

### WARM-UP

- Paano ka nakakatutok sa isang mahalagang bagay? Ano ang ginagawa mo o hindi mo ginagawa para maituon ang buong pansin mo sa isang bagay?
- Ano ang isa sa mga unang kantang natutunan mo noong bata ka? Sa palagay mo, bakit naaalala mo pa rin ito?
- Magbahagi ng isang bagay na ginagawa mo tuwing malungkot o nababalisa ka.

**WORD** <sup>169</sup>PANGINOON, *pakinggan n'yo sana ang aking hinaing. Bigyan n'yo ako ng pang-unawa ayon sa inyong pangako.*  
<sup>170</sup>Sana'y dinggin n'yo ang aking dalangin, at iligtas ako katulad ng inyong ipinangako. **SALMO 119:169-170**

Ang Salmo 119 ay isang deklarasyon ng kapangyarihan at kagandahan ng salita ng Diyos. Alam ng Salmista na hindi siya mabubuhay nang wala ang salita ng Diyos. Bawat hamon at pagsubok na kinakaharap niya ay mapagtatagumpayan dahil sa pananampalataya niya sa Diyos. Nakatuon siya sa pagmamahal, pagpapahalaga, at pagsunod sa salita ng Diyos. Sa araling ito, titingnan natin kung paano ito ginawa ng Salmista at kung paano tayo makakapanalangin ayon sa salita ng Diyos kapag humaharap tayo sa sarili nating mga pagsubok.

## 1 | Nakatuon ang Salmista sa salita ng Diyos.

<sup>169</sup>PANGINOON, pakinggan n'yo sana ang aking hinaing. Bigyan n'yo ako ng pang-unawa ayon sa inyong pangako. <sup>170</sup>Sana'y dinggin n'yo ang aking dalangin, at iligtas ako katulad ng inyong ipinangako. **SALMO 119:169-170**

Humingi ang Salmista sa Diyos ng pang-unawa habang hinihiling niya ang kaligtasan. Alam niya na maiintindihan lamang niya ang kanyang mga pinagdaraan sa ilalim ng liwanag na dala ng salita ng Diyos. Nagpakumbaba siya sa Diyos at umiyak pa nga at nagmakaawa sa Kanya para tulungan siya. Hindi siya umasa sa sarili niyang kakayahan o karanasan. Hindi siya umasa sa iba para sa tulong. Umasa siya sa Diyos at sa Kanyang salita. Sa tingin mo, ano ang kahalagahan ng pananalangin sa Diyos ayon sa Kanyang salita? Sa Bagong Tipan, paano tumugon si Maria sa ginagawa ng Diyos sa kanyang buhay at sa pamamagitan ng kanyang buhay (Lucas 1:38)?

---

---

## 2 | Binigkas at inawit ng Salmista ang salita ng Diyos.

<sup>171</sup>Lagi akong magpupuri sa inyo, dahil tinuturuan n'yo ako ng inyong mga tuntunin. <sup>172</sup>Ako'y aawit tungkol sa inyong mga salita, dahil matuwid ang lahat n'yong mga utos. **SALMO 119:171-172**

Bagama't maaari tayong magpahayag at umawit nang tungkol sa salita ng Diyos, maaari rin nating bigkasin, ipahayag, at awitin ang mismong salita ng Diyos. Maaari tayong gumamit ng mga salita at hayaang lumabas ang Kanyang salita sa ating mga bibig. Maaari nating ipanalangin ang mga awit tungkol sa Diyos at awitin ang ating mga panalangin. Ang mga salitang ito na isinulat ng Salmista ay ang mismong salita ng Diyos, na ginamit ng Kanyang mga mamamayan noong sila'y mga bihag pa, para maalala nila ang Kanyang pangako at tapat na pag-ibig. Ang salita ng Diyos ay itinakda upang pag-isipan, bigkasin, awitin, at ipanalangin. Paano mo nakita ang kahalagahan ng pagbigkas at pag-awit ng salita ng Diyos sa sarili mong buhay?

---

---

### 3 | Pinanghawakan ng Salmista ang salita ng Diyos.

<sup>173</sup>Palagi sana kayong maging handa na ako'y tulungan, dahil pinili kong sundin ang inyong mga tuntunin. <sup>174</sup>PANGINOON, nananabik ako sa inyong pagliligtas. Ang kautusan n'yo ay nagbibigay sa akin ng kagalakan. <sup>175</sup>Panatilihin n'yo ang aking buhay upang kayo'y aking mapapurihan, at sana'y tulungan ako ng inyong mga utos na masunod ang inyong kalooban. <sup>176</sup>Para akong tupang naligaw at nawala, kaya hanapin n'yo ako na inyong lingkod, dahil hindi ko kinakalimutan ang inyong mga utos. **SALMO 119:173-176**

Bagama't hindi natin lubusang mauunawaan ang pinagdaraan ng Salmista, mauunawaan natin na siya'y naguguluhan at marami siyang kinakaharap na hamon sa buhay. Sa lahat ng ito, pinanghawakan niya ang salita ng Diyos. Pinili niya ang salita ng Diyos, ikinagalak niya ang salita ng Diyos, at umasa siya sa salita ng Diyos. Hindi niya kinalimutan ang salita. Balikan ang isang pagkakataong natutunan mong panghawakan ang salita ng Diyos. Ano ang kinalabasan nito?

---

---

#### APPLICATION

- Nananalangin ka ba ayon sa mga sarili mong kagustuhan o ayon sa salita ng Diyos? Paano mo masisimulang mas ipanalangin, awitin, at ideklara ang salita ng Diyos simula ngayong linggo?
- Kabisaduhin ang Salmo 119:175: *Panatilihin n'yo ang aking buhay upang kayo'y aking mapapurihan, at sana'y tulungan ako ng inyong mga utos na masunod ang inyong kalooban.* Bigkasin ito nang ilang beses at gawin itong panalangin mo ngayong linggo.
- Sino ang mahihikayat mong tumutok at panghawakan ang salita ng Diyos ngayong linggo? Ano ang gagawin mo para mahikayat mo siya?

