Simbahan ay mapalad na magkaroon ng mahuhusay na

*Kung pag-iisipan ninyo nang mabuti ang mga payo ng propeta, masusumpungan ninyo na nakakonekta ang inyong espirituwal na ugat sa "balon ng tubig na bubukal sa kabuhayang walang hanggan" (Juan 4:14).*

iskolar at ng mga taong inilaan ang kanilang buong buhay sa pag-aaral, na natutuhan ang ating kasaysayan at ang mga banal na kasulatan. Ang mahuhusay na kalalakihan at kababaihang ito ay naglalaan ng konteksto at karanasan para mas maunawaan natin ang ating sagradong nakaraan at mga kasalukuyang gawain. Sa tulong ng impormasyong ito na inilalaan nila, mas naging handa ako na hingin ang patnubay ng Espiritu Santo.

Ang Simbahan ay tapat sa pagiging totoo at walang itinatago sa publiko at naglathala ng mahahalagang sanggunian o materyal para maglaan ng mga bagong kaalaman at magbigay ng mas maraming konteksto sa kuwento ng Panunumbalik sa pamamagitan ng Joseph Smith Papers website at sa Gospel Topics essays sa ChurchofJesusChrist.org. Napakagandang panahon ito para pag-aralan ang kasaysayan at doktrina ng Simbahan, sa pamamagitan ng napakaraming mga sanggunian at eksperto na naglaan ng mga konteksto at kaalaman tungkol sa ating nakaraan. Laging manalangin at sundin ang pahiwatig ng Espiritu Santo, na siyang naghahayag ng mga espirituwal na katotohanan.

### Mamuhay Ayon sa Inyong Kinikita

Nag-aalala ako na ang ilang mga miyembro ay gumagastos nang mahigit pa sa kanilang kinikita sa paghahangad nilang magkaroon din ng mga bagay na mayroon ang kanilang kapwa. Malaking pagkakamali ang nagagawa natin kapag ikinukumpara natin ang ating sarili sa mga taong mayayaman, at nalilimutan na marami sa atin ang namumuhay na nang sagana sa lupain. Mangyaring makuntento at tamasahin ang mga pagpapala na natanggap na ninyo sa halip na maging alipin ng hindi matalinong pangungutang. Huwag na huwag na hindi kayo magbabayad ng ikapu, at bukas-palad na magbigay ng mga handog para matulungan ang mga maralita.

### Magsaya na Kasama ang Isa't isa

Ilan sa inyo ay maaaring abalang-abala sa napakaraming aktibidad, kabilang ang mabubuting gawain. Huwag bigyan ng mga aktibidad ang inyong mga anak nang higit sa makakaya nilang gawin. I-turn off ang social media at iba pang bagay na nakagagambala sa tuwi-tuwina para magkuwentuhan at magsaya na kasama ang isa't isa. Tulad ng itinuro ko noon sa pangkalahatang kumperensya, regular na magdaos ng family council (tingnan sa "Mga Family Council," *Liahona,* Mayo 2016, 63–65).

Alalahanin, pinayuhan tayo ng Panginoon na "magsitigil at kilalanin ninyo na ako ang Dios" (Mga Awit 46:10; tingnan din sa Doktrina at mga Tipan 101:16).

Para mapanatiling abala at malayo sa mga bagay na pinakamahalaga ang mga miyembro ng pamilya, may isang tao na laging gumagawa ng isang bagong bagay—isang bagong app o game, halimbawa, na nag-uudyok sa mga kabataan na tumingin sa kanilang mga smartphone sa halip na tumingin sa magagandang likha ng Diyos sa napakagandang daigdig na ito o sa isang tao na gusto nilang makilala, ideyt, at pakasalan at totoong makakasama nila na magbubunga ng mga pagpapalang pangwalang-hanggan.

### Ibigin Mo ang Iyong Kapwa

Magsasalita ako nang kaunti tungkol sa ating mga kaibigan, kapit-bahay, kaklase at katrabaho na hindi mga miyembro ng Simbahan. Bagama't mahigpit nating sinusunod ang dakilang utos at tagubilin mula sa Panginoon, "Magsiyaon nga

kayo, at gawin ninyong mga alagad ang lahat ng mga bansa, na sila'y inyong bautismuhan sa pangalan ng Ama at ng Anak at ng Espiritu Santo" (Mateo 28:19), iginagalang at nirerespeto natin ang kalayaan ng lahat na mag-isip at maniwala—o hindi maniwala—anuman ang piliin nila.

Kung hindi interesado ang isang kapitbahay, katrabaho, o kaklase na alamin ang ebanghelyo, dapat patuloy natin silang kaibiganin. Dapat walang kundisyon ang pagmamahal natin sa kanila, dapat ito ay tapat at walang hinihinging kapalit.

Ang mga anak natin ay natututo nang husto sa pamamagitan ng halimbawa ng mga magulang at lider. Maging maingat tayo tungkol sa mga sinasabi natin sa iba at kung paano natin tinatrato ang ating kapwa. At tandaan, may karapatan tayo na hindi sumang-ayon, ngunit hindi tayo dapat makipagtalo.

Itinuro ni Jesus, "Iibigin mo ang iyong kapuwa na gaya ng iyong sarili" (Mateo 19:19). Kung tayo ay Kanyang mga disipulo, dapat tayong magpakita ng paggalang at kabaitan ng isang Kristiyano sa lahat ng nakakausap natin, maging sa mga yaong nagpasiyang umalis sa Simbahan.

Magtulungan tayo kasama ang mga taong may mabubuting hangarin sa lahat ng mabubuting layunin at ibilang sila sa ating mga kaibigan at kasamahan. Taos-puso natin silang anyayahan sa ating mga chapel at mga aktibidad sa ward.

## Kapayapaan at Payo ng Propeta

Ang aking sulat sa inyo bilang apostol ay tatapusin ko sa pagpapatooo na kung inyong pag-iisipan nang mabuti ang mga payo ng propeta, masusumpungan ninyo na nakakonekta ang inyong espirituwal na ugat sa "balon ng tubig na bubukal sa kabuhayang walang hanggan" (Juan 4:14). Hindi kayo mamamatay sa espirituwal na katulad ng puno ng sequoia; bagkus, pinatototohanan ko na magkakaroon kayo ng higit na kapayapaan, kagalakan, at kaligayahan sa inyong buhay sa pamamagitan ng pagtanggap kay Jesucristo at sa mga tagapaglingkod na Kanyang tinawag at pagsunod sa plano ng Kanyang ebanghelyo. Kung hindi ibabaling ng mga tao ng mga bansa ang kanilang mga puso pabalik sa Diyos at sa Kanyang mga turo at plano, tiyak na mararanasan natin ang mga bunga na inihayag sa mga banal na kasulatan.

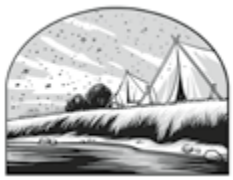
Mahal kong mga kapatid, responsibilidad natin na ihanda ang Simbahan at ang ating sarili para sa mga araw na iyon na tiyak na darating kung patuloy na babalewalain at hindi papansinin ng mga tao sa mundo ang Diyos ang ating Ama sa Langit at ang Kanyang Pinakamamahal na Anak, ang Panginoong Jesucristo. Malinaw na nakasaad sa mga banal na kasulatan ang mga ibubunga ng pagtalikod sa Diyos.

Mahal namin kayo. Pribilehiyo ko na hilingin sa ating Ama sa Langit na pagpalain kayo. Nawa'y mapasainyo ang kapayapaan. Nawa'y magkaroon kayo ng kagalakan sa inyong puso. Nawa'y magkaroon kayo ng lakas ng loob na magsisi kung kinakailangan. Kung mayroon man sa buhay ninyo na hindi mabuti, nawa'y pagkalooban kayo ng Panginoon ng lakas ng loob na magsisi at magbago, simula sa araw na ito. Nawa'y pagkalooban kayo ng Panginoon ng lakas na maibaling ang inyong puso sa Kanya, na mahalin Siya, at paglingkuran Siya nang sa gayon ay ligtas kayong makapamuhay sa mortalidad, naghahanda sa araw na mayakap ng ating Ama sa Langit at ng Kanyang Pinakamamahal na Anak.

Bilang natatanging saksi ni Cristo, nagpapatotoo ako na alam ko na si Jesus ang Cristo. Siya ay Anak ng Diyos. Ang mga bagay na sinabi ko ay totoo, at umaasa ako na tatanggapin ninyo ang aking sulat ayon sa diwang iyon. Pinatototohanan ko na ito ay Simbahan ni Jesucristo.

Nawa'y pagpalain kayo ng Diyos, mahal kong mga kapatid, habang ginagawa natin ang lahat ng ating makakaya na makapaghanda para sa araw na iyon kapag ang Tagapagligtas at Manunubos ng daigdig ay muling paparito bilang ating Panginoon at Hari. ■

*Mula sa mensaheng, "An Epistle to the Saints of the Utah Salt Lake Area," na ibinigay sa isang multistake conference noong Setyembre 11, 2016.*



KABANATA 3

# Salita at Kalooban ng Panginoon

*Paunawa ng Patnugot: Ito ay isang sipi ng kabanata 3 mula sa* Mga Banal *tomo 2,* Walang Kamay na Di Pinaging Banal. *(Ilalabas ang pangalawang tomo sa unang bahagi ng susunod na taon.) Noong taglagas ng 1846, humigit-kumulang na 2,500 miyembro ng Simbahan, kabilang na si Pangulong Brigham Young, ang naninirahan sa Winter Quarters, isang pansamantalang pamayanan ng mga Banal sa mga Huling Araw sa kanluran ng Ilog Missouri. Maraming mga Banal roon ang nagdurusa mula sa sakit.*

Sa gitna ng pagdurusa sa Winter Quarters, nakatanggap si Brigham ng balita na sinalakay ng humigit-kumulang isang libong mandurumog ang maliit na pamayanan ng mga Banal sa Nauvoo. Halos dalawang daang Banal ang lumaban, ngunit natalo sila sa digmaan pagkatapos ng ilang araw. Nakipag-ayos ang mga lider ng lunsod para sa mapayapang paglisan ng mga Banal, na karamihan ay maralita at maysakit. Ngunit habang nililisan ng mga Banal ang lunsod, ginulo sila ng mga mandurumog at nilusob ang kanilang mga tahanan at mga bagon. Sinugod ng mga mandurumog ang templo, nilapastangan ang loob nito, at kinutya ang mga Banal habang sila ay nagsisitakas patungo sa mga kampo sa kabilang panig ng ilog.[28]

Nang malaman ni Brigham ang kawalan ng pag-asa ng mga lumilikas, nagpadala siya ng isang liham sa mga lider ng Simbahan, ipinapaalala sa kanila ang mga tipan na ginawa nila sa Nauvoo upang tulungan ang mga maralita at tulungan ang bawat Banal na gustong lumipat sa kanluran.

"Ang mga kawawang kapatid, mga balo at ulila, maysakit at naghihirap, ay nakahimpil ngayon sa kanlurang pampang ng Mississippi," ipinahayag niya. "Ngayon ang panahon para kumilos. Hayaan ang pananalig sa tipan, na ginawa ninyo sa bahay ng Panginoon, na magliyab sa inyong mga puso, tulad ng apoy na hindi namamatay."[29]

Bagama't nagpadala na sila ng dalawampung bagon ng panustos sa Nauvoo dalawang linggo na ang nakalilipas at mayroon na lamang silang kaunting pagkain at ilang gamit na natira, ang mga Banal sa Winter Quarters at mga kalapit na pamayanan ay nagpadala ng mga karagdagang bagon, mga grupo ng baka, pagkain, at iba pang mga panustos sa Nauvoo. Si Newel Whitney, ang presiding bishop ng Simbahan, ay bumili rin ng harina para sa mga Banal na naghihikahos sa buhay.[30]

Nang makita ng mga sasagip na grupo ang mga tumakas, marami sa mga Banal ay nilalagnat, walang sapat na gamit para sa malamig na panahon, at gutom na gutom. Noong ika-9 ng Oktubre, habang naghahanda silang maglakbay patungong Ilog Missouri, namangha ang mga Banal nang mapuno ang kalangitan ng isang kawan ng mga pugo at lumapag ang mga ito sa paligid ng kanilang mga bagon. Hinabol ng mga kalalakihan at ng mga batang lalaki ang mga ibon, hinuhuli ang mga ito gamit ang kanilang mga kamay. Marami ang nakaalala kung paano rin pinadalhan ng Diyos

*WINTER QUARTERS, 1846–1848,* NI GREG K. OLSEN

ng pugo si Moises at ang mga anak ni Israel noong oras ng kanilang pangangailangan.

"Ngayong umaga ay nakaranas kami ng tuwirang pagpapakita ng awa at kabutihan ng Diyos," pagsulat ni Thomas Bullock, klerk ng Simbahan, sa kanyang journal. "Ang mga kapatid ay nagbigay-puri sa Diyos at sa Kanyang pangalan dahil ang mga biyayang ibinigay sa mga anak ni Israel sa ilang ay ipinamalas sa amin habang kami ay inuusig."

"Ang bawat lalaki, babae, at bata ay mayroong pugo na makakain para sa kanilang hapunan," pagsulat ni Thomas.[31]

Samantala, libu-libong kilometro ang layo sa may Anaa atoll sa Karagatang Pasipiko, isang mayhawak ng Aaronic Priesthood na nagngangalang Tamanehune ang nagsalita sa isang kumperensya ng mahigit walong daang Banal sa mga Huling Araw. "Isang liham ang dapat ipadala sa Simbahan sa Amerika," panukala niya, "hinihiling sa kanila na magpadala kaagad dito ng lima hanggang isang daang elder." Si Ariipaea, isang miyembro ng Simbahan at lokal na lider ng nayon, ay sumang-ayon sa panukala, at ang mga Banal ng Timog Pasipiko ay nagtaas ng kanilang mga kamay sa pagsang-ayon.[32]

Namumuno sa kumperensya, buong-pusong sumang-ayon si Addison Pratt kay Tamanehune. Noong nakalipas na tatlong taon, sina Addison at Benjamin Grouard ay nakapagbinyag ng mahigit isang libong katao. Ngunit sa loob ng panahong iyon ay isang liham lamang ang natanggap nila mula sa alinman sa Labindalawa, at hindi ito nagbigay ng anumang tagubilin tungkol sa pag-uwi.[33]

Sa anim na buwan mula nang dumating ang liham na iyon, hindi na nakatanggap ng balita ang dalawang missionary mula sa mga kapamilya, mga kaibigan, o mga lider ng Simbahan. Kapag may dumarating na pahayagan sa isla, sinusuyod nila ang mga pahina nito para makahanap ng balita tungkol sa mga Banal. Sinabi sa isa sa mga pahayagan na nabasa nila na kalahati ng mga Banal sa Nauvoo ay napatay habang ang iba pa ay napilitang tumakas patungo sa California.[34]

Nababalisang malaman ang sinapit ni Louisa at ng kanyang mga anak na babae, nagpasya si Addison na bumalik sa Estados Unidos. "Ang pagtuklas sa katotohanan, kahit na

Matapos maglingkod bilang missionary sa French Polynesia, bumalik si Addison Pratt sa Estados Unidos upang muling makapiling ang kanyang asawang si Louisa, na naghahanda na magtungo sa kanluran kasama ang kanilang mga anak.

ito ay hindi maganda," sinabi niya sa kanyang sarili, "ay mas mainam kaysa sa pananatiling nag-aalinlangan at balisa."[35]

Ang mga kaibigan ni Addison na sina Nabota at Telii, ang mag-asawa na naglingkod kasama niya sa Anaa, ay nagpasiyang bumalik sa Tubuai, kung saan si Telii ay minamahal bilang isang espirituwal na guro ng kanyang mga kapwa kababaihan sa Simbahan. Binalak ni Benjamin na manatili sa mga isla upang pamunuan ang misyon.[36]

Nang malaman ng mga Banal sa Pasipiko ang tungkol sa nalalapit na paglisan ni Addison, hinikayat nila siya na bumalik kaagad at magsama ng mas marami pang missionary. Yamang balak na ni Addison na bumalik sa mga isla kasama si Louisa at ang kanyang mga anak na babae, kung sila ay buhay pa, mabilis siyang pumayag.[37]

Nang manahan ang mas malamig na panahon sa Winter Quarters, nanalangin nang madalas si Brigham upang malaman kung paano maihahanda ang Simbahan para sa paglalakbay lampas pa sa Rocky Mountains. Pagkaraan ng halos isang taon sa daan, natutuhan niya na ang pag-oorganisa at pagbibigay ng kagamitan sa mga Banal para sa darating na paglalakbay ay mahalaga para sa kanilang tagumpay. Subalit ipinakita rin sa kanya ng sunud-sunod na pagkabigo kung gaano kahalaga na umasa sa Panginoon at sumunod sa Kanyang patnubay. Tulad noong panahon ni Joseph, tanging ang Panginoon lamang ang maaaring mamahala sa Kanyang Simbahan.

Di-nagtagal pagkatapos ng simula ng bagong taon, nadama ni Brigham na binuksan ng Panginoon ang kanyang isipan sa bagong liwanag at kaalaman. Sa isang pagtitipon kasama ang mataas na kapulungan at ang Labindalawa noong Enero 14, 1847, nagsimula siyang magtala ng isang paghahayag mula sa Panginoon para sa mga Banal. Bago makatulog si Brigham, binigyan siya ng Panginoon ng mga karagdagang tagubilin para sa darating na paglalakbay. Kinuha ni Brigham ang hindi pa natatapos na paghahayag at ipinagpatuloy niya ang pagtatala ng mga tagubilin ng Panginoon para sa mga Banal.[39]

Kinabukasan, inilahad ni Brigham sa Labindalawa ang paghahayag. Tinawag na "Salita at Kalooban ng Panginoon," binigyang-diin nito ang pangangailangang ayusin ang mga Banal sa mga grupo sa ilalim ng pamumuno ng mga apostol. Sa paghahayag, inutusan ng Panginoon ang mga Banal na maglaan para sa kanilang mga sariling pangangailangan at magtulungan sa kanilang paglalakbay at sa pag-aalaga sa mga balo, mga ulila, at mga pamilya ng mga miyembro ng Batalyong Mormon.

"Hayaan ang bawat tao na gamitin ang lahat ng kanyang impluwensiya at ari-arian upang mailikas ang mga taong ito patungo sa lugar na pagtatayuan ng Panginoon ng isang stake ng Sion," utos ng paghahayag. "At kung gagawin ninyo ito nang may dalisay na puso, nang buong katapatan, kayo ay pagpapalain."[40]

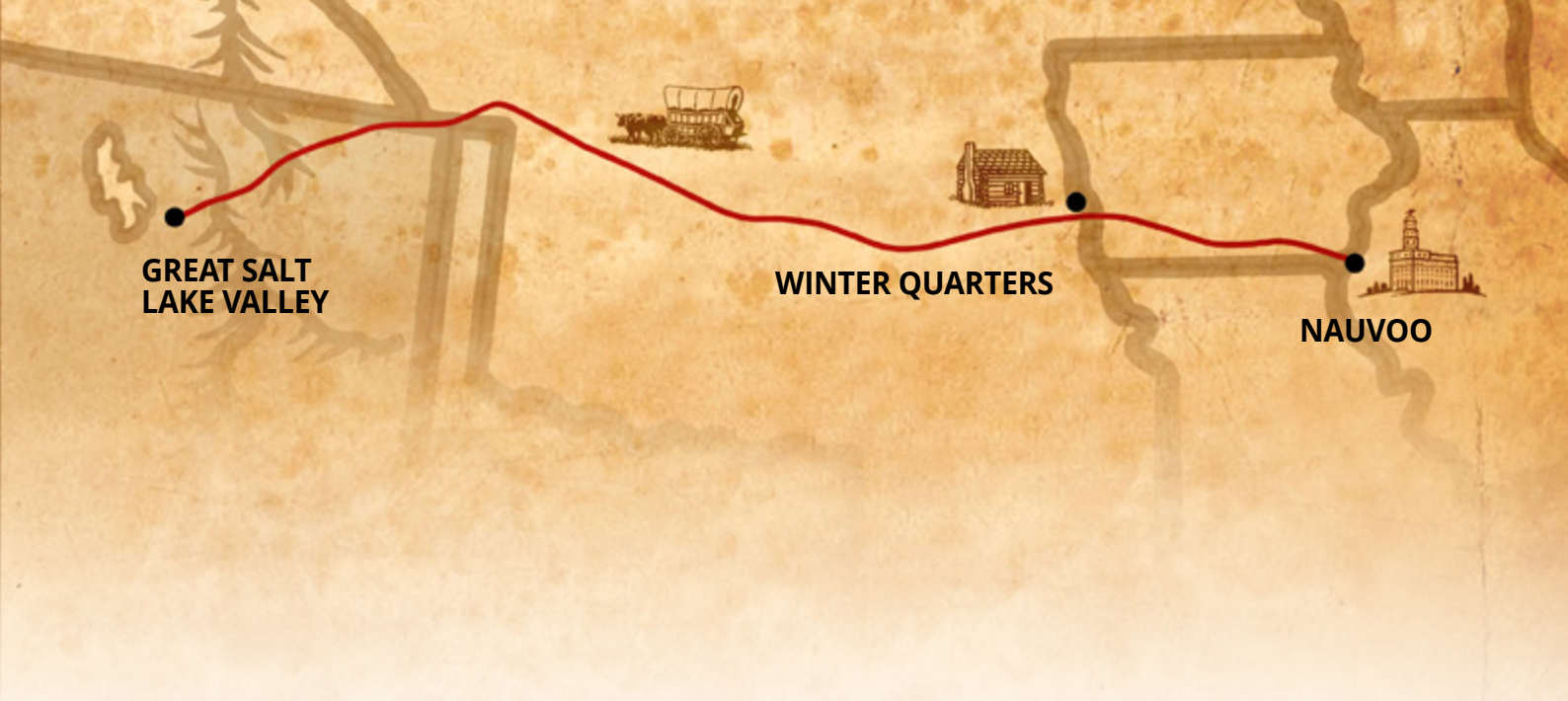
Inutusan din ng Panginoon ang Kanyang mga tao na magsisi at magpakumbaba ng kanilang mga sarili, maging mabait sa isa't isa, at tumigil sa kalasingan at pagsasalita ng masama. Ang Kanyang mga salita ay ibinahagi bilang isang tipan, na nag-aatas sa mga Banal na "[lumakad] sa lahat ng ordenansa," at tumupad sa mga pangakong ginawa sa Nauvoo Temple.[41]

"Ako ang Panginoon ninyong Diyos, maging ang Diyos ng inyong mga ama, ang Diyos ni Abraham at ni Isaac at ni Jacob," sabi Niya. "Ako ang siyang nag-akay sa mga anak ni Israel palabas ng lupain ng Egipto; at ang aking bisig ay nakaunat sa mga huling araw."

Tulad ng mga sinaunang Israelita, ang mga Banal ay magbibigay-puri sa Panginoon at mananawagan sa Kanyang pangalan sa oras ng kapighatian. Sila ay aawit at sasayaw nang may panalangin ng pasasalamat sa kanilang mga puso. Sila ay hindi matatakot sa hinaharap ngunit sa halip ay magtitiwala sa Kanya at titiisin ang kanilang mga paghihirap.

"Ang aking mga tao ay kinakailangang masubukan sa lahat ng bagay," pahayag ng Panginoon, "nang sila ay maging handa sa pagtanggap ng kaluwalhatiang mayroon Ako para sa kanila, maging ang kaluwalhatian ng Sion."[42]

Sa mga natitirang araw ng taglamig, nagpatuloy ang mga apostol sa paghahanap ng paghahayag habang naghahanda silang magpadala ng mga grupo ng bagon sa Rocky




Mountains. Sa ilalim ng kanilang pamumuno, aalis ang isang maliit na paunang grupo mula sa Winter Quarters sa tagsibol, tatawid sila sa mga bundok, at magtatatag sila ng bagong lugar ng pagtitipon para sa mga Banal. Upang masunod ang utos ng Panginoon at matupad ang propesiya, magtataas sila ng isang sagisag sa mga bansa at sisimulan nila ang pagtatayo ng isang templo. Susunod kaagad sa kanila ang mas malalaking grupo, na karamihan ay binubuo ng mga pamilya, sinusunod ang Salita at Kalooban ng Panginoon sa kanilang paglalakbay.[48]

Bago lumisan sa Nauvoo, pinagnilayan ng Korum ng Labindalawa at ng Kapulungan ng Limampu ang paninirahan sa Lambak ng Salt Lake o sa Lambak ng Bear River sa hilaga. Ang mga lambak ay kapwa nasa malayong panig ng Rocky Mountains, at maaasahan ang mga paglalarawan sa mga ito.[49] Nakita ni Brigham sa isang pangitain ang lugar kung saan maninirahan ang mga Banal, ngunit wala siyang malinaw na ideya kung saan ito matatagpuan. Gayunman, ipinagdasal niya na ang Diyos ay magbigay ng patnubay sa kaniya at sa paunang grupo tungo sa tamang lugar ng pagtitipon para sa Simbahan.[50]

Noong hapon ng Abril 16, 1847, ang paunang grupo ay nagsimulang maglakbay sa ilalim ng malamig at madilim na kalangitan. "Layon naming ihanda ang daan para sa kaligtasan ng matatapat ang puso mula sa lahat ng bansa, o isakripisyo ang lahat ng aming pinangangasiwaan," ipinahayag ng mga apostol sa isang liham ng pamamaalam sa mga Banal sa Winter Quarters. "Sa ngalan ng Diyos ng Israel, layon naming magtagumpay o mamatay sa pagsisikap."[53] ■

*Upang mabasa ang buong kabanata, mangyaring bisitahin ang mgabanal .Churchof JesusChrist.org o ang mga digital version ng artikulong ito sa Gospel Library app o sa liahona.Churchof JesusChrist.org.*
*Ang salitang* Paksa *sa mga tala ay nagpapahiwatig ng karagdagang impormasyon sa mgabanal.Churchof JesusChrist.org.*

**MGA TALA**

28. James Whitehead to Brigham Young, Aug. 18, 1846, Brigham Young Office Files, CHL; George Alley to Joseph Alley, Jan. 26, 1847, George Alley, Letters, CHL; Mace, Autobiography, 138–45; "Articles of Accommodation Treaty Agreement," Sept. 16, 1846, Chicago Historical Society, Collection of Manuscripts about Mormons, CHL; Bullock, Journal, Sept. 1846; Historical Department, Journal History of the Church, Sept. 18, 1846; Leonard, *Nauvoo,* 606–16.
29. Historian's Office, History of the Church, volume 16, Sept. 24 and 27, 1846, 49, 51; Brigham Young to "the High Council at Council Point," Sept. 27, 1846, Brigham Young Office Files, CHL.
30. Historian's Office, History of the Church, volume 16, Sept. 14, 1846, 34; Sept. 27, 1846, 52; Oct. 5, 1846, 7–8; Oct. 6, 1846, 11.
31. Bullock, Journal, Oct. 9, 1846; Historian's Office, History of the Church, volume 16, Oct. 5 and 9, 1846, 7–8, 14–15.
32. Society Islands Conference Report, Sept. 24, 1846, sa Historian's Office, Minutes and Reports (local units), CHL; Addison Pratt, Journal, Feb. 3, 1846; Sept. 24, 1846; Nov. 1850. Sa kanyang ulat sa journal noong Nobyembre 1850, tila mali ang pagkakatukoy ni Addison sa petsa ng kumperensya. **Paksa:** French Polynesia
33. Addison Pratt, Journal, Mar. 5, 1846; Apr. 17, 1846; Nov. 14, 1846; Woodruff, Journal, Nov. 26, 1844.
34. Grouard, Journal, 145; tingnan din sa Addison Pratt, Journal, Feb. 6, 1847.
35. Addison Pratt, Journal, Nov. 7, 1846.
36. Addison Pratt, Journal, Mar. 13 and 17, 1846; Nov. 14 and 17, 1846; Jan. 9, 1847; Addison Pratt to "My Dear Family," Jan. 6, 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; Grouard, Journal, 165–66.
37. Grouard, Journal, 172; Addison Pratt, Journal, Nov. 1850; Addison Pratt to "My Dear Family," Jan. 6, 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; tingnan din sa Addison Pratt, Journal, Jan. 13, 1847.
39. Historian's Office, History of the Church, volume 17, Jan. 14, 1847, 18–19; Willard Richards, Journal, Jan. 14, 1847; tingnan din sa Bennett, *Mormons at the Missouri,* 148–57. **Paksa:** Brigham Young
40. Doktrina at mga Tipan 136:1–11 (Revelation, Jan. 14, 1847, Revelations Collection, CHL); Historian's Office, History of the Church, volume 17, Ene. 15, 1847, 19.
41. Doktrina at mga Tipan 136:4, 8, 19, 23–27, 32 (Revelation, Jan. 14, 1847, Revelations Collection, CHL).
42. Doktrina at mga Tipan 136:17, 21–22, 28–31 (Revelation, Jan. 14, 1847, Revelations Collection, CHL); tingnan din sa Exodo 2:23–25; 4:31; 6:6–7; 15:1.
48. Woodruff, Journal, Sept. 4, 1847; Historian's Office, History of the Church, volume 17, Mar. 6 and 21, 1847, 65–66, 72; Lee, Journal, Feb. 15 and 27, 1847; Council of the Twelve Apostles to "the Brethren at Winter Quarters," Apr. 16, 1847, Brigham Young Office Files, CHL; tingnan din sa Doktrina at mga Tipan 136 (Revelation, Jan. 14, 1847, Revelations Collection, CHL).
49. Council of Fifty, "Record," Sept. 9, 1845, at Jan. 11, 1846, sa *JSP,* CFM:472, 513.
50. Lee, Journal, Jan. 13, 1846, 79; George A. Smith, sa *Journal of Discourses,* June 20, 1869, 13:85; Council of the Twelve Apostles to "the Brethren at Winter Quarters," Apr. 16, 1846, Brigham Young Office Files, CHL; Norton, Reminiscence and Journal, July 28, 1847; Erastus Snow, sa *Journal of Discourses,* Sept. 14, 1873, 16:207; tingnan din sa Thomas Bullock to Henrietta Rushton Bullock, June 9, 1847, Henrietta R. Bullock Collection, CHL.
53. Woodruff, Journal, Apr. 14–16, 1847; Clayton, Diary, Apr. 16, 1847; Council of the Twelve Apostles to "the Brethren at Winter Quarters," Apr. 16, 1847, Brigham Young Office Files, CHL.

**Ni Elder Adilson de Paula Parrella**
Ng Pitumpu

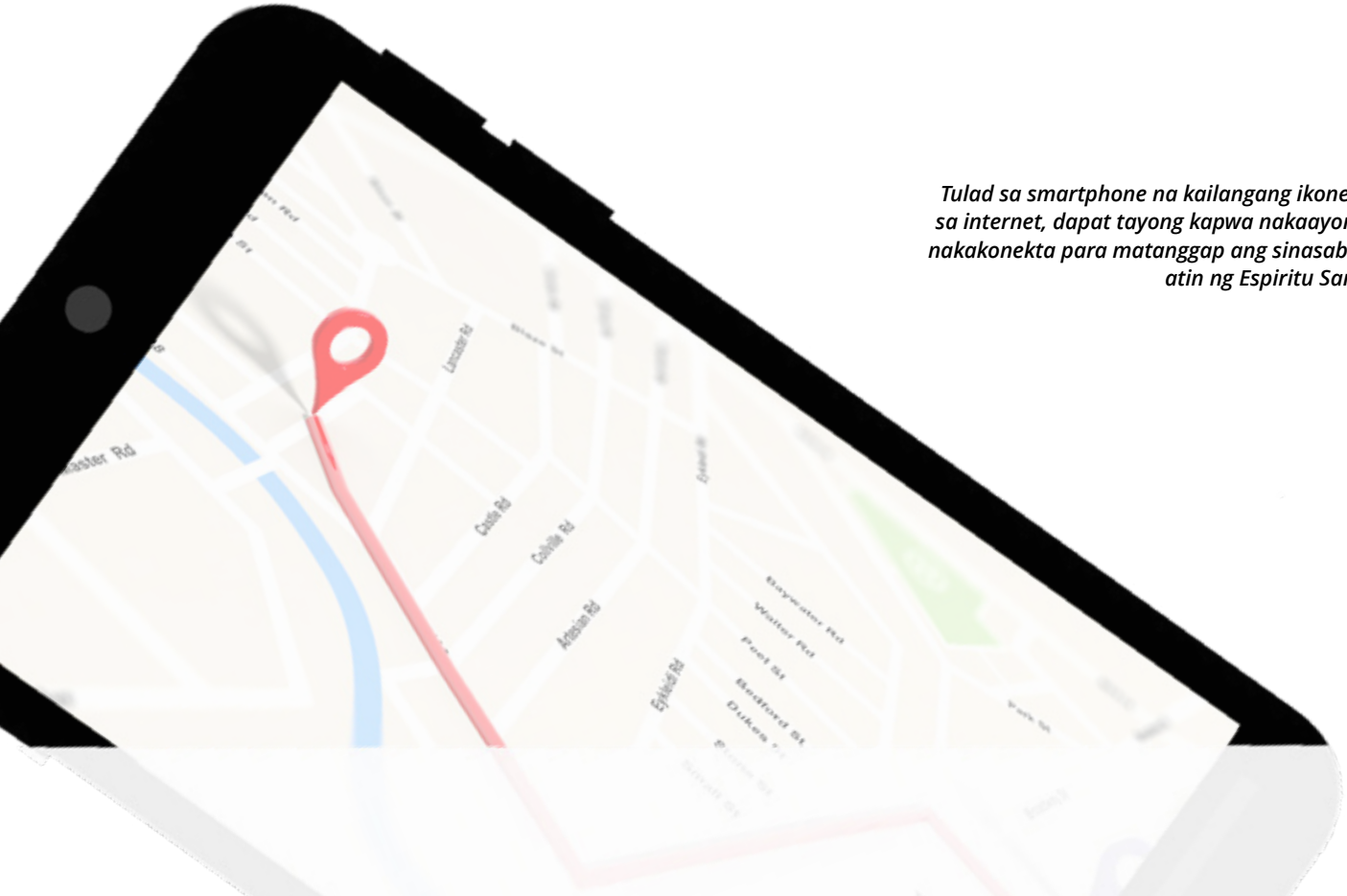
# Pagtanggap at Pasasalamat sa Patnubay ng Langit

Handa ang Diyos na bigyan tayo ng tagubilin, ngunit dapat handa tayong tanggapin ito.

Noong mga bata pa kaming missionary sa missionary training center sa Brazil, may isang araw kami para lumabas, kasama ang aming mga kompanyon, sa mga kalsada ng São Paulo para anyayahan ang mga tao na makinig sa mga lesson ng mga missionary. Pagkatapos ng ilang oras babalik kami sa MTC at magdaraos ng testimony meeting.

Marami ang nagkuwento tungkol sa mga pahiwatig na natanggap nila na magpunta sa isang kalsada o lapitan ang isang tao. Namangha ako sa mga karanasang ito. Gayunman, dahil wala akong gayong karanasan, nadama ko na siguro hindi ako gaanong mahusay, o handa, na maging missionary.

Dahil pinanghinaan ng loob, humingi ako ng tulong sa mga lider sa MTC. Tinulungan nila akong maunawaan na ang Diyos *ay* handang magbigay sa atin ng mga tagubilin sa pamamagitan ng Espiritu Santo, at bagama't maaaring ang karanasan ko ay hindi katulad ng sa iba, kinailangan ko pa ring maging karapat-dapat sa patnubay ng Espiritu. Tulad ng radyo na kinakailangang iayon sa isang partikular na istasyon, o sa smartphone na kailangang ikonekta sa internet, dapat tayong kapwa nakaayon at nakakonekta para matanggap ang sinasabi sa atin ng Espiritu Santo.



*Tulad sa smartphone na kailangang ikonekta sa internet, dapat tayong kapwa nakaayon at nakakonekta para matanggap ang sinasabi sa atin ng Espiritu Santo.*

### Espirituwal na Kaligtasan

Nagbabala si Pangulong Nelson: "Sa darating na mga araw, hindi magiging posible na espirituwal na makaligtas kung walang patnubay, tagubilin, at nakapagpapanatag, [at palagiang] impluwensya ng Espiritu Santo."[1]

Hinikayat niya tayo na "dagdagan pa ang espirituwal na kakayahan [nating] makatanggap ng personal na paghahayag, sapagkat ipinangako ng Panginoon na 'kung kayo ay hihingi, kayo ay makatatanggap ng paghahayag sa paghahayag, ng kaalaman sa kaalaman, upang inyong malaman ang mga hiwaga at mapayapang bagay—yaon na nagdadala ng kagalakan, yaon na nagdadala ng buhay na walang hanggan' [Doktrina at mga Tipan 42:61]."[2]

Sa ating palalakbay dito sa lupa, inaasahan tayo ng Panginoon na "gumawa ng maraming bagay sa [ating] sariling kalooban, at isakatuparan ang maraming kabutihan" (Doktrina at mga Tipan 58:27). Gayunpaman, may mga bagay na magagawa lamang natin sa tulong ng langit. Ihahayag sa atin ng Espiritu Santo kung ano ang kinakailangan nating gawin para manatili—at umunlad—sa landas patungo sa kaligayahan sa buhay na ito at magmana ng buhay na walang hanggan. "Sapagkat masdan, muli kong sinasabi sa inyo na kung kayo ay papasok sa daan, at tatanggapin ang Espiritu Santo, iyon ang magbibigay-alam sa inyo ng lahat ng bagay na nararapat ninyong gawin" (2 Nephi 32:5).

### Ang Huwaran ng Panginoon

Ipinaliwanag sa mga banal na kasulatan kung paano tayo binibigyan ng paghahayag ng Panginoon: "Sasabihin ko sa iyo sa iyong isipan at sa iyong puso, sa pamamagitan ng Espiritu Santo, na pasasaiyo at mananahanan sa iyong puso" (Doktrina at mga Tipan 8:2).

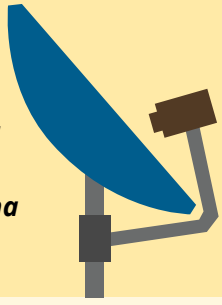
Sinasabi rin sa atin ng Panginoon na "magtiwala ka sa Espiritung yaon na nag-aakay sa paggawa ng mabuti" (Doktrina at mga Tipan 11:12). Kung minsan aakayin tayo ng Espiritu na gumawa ng mabuti sa pamamagitan ng kaisipan, mga ideya, magkakasunod na ideya, mga impresyon na itigil o simulan ang isang bagay, mga kaalaman o kaunawaan, pagpapabatid ng mga bagay na hindi natin matututuhan gamit lamang ang sarili nating kakayahan, pagpapaalala sa mga bagay na nakalimutan na, at marami pang iba.[3]

Sa Mga Taga Galacia 5:22–23, nalaman natin na nakikipag-ugnayan ang Espiritu Santo sa pamamagitan ng damdamin at emosyon tulad ng pag-ibig, katuwaan, kapayapaan, pagpapahinuhod, kagandahang-loob, kabutihan, pagtatapat, kaamuan, at pagpipigil. Ang tulong na matatanggap natin mula sa Espiritu Santo ay madalas na darating bilang mga tagubilin na naaayon sa ating mga partikular na pangangailangan, ngunit tandaan, ang gayong mga tagubilin ay maghihikayat sa atin na gumawa ng mabuti (tingnan sa Moroni 7:13) at laging naaayon sa mga turo ng mga buhay na propeta at ng mga banal na kasulatan.

## Tanggapin at Kilalanin

Marahil ang isa sa malalaking pagsubok na nararanasan natin sa mortalidad ay ang pag-alam kung paano tumanggap, kumilala, at kumilos ayon sa mga pahiwatig at tagubilin ng Espiritu Santo. Maaari makatulong sa atin ang mga sumusunod na aralin.

***Aralin 1: Handa ang Diyos na bigyan tayo ng personal na paghahayag, ngunit kinakailangang handa tayo na tanggapin ito.***

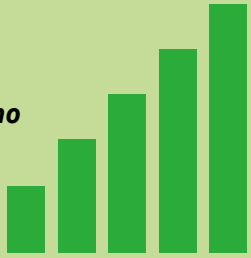


"Isa sa mga bagay na paulit-ulit na ikinikintal ng Espiritu sa aking isipan mula nang matawag ako sa bagong tungkulin bilang Pangulo ng Simbahan," sabi ni Pangulong Nelson, "ay ang kahandaan ng Panginoon na ihayag ang Kanyang isipan at kalooban. Ang pribilehiyong makatanggap ng paghahayag ay isa sa mga pinakadakilang kaloob ng Diyos sa Kanyang mga anak."[4]

Sa MTC, natutuhan ko na kailangang maging handa ako na tanggapin ang anumang nais ng Panginoon na sabihin sa akin, ayon sa Kanyang panahon at Kanyang paraan. Natutuhan ko na ang iba't ibang tinig na naririnig natin ay nakahahadlang para makilala natin ang tinig ng Panginoon na nangungusap sa atin o mapakinggang mabuti ang mensaheng nais Niyang marinig natin.

Sinabi ni Elder David A. Bednar ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Kapag hinangad at inanyayahan natin ang Espiritu Santo sa ating buhay at natutuhang sundin agad ang mga simpleng pahiwatig, mahahadlangan din natin ang mga nakagagambalang ingay ng mundo at malinaw na maririnig ang mga pahiwatig ng Espiritu Santo."[5]

***Aralin 2: Kailangan nating pag-aralan at matutuhan kung paano nakikipag-usap ang Espiritu.***



Sinabi ni Elder Ronald A. Rasband ng Korum ng Labindalawang Apostol, "Pinakamadalas na nakikipag-usap sa atin ang Espiritu sa pamamagitan ng pagpapadama sa atin. Madarama ninyo ito sa mga salitang pamilyar sa inyo, na may kahulugan sa inyo, na naghihikayat sa inyo. . . .

". . . Ang mga damdaming ito ay banayad, isang marahang paghihikayat na kumilos, na gumawa ng isang bagay, na magsalita, na tumugon sa isang tiyak na paraan."[6]

Ang matutuhan ang pagtanggap ng paghahayag mula sa Espiritu Santo ay maihahalintulad sa pag-aaral ng wika. Sa una kaunti lang ang nauunawaan natin o marahil wala talaga. Ngunit kapag patuloy tayong nagsikap na matutuhan ito, nauunawaan na natin ang mga salita, pagkatapos mga pangungusap, at buong mga ideya. Kalaunan masusumpungan natin ang ating sarili na nauunawaan ang mga sinasabi. Upang matutuhan kung paano nakikipag-usap ang Espiritu, dapat tayong:

- Maghangad na matuto.
- Mag-aral, sa mga banal na kasulatan at sa mga salita ng mga buhay na propeta, kung paano natatanggap ang paghahayag.
- Maging alerto sa mga espirituwal na impresyon.
- Humingi ng patnubay sa Diyos sa pamamagitan ng Espiritu Santo.
- Maging handa sa pagtanggap—huwag balewalain o ituring na walang halaga—ang mga tagubiling natanggap.
- Sundin ang mga pahiwatig.
- Masigasig na humingi ng karagdagang tagubilin.

***Aralin 3: Ang Ama sa Langit ay may sariling paraan at panahon sa pagbibigay sa atin ng mga paghahayag.***

Kabilang dito ang tatlong alituntunin:

1. *Maipapaalam at ipapaalam sa atin ng Diyos ang dapat nating gawin para umunlad.* Ang gawain ng ating Ama sa Langit ay tulungan tayo na magkaroon ng buhay na walang hanggan (tingnan sa Moises 1:39). "Ang inaalala [Niya] ay hindi lamang ang ating kapanatagan kundi higit pa rito ay ang ating pag-unlad," sabi ni Pangulong Henry B. Eyring, Pangalawang Tagapayo sa Unang Panguluhan.[7]

   Ibig sabihin nito ay nagmamalasakit ang Ama sa Langit sa mga hakbang na ginagawa natin dito sa lupa. Alam Niya kung anong desisyon at aksyon ang dapat nating gawin upang tayo ay "maging mga anak [na lalaki at babae] ng Diyos" (Moroni 7:48). "Higit pa sa naiisip ninyo, gusto Niyang makamit ninyo ang inyong tadhana—ang makabalik sa inyong tahanan sa langit nang may karangalan," sabi ni Elder Dieter F. Uchtdorf ng Korum ng Labindalawang Apostol.[8]
2. *Kung minsan hindi natin nauunawaan ang dahilan kung bakit nagbigay ng mga tagubilin ang Diyos.* Paminsan-minsan nagbibigay ang Diyos sa atin ng mga tagubilin na hindi natin inaasahan. Naaalala ko noong nakaupo ako sa sacrament meeting nang dumating nang malinaw sa aking isipan ang isang impresyon. Ang tagubilin ay hindi isang tinig o bulong ngunit malinaw na ideya na nagpapahiwatig na may isang bagay akong dapat gawin. Hindi ko inasahan na makatatanggap ako ng gayong tagubilin sa sacrament meeting.

   Kinausap ko ang aking asawa at sinabi sa kanya ang pahiwatig na natanggap ko. Sinabi niya na dapat kong sundin ang pahiwatig, kahit hindi namin naunawaan ang dahilan nito.

   Nang sundin namin ang tagubiling iyon, at sa paglipas ng panahon, nakita namin na ang tagubiling natanggap namin ay nagdala ng higit na kapayapaan at nagpanatili sa amin sa landas ng pag-unlad.
3. *Dapat tayong handa na gawin ang kalooban ng Diyos.* Sa Kanyang kasakdalan at katalinuhan, nalalaman ng Diyos kung ano ang pinakamabuti sa atin. Ang Kanyang kalooban, na nakabatay sa banal na pananaw, ay nagpapakita sa atin ng mas mabuting paraan. Ngunit madalas na nagiging mahirap ito para sa atin. Dito, tulad sa lahat ng bagay, si Jesucristo ang ating perpektong halimbawa. Ang kalooban ng Ama ay Kanya ring kalooban. Habang nagdurusa ang Tagapagligtas para sa ating mga kasalanan, nanalangin Siya, "Ama ko, kung baga maaari, ay lumampas sa akin ang sarong ito: gayon ma'y huwag ang ayon sa ibig ko, kundi ang ayon sa ibig mo" (Mateo 26:39).

   Dapat handa rin tayong unahin ang kalooban ng Diyos kaysa sa sarili nating mga hangarin. Kapag tinanggap natin ang Kanyang kalooban at ginawa ito, inihahanda natin ang ating sarili na tumanggap ng karagdagang tagubilin. Itinuro ni Elder Bednar na "kung igagalang natin ang ating mga tipan at susundin ang mga utos, habang nagsisikap pa tayong gumawa ng mabuti at maging mas mabuti, mabubuhay tayo nang may tiwala na gagabayan ng Diyos ang ating mga hakbang."[9]

## Pagtanggap ng Tulong ng Langit

Ang ating walang hanggang pag-unlad ay nakasalalay sa pagtanggap ng personal na patnubay mula sa Espiritu Santo. Nawa'y maging determinado ang bawat isa sa atin na sundin ang payo ni Pangulong Nelson na humingi ng paghahayag para sa ating buhay. Kapag naniwala at nagtiwala tayo na nais ng Diyos na gabayan tayo sa pamamagitan ng Espiritu Santo, kung gayon, kapag pinagsisikapan nating ituon ang ating buhay sa paghingi ng tulong ng langit, matatanggap natin ang patnubay na kailangan natin. ■

**MGA TALA**

1. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," *Liahona,* Mayo 2018, 96.
2. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," 95.
3. Tingnan sa David A. Bednar, "Ang Diwa ng Paghahayag," *Liahona,* Mayo 2011, 87–90.
4. Russell M. Nelson, "Paghahayag para sa Simbahan, Paghahayag para sa Ating Buhay," 94.
5. David A. Bednar, "Receiving, Recognizing, and Responding to the Promptings of the Holy Ghost" (Ricks College Devotional, Ago. 31, 1999).
6. Ronald A. Rasband, "Hayaang Patnubayan ng Espiritu Santo," *Liahona,* Mayo 2017, 94.
7. Henry B. Eyring, "Ang Aking Kapayapaan ay Iniiwan Ko sa Inyo," *Liahona,* Mayo 2017, 17.
8. Dieter F. Uchtdorf, "Masayang Ipinamumuhay ang Ebanghelyo," *Liahona,* Nob 2014, 123.
9. David A. Bednar, "Ang Diwa ng Paghahayag," 90.

# Paisa-isang Hakbang

*Ang pagiging perpekto* ay tila nakakatakot—lalo na kapag ginawa natin itong pamantayan para sa ating hindi perpektong sarili. Ibig kong sabihin, lahat ay nagkakamali paminsan-minsan at pinagsisisihan ang mga ito. Kadalasan, ang mga pagsisising ito ay makatutulong sa atin na gumawa ng mahahalagang pagbabago, ngunit kapag masyado na nating iniisip na kinakailangan nating magpakahusay pa at maging napakahusay, ang mga iniisip nating ito ay maaaring magpahina sa atin. Sa kanyang artikulo sa pahina 44, tinulungan tayo ni Nathan na maunawaan kung ano ba talaga ang pagiging perpekto at kung paano natin ito matatamo sa pamamagitan ng matwid na pamumuhay, nang paunti-unti.

Madalas ay nadarama rin natin na nag-iisa tayo sa hangarin nating mas magpakahusay pa, ngunit hindi tayo nag-iisa! Ang Ama sa Langit at si Jesucristo ay nariyan para sa bawat isa sa atin. Kung sa palagay mo ay may kulang pa sa iyo, basahin ang artikulo ni Joëlle sa pahina 42 tungkol sa kung paano nakatulong sa kanya ang pagkaunawa niya sa Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas para madaig ang pagiging perpeksiyonista niya.

Kadalasan, ang perpeksiyonismo ay labis na pag-aalala sa mga bagay-bagay tulad ng kalinisan, gaya ng mga inaalala ni Amber, o sa mga aspeto ng ebanghelyo, tulad ng pagsisikap ni Aaron na maging isang tao ng Diyos (mga artikulong digital lamang). At tulad ng natuklasan ng tatlong young adult na ito, madarama mo pa rin ang Espiritu at magiging isang tao ng Diyos kahit hindi ka perpekto.

Gusto mo pa ba ng mabuting balita? Ang utos na "kayo nga'y mangagpakasakdal" (Mateo 5:48) o magpakaperpekto ay maaaring hindi talaga nangangahulugan ng kung anuman ang iniisip mong kahulugan nito. Basahin ang artikulo ni David sa digital lamang para malaman ang ilang hakbang para madaig ang perpeksiyonismo.

Habang nagsisikap tayo na magpakahusay pa, kailangang isaisip natin na nais ng Panginoon na maging inspirado at masigla tayo—hindi nalulungkot. Huwag tayong maging malupit sa ating sarili (tingnan ang aking artikulong digital lamang) at dapat tandaan na maging mabait sa sarili sa ating paglalakbay patungo sa pagiging sakdal o perpekto.

Tumuon sa Ama sa Langit at sa Tagapagligtas. Nalalaman Nila ang iyong banal na kahalagahan at, paunti-unti, ay matutulungan ka na maging higit pa sa iniisip mo na kahihinatnan mo. Paisa-isang hakbang lang.

Tapat na sumasaiyo,
Heather Claridge

Heather

## PINAKAMAGANDANG PAYO . . .

*Nagbahagi ang mga young adult ng kanilang pinakamagandang payo tungkol sa pagdaig sa perpeksiyonismo:*

"Ipinapayo ko ito sa aking sarili: Narito ako para matutong magtuon sa mga bagay na mahalaga upang makabalik ako sa Kanya."
*—Paola Vargas, Aguascalientes, Mexico*

"Hindi kailangan ng mga perpektong tao ang isang Tagapagligtas. Binibigyan tayo ng Diyos ng mga kahinaan para umasa tayo kay Cristo."
*—Mckenna Clarke, Virginia, USA*

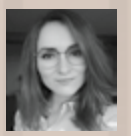
"Nalaman ko sa simbahan na ang pagiging perpekto ay hindi nangyayari sa buhay na ito, ngunit nangyayari sa kabilang buhay. Ang Tagapagligtas ay perpektong halimbawa para sa atin. Tularan Siya sa buhay na ito para maging perpekto ka balang-araw."
*—Vennela Vakapalli, Andhra Pradesh, India*

*Ano ang pinakamagandang payo na natanggap mo tungkol sa pagpapatawad? Ipadala sa amin ang iyong sagot sa* **liahona.ChurchofJesusChrist.org** *bago sumapit ang Setyembre 30, 2019.*

## IBAHAGI ANG IYONG KUWENTO

May magandang kuwento ka bang maibabahagi? O may mga artikulo ka bang nais makita tungkol sa ilang paksa? Kung gayon, nais naming makarinig mula sa iyo! Maaari mong ipadala ang iyong mga artikulo o feedback sa **liahona.ChurchofJesusChrist.org.**

## TUNGKOL SA MGA AWTOR NA YOUNG ADULT



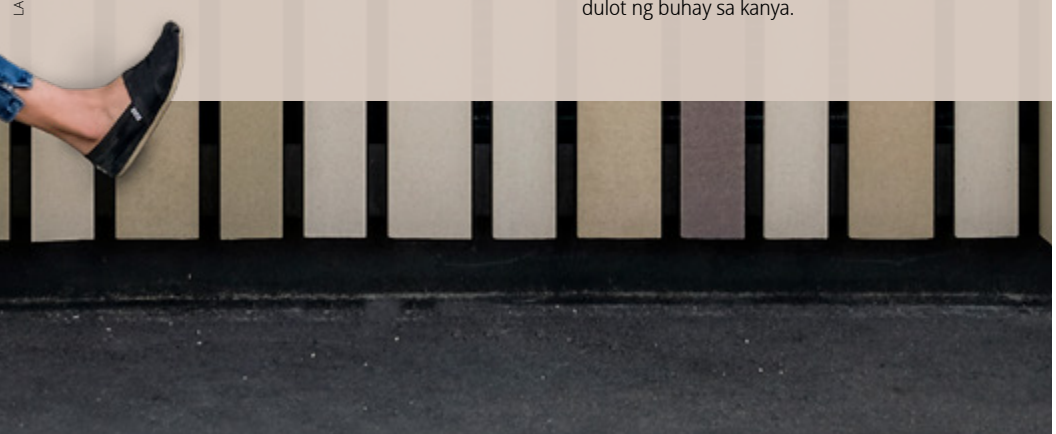
Gustung-gusto ni **Joëlle Spijkerman** ang tumawa at ngumiti, at madalas ay tuwang-tuwa sa buhay. Mahal niya ang ebanghelyo, mga bata, at musika, at kasalukuyan siyang nag-aaral para maging elementary school teacher. Isa sa kanyang mga mithiin ay magbahagi ng liwanag sa lahat ng tao sa kanyang paligid.

Si **Nathan Read** ay lumaki sa Tasmania, Australia. Siya ay may bachelor's degree sa economic analysis at kasalukuyang nagtatrabaho sa gobyerno. Bukod pa sa kanyang trabaho at pagtuturo sa seminary sa kanyang ward, nasisiyahan siya sa pagtatanghal sa mga musical sa kanilang lugar at pagbabasa ng magagandang aklat.

Si **Heather White Claridge** ay ang tipo ng bata na natutulog sa magkakapatong na mga aklat sa ilalim ng kanyang unan, kaya nga naging editor siya. Tumira siya sa iba't ibang lugar sa USA, nagtamo ng mga kasanayan (gaya ng Taekwondo at stained glass) nang panahong iyon. Ang paborito niyang panahon ay taglagas—iyan ay dahil sa mga tuyong dahon na matatalunan niya.

Si **Amber Weston** ay isang ina na nangangalaga ng tahanan at may apat na magagandang anak. Ang kanyang paboritong tao ay ang kanyang asawa at ang kanyang paboritong libangan ay bullet journaling. Dala-dala niya ang kanyang bullet journal saanman siya pumunta para maitala niya ang lahat ng magaganda (at hindi gaanong magaganda) na sandali na naidudulot ng buhay sa kanya.

LARAWAN MULA SA GETTY IMAGES



# MGA YOUNG ADULT

## SA BAHAGING ITO


42 **Hindi Ako Perpekto . . . sa Ngayon**
Ni Joëlle Spijkerman

44 **Perpeksiyonismo: Isang Nakapipinsalang Laro na "Hanapin ang Pagkakaiba"**
Ni Nathan Read

48 **Perpekto sa pamamagitan ni Cristo**

## DIGITAL LAMANG


**Napakalupit Natin sa Ating Sarili**
Ni Heather White Claridge

**Maaari Ko Bang Madama ang Espiritu sa Magulo Kong Bahay?**
Ni Amber Weston

**Kahit may mga Kahinaan Ka, Maaari Kang Maging Isang Tapat na Lalaki o Babae sa Diyos**
Ni Aaron Williams

**Ikaw: Patuloy sa Pag-unlad**
Ni David Dickson

Hanapin ang mga artikulong ito at iba pa:

- Sa **liahona.ChurchofJesusChrist.org**
- Sa **YA Weekly** (sa ilalim ng bahaging Young Adults sa Gospel Library)
- Sa **facebook.com/liahona**

# Hindi Ako Perpekto . . . sa Ngayon

Ang problema sa pagiging perpeksiyonista ay nakatulong sa akin na lalo pang maunawaan ang tungkol sa Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas.

**Ni Joëlle Spijkerman**

Sa 3 Nephi 12:48, itinuro ni Jesus, "Anupa't nais ko na kayo ay maging ganap na katulad ko, o ng inyong Ama na nasa langit ay ganap." Ang banal na kasulatang ito ay lagi kong naiisip dahil sinikap kong maging perpekto sa buong buhay ko. At kahit mabuti na hangaring gawin ang lahat ng makakaya ko sa lahat ng bagay, maaaring makasama ang pagiging perpeksiyonista. Sa mahabang panahon, sa tuwing nagkakamali, o kahit nagtatagumpay ako, hindi ko pa rin madama na mahusay ako.

## Napakaraming Inaasahan sa Aking Sarili

Napakarami kong inaasahan sa aking sarili, lalo na noong high school ako. At madalas akong mabigo dahil tinangka kong gawin ang napakaraming bagay nang sabay-sabay para patunayan na mahusay ako. Sa isang taon nagpasiya akong mag-aral ng ballroom dancing, kumuha ng mga music lesson, at sumali sa isang grupo ng mga musikero. Inisip ko na kailangan kong gawin ang lahat ng aking makakaya para mapahusay at maperpekto ang mga talento ko. Ngunit dumating ang sandali na kinailangan kong ihinto ang lahat ng ito dahil hindi ko na kaya pang magawa ang lahat ng ito. Masyado kong pinahirapan ang sarili ko. Nadama kong bigung-bigo ako, at ang pagkabigo ang isa sa pinakamalaking kinatatakutan ko.

Alam ko na hindi lamang ako ang namumrublema sa pagiging perpeksiyonista. Napakarami sa atin ang ginagawa ang lahat ng makakaya natin araw-araw at nanlulumo tayo kapag hindi natin nagagawa nang perpekto ang lahat ng bagay. Ngunit sa kabila ng ating mga pagsisikap, wala sa atin ang magiging lubos na perpekto dito sa lupa. Kaya't paano tayo magsisikap na maging perpekto kung tila walang saysay ang lahat ng pagsisikap natin? Nagbahagi ng sagot si Elder Jeffrey R. Holland ng Korum ng Labindalawang Apostol: "Kayo nga'y mangagpakasakdal—sa wakas."[1]

Ang pagsisikap na maging perpekto ay isang mabuting bagay, pero hindi ito magiging maganda kung magpapahina ito sa atin. Sa lahat ng mga bagay na hinihingi sa atin ng buhay na ito sa pisikal, mental, emosyonal, at maging sa espirituwal, mahalaga na hindi natin masyadong inaabuso ang ating sarili sa sobrang pagtatrabaho dahil gusto nating maging perpekto. At lalong higit na mahalaga ay isipin kung ano ang ipinagagawa sa atin ng Ama sa Langit. Hindi Niya gustong mapinsala ang ating kalusugan dahil sa sobrang pagtatrabaho.

Itinuro ng Panginoon sa Doktrina at mga Tipan 10:4, "Huwag kang tumakbo nang mas mabilis o gumawa nang labis kaysa sa iyong lakas at kakayahan na inilaan sa iyo upang makapagsalin; sa halip maging masigasig hanggang sa

katapusan.” Maaari natin itong sundin sa ating buhay. Nais ng Ama sa Langit na maging masaya tayo, at magiging masaya tayo kung gagawin natin ang ipinagagawa Niya ayon sa pinakamainam na paraan na makakaya natin. Kahit hindi pa gaanong perpekto ang ating mga ginawa.

## Ang Kahulugan ng Pagiging Perpekto ay “Pagiging Ganap”

Ang salitang *perpekto* ay orihinal na nagmula sa salitang Latin na *perficere,* na pinantig sa *per-* (“ganap na”) at *facere* (“ginawa”). Kaya ang kahulugan ng pagiging perpekto ay “pagiging ganap.” At hindi tayo magiging ganap kung wala si Jesucristo (tingnan sa Moroni 10:30). Sa palagay ko marami sa atin ang nag-iisip na hindi tayo mahusay. At, siyempre, hindi talaga! Ibig sabihin, kung wala si Cristo hindi tayo mahusay. Tulad ng sinabi ni Ammon: “Oo, nalalaman kong ako’y walang halaga; kung sa akin lamang lakas ay mahina ako, kaya nga hindi ako nagmamalaki sa aking sarili, kundi ipagmamalaki ko ang aking Diyos, sapagkat sa kanyang lakas ay maaari kong magawa ang lahat ng bagay” (Alma 26:12).

Sa pamamagitan ni Jesucristo, palagi nating mapagsisikapang maging mabuti, hangga’t maging perpekto at ganap tayo balang-araw dahil tutulungan Niya tayo sa ating mga kahinaan. “Oo, lumapit kay Cristo, at maging ganap sa kanya, at pagkaitan ang inyong sarili ng lahat ng kasamaan; at kung inyong pagkakaitan ang sarili ng lahat ng kasamaan, at iibigin ang Diyos nang buo ninyong kakayahan, pag-iisip at lakas, kung magkagayon ang kanyang biyaya ay sapat sa inyo, upang sa pamamagitan ng kanyang biyaya kayo ay maging ganap kay Cristo” (Moroni 10:32).

Sa nakalipas na mga taon natanto ko na hindi ko lubos na nauunawaan kung ano ang kahulugan para sa akin ng Pagbabayad-sala ng Tagapagligtas. Inisip ko na kinakailangan kong gumawa nang perpekto dito sa lupa at na naiwan akong mag-isa para pag-isipan kung paano gawin ito. Ngunit ngayon ay alam ko na hindi tayo nag-iisa. Kung pagsisikapan nating magtuon kay Jesucristo at pananatilihin Siya sa ating mga puso at isipan, ang ating mga kahinaan ay mapapalitan ng kalakasan—tulad sa pagdaig ko sa pagiging perpeksiyonista. Alam kong hindi ako perpekto. Ngunit matutulungan tayo ni Cristo na madaig ang ating mga kahinaan, kasalanan, problema, o takot. Nauunawaan Niya tayo at nalalaman kung paano tayo tutulungan. Sana ay matamasa nating lahat ang Kanyang walang hanggang pagmamahal. At maunawaan na kahit hindi tayo perpekto ngayon, kung sisikapin natin na sundin Siya, magiging perpekto tayo balang-araw. ■

***Ang awtor ay nakatira sa Netherlands.***

**TALA**

1. Jeffrey R. Holland, “Kayo Nga’y Mangagpakasakdal—Sa Wakas,” *Liahona,* Nob. 2017, 40.

# Perpeksiyonismo

## ISANG NAKAPIPINSALANG LARO NA "HANAPIN ANG PAGKAKAIBA"

May mga pagkakataon na nadarama nating lahat na hindi tayo mahusay. Ngunit kailangan nating tiyakin na nasusuri natin nang tama ang ating sarili.

MGA PAGLALARAWAN NI KELSEY GARRITY RILEY

**Ni Nathan Read**

Noong bata pa ako, gustung-gusto ko ang larong “Hanapin ang Pagkakaiba” sa aming lokal na diyaryo. Sa dalawang halos magkaparehong larawan, na magkatabi, ay hahanapin ang maliliit na pagkakaiba ng mga larawan. Kung titingnan mong mabuti ang bawat bahagi ng larawan, marami kang mahahanap, kung hindi man lahat, na mga pagkakaiba. Ang layunin ng aktibidad na ito ay hindi upang hangaan ang mga larawan ni kumpletuhin ang pangalawang larawan; ang layunin ay mahanap ang imperpeksyon sa hindi kumpletong kopya ng unang larawan.

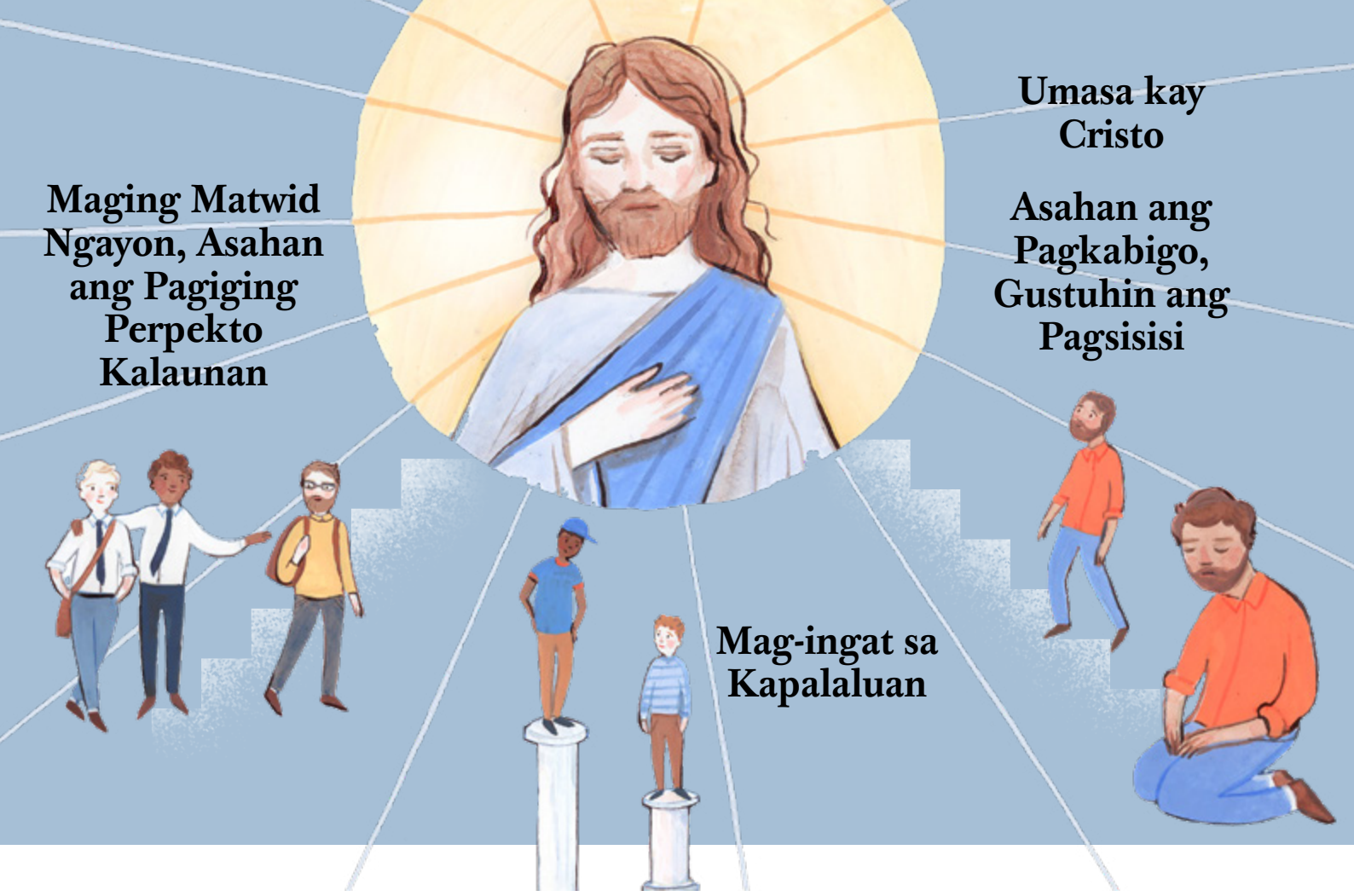
Ang isang karaniwang hamon para sa mga young adult ay ang damdaming nabigo tayo na sundin ang pamantayang nakita natin na magagawa natin. At lalo pa tayong nakadarama ng pagkabigo sa pagkukumpara ng ating sarili sa iba at nakikita ang isang tao na nagsisimula sa isang magandang career, isa pang taong nakakuha ng perpektong grado sa kanilang pag-aaral, taong mayroong maraming kaibigan, at isang tao na nakikita nating mas mabait, mas matalino, mas bukas-palad at mas mapagpatawad kaysa sa atin. At malamang na mas bata rin sila kaysa sa atin! Talagang napakadali lang maglaro ng “Hanapin ang Pagkakaiba” sa pagitan ng ating sarili at ng mga tao sa paligid natin at tiyak na makagagawa tayo ng mahabang listahan ng mga dahilan na “mas mahusay” ang ibang tao kaysa sa atin.

Ang ganitong uri ng pag-iisip ay mapanganib kung naniniwala tayo na ang kahalagahan ng ating sarili ay dahil lamang sa ating mga tagumpay, katangian, o pagkakaroon ng temporal na kayamanan. Bukod pa rito, ang laro natin na “Hanapin ang Pagkakaiba” ay bihirang tumukoy ng mga kalakasan at katangian natin na katulad ng kay Cristo na tinaglay natin sa ating buhay at inaalis ang pangunahing katotohanan na lahat tayo ay may potensiyal na maging ganap o perpekto tulad ni Cristo . . . balang-araw. Nang ipahayag ng Tagapagligtas na, “Maging ganap na katulad ko, o ng inyong Ama na nasa langit ay ganap” (3 Nephi 12:48), naniniwala ako na hangad Niya na pag-ibayuhin ang ating mga inaasam at bigyan tayo ng pag-asa—dahil ang Kanyang paanyaya ay kapwa nananawagan ng pagsisisi at pagpapahayag ng Kanyang pagtitiwala sa atin na magagawa natin ang iniuutos Niya. Ang malaking hamon para sa atin ay ang pagdaig sa mga ugali ng likas na tao na pagiging mainggitin, mapaghinanakit, madaling mawalan ng pag-asa, at mapag-alinlangan, at piliin ang pagpapakumbaba, pagsisisi, pananampalataya, at pag-asa.

## Matwid Ngayon, Perpekto Kalaunan

Bahagi ng pagdaig sa negatibong “perpeksiyonismo” na pinalalaganap ng kaaway ay ang pag-unawa kung ano ang pagiging perpekto. Sa mensahe ni Pangulong Russell M. Nelson tungkol sa paksang kasakdalan o pagiging perpekto, ipinaliwanag niya na ang orihinal na salitang Griyego para sa *sakdal* sa Mateo 5:48 ay nangangahulugang “ganap.”[1] Walang sinuman sa atin ang magiging “ganap” sa mortal na buhay na ito: ang pagiging ganap ay mangyayari sa kawalang-hanggan.

Kapag nadama natin na mahirap magpakaperpekto, makasusulong tayo nang paunti-unti sa landas na patungo sa pagiging perpekto: halimbawa, kapag nagbayad tayo ng buong ikapu, masusunod natin *nang ganap* ang kautusang magbayad ng ikapu.




Kapag nagdarasal tayo araw-araw, makikita natin na *perpekto* tayo sa pagpiling manalangin araw-araw. Ang bawat hakbang sa landas na patungo sa kasakdalan o pagiging perpekto (na tinatawag din na landas ng tipan) ay naglalayon na magbigay sa atin ng kagalakan. Ang regular na pagsusuri ng sarili ay muling magpapatunay sa atin na tayo ay umuunlad at na nalulugod ang ating Ama sa paglakas ng ating espirituwalidad.

Ang pagkamatwid at perpeksiyon ay hindi magkasinghulugan. Bagama't pagiging perpekto ang kahahantungan, ang pagkamatwid ay huwaran ng pananampalataya at pagsisisi na pinipili natin araw-araw. Kung pagiging perpekto ang patutunguhan, ang ating mga tipan ang ating pasaporte at ang pagkamatwid ay mga hakbang sa paglalakbay. Kung ganito ang ating pananaw sa pagiging perpekto, makakaasa tayo sa mabubuting bagay na darating kapag matiyaga at masigasig tayo sa pagtataglay ng mabubuting pag-uugali.

## Asahan ang Pagkabigo, Gustuhin ang Pagsisisi

Kamakailan, pinagnilayan ko ang pahayag ni Elder Lynn G. Robbins ng Pitumpu: "Ang pagsisisi ay hindi alternatibong plano [ng Diyos] sakali mang mabigo tayo. Pagsisisi *ang* Kanyang plano, batid na gagawin natin ito."[2] Ang buhay na ito ay panahon ng pagsubok na ibinigay sa atin para maghanda sa kawalang-hanggan. Ang pagsisisi ay naghahanda sa atin at sa pamamagitan nito ay nababago ang paraan ng pagtingin natin sa ating sarili at mas inilalapit tayo sa Diyos at sa Tagapagligtas. Asahan natin na mabibigo tayo o magkakamali, marahil araw-araw; iyan ay dapat nang asahan, at hindi dapat humantong sa kawalan ng pag-asa. Sa katunayan, dapat masaya tayo kapag natatanto natin ang ating mga kakulangan o pagkakamali dahil mayroon tayong pagkakataon na makiisa kay Cristo sa paggawang kalakasan ang ating mga kahinaan.

Kaya, bagama't ang pagiging perpekto ang mithiin, ang daan na dapat nating tahakin ay kinapapalooban ng pagsisisi at pagsulong sa araw-araw nang may ngiti sa ating mukha at pasasalamat sa ating puso.

## Umasa kay Cristo

Si Elder Neal A. Maxwell (1926–2004) ng Korum ng Labindalawang Apostol ang nagsabing, "Anuman ang palagi nating hinahangad, sa paglipas ng panahon, ay ang siyang kahihinatnan natin sa huli at matatamo sa kawalang-hanggan."[3] Ang pinipili natin sa araw-araw ang magpapasiya kung ano ang magiging kahihinatnan natin. Kung ang taos-puso nating hangarin ay maging tulad ng Tagapagligtas at ang layunin

natin ay mahalin Siya, nakikita sa mga pinipili natin ang hangaring iyan at magbabago tayo.

Kapag naharap tayo sa mga hadlang, kapag nagkamali tayo, at natukso, maaaring piliin nating tumalikod kay Cristo, o umasa kay Cristo nang may pananampalataya, pag-asa, pagtitiis, may bagbag na puso, at nagsisising espiritu. Ang solusyon o sagot sa mahirap nating sitwasyon ay palaging matatagpuan kay Cristo at sa Kanyang ebanghelyo. Kapag umasa tayo kay Cristo, tuturuan at babaguhin Niya tayo.

Marami sa mga hamon ng buhay ay nahahati sa dalawang kategorya: ang madaraig sa buhay na ito, at ang madaraig sa kabilang buhay, marahil isang kapansanan, depresyon at kalungkutan, o patuloy na pagtukso. May kapangyarihan si Cristo na pagalingin tayo. May kapangyarihan Siya na baguhin tayo. Kapag pinili nating magpakumbaba, tinatanggap natin ang panahon at kalooban ng Panginoon at kung masigasig nating hahangarin ang Kanyang tulong at paggabay, tatanggap tayo ng lakas, paghihikayat ng langit, at kapayapaan.

## Mag-ingat sa Kapalaluan

Ang kaaway ay hindi kailanman nagbibigay ng magagandang solusyon sa ating mga problema. Kapag natuklasan natin ang ating mga kabiguan at kahinaan, inuudyukan niya tayo na ilihim ang mga ito sa iba dahil gusto nating ipakita na wala tayong pagkakamali hangga't maaari. Ito ay isang uri ng kapalaluan. Si Cristo ay laging nagbibigay ng magagandang solusyon sa ating mga problema, gayunpaman, hindi madali ang mga solusyong ito. Halimbawa, inaanyayahan tayo ng Panginoon na magtiwala sa Kanya kapag nagbabahagi tayo ng ebanghelyo samantalang sinasabi naman sa atin ni Satanas na hindi tayo dapat magbahagi ng ebanghelyo dahil hindi tayo mahusay. Ngunit ipinangako ng Panginoon na ibibigay Niya sa atin kung ano ang sasabihin natin "sa mga oras na yaon" (Doktrina at mga Tipan 100:6). Sa katunayan, pinatitindi ng kaaway ang ating mga pag-aalinlangan samantalang pinalalakas ng Panginoon ang ating pananampalataya.

Sa halip na ituon ang ating sarili sa paglalaro ng "Hanapin ang Pagkakaiba" at "Itago ang Kahinaan," nais ni Cristo na umasa tayo sa Kanya at makibahagi sa "Pagbabago ng Kahinaan." Ang kapalaluan sa katunayan ay pakikipagkumpetensya, gayunpaman, ang buhay ay hindi nilayon bilang isang kumpetisyon. Kapag pinili natin si Cristo bilang ating huwaran, kaibigan, at katuwang, maiwawaksi natin ang pagkukumpara na hindi nakabubuti sa atin at magkakaroon ng kapayapaan sa landas patungo sa pagiging perpekto.

Alalahanin, ang buhay nating lahat ay nakakaranas ng imperpeksyon at mga kaugnay nitong mga kahinaan. Kung nakikita nating nahihirapan ang iba, maaari tayong maging mabuting impluwensya para matulungan sila. Kung nakikita natin na nagtatagumpay ang ating kapwa, maaari natin silang batiin nang taos-puso. Ngunit hindi makababuti sa atin ang ikumpara kung nakalalamang o hindi ang ating pagkamatwid o tagumpay sa ibang tao. Maaaring hindi nakikita ng ibang tao ang ating kahalagahan, ngunit nakikita ito ng Diyos: para sa Kanya tayo ay may walang hanggang kahalagahan. Tayo ay mananatiling mga anak Niya. Minamahal Niya tayo nang walang hinihintay na kapalit, at nalulugod Siya sa ating matwid na mga pagsisikap na maging katulad Niya.

Si Jesucristo ay laging nakatunghay sa ating buhay. Siya ay nariyan, nakababatid, at kumikilos para iligtas tayo at gabayan pabalik sa tahanang selestiyal. Dahil sa Kanyang lakas kaya nagagawa natin ang lahat ng bagay at sa pamamagitan Niya ay walang imposible. Sa buhay na ito na hindi perpekto, ang Panginoon ang ating pag-asa at huwaran at hindi tayo huhusgahan sa pamamagitan ng pagkukumpara sa atin sa ating mga kapatid. Nakikita Niya ang nilalaman ng ating puso at magpapadala ng hangin sa ating paglalayag sa patuloy nating paglalakbay patungo sa pagiging ganap. Kumilos tayo nang may pananampalataya, nagsisisi at umaasa sa Kanyang pangako na sa huli, tayo ay magiging "ganap sa kanya" (Moroni 10:32). ■

***Ang awtor ay nakatira sa Tasmania, Australia.***

**MGA TALA**

1. Tingnan sa Russell M. Nelson, "Perfection Pending," *Ensign,* Nob. 1995, 86.
2. Lynn G. Robbins, "Hanggang sa Makapitong-pung Pito," *Liahona,* Mayo 2018, 22.
3. Neal A. Maxwell, "According to the Desire of [Our] Hearts," *Ensign,* Nob. 1996, 21.

# Pagiging ganap
## *sa pamamagitan ni Cristo*

**“Lumapit kay Cristo,
at maging ganap sa kanya”
(Moroni 10:32).**

“Ang pagiging ganap o perpekto . . . ay naghihintay sa lahat ng nagmamahal sa kanya at sumusunod sa kanyang mga kautusan. . . . Ito ang mithiing dapat nating pagsikapang makamit. Ito ay pagiging perpekto na walang hanggan na ilalaan ng Diyos para sa bawat isa sa atin.”

—Pangulong Russell M. Nelson (“Perfection Pending,” *Ensign,* Nob. 1995, 88)

RETRATO SA LOOB NG ROME ITALY VISITORS' CENTER NI MASSIMO CRISCIONE

MGA YOUNG ADULT

## ANO BA TALAGA ANG IBIG SABIHIN NG PAGIGING PERPEKTO?

*Kung sa pakiramdam mo ay kahit anong gawin mo ay tila hindi ka sapat, ang mga artikulong ito ay para sa iyo.*

40

MGA KABATAAN

**GAMITIN ANG NOTEBOOK PARA SA KUMPERENSYA SA BUWANG ITO PARA MAKAPAGHANDA, MAKINIG, AT MATUTO MULA SA PANGKALAHATANG KUMPERENSYA!**

MGA BATA

**GAMITIN ANG LARONG ITO HABANG NAKIKINIG SA PANGKALAHATANG KUMPERENSYA!**

K10

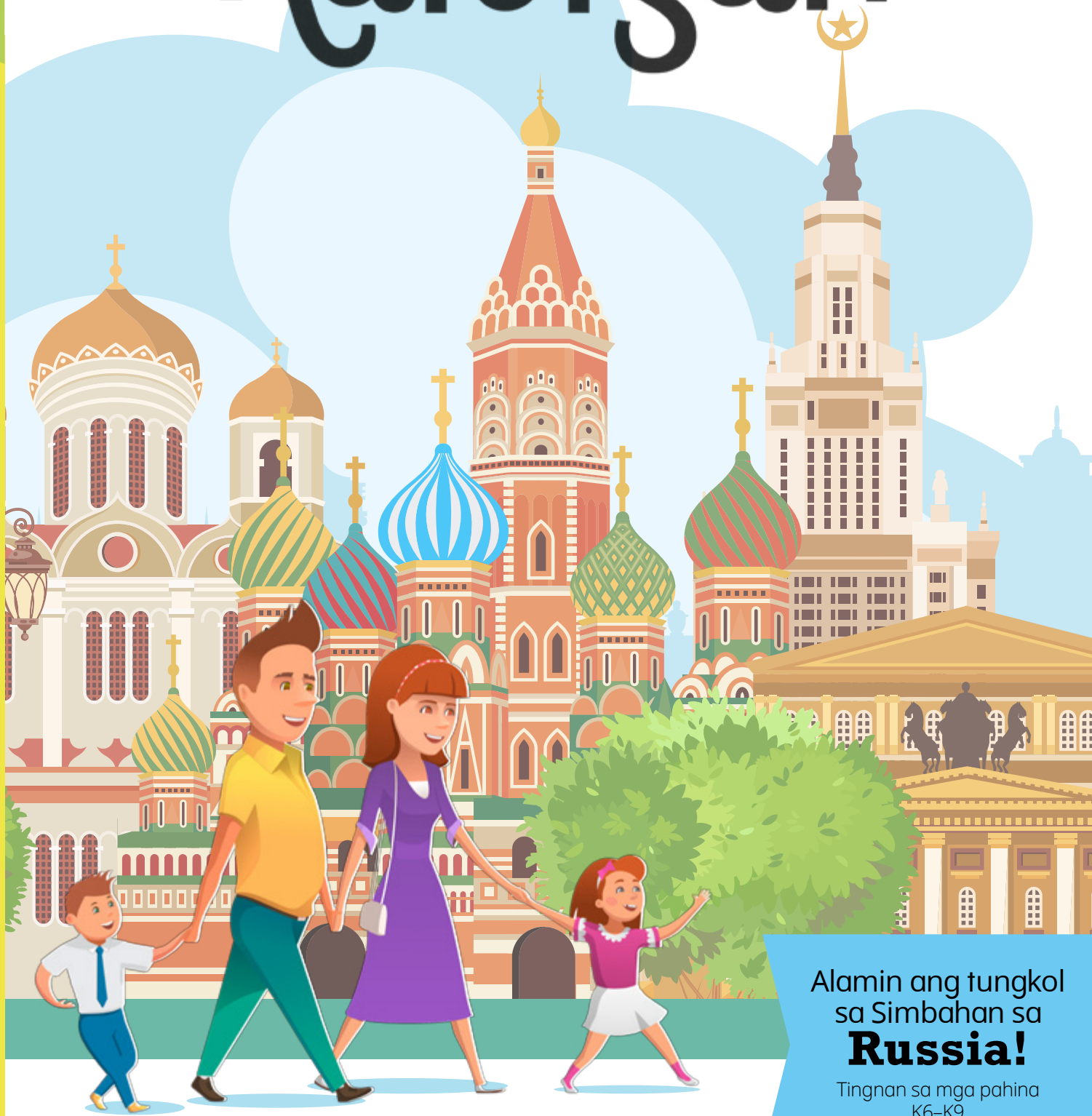
4 02186 09893 0
TAGALOG

ANG SIMBAHAN NI
JESUCRISTO
NG MGA BANAL
SA MGA HULING ARAW

Setyembre 2019

# Kaibigan

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



Alamin ang tungkol sa Simbahan sa **Russia!**

Tingnan sa mga pahina K6–K9

Ni Pangulong Russell M. Nelson

# Tatlong Paraan upang Makasundo ang Ating Kapwa

Itinuro ni Jesus sa mga tao kung paano makakasundo ang isa't isa.

**Paraan #1: Mahalin ang mga tao.**
Si Jesus ay nagbigay ng dalawang dakilang utos: una, iibigin mo ang Panginoon mong Dios ng buong puso mo, at ng buong kaluluwa mo, at ng buong pagiisip mo" (Mateo 22:37), at ang pangalawa ay, "iibigin mo ang iyong kapuwa na gaya ng iyong sarili" (Mateo 22:39).

Ang mga utos na ibigin ang Diyos at ang ating kapwa ay magkaugnay. Ang mga tao ay tunay na magkakapatid dahil ang Diyos ang tunay na Ama natin.

**Paraan #2: Patawarin sila.**
Itinuro ni Jesus sa atin na patawarin ang lahat ng tao, "upang ang inyong Ama naman na nasa langit ay patawarin kayo" (Marcos 11:25).

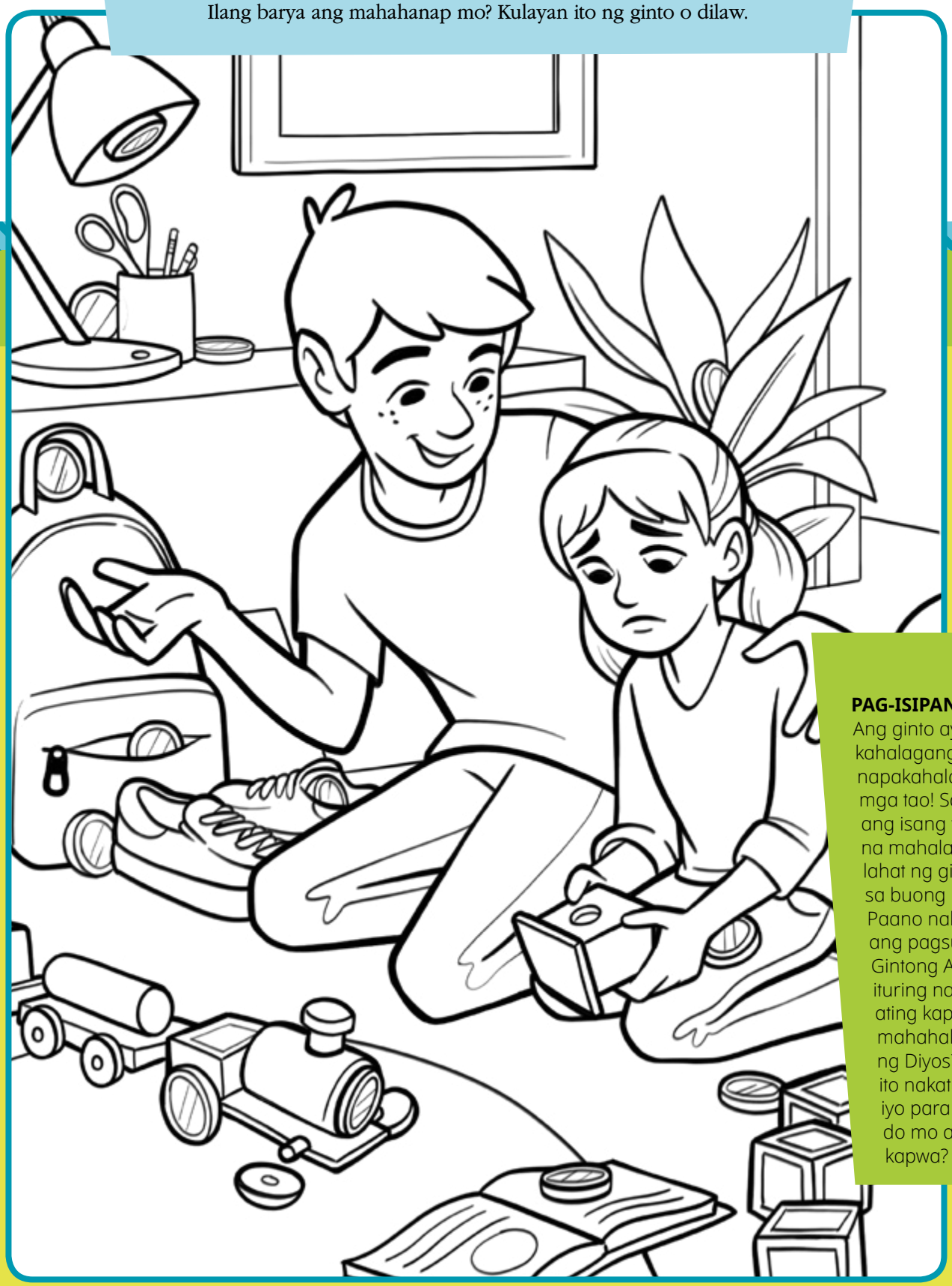
**Paraan #3: Pakitunguhan sila sa paraang nais ninyong pakitunguhan kayo.**
Itinuro ni Jesus ang Gintong Aral: "Lahat ng mga bagay na ibig ninyong sa inyo'y gawin ng mga tao, gawin naman ninyo ang gayon sa kanila" (Mateo 7:12).

Madaling maunawaan kung bakit dapat nating gawin sa iba ang ibig nating gawin sa atin. Ito ay sa dahilang ang bawat isa sa mga anak na lalaki at babae ng Diyos ay mahalaga (tingnan sa Mateo 25:40). ●

*Hango mula sa "Mapapalad ang mga Mapagpayapa,"* Liahona, *Nob. 2002, 39–42.*

## Sundin ang Gintong Aral

Ilang barya ang mahahanap mo? Kulayan ito ng ginto o dilaw.



**PAG-ISIPAN ITO**

Ang ginto ay napakahalagang metal, at napakahalaga rin ng mga tao! Sa katunayan, ang isang tao ay higit na mahalaga kaysa sa lahat ng ginto o pera sa buong mundo. Paano nakatutulong ang pagsunod sa Gintong Aral para ituring natin ang ating kapwa tulad ng mahahalagang anak ng Diyos? Paano ito nakatutulong sa iyo para makasundo mo ang iyong kapwa?

MGA PAGLALARAWAN NI ALYSSA PETERSEN

*"Ako ay Kanyang naririnig at sinasagot" (*Children's Songbook, *14).*

Ang kapatid ni Joe na si Sariah ay may sakit. Hindi tulad ng sakit na umuubo ka o masakit ang tiyan. Sinabi nina Itay at Inay na maaaring may dyabetis siya.

Hindi alam ni Joe kung ano ang dyabetis, pero parang nakakatakot iyon. Pagkatapos ay ipinaliwanag nina Inay at Itay na iyon ay sakit kapag hindi nagagamit ng katawan ng tao ang asukal mula sa pagkaing kinakain nila. Kailangang maospital si Sariah nang ilang araw para malaman kung may dyabetis nga siya.

Kung minsan nakakainis si Sariah kay Joe. Gusto niyang makipaglaro sa mga kaibigan ni Joe. Naiwala pa niya minsan ang video game controller ni Joe. Pero mahal na mahal pa rin siya ni Joe. Ayaw *ko na magkasakit siya,* naisip niya habang pumapatak ang mga luha sa kanyang mga mata.

Tinulungan ng mga ate ni Joe si Sariah na maghanda para sa pagpunta sa ospital. Inilabas ni Mary ang backpack ni Sariah. Tumulong si Hannah na iimpake ang kanyang mga pajama. Idinagdag ni Lily ang isang makapal na kumot. Gusto ring tumulong ni Jose, pero hindi niya alam kung paano.

Di-nagtagal nakaimpake na ang lahat.

# Ang Sakit na Dyabetis

**Ni Eliza Broadbent**
(Batay sa tunay na buhay)
Ang awtor ay nakatira sa Utah, USA.

"Magdasal muna tayo bago umalis," sabi ni Itay. "Joe, pwede bang ikaw ang magdasal?"

Tumango si Joe. "Mahal naming Ama sa Langit," simula niya. "Nawa'y basbasan po Ninyo si Sariah na huwag magkaroon ng dyabetis. Nawa'y basbasan po Ninyo Siya na gumaling na." Habang nagdarasal siya, medyo bumuti ang pakiramdam ni Joe.

Nang magyakap-yakap ang pamilya, nakaisip ng ideya si Joe.

"Sandali lang!" sabi niya. Pumunta siya sa kanyang silid at kinuha ang kanyang portable music player na iniregalo noong kaarawan niya. Tiniyak niya na naroon ang mga pabotirong kanta ni Sariah.

"Heto," sabi niya, at iniabot ito kay Sariah. "Pwede mo itong dalhin sa ospital." Ngumiti si Sariah at hinawakan ito nang mahigpit habang naglalakad papunta sa sasakyan.

Kinabukasan, isinama ni Inay si Joe at ang kanyang mga kapatid sa ospital para dalawin si Sariah. Kinakabahan si Joe habang naglalakad sila sa loob ng ospital. "Nawa'y basbasan po Ninyo siya na wala siyang dyabetis," ang tila pang-isandaang beses na dasal niya

Nang makarating sila sa silid ni Sariah, nakaupo siya sa kama na mayroong mga tubo na nakakabit sa kanyang mga braso. Ngumiti siya nang bahagya nang makita niya silang lahat.

"Nakuha na namin ang resulta," sabi ni Itay. "Sabi ng mga doktor ay may type 1 dyabetis si Sariah. Papalitan natin ang ilan sa mga kinakain natin at tutulong sa pagpapainom ng gamot sa kanya. Pero gagaling siya."

Nalungkot si Joe. Nagpunta siya sa pasilyo at naupo sa tabi ng pinto. Isinubsob niya ang kanyang mukha sa kanyang mga braso.

"Ano'ng problema, Joe?" tanong ni Inay nang maupo ito sa tabi niya.

"Nagdasal po ako na hindi magkaroon ng dyabetis si Sariah," sabi ni Joe. "Bakit hindi po sinagot ng Ama sa Langit ang dasal ko?"

Niyakap siya ni Inay. "Palaging sinasagot ng Ama sa Langit ang ating mga dasal. Pero hindi palaging sa paraan na gusto *natin*. Kung minsan, sa halip na kunin ang mahihirap na problema, sumasagot Siya sa pagbibigay sa atin ng kapayapaan at pagtulong sa atin na maging malakas. Alam ko na tutulungan ng Ama sa Langit si Sariah."

Marahang tumango si Joe. Hindi siya kaagad nakadama ng kapayapaan o lakas. Ngunit naalala niya ang mabuting pakiramdam na nadama niya sa pagdarasal nila ng kanyang pamilya.

Magkasama silang bumalik sa silid. Naglalaro ng card game ang mga kapatid ni Joe, tulad ng ginagawa nila sa kanilang tahanan. At masaya silang lahat, pati si Sariah.

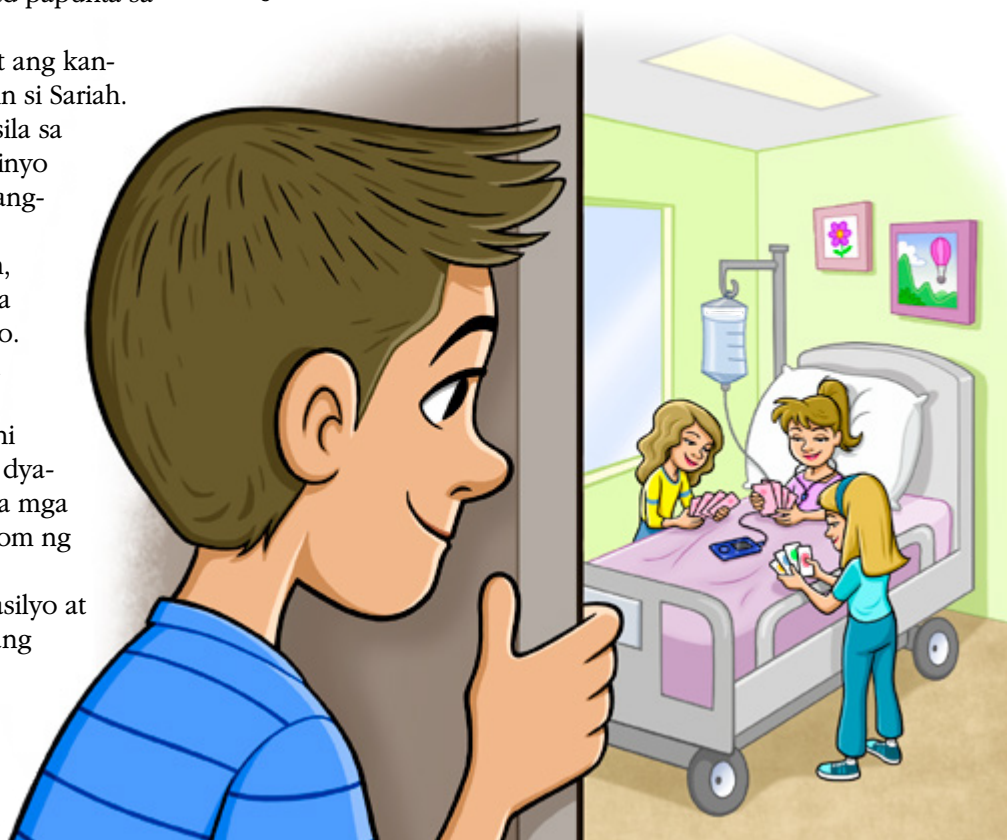
Pagkatapos ay may napansin si Joe. Naka-headphone si Sariah at nasa kandungan niya ang kanyang music player.

"Palagi niyang pinakikinggan ang mga kantang pinili mo para sa kanya," sabi ni Inay. "Talagang nakatulong iyon para mapanatag siya."

Gumanda ang pakiramdam ni Joe. Alam niya na tinutulungan na sila ng Ama sa Langit. ●

## TANONG PARA SA IYO

Sa iyong palagay, paano sinagot ng Ama sa Langit ang mga dasal ni Joe?

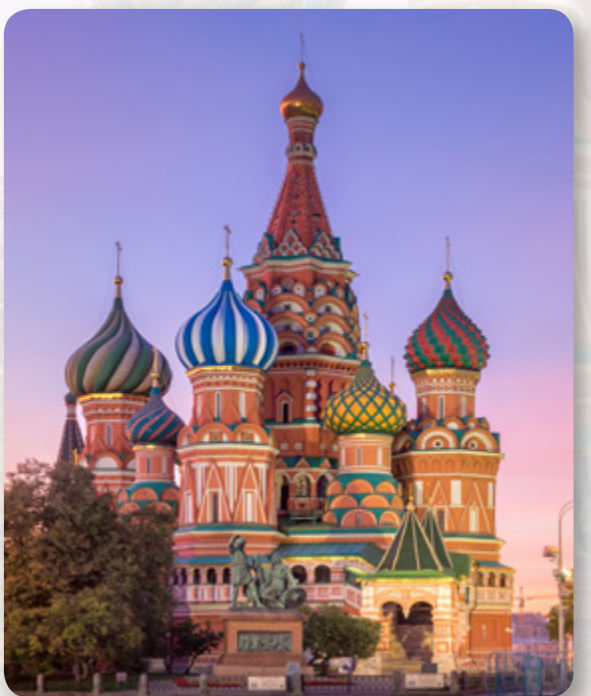


MGA PAGLALARAWAN NI JARED BECKSTRAND

# Hello mula sa Russia!

**Russia** ang pinakamalaking bansa sa buong mundo! Ang lawak nito ay umabot sa dalawang kontinente: Europa at Asya. Ang pambansang hayop ng Russia ay ang brown na oso.

Ang alpabeto ng mga Ruso ay gumagamit ng letrang Cyrillic. Narito ang karatula sa isang gusali ng Simbahan sa Russia at ang Aklat ni Mormon sa wikang Ruso.



Ito ang Saint Basil's Cathedral, isa sa pinakakabantog na lugar sa Russia. Maraming tao sa Russia ang kabilang sa Russian Orthodox Church. Sila ay mga Kristiyano, na ibig sabihin ay naniniwala sila kay Jesucristo, tulad natin!

PAGLALARAWAN NI KATIE MCDEE

Sa Russia, ang unang araw sa paaralan ay tinatawag na Knowledge Day. Ang mga bata ay kumakanta, sumasayaw, at nagdadala sa kanilang titser ng mga bulaklak.

Napakapopular ng sopas sa Russia! Ang batang lalaking ito ay kumakain ng cabbage soup na tinatawag na *shchi*.

Noong nakaraang taon, ibinalita ni Pangulong Nelson na isang templo ang itatayo sa Russia. Napakasaya ng mga miyembro ng Simbahan sa Russia! Ito ang magiging unang templo sa napakalaking bansang iyon.

**Salamat sa pagsama sa amin sa paglalakbay sa Russia. Hanggang sa muli!**

## Kilalanin ang ilan sa ating mga kaibigan mula sa Russia!

Gustung-gusto ko magbigay ng patotoo sa simbahan. Gusto ko magbasa ng mga banal na kasulatan. Mahal ko ang templo at hindi ako makapaghintay na makapasok sa loob.
**Eva, edad 8**

Mahal ako ni Jesus at mahal ko Siya. Madalas ko Siyang banggitin sa paaralan, at kilala rin siya ng mga kaibigan ko. Hilig kong kantahan ng mga kanta sa Primary ang mga kaibigan ko.
**Efim, edad 7**

**Taga-Russia ka ba? Sulatan kami! Masaya kaming makarinig mula sa iyo.**

BACKGROUND PATTERN MULA SA GETTY IMAGES

# Nagpatawad ang Prinsesang Palaka

*Gusto ni Katya na magdula-dulaan, pero gusto ni Sonya na siya ang masunod!*

**Ni Charlotte Larcabal**
Mga Magasin ng Simbahan
(Batay sa tunay na buhay)

*"Magmaawain kayo, gaya naman ng inyong Ama na maawain" (Lucas 6:36).*

Dala-dala ni Katya ang isang malaking kahon nang lumabas siya sa apartment. Tag-init na, at ilang buwan nang mainit ang klima sa kanilang lungsod sa Russia. Ipinatong niya ang kahon sa upuan kung saan naghihintay ang kanyang mga kaibigan na sina Dima at Sonya.

"Narito ang lahat ng bagay na kailangan natin sa ating dula-dulaan!" sabi ni Katya. Binuksan niya ang kahon at inilabas ang isang plastik na korona at mga piraso ng tela na kulay lila, asul, at pula. Kung magiging malikhain, ang mga ito ay magagawang magagandang costume.

"Ano ang dula-dulaan natin?" tanong ni Dima.

Ngumiti si Katya. "Siguro isadula natin ang 'Ang Prinsesang Palaka'!" Ito ang paborito niyang kuwentong pambata. Napangiti si Katya nang maisip niya ang kanyang sarili na gumaganap bilang ang magandang si Vasilisa.

Kinuha ni Sonya ang telang asul mula sa kahon at ibinalot sa kanyang sarili. “Gusto kong maging si Vasilisa!” sabi niya.

“Sandali lang,” sabi ni Katya. “Ideya ko ito. Kaya dapat ako ang gumanap na Vasilisa.”

“Maaari kang maging siya,” sabi ni Sonya. Pero humagikgik siya. “Habang palaka siya!”

Sumimangot si Katya at hinablot ang asul na tela kay Sonya. “Pero laro ko ito!”

Namaywang si Sonya. “Walang makikipaglaro sa iyo kung ikaw lagi ang nasusunod. Mas bagay sa iyo ang palaka kaysa prinsesa.”

Mangiyak-ngiyak na si Katya. Kinuha niya ang kanyang kahon at tumakbo papasok at paakyat sa apartment ng kanyang pamilya. Pasara niyang ibinagsak ang pinto.

“Ano’ng problema?” tanong ni Inay. Napaiyak na si Katya.

“Sinira ni Sonya ang lahat!” Ikinuwento ni Katya kay Inay ang buong nangyari. “Sinabi niya na palaka ako!”

“Oh, Katyusha,” sabi ni Inay. Katyusha ang palayaw ni Inay kay Katya. “Nalulungkot ako. Hindi maganda ang ginawa niya.”

Maya-maya ay may kumatok sa pinto. Pumunta si Inay sa pinto para buksan ito, pero tumakbo si Katya papasok sa kanyang silid. Nakarinig siya ng mga tinig, at pagkatapos ay tinawag siya ni Inay. “Gusto mo bang kausapin si Sonya? May sasabihin siya sa iyo.”

“Hindi po!” sigaw ni Katya.

Narinig niyang muli ang mga tinig, at pagakatapos ay narinig niya ang pagsara ng pinto.

“Siguro magso-sorry si Sonya,” sabi ni Inay.

“Wala po akong pakialam,” sabi ni Katya. Isinubsob pa niya lalo ang kanyang mukha sa unan.

Isang minutong nakatayo si Inay sa may pinto. “Alam mo, kung minsan kapag talagang galit ako, ayaw kong patawarin ang ibang tao. Kung minsan kinakailangan kong humingi ng tulong sa Ama sa Langit na tulungan akong magpatawad.” Pagkatapos ay umalis na siya.

Galit na galit si Katya para magpatawad. Nasaktan ni Sonya ang kanyang damdamin! Pero . . . ang magalit ay hindi maganda sa pakiramdam.

Napabuntong-hininga siya at lumuhod sa gilid ng kanyang kama. Alam ni Katya na nais ng Ama sa Langit na patawarin niya si Sonya. Ito ang tamang gawin. At siguro nais ng Ama sa Langit na magpatawad si Katya dahil makatutulong ito kay Katya para gumaan ang kanyang pakiramdam.

“Ama sa Langit, tulungan po Ninyo ako na patawarin si Sonya,” sabi niya. “Ayaw ko po talagang patawarin siya, pero ayaw ko rin pong laging magalit.”

Tinapos niya ang kanyang panalangin at bumuntong-hininga. Nadama ni Katya na nagsimulang mapawi ang kanyang galit, nang kaunti. Magagawa niya ito. Makapagpapatawad siya. Pumunta siya sa apartment ni Sonya at kumatok sa pinto.

Binuksan ito ni Sonya at agad na nagsalita. “Katya, sorry sa mga nasabi ko.”

“Pinatatawad na kita,” sabi ni Katya. “At sorry kinuha ko ang lahat ng mga costume ko. Bagay din sa inyo na gumanap na Vasilisa. Maaari tayong magsalitan.”

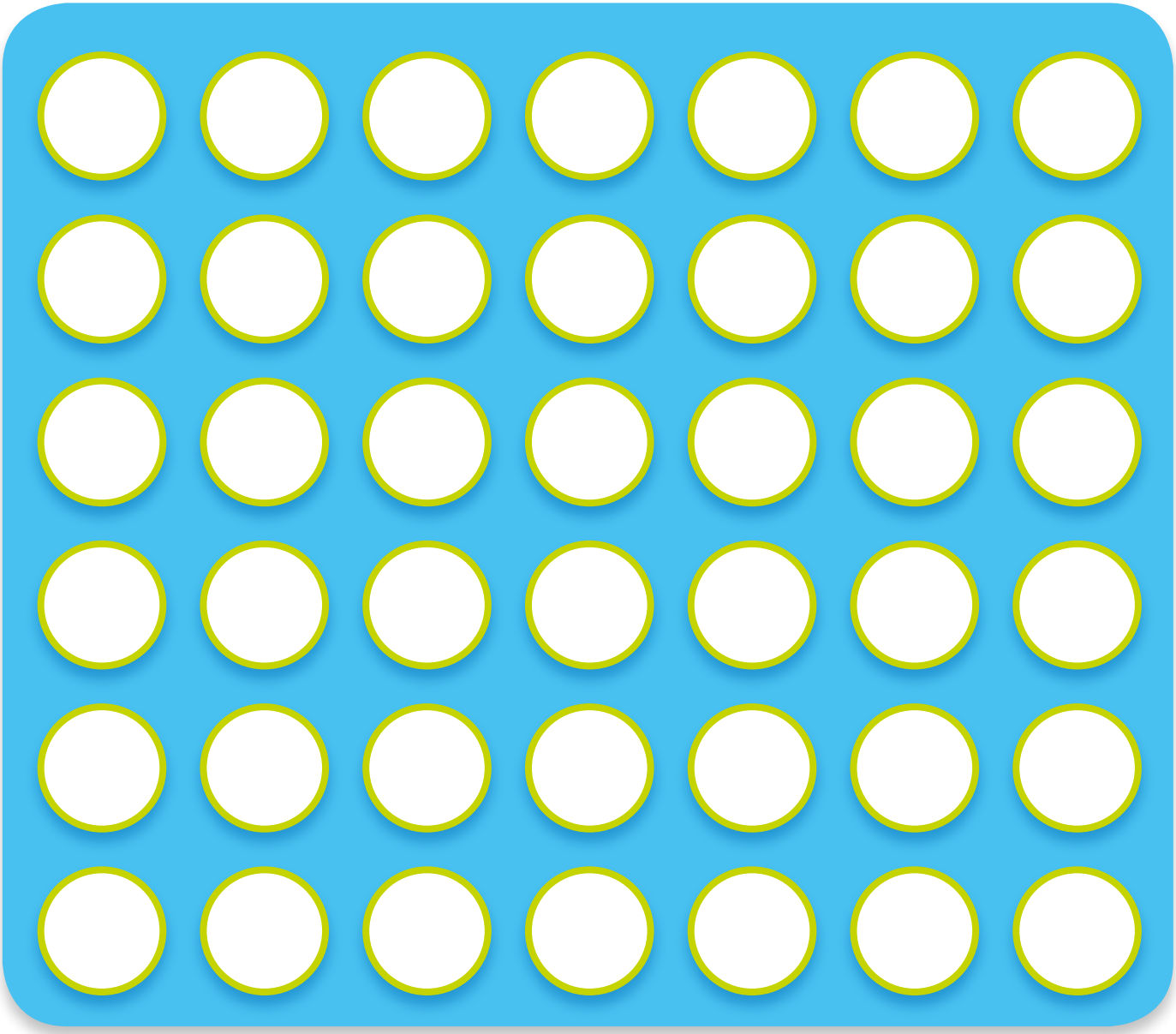
Ngumiti si Sonya. “OK. Pwede na ba tayong magpraktis ngayon? Susunduin ko si Dima!”

Ngumiti rin si Katya. “Kukunin ko ang mga costume!” ●

MGA PAGLALARAWAN NI LUCY SEMPLE

# Sikaping Makapaglagay ng Apat na Magkakasunod sa Isang Hanay sa Kumperensyang Ito!

Laruin ito nang may kapartner sa panahon ng kumperensya. Una, pumili ng *X* o *O*. Pagkatapos ay pakinggan ang mga salita na nakalista sa ibaba. Kapag may narinig kayong isa sa mga salitang iyon, magsalitan sa pagsulat ng inyong letra (*X* o *O*) sa isa sa mga puwang. Magsimula sa ibabang hanay ng score card. Pagkatapos niyan, ang bawat letra ay dapat na isulat nang magkakasunod sa isang hanay. Sinumang makapaglagay ng apat na magkakasunod sa isang hanay ay panalo! ●



| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Mga Bata** | **Pamilya** | **Pagmamahal** | **Paghahayag** | **Templo** |
| **Kautusan** | **Diyos** | **Panalangin** | **Mga Banal na Kasulatan** | **Propeta** |
| **Pananampalataya** | **Jesus** | **Priesthood** | | **Apostol** |

Di-magtatagal at papasok ako sa templo sa kauna-unahang pagkakataon at kinakabahan ako sa interbyu para sa temple recommend. Anong mga bagay ang itatanong ng bishop?

—Kabado sa Acapulco

## Mahal Naming Kabado,

Ang listahan sa ibaba ay nagpapakita ng mga uri ng mga bagay na itatanong sa iyo ng iyong bishop o branch president. Maaari mo siyang tanungin kung hindi mo nauunawaan ang kahulugan ng isang bagay. Maaari ka ring magpasama sa iyong magulang kung gusto mo.

Mahal ka namin!

Ang *Kaibigan*

- **Nananampalataya ka ba sa Ama sa Langit, kay Jesucristo, at sa Espiritu Santo?**
- **Sinusuportahan mo ba ang iyong mga lider sa Simbahan (tulad ng propeta, mga apostol, at iyong bishop)?**

- **Pinananatili mo bang malinis ang iyong isip at katawan?**
- **Sinisikap mo bang tuparin ang tipang ginawa mo noong binyagan ka?**
- **Sinusunod mo ba ang mga kautusan?**

- **Tapat ka ba?**
- **Nagbabayad ka ba ng buong 10-porsiyentong ikapu?**

Kahit hindi ka pa makakapasok sa ngayon sa templo, maaari ka ring kumuha ng temple recommend kung nasa Young Women ka o isa kang maytaglay ng Aaronic Priesthood. Tumutulong ito sa iyo para maalala mo na manatiling karapat-dapat na makapasok sa templo!

- **Sinusunod mo ba ang Word of Wisdom?**
- **Naniniwala ka ba na karapat-dapat ka na makapasok sa bahay ng Panginoon?**

BALLPEN NA LARAWANG KUHA NG GETTY IMAGES; MGA PAGLALARAWAN: MGA BARYA NI BETH M. WHITTAKER; ANG TAGAPAGLIGTAS AT PAGBIBINYAG NI MATT SMITH; BOSTON MASSACHUSETTS TEMPLE NI STEVE KROPP

# Family History, Mga Paraan sa Paggawa

**Hi, ako si Mei.**

Nakita ko ang larawang ito sa lumang kahon. Sa likod nito, nakita ko ang pangalang Fumiko.

Tiningnan naming muli ang kahon at nakakita ng isang lumang liham na isinulat ni Fumiko at marami pang mga larawan. Masaya na malaman pa ang tungkol sa kanya.

Sinabi ng nanay ko na larawan ito ng aking lola-sa-talampakan na si Fumiko. Gusto kong alamin pa ang tungkol sa kanya.

Nagpunta kami sa FamilySearch.org at idinagdag si Fumiko sa aming family tree. Inilagay namin ang petsa ng kaarawan niya at ang petsa kung kailan sila ikinasal ng kanyang asawang si Hiroshi.

Hindi nabinyagan si Fumiko noong nabubuhay pa siya, pero ngayon nasa edad na ako para makapasok sa templo at magpabinyag para sa kanya.

Idinagdag din namin doon ang larawan ni Fumiko. Ngayon kung sakali mang mawala o masira ang mga litrato, may makikitang kopya ng mga litrato sa online ang aking pamilya.

**Nang makauwi na ako sa bahay,** isinulat ko ang tungkol dito sa aking journal. Balang-araw umaasa ako na makikita ko ang aking Lola Fumiko. Gusto kong malaman pa ang tungkol sa kanya at tungkol sa aming buong pamilya!

Gumawa kami ng kopya ng pangalan ni Fumiko at impormasyon tungkol sa kanya. Pagkatapos ay pumunta kami sa templo at nagpabinyag ako para sa kanya!

**Magagawa mo rin ang family history—kahit nakatira ka malayo sa templo.**

- Magsulat o magdrowing ng mga larawan sa iyong journal tungkol sa iyong buhay.
- Tanungin ang magulang o lolo o lola tungkol sa kanilang buhay.
- Mag-upload ng mga larawan sa **FamilySearch.org** gamit ang computer, smartphone, o tablet.
- Basahin ang tungkol sa mga tanong para sa temple-recommend sa pahina K11. Paano ka magiging karapat-dapat ngayon na makapasok sa templo?

MGA PAGLALARAWAN NI JIM MADSEN

*Nasasabik na si José na makapasok sa templo. Pero bakit sobra ang kaba niya?*

# Kapayapaan sa Templo

**Ni José Rodríguez**
(Batay sa tunay na buhay)

*"Templo'y ibig makita. Doon ay pupunta"*
*(*Aklat ng mga Awit Pambata, *99).*

"Binabati kita, José," sabi ni Bishop García. Iniabot niya sa akin ang aking bagong temple recommend.

"Salamat po!" sabi ko. Kinamayan ko siya at lumabas sa kanyang opisina, na nakatingin sa puting papel. Makakapasok na ako sa templo para makapagpabinyag!

Ang aking *abuelos* (lolo't lola) ay naghihintay sa pasilyo. Hindi madalas magsimba ang aking mga magulang, kaya nagsisimba ako kasama ang aking Abuela at Abuelo. Niyakap nila ako.

"Nasasabik ka na ba sa iyong unang pagpunta sa templo sa susunod na linggo?" tanong ni Abuelo habang papalabas kami sa gusali.

"Opo!" sabi ko. At naramdaman ko ang tuwa at saya ng kalooban ko.

"Napakasaya na pumunta roon nang magkakasama bilang pamilya," sabi ni Abuela nang nakangiti.

Ngumiti rin ako, pero hindi pa rin napawi ang kakaibang pakiramdam na nadarama ko.

Habang papalapit na ang temple trip, lalo akong kinabahan. Kalaunan kinausap ko si Abuela tungkol dito.

Naghihiwa siya ng mga gulay sa kusina, pero tumigil siya nang pumasok ako," Anong problema?" tanong niya, habang pinupunasan ng tuwalya ang kanyang mga kamay. "Parang may problema ka."

Napabuntung-hininga ako at umupo sa tabi ng mesa. "Talagang gustung-gusto ko na pong makapunta sa templo. Pero kinakabahan din po ako."

Tumango-tango si Abuela, na naunawaan ang nararamdaman ko. "Hindi mo kailangang mag-alala. May mga taong tutulong sa iyo roon sa lahat ng oras."

Habang nagsasalita siya, nakadama ako ng mainit, at nakapapanatag na damdamin mula sa aking ulo hanggang sa mga daliri ng aking paa. Alam ko na magiging espesyal na araw iyon.

At dumating na nga ang araw ng aming pagpunta sa templo. Nagsuot ako ng damit pangsimba at sinuklay ang aking buhok. Pumasok si Abuela sa aking silid.

"Kumusta na ang pakiramdam mo?" tanong niya.

**TANONG PARA SA IYO**

Sa iyong palagay, bakit espesyal na lugar ang templo?

"Masaya po! Nasasabik na po akong makapasok sa templo."

Umupo si lola sa gilid ng aking kama at kinuha ang isang kapirasong papel mula sa kanyang bulsa.

Ito ay isang temple ordinance card," sabi niya. "Ito ay para sa aking kapatid na lalaki. Napakaespesyal niya sa akin. Pero namatay siya bago siya mabinyagan. Maaari bang magpabinyag ka para sa kanya sa templo ngayon?"

Iniabot ni Abuela ang papel sa akin. Nabasa ko ang pangalang: Ramon Rodriguez. Masasabi ko na mahal ni Abuela ang kanyang kapatid, at natutuwa ako na pinagkatiwalaan niya ako na magpabinyag para sa kanya.

"Opo, sige po, Abuela. Salamat!" Maingat kong inilagay ang card sa aking bulsa.

Habang nakasakay sa bus papunta sa Santo Domingo Temple, ikinuwento ni Abuela ang tungkol sa unang pagpunta niya sa templo kasama si Abuelo. Noon, kailangan nilang magpunta pa sa Peru dahil wala pang templo sa Dominican Republic.

Makalipas ang isang oras, nakarating na kami sa templo. Naroon din si Bishop García. Nanlaki ang mga mata ko nang pumasok kami sa gusali. Napakaganda nito! Huminto ako para basahin ang mga salita sa itaas ng pinto: Kabanalan sa Panginoon: Ang Bahay ng Panginoon.

Nang pumasok ako sa pinto, alam ko na pumapasok ako sa espesyal na lugar. Parang napawi lahat ang mga alalahanin ko. Lahat ay tahimik at payapa.

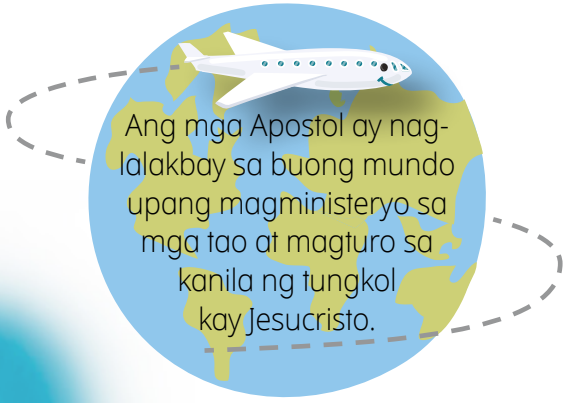
Pagkatapos magpalit ng puting damit, tumayo ako sa bautismuhan kasama si Bishop Garcia. Nakinig akong mabuti habang sinasambit niya ang panalangin sa pagbibinyag. Nang sabihin niya ang pangalan ni Ramon, isang payapang damdamin ang pumuspos sa aking katawan.

Inilubog ako ni Bishop Garcia sa tubig. Nang umahon ako, nakangiti ako. Nasasabik na akong gawin ito muli! ●

*Ang awtor ay nakatira sa National District, Dominican Republic.*

MGA PAGLALARAWAN NI MIKE LAUGHEAD

# Bumisita si Elder Rasband sa Cape Verde



Si Elder Ronald A. Rasband at ang kanyang asawang si Sister Melanie Rasband, ay bumisita sa Cape Verde. Ito ay isang magandang bansa na binubuo ng 10 isla malapit sa baybayin ng Africa.

Bumisita si Elder Rasband sa isang paaralan para sa mga batang estudyante. Marami sa kanila ang walang mga magulang para mag-alaga sa kanila. Pumila sila para kamayan siya. Gustung-gusto iyon ni Elder Rasband. Siya at si Sister Rasband ay may 27 na apo!

Bumisita rin sila sa isang bukid. Ang mga miyembro ng Simbahan ay natutong mag-alaga ng mga baboy at iba pang mga hayop doon para masuportahan nila ang kanilang pamilya.

Sabik ang mga tao na marinig ang sasabihin ni Elder Rasband. Ito ang unang pagkakataon na may bumisitang Apostol sa kanilang bansa!

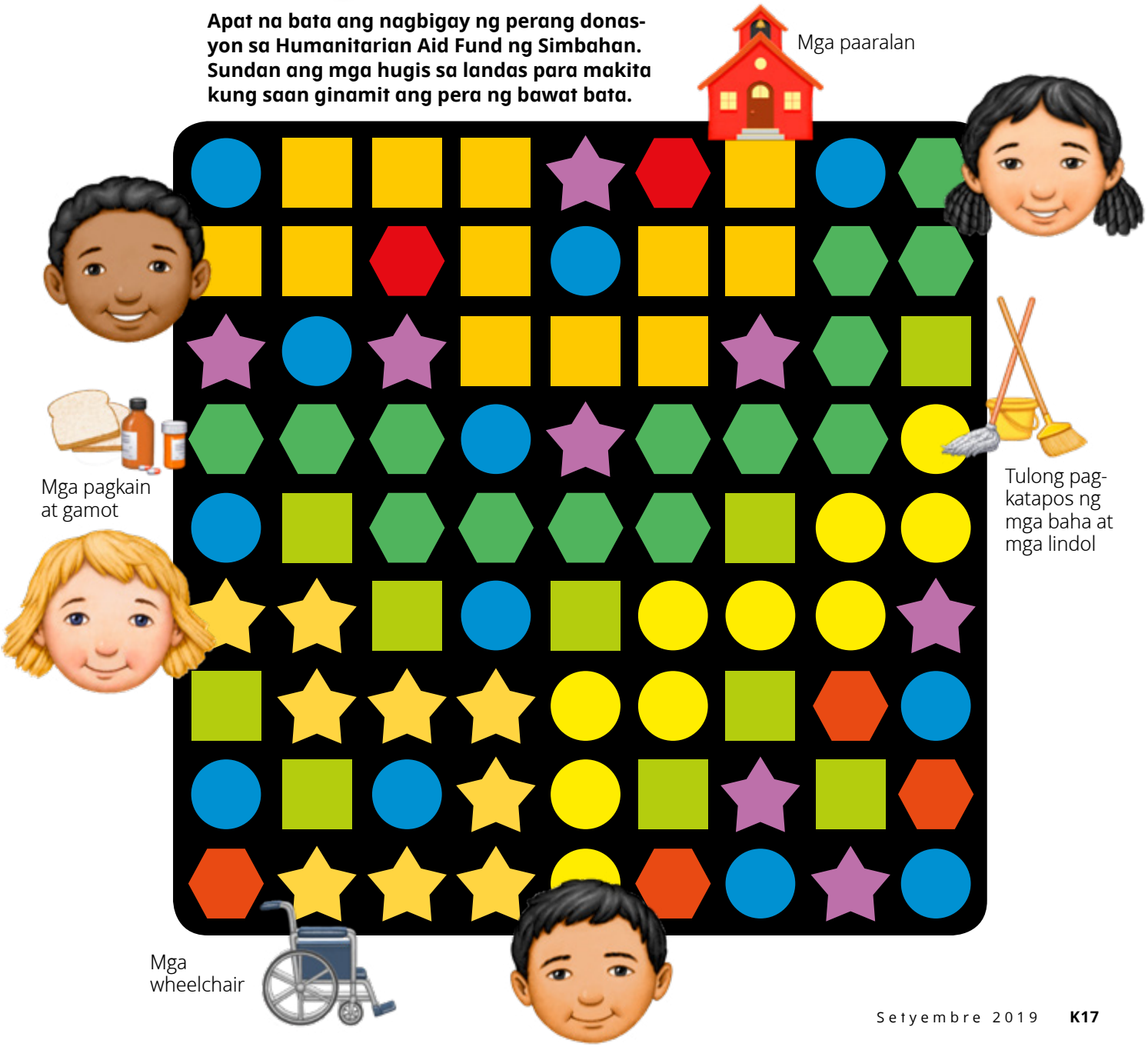
"Mahal kayo ng Diyos. Mahal kayo ng Tagapagligtas."

## Maaari Din Tayong Tumulong!

Ang Simbahan ay nagbibigay ng pera para matulungan ang paaralan ng mga bata na binisita ni Elder Rasband. Narito ang mga paraan kung paano mo maibabahagi ang iyong pera sa mga batang katulad nila!

- **Kapag nagbabayad ka ng ikapu, magdagdag ng sobrang pera sa sobre.**
- **Isulat ang halaga ng sobrang pera sa linyang nagsasabing "Humanitarian Aid."**
- **Isara ang sobre at ibigay ito sa iyong bishop o branch president.**
- **Ang iyong pera ay makakatulong sa mga tao sa iba't ibang panig ng mundo sa maraming paraan!**

**Apat na bata ang nagbigay ng perang donasyon sa Humanitarian Aid Fund ng Simbahan. Sundan ang mga hugis sa landas para makita kung saan ginamit ang pera ng bawat bata.**




MGA PAGLALARAWAN NI MARK STEPHENS

# Ipakita at Ikuwento

Hilig kong magdasal. Nang nawala ang laruan ko, nagdasal ako, at tinulungan ako ng Diyos mahanap ito. Minsan nagdarasal ako bago ang klase at mga football game. Masaya ako kapag nagdarasal kami bilang pamilya at kapag inaatasan akong magdasal sa Primary. Hilig kong magdasal dahil alam kong nakikinig at sinasagot ng Ama sa Langit ang mga panalangin ko.

**Kirill, edad 8**

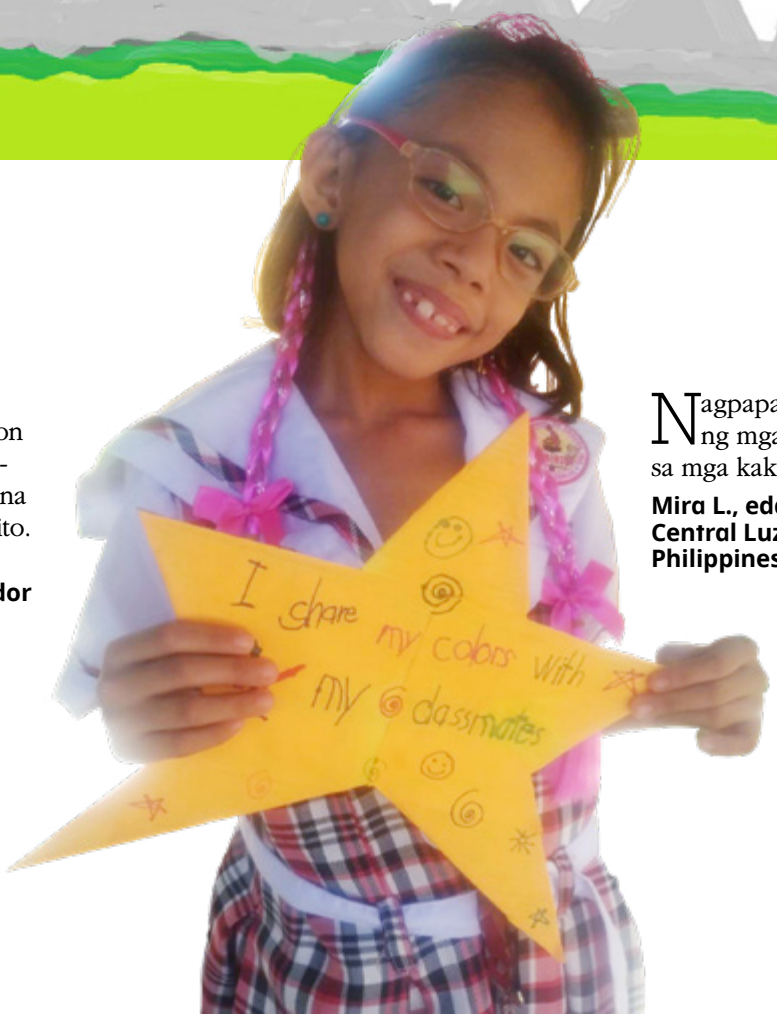
Alam kong buhay si Jesus at ibinigay Niya ang Kanyang buhay para sa atin. Alam ko na si Jesus ang ating Tagapagligtas at Manunubos.

**Maria, edad 10**

**Talus P., edad 9, Virginia, USA**

Gustung-gusto kong basahin ang Aklat ni Mormon tuwing gabi at palaging nananalangin na malaman na totoo ito.

**Aaron P., edad 7, Esmeraldas, Ecuador**




Nagpapahiram ako ng mga pangkulay sa mga kaklase ko.

**Mira L., edad 6, Central Luzon, Philippines**

# Ang Pagkakamali na Mag-ahit

**Ni Elder Allen D. Haynie**
Ng Pitumpu

*"Naniniwala kami sa pagiging matapat" (Mga Saligan ng Pananampalataya 1:13).*

Noong mga siyam na taong gulang ako, gusto kong magkaroon ng bigote. Naisip ko na magagawa ko ito sa pag-aahit ng aking pisngi araw-araw. Ilang araw ko nang ginagamit ang pang-ahit ng tatay ko. Isang araw nakita ako ng tatay ko na nag-aahit. Sinabihan niya ako na huwag ko itong gawin dahil baka masugatan ako.

Ikinalulungkot kong sabihin na hindi ko sinunod ang tatay ko. Kinabukasan ay nag-ahit akong muli. Nang nag-aahit na ako, dumulas ang pang-ahit sa aking masabong mga daliri. Nahiwa nang malalim ang ibabaw ng aking labi. Medyo natakot ako nang gamutin ko ang aking labi. Pero mas natakot ako sa sasabihin sa akin ng tatay ko.

Nang dumating siya sa bahay nang gabing iyon at nakita ang sugat ko, nagulat siya at nag-alala. Itinanong niya kung paano nangyari iyon.

"Kasi po," sabi ko, "tumatakbo ako sa bangketa, at nadapa ako at nasubsob ang mukha ko."

Nagsinungaling ako! Una hindi ako sumunod, at ngayon nagsinungaling ako! Hindi ako makatulog nang gabing iyon. Malalim na ang gabi, pero kailangan kong sabihin kay Itay ang katotohanan. Nakita ko siya sa sala.

"Itay, nagsinungaling po ako sa inyo," sabi ko. "Hindi po ako nadapa. Nasugatan ko po ang aking sarili dahil nag-ahit ako. Sorry po."

Ilang sandaling walang kibo ang tatay ko. Pagkatapos ay magiliw niyang sinabi, "Sumuway ka, Anak. At hindi iyan isang mabuting bagay. Pero natutuwa ako na nagpasiya kang sabihin ang katotohanan."

Ang aral na iyon—at ang aktuwal na pilat—ay nanatili sa akin araw-araw mula noon. Maging sa Ama sa Langit man o sa inyong mga kaibigan at pamilya, palaging maging halimbawa ng katapatan. ●

PAGLALARAWAN NI THOMAS CHILD

# Mga Sulat ni Pablo

**Ni Marissa Widdison**
Mga Magasin ng Simbahan

Tumulong si Apostol Pablo na pamunuan ang Simbahan pagkamatay ni Jesus. Noong panahong iyon, walang mga telepono o internet. Kaya sumulat si Apostol Pablo sa mga miyembro ng Simbahan.

Sumulat si Pablo sa mga tao sa lungsod ng Corinto. Sinabi niya sa kanila na patawarin ang iba. Sinabi niya sa kanila na maging matiisin. Sumulat siya tungkol kay Jesus.

Sumulat si Pablo sa mga tao sa isang lugar na tinatawag na Galacia. Sinabi niya sa kanila na mahalin ang kanilang kapwa. Sinabi niya sa kanila kung paano mararamdaman ang Espiritu.

Ang mga sulat ni Pablo ay napakahalaga kaya't naging bahagi ang mga ito ng Biblia. Mababasa mo ang mga ito sa Bagong Tipan.

MGA PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

Maaari akong matuto mula sa mga turo ni Pablo. Pakikinggan ko ang mga itinuturo ng propeta at ng mga apostol ngayon! ●

# Gustung-Gusto Ko ang Biblia!

PAGLALARAWAN NI APRYL STOTT

# Mahal Naming mga Magulang

**Napakasayang taon ito** para sa mga templo sa iba't ibang dako ng mundo! Nailaan na ang mga templo sa Italy, Democratic Republic of the Congo, Brazil, Haiti, at Portugal. Ilan pang mga templo ang muling inilalaan. Ang magasin na ito ay may ilang artikulo tungkol sa mga templo. Ang inyong mga anak ay maaaring:

- Pag-aralan ang mga tanong para sa temple-recommend (pahina K11).
- Gayahin ang ginawa ni Mei nang malaman niya ang tungkol sa isang kapamilya na kinakailangang gawan ng mga ordenansa sa templo (mga pahina K12–K13).
- Magbasa ng isang kuwento tungkol sa unang pagpunta sa templo ng isang bata (mga pahina K14–K15).

Mahahanap ba ng inyong mga anak ang lahat ng salitang *templo* na nakasulat sa magasin? Maaari silang magpraktis na isulat ang pangungusap na "Gusto kong makita ang templo" at magdrowing ng larawan ng inyong pamilya na nasa templo. Gusto naming makita ang inyong mga larawan!

Paano napagpala ng mga templo ang inyong buhay?

Ang *Kaibigan*

**Paano Ipadadala ang Likhang-sining o Karanasan ng Iyong Anak sa *Liahona***

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

**Hanapin ang nakatagong Liahona sa loob!**

**MGA NILALAMAN**

**K2** Mula sa Unang Panguluhan: Tatlong Paraan para Makasundo ang Ating Kapwa

**K4** Ang Sakit na Dyabetis

**K6** Hello mula sa Russia!

**K8** Nagpatawad ang Prinsesang Palaka

**K10** Masasayang Bagay: Sikaping Makapaglagay ng Apat na Magkakasunod sa Isang Hanay sa Kumperensyang Ito!

**K11** Ano ang Iniisip Mo?

**K12** Family History, Mga Paraan sa Paggawa

**K14** Kapayapaan sa Templo

**K16** Mga Apostol sa Iba't Ibang Panig ng Mundo: Binisita ni Elder Rasband ang Cape Verde

**K18** Ipakita at Ikuwento

**K19** Ang Pagkakamali na Mag-ahit

**K20** Mga Kuwento sa mga Banal na Kasulatan: Mga Sulat ni Pablo

**K23** Pahinang Kukulayan: Gustung-gusto Ko ang Biblia!

**SA PABALAT NG *KAIBIGAN***
Paglalarawan mula sa Adobe Stock

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

TAGALOG
4 021860 09893 0