MGA TAGUBILIN: Gupitin ang mga card na ito at pagsama-samahin ang mga ito gamit ang isang loose-leaf ring, tali, o laso. Maaari ninyong i-laminate o ilagay ang mga ito sa isang sheet protector para magtagal. Maaari kayong mag-download ng mas maraming kopya para sa mga kaibigan o kapamilya sa liahona.lds.org.

NAKOKONSIYEN-SYA

Inako ng Tagapagligtas ang aking mga kasalanan upang ako ay mapatawad at hindi na malungkot at makonsiyensya.

Alma 36:16–21: Si Nakababatang Alma ay nakagawa ng ilang mabibigat na kasalanan, ngunit napatawad pa rin siya at hindi na nakonsiyensya. Sa pagsisisi, magkakaroon ako ng kapayapaan na inilarawan ni Alma.

Karagdagang mga Banal na Kasulatan:
Apocalipsis 3:19
2 Nephi 9:21–22
Alma 38:8–9
Moroni 10:32-33

PINANGHIHINAAN NG LOOB

Mawawala ang panghihina ng loob ko kapag hinangad kong unawain ang Pagbabayad-sala ni Cristo at natanggap ko ang Kanyang kapangyarihan.

Alma 26:27: Pinaalalahanan ni Ammon ang kanyang mga kapatid na nang panghinaan sila ng loob, pinatatag sila ng Panginoon at pinangakuan sila ng tagumpay. Iyon ang ipinapangako ng Diyos sa akin kung babaling ako sa Kanya.

Karagdagang mga Banal na Kasulatan:
Mateo 11:28–30
Mateo 26:36–46
Alma 29:10–13
Moroni 7:33

NANGHIHINA

Sa pamamagitan ng Pagbabayad-sala ni Jesucristo, maaari akong tumanggap ng pananampalataya at lakas na tiisin ang lahat ng bagay.

Mosias 24:13–15: Ang mga tao ni Alma ay naging mga alipin ng isang masamang tagapagbantay. Nagdasal sila at nakatanggap ng lakas na dalhin ang kanilang mga pasanin. Kapag ako ay nanghihina, palalakasin din ako ng Diyos.

Karagdagang mga Banal na Kasulatan:
Alma 26:27
Alma 31:33
Alma 36:3
Doktrina at mga Tipan 24:8