



Ang iyong utak ay naglalabas ng sapat na enerhiya para sindihan ang isang maliit na light bulb.

Ang iyong immune system, gamit ang mga glandula tulad ng iyong mga adenoid at ang mga organ tulad ng iyong thymus at spleen, ay magpoprotekta sa iyo laban sa mga nakapipinsalang mikrobyo at baktery.

Ang pinakamahal na digital camera ngayon ay kayang makakuha ng 400 megapixels, ngunit ang mata ng tao ay makakakita ng 576 megapixels.

Ang dalawang mata ay nagbibigay sa iyo ng binocular vision, na tumutulong para lalong mapagtanto ang nakikita. Subukan ito sa pagpikit ng isang mata at subukang hipuin ang isang maliit na bagay sa tabi mo.

Kapag naalerto ang utak mo na may panganib, napapakawalan ang adrenaline, na nagpapabilis sa pintig ng iyong puso, ng iyong paghinga, nagpapalaki ng mga balintataw o mga pupil ng mga mata, at nagpapahinto sa digestive system upang magamit ang mga kalamnan nang may pam-bihirang lakas.

Ang pinakasagrado sa lahat, ang ating mga katawan ay may kapangyarihang lumikha ng buhay.

Dinadala ng dugo ang hindi na magagamit sa katawan patungo sa mga kidney at atay para maibukod at maitapon.

Ipinamamahagi ng dugo ang sustansya mula sa iyong digestive system.

Ang atay ang responsable sa mahigit 500 magkakahiwalay na proseso. Napakahalaga nito kaya't kung isang tao na tinanggalan ng two-third na bahagi ng kanyang atay dahil sa trauma o operasyon, ito ay tutubo muli sa orihinal na laki nito sa loob ng mga apat na linggo.

Ang mga nabaling buto ay mapagagaling.

Ang mga buto ng tao ay matitibay. Nasusuportahan ng 26 na maliit na buto sa iyong mga paa ang bigat ng iyong katawan sa bawat paghakbang mo.

“Ang ating katawang pisikal ay kasangkapan ng ating espiritu.”

Pangulong Boyd K. Packer (1924–2015), Pangulo ng Korum ng Labindalawang Apostol, *Let Not Your Heart Be Troubled* (1991), 211.

Kapag nakatanggap ka ng impormasyon sa pamamagitan ng isa sa iyong pandamdad, ang signal ay dumaraan mula sa iyong mga nerve patungo sa iyong utak nang mahigit 100 milya kada oras (160 kph).

Para sa mga taong bulag, ang visual cortex ng utak ay nagbabago para mas mahiwatigan niya kung ano ang nahihipo o nahahawakan at naririnig niya.

Nakikita ng mata ng tao ang napakaraming iba't ibang kulay, at ang iyong ilong ay nakakakilala ng napakaraming iba't ibang amoy.

Ang pandinig ay ang pinakamabilis na pandamdad ng tao. Makikilala ng iyong utak ang tunog nang 10 beses na mas mabilis kaysa sa pagkurap ng mata, nang mga 0.05 na segundo.

Ang puso ng tao ay tumitibok nang mahigit sa tatlong bilyong beses sa karaniwan na buhay ng isang tao. Iyan ay mahigit sa 100,000 beses kada araw.

Ang iyong puso ay nagbobomba ng 5.5 litro ng dugo bawat minuto. Kaya, sa karaniwang buhay ng tao, magbobomba ito nang halos 1.5 million bariles ng dugo—sapat para punan ang 200 train car.

Ang dugo ay nagsusuplay ng oxygen mula sa mga baga papunta sa iba pang mga organ. Inaalís ng dugo ang carbon dioxide sa mga baga para maihinga palabas.

Ang balat ay naglalabas ng mga panlaban sa bakteryá at nagsisilbing unang pananggalang para sa mga papasok na mikroorganismo [microorganism]. Karamihan sa mga bakteryá na kumakapit sa balat ay namatay kaagad.

Ang iyong balat ay maaaring maidugtong sa isang parte ng iyong katawan para tumubo. Ito ang pinakamalaking organ ng katawan at patuloy na pinapanibago ang sarili nito.

MGA KAGILA-GILALAS NA BAGAY NA MAGAGAWA NG KATAWAN

Mula ulo hanggang paa, ang iyong katawan ay isang kagila-gilalas na likha. Dahil dito, ikaw ay makakapinta ng larawan, makakapag-hiking, makakalaro ng football, makakapag-crochet, makakatugtog ng plauta, at makakagawa ng maraming iba pang masasayang gawain.

Tulad ng ipinaliwanag ng propeta sa pahina 50, “Ang inyong katawan, anuman ang mga likas na kaloob nito, ay isang kagila-gilalas na likha ng Diyos. . . . Pag-isipan ang karilagan na nakikita mo kapag tinitingnan mo ang iyong sarili sa salamin . . . isang anak ng Diyos, na nilikha Niya ayon sa Kanyang larawan.”