

Paggamit og mga Panalipod samtang Mogamit sa Teknolohiya

Paghunahuna og mga kasamtangan nga mga hagit nga imong giatubang nga may kalabotan sa paggamit sa teknolohiya. Ikonsiderar kon sa unsang paagi ang mosunod nga mga panalipod gikan sa *Isangyaw ang Akong Ebanghelyo* makatabang kanimo sa imong mga kahimtang.

Panalipod 1: Magpahiuyon sa Espirituhanong mga Pag-aghat

Pipila ka ideya:

- Pag-ampo alang sa paggiya kon unsaon paggamit sa teknolohiya sa sakto nga paagi.
- Irekord diha sa imong journal ang mga pagbati nga imong nadawat kabahin sa imong digital nga mga himan.
- Unaha ang mga buhat nga modapit sa Espiritu, sama sa pagtuon sa kasulatan, pag-ampo, ug buluhaton sa templo.

Panalipod 2: Itumong ang Imong Hunahuna sa Imong Katuyoan

Pipila ka ideya:

- Paglikay sa paggamit sa imong himan kon wala kay piho nga tumong sa imong hunahuna.
- Sa dili pa mogamit sa teknolohiya, pangutan-a ang imong kaugalingon kon ang paggamit niini modapit o mobalda ba sa panag-uban sa Epiritu Santo.
- Kon ikaw mogamit sa social media, sunda lang ang mga tawo nga makatabang kanimo nga magpabiling duol sa Ginoo.

Panalipod 3: Magmahimong Disiplinado

Pipila ka ideya:

- Kon kauban nimo ang ubang tawo, ayaw gamita ang imong himan og pakighimamat sa mga tawo sa imong palibot.
Tagai ang imong kaugalingon og inadlaw-adlaw nga limitasyon sa pagtan-aw sa screen.
- Pag-establisar og mga dapit nga walay himan, sama sa imong kuwarto o sa banyo.
- Kon imong pamati nahuyang ka o natental, palunga ang imong himan ug paglakaw sa gawas.

Panalipod 4: Maghiusa

Pipila ka ideya:

- Pangayo og tabang gikan sa minahal sa kinabuhi kon gibati nimo nga nahuyang o natental.
- Ipakigbahin sa usa ka tawo nga imong gisaligan mahitungod sa imong plano kon unsaon paggamit sa teknolohiya sa sakto nga paagi.
- Paghunahuna kon unsaon nimo nga mahimong masaligan nga higala ngadto sa uban.

Isulat ang imong plano sa ubos.
