

Paano Mo Mapauswag ang Imo Pangamuyo?

Ini nga worksheet makabulig sa imo nga mausisa ang kaundan kag kalidad sang imo pangamuyo sa Dios.

KAUNDAN

Ang imo bala pangamuyo daw sulitsulit na lang? Kon huo, testingi ang masunod:

Isulat ang tatlo ka butang nga ginapasalamatan mo.

1. _____
2. _____
3. _____

“Mas ginapalangga ko si Jehova kon pasalamatan ko sia kay ginapamensar ko ang maayo nga mga butang nga ginhimo niya para sa akon. Kag nagabulig ini sa akon nga mangin mas mapinasalamaton.”—Jeanette.

Dayon isulat ang tatlo ka butang nga ginaprobleman mo.

1. _____
2. _____
3. _____

“Kon ginahambal ko kay Jehova ang akon mga problema, nagamagan ang akon pamatyag, kag mabatyagan ko nga matuod gid sia nga abyan.”—Kiara.

Isulat ang ngalan sang tatlo mo ka kilala nga nagaatubang sing mga kabudlayan.

1. _____
2. _____
3. _____

“Maayo gid nga ipangamuyo ang aton mga kauturan sa malayo nga lugar nga nagaatubang sing mga kabudlayan ukon basi may kilala kita nga ara lang sa malapit nga nabudlayan man.”—Shelby.

Siam na ka topiko ang puede mo ipangamuyo!

Tip: *“Maayo nga maghimo sing listahan sang mga gusto mo ipangamuyo, dayon tan-awa ini antes ka mangamuyo. Sa ulihi, magadamo ang topiko nga gusto mo ipangamuyo kag mangin mas mahapos ang paghambal kay Jehova sang bisan ano nga ginapensar mo.”—Ciara.*



KALIDAD

Diin nga bahin sang pangamuyo ang nabudlayan *mo* gid?

KADALOM

(Tan-awa ang Hebreo 5:7.)

KASUNSON

(Tan-awa ang 1 Tesalonica 5:17.)

KALAWIGON

(Tan-awa ang 1 Samuel 1:12.)

Kon parte sa imo pangamuyo, ano ang imo goal?



“Kon kis-a pamatyag ko, kanabaw sang akon pangamuyo. Dapat tinguhaan ko nga isugid kay Jehova kon ano gid ang akon nabatyagan.”—Lauren.

Ang akon goal: _____



“Kon may time gani kita nga mag-text ukon magtawag sa aton mga abyan, dapat mas may time kita sa pagpakig-istorya kay Jehova kay makabenepisyo kita sa sini.”—Alana.

Ang akon goal: _____



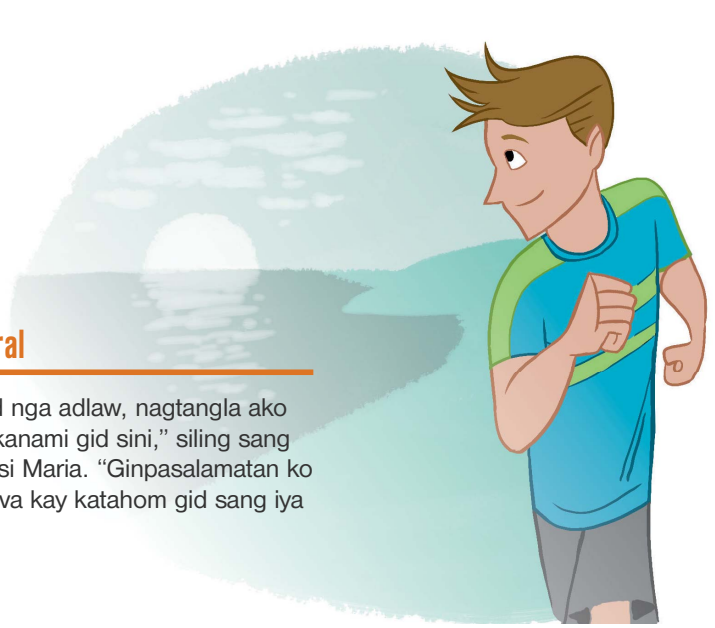
“Maayo nga indi magdali kon naga-pangamuyo. Kon ginahimo naton ini, mahambal naton kon ano gid ang aton ginabatyag.”—Teresa.

Ang akon goal: _____

TIP

Mangin natural

“Sang nagligad nga adlaw, nagtangla ako sa langit kag kanami gid sini,” siling sang tin-edyer nga si Maria. “Ginpasalamatan ko dayon si Jehova kay katahom gid sang iya mga tinuga.”



Mangita sing malinong nga lugar

“Kon kis-a ‘gapungko ako sa gua kag nagapangamuyo kay Jehova,” siling sang tin-edyer nga si Kimberly. “Kon makita ko ang iya mga tinuga, pamatyag ko mas nagalapit ako sa iya, nga daw ara lang sia sa akon tupad kon naga-pangamuyo ako.”

Malinong nga mga lugar nga puede ako makapangamuyo:

Basaha ang mga pangamuyo sa Biblia

“Nanamian ako magbasa sang Mga Salmo,” siling ni Helena. “Kay paagi sini, natun-an ko kon paano ginapabutyag sang iban ang ila balatyagon kay Jehova. Pareho sa ila, gusto ko man masugid ang tanan ko nga ginabatyag sa pangamuyo.”

Mga pangamuyo sa Biblia nga gusto ko sundon:

