

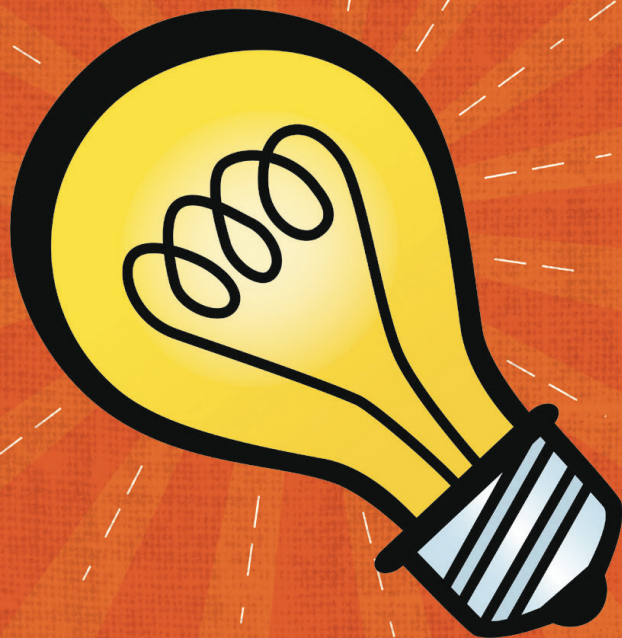


PAGSERBISYO SA DIOS UBAN  
SA TIBUOK NINYO NGA

## KASINGKASING

PAGSERBISYO SA DIOS SA  
TIBUOK NINYO NGA

## HUNAHUNA



PAGSERBISYO SA DIOS  
SA TIBUOK NINYO NGA

## KUSOG



PAGSERBISYO SA DIOS  
SA TIBUOK NINYONG

## GAHUM





## PAGSERBISYO SA TIBUOK NINYO NGA HUNAHUNA

“Ang gahum sa paghunahuna mao ang usa ka gasa gikan sa Dios. . . . Ang paagi sa atong paghunahuna makaapekto og dako sa atong mga panglihok-lihok ug pamatasan, ingon man sa atong kahimtang human niini nga kinabuhi” (Giya Ngadto sa mga Kasulatan, “Hunahuna, mga,” scriptures.lds.org). Ang atong mga hunahuna makatabang nato nga makat-on ug mag-usab para sa mas maayo—kon kita nagtinguha sa maayong mga butang. Ania ang pipila ka ideya sa pagserbisyo sa Dios sa tibuok ninyong hunahuna:

- Pagtuon sa mga kasulatan ug sa mga pulong sa propeta.
- Paghunahuna og positibo nga mga hunahuna kabahin sa uban ug sa inyong kaugalingon.
- Pagtinguha og kahibalo, ilabi na sa makapabayaw nga mga butang.
- Pagpili og limpyo ug makapabayaw nga mga kalingawan.
- Pagsiksik og usa ka butang nga importante kaninyo—sama pananglit, usa ka panghitabo sa kasaysayan sa Simbahan o sa katigulangan.
- Pagpunting sa inyong hunahuna ngadto Manluluwas panahon sa sakrament.
- Paghimo og journal ug ribyuha kini matag karon ug unya.

## PAGSERBISYO UBAN SA TIBUOK NINYO NGA KASINGKASING

Ang kasingkasing nagpatunhay sa kinabuhi. Ang “kasingkasing” sa kasagaran nagpasabut sa sentro o labing mahinungdanon sa usa ka butang ug ang dapit diin anaa ang mga tinguha ug emosyon. Ang pagserbisyo sa Dios uban sa tibuok natong kasingkasing mao ang pagtugyan Kaniya sa tanan natong mga tinguha, kabubut-on, ug gugma. Siya nagsugo kanato sa paghigugma Kaniya pinaagi sa pagsunod sa Iyang mga sugo ug sa paghigugma sa uban. Ania ang pipila ka ideya sa pagbuhat niini:

- Pagprayoridad sa pag-ampo, pagtuon sa kasulatan, ug pagtambong sa Simbahan kaysa imong mga pangandoy.
- Pagpakita og kalooy ug kamabination ngadto sa usa ka tawo sa inyong pamilya o sa eskwelahan.
- Paggahin og panahon sa pagbuhat og usa ka butang para sa uban.
- Pagpaningkamot sa pagsabut sa gibati sa usa ka tawo.
- Paghatag og sinsero nga pagdayeg sa usa ka tawo.
- Pakig-istorya o pagtapad sa usa ka tawo kinsa nag-inusara.

## PAGSERBISYO SA TIBUOK NINYO NGA KUSOG

Ang enerhiya nga atong gigamit sa pagserbisyo sa Dios kabahin sa paghatag Kaniya sa tanan natong kusog. Ang kusog usa usab ka espirituhanong gahum, pasalig sa kaugalingon, kalig-on, ug kakugi sa paghimog mga kaayohan. Atong mapakita ang atong kusog samtang kita nagsunod sa mga baruganan nga gikinabuhi sa Manluluwas Mismo. Dayon kita makadawat og balaan nga espirituhanong gahum. Ania ang mga ideya sa pagserbisyo sa tibuok ninyong kusog:

- Paghatag sa inyong hingpit nga pagtagad ngadto sa inyong pagtuon sa kasulatan.
- Pakighiusa uban niadtong anaa sa inyong ward o branch diha sa buhat.
- Pagbarug nga lig-on alang sa mga sumbanaan sa moralidad.
- Pagsunod sa mga aghat sa Espiritu Santo sa pagpanalangin sa uban.
- Pagpasalig nga magkinabuhi nga matarung ug padayon sa inyong pasalig bisan adunay motumaw nga mga tintasyon.
- Pag-atiman sa inyong lawas pinaagi sa hustong nutrisyon ug ehersisyo.
- Pagtuman sa inyong mga pakigsaad aron makaangkon og mas dakong espirituhanong gahum.

## PAGSERBISYO SA TIBUOK NINYONG GAHUM

Ang pagserbisyo uban sa atong gahum yanong nagpasabut sa pagbuhat unsay atong mahimo, sa espirituhanon ug temporal nga paagi, ug nakatutok ngadto sa uban. Bisan unsa ang atong indibidwal nga mga talento (gikan sa pag-alsa og bug-at nga sofa ngadto sa pagpabiling positibo sa lisud nga sitwasyon), ato kining magamit sa paglig-on sa uban. Ania ang pipila ka ideya sa pagserbisyo sa tibuok ninyong kusog:

- Pangutan-a inyong kaugalingon, “Kinsay akong matabangan karon?”—ug buhata kini.
- Paghimo sa buluhaton para sa usa ka tawo, sama sa pagpanihig sa beranda, paglimpyo sa kwarto, o paghugas sa mga plato.
- Paggamit sa inyong mga talento: pag-ayo og sakyanan o computer, pagpanindot sa kwarto, pagbuhat og hinimo nga gasa, pagsulat og balak.
- Paningkamot og maayo nga mahimong higala ug maayong ehemplo.
- Pagtudlo sa usa ka tawo og usa ka kahanas nga inyong nakat-unan.