

ABSOLUTE  
SURRENDER

SERIES



# Habits of a Healthy Disciple

SIX BIBLE STUDY LESSONS  
FOR GROUP DISCIPLESHIP

TAGALOG VERSION

# Habits of a Healthy Disciple

SIX BIBLE STUDY LESSONS  
FOR GROUP DISCIPLESHIP



**EVERY NATION**  
P R O D U C T I O N S

**HABITS OF A HEALTHY DISCIPLE**

Copyright © 2013 by Every Nation Productions

Published by EVERY NATION PRODUCTIONS

P.O. Box 12229 Ortigas Center, Pasig City,

Philippines email: [productions@everynation.org.ph](mailto:productions@everynation.org.ph)

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopy, recording, or any information storage and retrieval system, without permission in writing from EVERY NATION PRODUCTIONS.

All Scripture quotations, unless otherwise indicated, are taken from the Holy Bible, New International Version®

Copyright © 1973, 1978, 1984 International Bible Society. Used by permission of Zondervan. All rights reserved.

Printed in the Republic of the Philippines

# Paano Gamitin ang Materyal na ito

Sa Victory, ang pangunahing lugar para sa pagiging disipulo ay nangyayari sa isang maliit na grupo. Ito ay tinatawag na Victory group. Mariin naming hinihikayat ang lahat na makibahagi dahil ang mga grupong ito ay partikular na idinisenyo upang tulungan ang mga disipulo na umunlad sa espirituwal.

Ang Victory group meeting ay may tatlong bahagi: Connect, Word, and Prayer, at tumatagal ng apatnapu hanggang animnapung minuto.

## **CONNECT** (5-10 minutes)

Ang mga pulong ng grupo ng tagumpay ay nagsisimula sa isang oras upang makipag ugnayan sa isa't isa. Depende sa mga taong bumubuo sa grupo, ito ay maaaring gawin sa pamamagitan ng iba't ibang paraan:

- Kasiyahan—tulad ng aktibidad ng icebreaker
- Nasagot na mga panalangin—pagbabahagi ng patotoo at mga update
- Mga tanong—tulad ng mga ibinigay sa materyal, pagkatuto sa mga personal na kuwento ng isa't isa, at pagbabahagi ng feedback mula sa lingguhang mensahe

## *Epektibong mga tanong sa panahon ng connect portion:*

- Sadyang friendly sa mga first timers
- Humingi ng opinyon o mga karanasan
- Hindi nangangailangan ng kaalaman sa Bibliya
- Walang tama o mali na sagot
- Hindi kontrobersyal
- Ay mas mabuting konektado sa paksa ng pulong

## **WORD** (20-30 minutes)

Ituro ang katotohanan at kaugnayan ng Salita ng Diyos para maisabuhay. Ang pulong ng grupo ng Victory ay hindi pangunahing isang pag aaral ng Bibliya. Bagaman ang pagtuturo at pagpapaliwanag ng Kasulatan ay kasangkot, ang layunin ay maglingkod, hindi tapusin ang isang materyal.

Hindi na kailangang ituro ang lahat ng punto sa isang materyal.

Sa loob ng bahaging ito, tingnan natin kung ano ang sinasabi ng Bibliya, ang kaugnayan nito sa atin ngayon, at ang pagsasabuhay nito.

### **What:** *What does the Bible say?*

Ipahayag at ibahagi nang malinaw at maikli ang katotohanan sa Bibliya

*16Ang lahat ng Kasulatan ay may hininga ng Diyos at kapaki pakinabang sa pagtuturo, pagsaway, pagwawasto at pagsasanay sa kabutihan, 17Upang ang tao ng Diyos ay lubos na masangkapan para sa bawat mabuting gawa.*

2 TImoteo 3:16,17

### *Tips for Sharing the Word Effectively*

- Hayaan ang Bibliya na magsalita para sa sarili nito.
- Gumamit ng mga paglalarawan at magkuwento upang ipaliwanag ang mga talata sa Bibliya.
- Kapag pinakikinggan ang mga paglilinaw, maging mapagbantay na huwag hayaang mawala ang punto ng talakayan.
- Ang pangunahing layunin ay maglingkod sa mga pangangailangan ng mga tao, hindi upang tapusin ang isang aralin sa Bibliya.
- Magpagabay sa Espiritu kapag ginagamit ang materyal.

### **So What:** *What is the relevance of the Word to my life?*

Bigyan ng pagkakataon ang mga kalahok na talakayin kung paano nakakaapekto ang Salita sa paraan ng kanilang pamumuhay.

*Huwag nang umayon pa sa huwaran ng mundong ito, kundi magbago sa pamamagitan ng pagpapanibago ng iyong isipan. Sa gayon ay masusubok at maaaprubahan ninyo kung ano ang kalooban ng Diyos—ang kanyang mabuti, kasiya-siya at perpektong kalooban.*

**Now What: *How do I apply the Word to my life?***

Ang pangunahing dahilan natin sa pagbabahagi ng Bibliya ay upang malaman ng mga tao kung sino ang Diyos at kung ano ang Kanyang ginawa. Sa paggawa nito, ang mga kalahok ay magsisimulang tuklasin kung sino sila at kung ano ang dapat nilang gawin.

Kung ito ay isang pangako, turuan silang angkinin ito. Kung ito ay utos o alituntunin, hikayatin silang gawin ito sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos. Kung ito ay isang katotohanan, hayaan silang yakapin ito nang kusang loob at hindi napipilitan. Hayaan ang biyaya at pagmamahal ng Diyos ang kumilos sa kanila sa pamamagitan ng paraan ng iyong pagtuturo ng Salita ng Diyos.

Maghikayat ng mga tiyak at masusukat na hakbang na naaayon sa pagbabago ng buhay na isinasagawa ng Kasulatan. Hindi tayo Nag-uutos sa mga tao, ngunit hinihimok natin sila tungo sa pagmamahal at mga mabubuting gawa.

***Huwag lamang makinig sa salita, at kaya linlangin ang inyong sarili. Gawin mo ang sinasabi nito.*** Santiago 1:22

*Tips for Life-Changing Application*

- Maaari kang pumili ng isa sa mga tanong na "Kaya Ano" at "Ngayon Ano" o maaari kang magdagdag ng iyong sariling tanong.
- Ang isang epektibong tanong sa standby application ay: "Ano ang gagawin mong hakbang bilang resulta ng narinig mo ngayon?"
- Tukuyin kung sino ang unang sasagot sa tanong na itinatanong.
- Huwag hayaang makipagtalo o maging mapanuri sa iba ang isang tao.
- Paalalahanan ang lahat na ipamuhay ang aral sa kanilang sariling buhay, hindi sa buhay ng iba.
- Humingi ng karunungan sa Diyos upang malaman kung kailan dapat balansehin o itama ang mga kakaiba o hindi biblikal na aplikasyon. Ang hindi sensitibong pagwawasto o pagpuna ay maaaring pumatay sa grupo, tulad ng hindi naka check na erehiya.
- Ipaalala sa lahat na ang pagbabago ay gawain ng Diyos, hindi natin, at ang ating pagsunod ay tugon sa kung sino Siya at sa Kanyang pagmamahal sa atin. Ang biyaya ng Diyos ang nagbibigay daan sa atin upang maipamuhay at sundin ang Kanyang Salita.

## PRAY (15-20 minutes)

Ang panalangin ang pinakamahalagang bahagi ng pagpupulong ng grupo ng Tagumpay. Siguraduhing marami ka pang oras na natitira para hindi magmadali sa oras ng iyong panalangin. Hindi ito isang "pangwakas na panalangin," kundi isang panahon para sa bawat isa sa grupo na dalhin ang mga tiyak na kahilingan sa Diyos. Dito na ang aksyon. Ang layunin ay lumikha ng isang lugar kung saan makikita ng mga tao ang pagkilos ng Diyos para sa kanila.

***"Muli, sinasabi ko sa inyo na kung magkasundo ang dalawa sa inyo sa lupa tungkol sa anumang hinihiling ninyo, gagawin ito para sa inyo ng aking Ama sa langit."*** MATEO 18:19

### *Tips for Powerful Prayer*

- Makinig nang mabuti sa Banal na Espiritu sa panahon ng mga bahagi ng Pagkonekta at Salita para sa mga bagay na maaaring mangailangan ng panalangin.
- Gumugol ng iyong oras sa pagdarasal para sa isa't isa, hindi pagbabahagi at pagtalakay sa mga kahilingan sa panalangin.
- Panatilihin simple, tapat, at maikli ang inyong mga panalangin. Karamihan sa mga di mananampalataya ay hindi kailanman nakarinig ng isang ordinaryong Kristiyano na nakikipag usap lamang sa Diyos at maaantig sa katapatan at pagiging simple ng panalangin.
- Manalangin, huwag mangaral. Manalangin ng simple at maikling pangungusap, hindi mahaba ng "sermon panalangin."
- Gumamit ng panalanging pang-usapan, hindi kumplikado o malalim, panalangin ng pamamagitan.
- Asahan mong sasagutin ng Diyos ang iyong mga panalangin.

## CONTENTS

<b>1</b>	Pakikipagkapwa .....	1
<b>2</b>	Paglilingkod .....	5
	<b>Kagandahang Loob</b>	
<b>4</b>	Panalangin.....	9
	.....	13
<b>5</b>	Salita ng Diyos.....	17
<b>6</b>	Pag-aayuno .....	21

1

# Pakikipagkapwa

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CONNECT

- Itinuturing mo bang mas introvert o extrovert ang iyong sarili? Bakit?
- Pangalanan ang tatlo sa iyong pinakamalapit na kaibigan, at magbahagi ng kaunti tungkol sa kanila.
- Ano ang isang katangiang sinasabi ng iyong mga kaibigan at pamilya na gusto o hinahangaan nila sa iyo?

***25 Huwag nating kaliligtaan ang pagdalo sa ating mga pagtitipon, gaya ng nakasanayan ng iba. Sa halip, palakasin natin ang loob ng isa't isa, lalo na ngayong nakikita nating malapit na ang Araw ng Panginoon..***

HEBREO 10:25 (TIGNAN DIN MGA GAWA 2:42-47.)

## WHAT

Alam ng isang malusog na disipulo na ang Kristiyanong paglalakad na ito ay hindi nilayon na mabuhay nang mag isa. Ang biblia ay naghihikayat na huwag kaligtaan ang pagtitipon at mamuhay na himukin ang bawat isa. Higit pa sa pagbuo lamang na pakikipagkaibigan, ang pakikipagkapwa ay tungkol sa pagbabahagi sa katotohanan ng buhay ni Cristo sa ibang mananampalataya. Sa araling ito, titingnan natin kung paano natin ugaliing makipagkapwa.

## 1 Hanapin ang Panginoon nang sama-sama.

***Luwalhatiin ang Panginoon na kasama ko; sama sama nating dakilain ang kanyang pangalan.*** AWIT 34:3

Kasinghalaga ng personal na debosyon ang paghubog ng ating relasyon sa Diyos, may mga pagpapala at pakinabang na matatanggap lamang natin mula sa Diyos sa konteksto ng pagiging may kaugnayan sa isa't isa.

.....

.....

*Ano ang ilang praktikal na paraan na magkakasama nating hahanapin ang Panginoon?*

## 2 Ibahagi ang inyong buhay sa isa't isa.

***46 Araw-araw, sila'y nagkakatipon sa Templo at nagpipira-piraso ng tinapay sa kanilang mga tahanan, na masaya at may malinis na kalooban. 47 Nagpupuri sila sa Diyos, at kinalulugdan sila ng lahat ng tao. At bawat araw ay idinaragdag sa kanila ng Panginoon ang mga inililigtas.***

GAWA 2:46,47

Ang pakikipagkapwa ay “Pagbabahagi ng buhay.”  
Paano ibinahagi ng unang simbahan ang kanilang buhay sa isa’t isa?

Ano ang naging  
bunga ng  
pagbabahagi ng  
kanilang buhay?  
Paano tayo  
makikipag-ugnaya  
n sa isa’t isa?

### 3 Paglingkuran ang isa’t-isa.

**<sup>10</sup> Bilang mabubuting katiwala ng iba't ibang kaloob ng Diyos, gamitin ninyo sa kapakinabangan ng lahat ang kakayahang tinanggap ng bawat isa sa inyo.**

1 PEDRO 4:10 (TIGNAN DIN HEBREO 10:24.)

Sinasabi sa atin ng Bibliya na paglingkuran ang isa't isa, at si Jesus ang pinakamagandang halimbawa nito. Paano ninyo ginagamit ang inyong mga kaloob sa paglilingkod sa iba?

Paano natin  
mahihikayat ang isa't  
isa sa pagmamahal at  
mabubuting gawa?

### 4 Pag-aalay para sa isa't isa.

**12“Ang utos ko ay ito: Magmahalan kayo gaya ng pag ibig ko sa inyo. 13Ang higit na dakilang pag ibig ay walang sinuman kaysa rito, na ibigay niya ang kanyang buhay para sa kanyang mga kaibigan.”** JUAN 15:12,13

Inihalimbawa ni Hesus amg tunay na pakikibahagi at pag-ibig para sa atin sa pamamagitan ng paghandog ng Kanyang buhay para sa ating kaslanan. Sa ating pakikipag-ugnayan sa ibang mananampalataya, tinawag tayong ipaabot ang pagmamahal at kagandahang-loob na iyon.

Paano ka  
nagsakripisyo  
para sa iyong mga  
kaibigan at  
pamilya?

## SO WHAT

- Bakit sa tingin mo mahirap para sa ilang tao na ibahagi ang kanilang buhay sa iba ?
- Paano kayo nahahamon ng utos na paglingkuran ang isa't isa? Bakit mas gusto ng karamihan sa atin na mapaglingkuran, kaysa paglingkuran ang iba?
- Ano ang ibig sabihin ng magsakripisyo para sa iba? Ano sa palagay mo ang magiging anyo nito sa inyong buhay ?

## NOW WHAT

- Paano mo maibabahagi ang buhay mo sa iba araw-araw? Paano ninyo hinahamon ang iba na mas makilala ang Diyos?
- Paano ninyo mapaglilingkuran ang mga taong nakapaligid sa inyo ngayong linggo? Sensitibo ka ba sa tinig ng Diyos at nagagawa mong sundin Siya kapag hiniling Niya sa iyo na magsakripisyo ng isang bagay para sa ibang tao?
- Ano ang magagawa ninyo para magkaroon ng masunurin na puso at saloobin?

- 
- Pasalamatang ang Diyos sa pagpapakita sa atin ng kahulugan ng magmahal ng may sakripisyo at maglingkod sa kapwa sa pamamagitan ni Jesucristo. Ipanalangin na tulungan ka ng Diyos na hanapin Siya, maglingkod, at mamuhay nang may kagandahang loob kasama ang iba.
  - Hilingin sa Diyos na tulungan kang magsakripisyo para sa iba upang makita nila ang Kanyang pagmamahal na ipinahayag sa iyong buhay.
  - Ipanalangin na ang ating simbahan ay maging katulad ng unang simbahan, naglilingkod at nagmamalasakit sa isa't isa, sama samang pinupuri ang Diyos, at mas maraming tao ang makakilala sa Diyos sa pamamagitan natin.



***"Nagpakita ako sa inyo ng halimbawa na dapat ninyong gawin ang ginawa ko para sa inyo."***

JUAN 13:35

***<sup>10</sup> Bilang mabubuting katiwala ng iba't ibang kaloob ng Diyos, gamitin ninyo sa kapakinabangan ng lahat ang kakayahang tinanggap ng bawat isa sa inyo.***

1 PEDRO 4:10



Tinuruan ni Jesus ang Kanyang mga disipulo na maglingkod. Naglingkod muna Siya sa Kanyang mga disipulo. Sa pagsunod natin kay Cristo, ang paglilingkod ay dapat maging bahagi ng ating pang-araw-araw na buhay. Sa araling ito, titingnan natin ang limang katotohanan tungkol sa paglilingkod sa iba gamit ang ating mga kaloob.

## **1 Ang ating mga kaloob ay ibinigay sa atin ng Diyos.**

*Iba iba ang ating mga kaloob, ayon sa biyaya na ibinigay sa atin.* ROMAN 12:6 (TIGNAN DIN ROMAN 12:7,8.)

Binigyan ng Diyos ang bawat isa sa atin ng iba't ibang talento at espirituwal na kaloob.

*Ano ang ilan sa mga kaloob na binabanggit ng Biblia?*

## **2 Dapat gamitin ang ating mga kaloob.**

***<sup>23</sup> "Sinabi ng kanyang panginoon, 'Magaling! Tapat at mabuting lingkod! Naging tapat ka sa kaunting halaga, kaya't pamamahalaing kita sa malaking halaga. Samahan mo ako sa aking kagalakan!'"*** MATEO 25:23

Binigyan tayo ng Diyos ng mga kaloob upang magamit ang mga ito.

*Paano tayo matatagpuang tapat sa ibinigay sa atin ng Diyos?*

### 3 Ang ating mga kaloob ay dapat gamitin sa paglilingkod sa iba.

*Dapat gamitin ng bawat isa ang anumang kaloob na natanggap niya para paglingkuran ang iba, na tapat na nangangasiwa sa biyaya ng Diyos sa iba't ibang anyo nito.* 1 PEDRO 4:10

Binigyan tayo ng Diyos ng mga espirituwal na kaloob hindi lamang para sa ating kapakinabangan, kundi para maglingkod din sa iba.

.....  
.....

Paano ninyo nagagamit ang inyong mga kaloob sa paglilingkod sa iba?

### 4 Ang ating mga kaloob ay dapat gamitin sa lakas na ibinibigay ng Diyos.

*<sup>11</sup> Ang nangangaral ay dapat salita ng Diyos ang ipangaral. Ang naglilingkod ay dapat maglingkod gamit ang lakas na kaloob sa iyo ng Diyos upang sa lahat ng bagay siya'y papurihan sa pamamagitan ni Jesu-Cristo.* 1 PEDRO 4:11

.....  
.....

*Ibahagi ang tungkol sa isang pagkakataon na naranasan mo ang biyaya at lakas ng Diyos habang naglilingkod sa iba.*

### 5 Ang mga espirituwal na kaloob ay dapat gamitin upang luwalhatiin ang Diyos.

*Sa kanya ang kapangyarihan at karangalan magpakailanman! Amen.* 1 PEDRO 4:11

Nalulugod ang Diyos kapag naglilingkod ka sa iba.

.....  
.....

Paano naluluwalhati ang Diyos kapag naglilingkod ka?

## SO WHAT

- Sa palagay mo, paano mo malalaman kung ano ang inyong mga talento at kaloob ?
- Ano ang ilan sa mga talento at kaloob na ibinigay sa inyo ng Diyos?
- Sa palagay mo, paano mo magagamit ang iyong mga kaloob sa paglilingkod sa iba?

## NOW WHAT

- Sinasanay mo ba at ginagamit ang mga kaloob na ibinigay sa iyo ng Diyos?
- Aling mga regalo ang kailangan mong gamitin nang higit pa? Paano mo magagamit ang mga ito para sa kaluwalhatian ng Diyos?
- Paano ninyo mapaglilingkuran ang iba sa pamamagitan ng inyong mga kaloob sa linggong ito?
- Paano ninyo mararanasan ang biyaya at lakas ng Diyos para makapaglingkod kayo sa iba araw-araw?

- 
- Pasalamatang ang Diyos sa mga kaloob at talento na ipinagkaloob Niya sa iyo.
  - Humingi sa Diyos ng supernatural na biyaya at lakas upang makapaglingkod ka sa iba sa pamamagitan ng iyong mga kaloob.
  - Ipanalangin na bigyan ka ng Diyos ng mas maraming pagkakataon at karunungan na makapaglingkod sa iba ngayong linggo.

# Kagandahang- Loob

- Ano ang pinakamagandang regalong natanggap mo noong iakw ay bata pa ?
- Ano ang pinakamahal na regalo na naibigay nyo sa isang tao
- Kapag nagbabalak magbigay ng regalo sa isang tao, paano ka nagpapasiya kung ano ang ibibigay at kung ano ang maaaring gusto nilang tanggapin?

“. . 'Mas mapalad ang magbigay kaysa tumanggap.'“

GAWA 20:35

## WHAT

Sa mundo ng materyalismo kung saan tinuturuan tayong “Hanapin ang #1,” tanungin ang “Ano ang nakapaloob dito para sa akin ” at maniwala na “Kung hindi mo inaalagaan ang iyong sarili, walang sinuman ang mag aalaga,” itinuturo ng Bibliya na mas mabuting magbigay kaysa tumanggap. Ang pagsunod kay Jesus ay nangangahulugan ng pamumuhay ng pagkabukas palad. Tingnan natin ang tatlong alituntunin na kailangan nating maunawaan upang makagawian natin ang mapagbigay.

### 1 Ang pagbibigay ay isang boluntaryong desisyon.

*<sup>7</sup>Ang bawat isa'y dapat magbigay ayon sa kanyang pasya, maluwa sa loob at hindi napipilitan lamang, sapagkat iniibig ng Diyos ang nagbibigay nang may kagalakan.* 2 CORINTO 9:7

Kapag nagbigay tayo ayon sa ating kalooban, tayo ay napagpapala. Bakit hindi tayo dapat magbigay ng napipilitan ?

.....

.....

.....

*Paano mo naranasan ang mga pagpapala ng Diyos sa pamamagitan ng iyong pagbibigay?*

### 2 Ang pagbibigay ay isang pribilehiyo.

*<sup>4</sup>mahigpit nilang ipinakiusap sa amin na sila'y bigyan ng pagkakataong makatulong sa mga kapatid na nangangailangan.* 2 CORINTO 8:4

Nais ng Diyos na maging daluyan tayo ng pagpapala sa iba. Nais Niya na ikaw at ako ay maging daluyan ng Kanyang probisyon.

Ano ang pribilehiyo? Sa anong mga paraan naging pribilehiyo sa iyo ang pagbibigay?

### 3

## Ang pagbibigay ay sa pamamagitan ng biyaya.

*Ngunit kung paanong ikaw ay namamayagpag sa lahat ng bagay—sa pananampalataya, sa pananalita, sa kaalaman, sa lubos na kasipagan, at sa iyong pag-ibig sa amin—tingnan mo rin na ikaw ay madaig sa biyayang ito ng pagbibigay. 2*

**CORINTOS 8:7** *“Madaig kang nakatanggap, malaya kang magbigay.”* MATEO 10:8

Ang biyaya ay ang hindi nararapat na pabor na ibinibigay sa atin ng Diyos. Maaari tayong magbigay nang malaya dahil nakatanggap tayo nang malaya.

Paano ang pagbibigay ay isang biyaya?

## SO WHAT

- Paano naiiba ang pananaw ng mundo sa pera sa pananaw ng Diyos ? Sa palagay mo, bakit sinasabi ng Biblia na mas mapalad ang magbigay kaysa tumanggap?
- Sa palagay mo bakit mahal ng Diyos ang masayang nagbibigay? Bakit mahalaga sa Diyos ang sa ating saloobin patungkol sa pagbibigay ?
- Sa palagay mo, paano tayo magiging mahusay sa biyaya ng pagbibigay sa mga sariling buhay?

## NOW WHAT

- Ikaw ba ay isang masayahing nagbibigay? Sa palagay mo, paano mo aayusin ang iyong buhay at saloobin makasanayan ang pagiging bukas palad.
- Sinasabi ng Biblia na "tinanggap ninyo nang libre; malayang magbigay." Paano mababago ng katotohanang ito ang pananaw mo sa pera at kagandahang-loob simula ngayon?
- Kanino ka maaring maging pagpapala sa linggong ito? Ipanalangin ang mga pagkakataong maging mapagbigay at maging daluyan ng pagpapala ng Diyos.

- 
- Pasalamatang ang Diyos sa Kanyang mga pagpapala sa iyong buhay at pamilya.
  - Ipanalangin na sana ay gawin kang mas mapagbigay ng Diyos, at lagi kang magbigay nang may masayang puso.
  - Hilingin sa Diyos na gawin kang daluyan ng Kanyang mga pagpapala saan ka man magpunta.

# Panalangin

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Ano ang pinakamahirap na bahagi ng iyong linggo? Ano ang nangyari
- Sino ba ang unang tao na gusto mong kausapin kapag may nangyaring malaki Bakit?
- Pangalanan ang tatlong bagay na pinasasalamatan mo.

<sup>2</sup> *Maging matiyaga kayo sa pananalangin, laging handa at nagpapasalamat sa Diyos.* <sup>3</sup> *Idalangin ninyo sa Diyos na bigyan kami ng pagkakataon na maipangaral ang kanyang salita at maipahayag ang hiwaga ni Cristo, ang sanhi ng pagkabilanggo ko ngayon.* <sup>4</sup> *Ipanalangin din ninyong maipahayag ko ito nang buong linaw, gaya ng nararapat.*

COLOSSAS 4:2-4

## WHAT

Hinihikayat tayo ni Pablo na ilaan ang ating sarili sa pananalangin. Ang panalangin ang ating paraan ng pakikipag ugnayan sa Diyos. Kinakausap tayo ng Diyos sa pamamagitan ng Kanyang Salita, ang Biblia. Kinakausap natin ang Diyos sa pamamagitan ng panalangin. Ano ang ilan sa dapat nating ugaliin upang ating mapaunlad ang ating pananalangin?

### 1 Maging mapagbantay.

<sup>2</sup> *Maging matiyaga kayo sa pananalangin, laging handa at nagpapasalamat sa Diyos.* COLOSSIANS 4:2

*kaya't maging mapagtimpi kayo at panatilihin malinaw ang inyong pag-iisip upang kayo'y makapanalangin.* 1 PEDRO 4:7

Ano ang ibig sabihin ng maging mapagbantay?

.....

.....

### 2 Maging mapagpasalamat.

<sup>6</sup> *Huwag kayong mabalisa tungkol sa anumang bagay. Sa halip, hingin ninyo sa Diyos ang lahat ng inyong kailangan sa pamamagitan ng panalanging may pasasalamat.* <sup>7</sup> *At ang kapayapaan ng Diyos na hindi kayang maunawaan ng tao ang siyang mag-iingat sa inyong puso at pag-iisip dahil sa inyong pakikipag-isa kay Cristo Jesus.* FILIPOS 4:6-7

*Bakit kailangan nating maging malinaw ang pag-iisip at may pagpipigil sa sarili para mabisa ang ating panalangin?*

Bakit mahalagang ipahayag ang iyong mga kahilingan sa Diyos nang may pasasalamat?

Ano ang mangyayari kapag nagkaroon tayo ng ganitong pag-uugali ng pasasalamat?

.....  
.....  
.....

### 3 Magkaroon ng layunin.

***<sup>3</sup> Idalangin ninyo sa Diyos na bigyan kami ng pagkakataon na maipangaral ang kanyang salita at maipahayag ang hiwaga ni Cristo, ang sanhi ng pagkabilanggo ko ngayon. <sup>4</sup> Ipanalangin din ninyong maipahayag ko ito nang buong linaw, gaya ng nararapat. COLOSAS 4:3,4***

Paano ka nananalangin? Ano ang ipinagdarasal mo?

Kailangan nating manalangin nang may layunin, para sa mga partikular na tao, sa ating pamilya, mga simbahan, mga outreach, o mga bansa.

.....  
.....

### 4 Magtiwala ka.

***Ang pananampalataya ay katiyakan na mangyayari ang ating mga inaasahan, at paninindigan tungkol sa mga bagay na hindi nakikita. HEBREO 11:1***  
***"Kung naniniwala ka, tatanggapin mo ang anumang hinihiling mo sa panalangin."* MATEO 21:22**

Ano ang ibig sabihin ng mananampalataya?

Bakit mahalaga ang panalangin ng may pasasalamat?

.....  
.....

## SO WHAT

- Sa palagay mo bakit nahihirapan ang ilang Kristiyano na manalangin?
- Bakit mahalagang ugali ng isang malusog na disipulo ang panalangin?
- Paano mo malilinang na ugaliin ang panalangin araw-araw?

## NOW WHAT

- Ang panalangin ba ay bahagi ng iyong pang araw araw na paglalakad kasama ang Diyos? Ano ang ilang praktikal na hakbang na magagawa ninyo para magkaroon ng palagian at mabungang gawi ng pananalangin?
- Paano kayo magiging mas mapagbantay sa panalangin ngayong linggo?
- Paano mo panghahawakan ang mga pangako ng Diyos para sa iyong buhay araw-araw? May pananampalataya ka ba na handa at kaya Niyang sagutin ka?

- 
- Pasalamatan ang Diyos sa Kanyang mga pagpapala at katapatan sa iyong buhay.
  - Hilingin sa Diyos na ugaliin ang pananalangin sa iyong buhay. Maging tapat kung bakit minsan nahihirapan ka sa pananalangin.
  - Ipanalangin ang mga kakilala mong dumadaan sa mahihirap na sitwasyon at nangangailangan sa Diyos.

# Salita ng Diyos

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Mahilig ka bang magbasa Bakit o bakit hindi?
- Anong mga uri ng aklat o materyales ang gusto mong basahin Bakit?
- Ano ang paborito mong pagkain? Bakit mo gusto ito ng sobra ?

***Sumagot si Jesus, "Nasusulat: 'Ang tao ay hindi nabubuhay sa tinapay lamang, kundi sa bawat salitang nagmumula sa bibig ng Diyos.'" MATEO 4:4***



Ang isang atleta na nakatuon sa pagkapanalo ay seryoso tungkol sa nutritional value ng kanyang pagkain. Ang isang disipulo na seryoso sa pagtupad sa plano ng Diyos para sa kanyang buhay ay isa na nakagawian ang pagbabasa ng Salita ng Diyos. Ang sumusunod ay limang benepisyo na natatanggap natin kapag ginagawa nating regular na bahagi ng ating buhay ang Salita ng Diyos.

1

**Ang Salita ng Diyos ay nagtuturo sa atin na maging mga alagad.**

*Sinabi naman ni Jesus sa mga Judiong naniniwala sa kanya, "Kung patuloy kayong susunod sa aking turo, kayo nga'y tunay na mga alagad ko. JUAN 8:31*

Ano ang sinabi ni Jesus na patunay na tayo ay Kanyang mga disipulo? Ano ang ibig sabihin ng pagiging disipulo?

Ano ang ibig sabihin ng kumapit sa Kanyang turo

2

**Ang Salita ng Diyos ay nagtuturo sa atin na maging masunurin.**

*Dahil sa pananampalataya, sumunod si Abraham nang siya'y utusan ng Diyos upang pumunta sa isang lupaing ipinangako sa kanya. Sumunod nga siya, kahit hindi niya alam kung saan siya pupunta. HEBREO 11:8*

Nang marinig ni Abraham ang Salita ng Diyos, sumunod siya kahit hindi niya alam ang lahat ng detalye.

Alalahanin ang isang pagkakataon na hiniling sa iyo ng Diyos na gawin ang isang bagay na hindi mo lubos na nauunawaan. Ano na ang nangyari

3

### Itinuturo sa atin ng Salita ng Diyos na maging matagumpay.

***Huwag mong kaliligtaang basahin ang aklat ng kautusan. Pagbulay-bulayan mo iyon araw at gabi upang matupad mo ang lahat ng nakasaad doon. Sa ganoon, magiging masagana at matagumpay ang iyong pamumuhay.*** JOSUE 1:8

Pinangako ng Diyos kay Josue ang tagumpay kung magwiwika, magbululay at mag-ingat na susundin ang salita ng Diyos bawat araw. Ang tagumpay at kasaganaan na ipinangako ng Diyos ay ayon sa Kanyang mga pamantayan, hindi sa mundo. Ang Biblia ang pangunahing aklat sa tagumpay, at itinuturo nito kung paano tayo dapat mamuhay at patakbuhan ang ating gawain.

.....  
.....

Ano ang ibig sabihin ng pagninilay sa Salita ng Diyos? Ano ang dapat nating gawin para maging maunlad at matagumpay?

4

### Itinuturo sa atin ng Salita ng Diyos na labanan ang kasalanan.

*9Paano mapapanatili ng isang binata ang kanyang daan na dalisay Sa*

*pamamagitan ng pamumuhay ayon sa iyong salita. 11Itinago ko ang iyong*

*salita sa aking puso upang hindi ako magkasala laban sa iyo. AWIT 119:9,11*

Kapag ang tukso at takot ay nagsisikap na hilahin tayo pababa, nagagawa nating labanan at madaig ng Salita ng Diyos. Ano ang ibig sabihin ng itago ang Salita ng Diyos sa iyong puso?

.....  
.....

Ano ang ilang Banal na Kasulatan na isinaulo mo na nakatulong sa iyo na labanan ang tukso?

5

### Itinuturo sa atin ng Salita ng Diyos na maging matalino.

***Ang inyong mga utos ay nagpapatalino sa akin kaysa sa aking mga kaaway, sapagkat sila ay laging kasama ko.***

AWIT 119:98 (TIGNAN 2 TIMOTEO 3:15.)

Paano tayo ginagawang matalino ng utos ng Diyos?

.....

Ano ang ibig sabihin ng Salita ng Diyos na maging kailanman kasama mo?

## SO WHAT

- Sa palagay ninyo, bakit hindi inuuna ng ilang tao ang Salitang Diyos ? Para maging malusog tayong mga disipulo, gaano kahalaga sa atin ang Salita?
- Bakit tayo dapat maging matalino? Sa palagay mo, paano nabubuhay ang isang matalinong tao?
- Sa iyong palagay, paano naiiba ang kahulugan ng tagumpay ng mundo sa kahulugan ng Diyos Ano sa palagay mo ang tunay na ibig sabihin ng maging matagumpay?

## NOW WHAT

- Ang pagbabasa ba ng Salita ng Diyos ay isang pang araw araw na ugali para sa iyo Kung hindi, ano ang isang praktikal na hakbang na maaari mong gawin upang simulan ang pagbabasa sa linggong ito
- May mga bahagi ba sa buhay mo na tinutukso ka ngayon Paano ninyo malalabanan ang tuksong ito araw-araw?
- Paano ka lalago sa karunungan sa praktikal na paraan? Nahaharap ka ba sa mga sitwasyong kailangan mo ng karunungan ng Diyos?

- 
- Pasalamatan ang Diyos sa Kanyang Salita na buhay at aktibo, at sa kung paano tayo kinakausap at pinatitibay ng Diyos sa pamamagitan ng Kanyang Salita.
  - Ipanalangin na mas makilala mo ang Diyos habang ginugugol mo ang oras sa Salita araw araw. Maaari kang maging tapat kung bakit minsan nahihirapan kang magbasa, mag aral, at kabisaduhin ang Salita. Hilingin sa Diyos ang Kanyang tulong, lakas, at karunungan.  
Ipanalangin na makasunod ka kay Jesus at sa Kanyang mga utos, sundin Siya, at lumago sa karunungan araw-araw.
  - Hilingin sa Diyos na pasaganain ka at gawin kang matagumpay habang inuuna at sinusunod mo ang Kanyang Salita.



***Pagkatapos ay sinabi ni Jesus sa kanyang mga alagad, "Kung may gustong sumunod sa akin, kailangan niyang tanggihan ang kanyang sarili at pasanin ang kanyang krus at sumunod sa akin."*** MATEO 16:24

## WHAT

Ang sentro ng pagsunod kay Jesus ay ang Kanyang panawagan na pagkaitan ang ating sarili, pasanin ang ating mga krus, at sumunod sa Kanya. Ang pag-aayuno ay tungkol sa pagtanggap sa ating sarili na magtuon sa ating kaugnayan sa Diyos. Kapag nag-aayuno tayo, pinipili nating magkaroon ng higit na pagtuon sa Diyos at mas kaunti sa ating sarili. Ang mga sumusunod ay apat na dahilan kung bakit kailangan nating ugaliing mag-ayuno.

### 1 **Nag-aayuno tayo dahil tinuruan tayo ni Jesus kung paano mag-ayuno.**

*<sup>16</sup> "Kapag kayo'y nag-aayuno, huwag kayong magmukhang malungkot tulad ng mga mapagkunwari. Hindi sila nag-aayos ng sarili upang mapansin ng mga tao na sila'y nag-aayuno.*

***Tandaan ninyo: tinanggap na nila ang kanilang gantimpala.** <sup>17</sup> Sa halip, kapag nag-aayuno ka, maghilamos ka, lagyan mo ng langis at ayusin mo ang iyong buhok*

MATEO 6:16-17  
*Sa pangangaral sa Bundok, ginamit ni Jesus ang salitang "kailan" at hindi "kung" tulad ng itinuro Niya tungkol sa pag-aayuno. Ano ang sinabi ni Jesus na hindi natin dapat gawin kapag nag-aayuno tayo?*

### 2 **Kapag tayo ay nag-aayuno, nagiging mas sensitibo tayo sa tinig ng Diyos.**

*<sup>2</sup>Habang sumasamba sila sa Panginoon at nag-aayuno, sinabi ng Banal na Espiritu, "Italaga ninyo para sa akin sina Bernabe at Saulo para sa gawaing tinawag ko sa kanila." <sup>3</sup>Kaya't matapos silang mag-ayuno at manalangin, ipinatong nila ang kanilang mga kamay sa kanila at pinaalis sila.* GAWA 13:2,3

*Bakit mahalaga kay Hesus ang ating itsura kapag tayo ay nag-aayuno?*

Bakit mas sensitibo tayo sa tinig ng Diyos sa panahon ng pag-aayuno? Paano ito naging totoo sa buhay mo?

3

**Nag aayuno tayo upang magpakumbaba sa harap ng Diyos.**

*27 Nang marinig ni Ahab ang mga sinabi ng propeta, pinunit niya ang kanyang damit, nagsuot ng damit-panluksa kahit sa pagtulog. Nag-ayuno siya bilang tanda ng malaking kalungkutan. 28 Kaya't sinabi ni Yahweh kay Elias, 29 "Napansin mo ba kung paano nagpapakumbaba sa harapan ko si Ahab? Sapagkat nagpapakumbaba siya, hindi ko itutuloy ang parusa sa kanya habang siya'y nabubuhay. Ngunit pagkamatay niya, paparusahan ko ang kanyang angkan."*1 HARI 21:27-29 (TIGNAN DIN JAMES 4:6.)

.....  
.....  
.....

Bakit ang pag-aayuno ay tanda ng pagpapakumbaba sa harapan ng Diyos? Bakit tinututulan ng Diyos ang mga mapagmataas ngunit nagbibigay ng biyaya sa mga mapagpakumbaba?

4

**Nag-aayuno tayo kapag tayo ay nasa krisis dahil nagtitiwala tayo sa kapangyarihan ng Diyos.**

*16 Nanalangin si David sa Diyos para gumaling ang bata. Nagdamit siya ng panluksa at nag-ayuno, at sa lupa nahiga nang gabing iyon. 17 Lumapit sa kanya ang matatandang pinuno sa palasyo at hinimok siyang bumangon, ngunit tumanggi siya. Ayaw rin niyang kumain.* 2 SAMUEL 12:16,17

Ang pag aayuno ay pagkilala sa ating pangangailangan para sa higit pa sa presensya ng Diyos sa ating mga sitwasyon.  
.....  
.....  
.....

Alalahanin ang isang pagkakataon na nag-ayuno ka at naniwala sa Diyos na darating para sa iyo. Paano inihayag ng Diyos ang Kanyang Sarili?

## SO WHAT

- Sa palagay mo, bakit maraming Kristiyano ang nahihirapang mag-aayuno?
- Bakit sa tingin mo kaya ng iba ? Paano ka nahahamon sa espirituwal na ugaliin ang pag-aayuno?
- Ano ang ilan sa mga benepisyo ng pag-aayuno?

## NOW WHAT

- Paano kailangang mabago ang pagkaunawa mo sa pag-aayuno? Paano kailangang mabago ang pagkaunawa mo sa pag-aayuno? Ano ang iyong maari momg gawin sa linggong ito para magkaroon ng mas magandang pananaw sa espirituwal na gawi na ito?

- Ano ang magagawa ninyo sa linggong ito para magkaroon ng mas magandang pananaw sa espirituwal na gawi na ito?

Paano mo papaunlarin na ugaliin ang pag-aayuno?  
Paano mo maiaaplay ang natutuhan mo ngayon?

- Ano ang pinaniniwalaan mo sa Diyos sa panahong ito ng iyong buhay? Paano ninyo Siya mas hahanapin sa linggong ito?

.....

- Hilingin sa Diyos na tulungan kang magkaroon ng mas malaking pagpapahalaga sa pag aayuno.
- Ipanalangin na lumago ang iyong relasyon sa Diyos araw araw, at maghangad ka ng higit pa sa Kanya higit sa lahat.
- Ipangako ang iyong mga hakbang sa pagkilos mula sa aralin na ito sa Panginoon, at hilingin sa Diyos ang Kanyang biyaya at lakas upang lakaran ito.

42Inilaan nila ang kanilang sarili sa turo ng mga apostol at sa pakikipagkapwa, sa pagputol ng tinapay at sa panalangin.47. . . At idinagdag ng Panginoon sa kanilang bilang araw araw ang mga naliligtas. GAWA 2:42,47

**Habits of a Healthy Disciple** ay isang serye ng anim na materyales para sa pagiging disipulo ng grupo na idinisenyo upang tulungan ang mga disipulo na magkasamang umunlad sa kanilang relasyon sa Diyos at sa komunidad.

TOPICS INCLUDE:

- Pakikipag-Kapwa
- Paglilingkod
- Kagandahang-Loob
- Panalangin
- Salita ng Diyos
- Pag-aayuno



**EVERY NATION**  
P R O D U C T I O N S