

මට “ක්‍රිස්තුස්වහන්සේගේ වචන භුක්ති විඳින්න” පුළුවන් (2 නෙපි 32:3).

විවිධ ආහාර අඩංගු කොටු පාට කර කපා ගන්න. එක් එක් කොටුව පිටුපස “ක්‍රිස්තුස්වහන්සේගේ වචන භුක්ති විඳීමට” ඔබට කළ හැකි දෙයක් ලියා, ආහාරය පිගාන මත තබන්න.

