

# *Udok sa Buot*

An pagkatakot dae maiiwasan pag an buhay mayong kasiguraduhan. Manlaen-laen na aksidente pwedeng mangyari, may mga mawawaran nin saindang pagrorogaring, an kagadanan pwedeng biriglaan. An takot nagpupuon sana sa sadit na isip saka ini nagdadakula. Mawawara sana an takot sa paagi kan tama asin marhay na mga kaisipan.

Kaipuhan tang guirumdumon na gabos na itinao sato pasubli sana na dai ta dapat arion kundi atamanon. Magagamit ta an mga ini para sa satong pansadiring pangangaipuhan, sa satuyang salud asin kaogmahan. Maiheheras ta man an mga ini sa iba para sinda mas mapakinabangan. An pagtatao dae kaipuhan nin ano man na karibay, dapat udok sa boot asin may pagpapadangat siring kan paaging guinibo para sato gabos ni Amang Dios.

Pag ini nautob, liputok na kaogmahan an satong pirming mamamatean.

From Brahma Kumaris PH