



“Mahinumdom unsa ka maloloy-on ang Ginoo”
(Moroni 10:3).

KABATAN-ONAN

Tulo ka Butang nga Angayang Hinumduman

Ang pulong nga *hinumdumi* makita sa daghang higayon diha sa Basahon ni Mormon. Giawhag ni Nephi ang iyang mga igsoon sa paghinumdom kon giunsa pagluwas sa Dios ang ilang katigulangan. Gihangyo ni Haring Benjamin ang iyang katawhan sa paghinumdom sa kahalangdon sa Dios. Ug gitudloan ni Moroni ang iyang mga magbabasa sa paghinumdom kon unsa ka maloloy-on ang Ginoo.

Ang paghinumdom sa Manluluwas mahinungdanon—mipakigsaad pa gani kita sa paghinumdom Kaniya sa matag higayon nga moambit kita sa sakrament.

Si Presidente Eyring midapit kanato sa paghinumdom niining tulo ka butang atol sa sakrament:

1. **Hinumdumi si Jesukristo:** Pagbasa og mga kasulatan mahitungod kon giunsa sa pagserbisyo ug pagpakita sa Manluluwas og gugma ngadto sa uban. Giunsa ninyo pagbati ang Iyang gugma? Unsaon ninyo pagserbisyo ug pagpakita og gugma ngadto sa uban sama sa gibuhat sa Manluluwas?
2. **Hinumdumi kon unsay kinahanglan ninyong mas maayong buhaton:** Pamalandungi ang

miagi ninyong semana pinaagi sa mahinulsulon nga kasingkasing. Pagpili og usa ka butang nga inyong mausab, ug dayon isulat kon unsaon ninyo paghimo kanang kalamboan. Ibutang ang inyong tumong sa dapit nga kanunay ninyo kining makita.

3. **Hinumdumi ang pag-uswag nga inyong gihimo:** Hangyoa ang Dios sa pagtabang kaninyo nga makit-an ang maayong pag-uswag nga inyong gihimo. Irekord kon unsay inyong gibati.

Dili kita perpekto, apan nasayud niana ang Manluluwas. Mao nga Iya kitang gihangyo sa paghinumdom Kaniya. Ang paghinumdom Kaniya makahatag nato og paglaum ug makatabang sa atong tinguha nga mouswag. Bisan sa mga higayon nga mapakyas kita sa paghinumdom Kaniya, si Presidente Eyring miingon, “Kanunay Siya nga nahunumdum kaninyo.”

MGA BATA

Paghinumdom kang Jesus

Ang mga kasulatan nagtudlo nga kinahanglan natong hinumduman kanunay si Jesukristo. Nagpasabut kana nga kinahanglang hunahunaon nato Siya og *kadaghan* ug mosunod sa Iyang ehemplo!

Mahimo nimong i-trace ug koloran kining hulagway ni Jesus sa pagtabang kanimo aron kanunay nga mahinumdom Kaniya. Ibutang kini sa dapit nga kanunay nimo kining makit-an.

“Ug kon kamo sa kanunay mohinumdom kanako, kamo makaangkon sa akong Espiritu uban kaninyo”
(3 Nephi 18:7).

