OKTUBRE 2022

NOTEBOOK PARA SA PANGKALAHATANG KUMPERENSYA

MAG-HANDA!

Bago magsimula ang kumperensya, maaari kang maghandang pakinggan ang tinig ng Panginoon sa pamamagitan ng paghahangad na makatanggap ng personal na paghahayag.

- ○ Nag-ukol na ba ako ng oras para sa personal na panalangin?
- ○ Nabasa ko na ba ang aking mga banal na kasulatan?

"Inaanyayahan ko kayong pakinggan ang tatlong ito sa kumperensya: dalisay na katotohanan, ang dalisay na doktrina ni Cristo, at dalisay na paghahayag. . . . Tinitiyak ko sa inyo na ang maririnig ninyo ngayon at bukas ay dalisay na katotohanan."

Pangulong Russell M. Nelson[1]

MAGTANONG,

"Halos karaniwang dumarating ang paghahayag bilang sagot sa tanong."

Elder Jeffrey R. Holland[2]

at Pagkatapos ay Makinig

"Sa dalisay na paghahayag para sa mga katanungan ng inyong puso, ang kumperensyang ito ay magiging tunay na nakalulugod at di-malilimutan. Kung hindi pa ninyo hinangad ang patnubay ng Espiritu Santo na tulungan kayong marinig ang nais ng Panginoon na marinig ninyo ngayon at bukas, inaanyayahan ko kayong gawin na ito ngayon."

Pangulong Russell M. Nelson[3]

Ano ang nasa isip mo?

Isipin ang mga tanong o alalahanin na maaaring mayroon ka. Maaari mong isulat ang mga ito rito at isaisip ang mga ito habang nakikinig ka sa kumperensya. Kahit wala kang partikular na bagay sa isipan, tutulungan ka ng Panginoon na makahanap ng mga paraan para matuto at umunlad habang sinisikap mong pakinggan Siya.

Narito ang ilang halimbawa at espasyo na masusulatan ng mga nasasa isip mo:

MAGTALA!

Ipakita sa Panginoon na handa kang tumanggap at kumilos ayon sa paghahayag sa pamamagitan ng pagtutuon sa pakikinig sa Espiritu at pagsusulat ng naiisip at nadarama mo. Huwag mag-alala tungkol sa pagsusulat ng lahat ng maliliit na bagay na sinasabi. Maaari mong palaging balikan at basahin o panoorin ang mga mensaheng ito kalaunan.

"May malaking analohiya [para sa pagtatala] sa Aklat ni Mormon. May malalaking lamina, na kasaysayan ng mga tao, at maliliit na lamina, na mga paghahayag at mga sagradong kasulatan. Kung ang isang tao na nakikinig sa isang mensahe . . . ay nagsusulat ng sinasabi ng tao, kung gayon ay nagtatala ka sa malalaking lamina—ang kasaysayan ng pulong. Kung itinatala mo ang mga personal na impresyong dumarating sa iyo sa pamamagitan ng Espiritu Santo, lumilikha ka ng sarili mong maliliit na lamina."

Elder David A. Bednar[4]

Ang Kanilang Itinuro:

Ang Aking Damdamin at mga Impresyon:

MAKINIG SA ESPIRITU. ANO ANG NADARAMA MO?

"Kung ang tanging nakukuha natin ay ang inilalahad ng titser, nawawala sa atin kung ano ang pinakamahalaga."

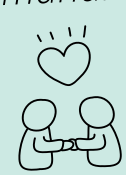
Elder David A. Bednar[5]

Ang Kanilang Itinuro:

WALANG MALING PARAAN NG PAGSUSULAT NG MGA TALA

Nahihirapan ka bang magpokus? Subukang gawing personal ang iyong mga tala. Magdagdag ng ilang doodles, malikhaing lettering, o paglalarawan para matulungan kang maalala ang mga kuwento, sipi, o pahiwatig na makahulugan sa iyo.

Kung paanong minahal ko kayo, magmahalan din kayo sa isa't isa.



Ang Aking Damdamin at mga Impresyon:

HUMINTO SANDALI!

Nakatanggap ka na ba ng anumang sagot sa iyong mga tanong sa ngayon? Kung mayroon, isulat sandali ang patnubay at direksyong natanggap mo.

"Ipinapangako ko na habang naririnig ninyo ang tinig ng Panginoon sa mga turo sa pangkalahatang kumperensyang ito, at kapag kumilos kayo [ayon] sa mga pahiwatig na iyon, madarama ninyo ang paggabay ng langit, at ang inyong buhay at ang buhay ng mga nakapaligid sa inyo ay pagpapalain."

Elder Neil L. Andersen[6]

"Sa dalawang salitang iyon—'Pakinggan Siya'—binibigyan tayo ng Diyos ng huwaran para sa tagumpay, kaligayahan, at kagalakan sa buhay na ito. Dapat nating *pakinggan* ang mga salita ng Panginoon, *makinig* sa mga ito, at *bigyang-pansin* ang sinabi Niya sa atin!"

Pangulong Russell M. Nelson[7]

Ang Kanilang Itinuro:

Ang Aking Damdamin at mga Impresyon:

PAANO NA?

Kapag tapos na ang kumperensya, oras na para gawin ang mga bagay na narinig at nadama mo. Narito ang ilang ideya para makapagsimula ka:

- ○ Ano ang isang bagay na maaari kong pagtuunan habang sumusulong ako?
- ○ Mayroon bang anumang bagay sa buhay ko na nadarama ko na dapat baguhin?
- ○ Anong mga pahiwatig ang gagawin ko?
- ○ Paano ko nagawang Pakinggan Siya sa panahon ng kumperensya?
- ○ Paano ko magagawang mas Pakinggan Siya sa aking pang-araw-araw na buhay?

Natutuwa ka ba sa paraan ng pagkakatipon ng mga tala mo sa kumperensya? Mayroon ka bang ilang doodles o paglalarawan na insta-worthy? Ibahagi ang mga ito sa amin! Mag-email ng larawan ng iyong mga tala sa ftsoy@ChurchofJesusChrist.org o i-post ang mga ito sa Instagram at i-tag ang @strivetobe page!

"Ang mga sagot sa inyong mga partikular na panalangin ay maaaring tuwirang magmula sa isang partikular na mensahe o mga kataga. . . . Ang marubdob na hangaring pakinggan at sundin ang mga payo ang maghahanda ng daan para sa personal na paghahayag."

Elder Dieter F. Uchtdorf[8]

KAILANGAN PA NG KARAGDAGANG MGA KOPYA?
I-download at i-print ang notebook na ito sa **conference.ChurchofJesusChrist.org**.

Mga Tala

1. Russell M. Nelson, "Dalisay na Katotohanan, Dalisay na Doktrina, at Dalisay na Paghahayag," pangkalahatang kumperensya ng Okt. 2021 (*Liahona*, Nob. 2021, 6).
2. Jeffrey R. Holland, "Cast Not Away Therefore Your Confidence," *Ensign*, Mar. 2000, 9.
3. Russell M. Nelson, "Dalisay na Katotohanan, Dalisay na Doktrina, at Dalisay na Paghahayag" (6–7).
4. David A. Bednar, "Create Your Own Small Plates" (video), ChurchofJesusChrist.org.
5. David A. Bednar, "Create Your Own Small Plates."
6. Neil L. Andersen, pangkalahatang kumperensya ng Okt. 2017 (*Liahona*, Nob. 2017, 126).
7. Russell M. Nelson, "Pakinggan Siya," pangkalahatang kumperensya ng Abr. 2020 (*Liahona*, Mayo 2020, 89).
8. Dieter F. Uchtdorf, "Pangkalahatang Kumperensya—Hindi Ordinaryong Pagpapala," *Liahona*, Set. 2011, 4.

© 2022 ng Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved.

ANG PAHINTULOT NA MULING I-PRINT ANG BUKLET NA ITO AY IPINAGKALOOB PARA SA PERSONAL AT DI-PANGKALAKAL NA PAGGAMIT. KABILANG DITO ANG PAHINTULOT SA MGA LIDER NG WARD NA MAG-PRINT NG ILANG KOPYA PARA SA MGA PINAGLILINGKURAN NILA SA KAPASIDAD NG KANILANG MGA TUNGKULIN. KAILANGANG I-PRINT NANG BUO ANG MGA BUKLET. HINDI KASAMA RITO ANG PAHINTULOT NA I-POST ONLINE, GAMITIN PARA SA IBANG LAYUNIN, O IPAMAHAGI ANG MATERYAL NA ITO. ANUMANG KARAGDAGANG PAGGAMIT NG MATERYAL NA ITO AY NANGANGAILANGAN NG PAHINTULOT.

permissions.ChurchofJesusChrist.org

ANG SIMBAHAN NI JESUCRISTO NG MGA BANAL SA MGA HULING ARAW