

*Wala pa ko sukad makahimo og dili
gayud maayo. Kinahanglan ba ko
nga maghinulsol gihapon?
—Nagduha-duha diha sa Udine*

Minahal nga Nagduhaduha,

Ang tanan kinahanglan maghinulsol, tungod kay walay usa nga hingpit! Ang paghinulsol mahimong yano lang sama sa pag-ampo sa Langitnong Amahan mahitungod kon kumusta ang imong adlaw ug sa pagsulti Kaniya kon sa unsa nga paagi nimo gusto nga mahimong mas maayo ugma. Mangayo kita Kaniya og kapasayloan kon kita nakabuhat og sayop, ug mopasaylo Siya kanato. Ang ubang mga tawo naghunahuna nga ang paghinulsol usa ka makahadlok nga butang. Apan kini usa ka malipayon nga butang! Ang paghinulsol usa ka gasa nga gihatag kanato ni Jesukristo aron kita makakat-on, motubo, mausab, ug mahimong mas sama Kaniya. Miingon si Presidente Nelson nga kinahanglang maghinulsol kita matag adlaw. Samtang inyong buhaton, kamo mobati og dugang nga kalinaw ug gahum sa inyong kinabuhi.

Uban sa gugma,
Ang *Higala*

Sulayi kini!

Sama sa kutsara nga gikuha ang paminta niini nga kalihokan, ang paghinulsol makahimo kanato nga limpyo gikan sa sayop nga mga pagpili nga atong mahimo matag adlaw—gamay o dako. Tungod ni Jesukristo ug sa Iyang Pag-ula, kitang tanan adunay oportunidad sa paghinulsol.

Magkinahanglan kamo og:

asin
itom nga paminta
plastik nga kutsara
tualya

1. Pagbutang og gamayng asin sa usa ka plato. Kini nagrepresentar kon sa unsang paagi kita putli ug limpyo sa dili pa kita makasala.

2. Isabud ang gamayng paminta ibabaw sa asin. Kini nagrepresentar sa sayop nga mga pagpili nga atong gihimo.

3. Karon kuhaa ang plastik nga kutsara ug ibagnos kini sa usa ka tualya.

4. Lihoka og hinay-hinay ang kutsara ibabaw sa asin ug paminta. Ang paminta mopilit ngadto sa kutsara! Sama kini nga gipasaylo kita kon kita maghinulsol.

