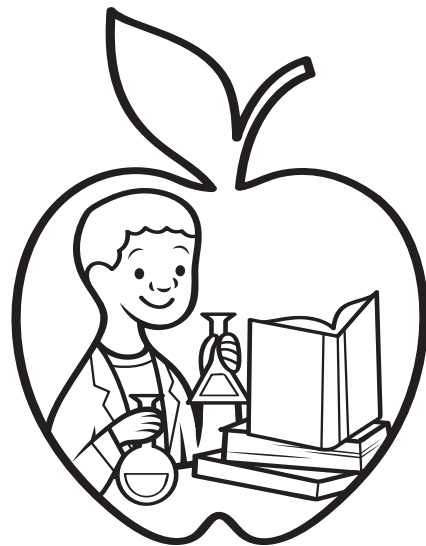
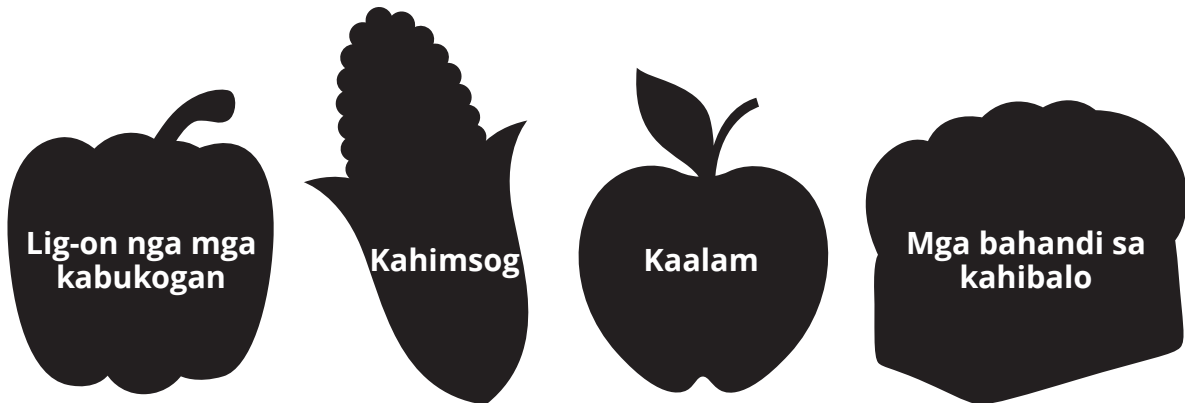


Diha sa **Pulong sa Kaalam**, ang Ginoo mitudlo nga kinahanglan kitang mokaon og makapahimsog sa lawas nga mga pagkaon ug molikay sa mga butang nga makadaut sa atong lawas. Ipares ang mga panalangin nga gisaad sa Ginoo ngadto niadtong nagsunod sa Pulong sa Kaalam.



Doktrina ug mga Pakigsaad 89



Unsa ang gisaad sa Ginoo niadtong mosunod sa Pulong sa Kaalam?