

Sunday Theme: **Overcoming Challenges Pagtagumpayan ang mga Hamon**

Big Idea: **Learn to overcome the enslaving sinful patterns of life in order for us to live victoriously. Matutunang mapagtagumpayan ang mapang-aliping makasalanang padron ng buhay upang mabuhay tayo ng matagumpay.**

Title: **Overcoming Guilt Pagtatagumpay sa Pagkakasala**

Text: **Psalm 32:1-11 NIV**

¹ **Blessed is the one whose transgressions are forgiven, whose sins are covered.**

² *Blessed is the one whose sin the Lord does not count against them and in whose spirit is no deceit.*

³ *When I kept silent, my bones wasted away through my groaning all day long.*

⁴ *For day and night your hand was heavy on me; my strength was sapped as in the heat of summer.*

⁵ *Then I acknowledged my sin to you and did not cover up my iniquity. I said, "I will confess my transgressions to the Lord." And you forgave the guilt of my sin.*

⁶ *Therefore let all the faithful pray to you while you may be found; surely the rising of the mighty waters will not reach them.*

⁷ **You are my hiding place; you will protect me from trouble and surround me with songs of deliverance.**

⁸ *I will instruct you and teach you in the way you should go; I will counsel you with my loving eye on you.*

⁹ *Do not be like the horse or the mule, which have no understanding but must be controlled by bit and bridle or they will not come to you.*

¹⁰ *Many are the woes of the wicked, but the Lord's unfailing love surrounds the one who trusts in him.*

¹¹ *Rejoice in the Lord and be glad, you righteous; sing, all you who are upright in heart!*

How to Overcome Guilt?

Paano Madadaig ang Pagkakasala?

By Keeping a Clear Conscience

Sa pamamagitan ng Pagpapanatili ng isang Malinaw na Konsensya

- The Encarta Dictionary defines guilt as: "An awareness of having done wrong or committed a crime, accompanied by feelings of shame and regret." Ayon sa Encarta Dictionary, tinutukoy nito ang "guilt" bilang: "Isang kamalayan sa paggawa ng mali o gumawa ng isang krimen, na sinamahan ng pakiramdam ng kahihyan at pagsisisi."
- GUILT is a healthy feeling. It is better for us to feel "guilt" than to see our own selves guiltless. Ang GUILT ay isang mabuti na pakiramdam. Mas magandang nakakaramdam tayo ng guilt kesa makita natin ang ating mga sariling *guiltless*.
- Having a pure conscience is the power that gives us victory in our Christian journey. Ang pagkakaroon ng dalisay na konsiyensiya ay ang kapangyarihang nagbibigay sa atin ng tagumpay sa ating paglalakbay Kristiyano.
- David said in verse 5, "Then I acknowledged my sin to you and did not cover up my iniquity" *Sinabi ni David sa talata 5, Kaya't ang kasalanan ko'y aking inamin; mga pagkakamali ko'y hindi na inilihim."*
- Don't cover your guilt, don't ignore it. Don't live a double life. Huwag takpan ang iyong kasalanan, huwag itong iwasan. Huwag mabuhay ng may dobleng buhay.
- Our conscience is a gift from God. Don't let the fallen world pollute our conscience. Ang ating konsiyansya ay regalo mula sa Diyos. Huwag hayaang madumi ng lagpak na mundo ang ating konsiyansya.
- A clear conscience fears nothing. A clear conscience is a good pillow. Ang isang malinis na budhi ay walang kinatatakutan. Ang isang malinis na budhi ay isang mabuting unan.
- The best asset is a clean conscience. Ang pinakatatanging pag-aari ay isang malinis na konsiyensiya.
- Acts 24:16 - "So I strive always to keep my conscience clear before God and man." Mga Gawa 24:16 – "Kaya't pinagsisikapan kong laging maging malinis ang aking budhi sa harap ng Diyos at ng tao."
- Keep a **healthy, sensitive, and clear** conscience. Panatilihin ang isang maayos, sensitibo, at malinis na konsensya.

By Continuously Confessing Our Sins Sa pamamagitan ng Patuloy na Pagtapat sa Aming Mga Kasalanan

- David said in verse 5, "I will confess my transgressions to the Lord." *Sinabi ni David sa talata 5, "Ako'y nagpasyang sa iyo'y ipagtapat,"*
- Don't choose the intellectual route (everybody is doing it, it's in the culture), or physical route (keep yourself busy to forget the guilt), or religious route (by doing kindness to others or to outweigh the guilt), or psychological route (blame it to others except yourself). Huwag piliin ang ruta ng intelektwal (ginagawa ng lahat, nasa kultura ito), o pisikal na ruta (panatilihin abala ang iyong sarili upang makalimutan ang pagkakasala), o ruta sa relihiyon (sa pamamagitan ng paggawa ng kabuithan sa iba o upang malamangan ng kabutihan ang bigat ng pagkakasala), o ruta ng sikolohikal (sisihin ito sa iba maliban sa iyong sarili).
- David knew that he had sinned and he felt deeply the guilt of his wrong actions. Alam ni David na siya ay nagkasala at ramdam niya ang bigat ng pagkakasala ng kanyang maling pagkilos.
- His guilt was making him feel physically ill (32:3-4; see Ps. 38:2-8). Ang kanyang pagkakasala ay nagpaparanas sa kanya ng pisikal na kasakitan

- Until we confess our sins and acknowledge our guilt, we can't truly exclaim with David, *"Blessed is the one whose transgressions are forgiven, whose sins are covered."* (v. 1) **Hanggang sa ikumpisal natin ang ating mga kasalanan at kilalanin ang ating pagkakasala, hindi natin tunay na mabubulalas kasama ni David, "Mapalad ang taong pinatawad na ang kasalanan, at pinatawad rin sa kanyang mga pagsalangsang."**
- Maybe some of you are tormented by guilt and you are just trying to put up a good front but deep down inside, you are troubled. **Marahil ang ilan sa iyo ay pinahihirapan ng pagkakasala at sinusubukan lamang na itago ito ngunit ikaw ay hindi panatag sa loob-looban mo.**
- Don't shrug it off or explain it away. Let it drive you to the cross where you'll know God's boundless mercy! Confess it to the Lord! The blessings of God's forgiveness are great. **Huwag mo itong ikibit balikat o bigyan ng paliwanag. Hayaan mo itong ihatid ka nito sa krus kung saan malalaman mo ang walang katapusang awa ng Diyos! Ipagtapat mo sa Panginoon! Ang mga pagpapala ng kapatawaran ng Diyos ay kahanga-hanga't dakila.**

What does it mean to confess sin? **Ano ang ibig sabihin ng pag-amin ng kasalanan?**

A. TO CONFESS MEANS TO ACKNOWLEDGE OUR SIN TO GOD. SA PAGTATAPAT AY NANGANGAHULUGANG PAGKILALA SA ATING KASALANAN SA DIYOS

- Have the courage to acknowledge openly our sins before God. **Magkaroon ng lakas ng loob na kilalanin nang hayagan ang ating mga kasalanan sa harap ng Diyos.**
- If we uncover our sins before God, He covers them from His judgment. **Kung ilalantad natin ang ating mga kasalanan sa harap ng Diyos, tatakpan Niya ito mula sa Kanyang paghuhusga.**
- 1 John 1:9 has the idea of agreeing together with God about our sin. **Ang 1 Juan 1: 9 ay may ideya na sumasang-ayon sa Diyos tungkol sa ating kasalanan.**
- Acknowledging our sin means: We call sin "sin." We don't excuse it as "weakness" or "just human nature." "We see sin as serious." "We see sin from God's perspective." **Ang pagkilala sa ating kasalanan ay nangangahulugang: Tinatawag nating kasalanan ang "kasalanan." Hindi namin ito pinapasyahan bilang "kahinaan" o "likas na katangian ng tao." "Nakikita natin ang kasalanan bilang seryoso." "Nakikita natin ang kasalanan sa pananaw ng Diyos."**

B. TO CONFESS MEANS TO ACCEPT RESPONSIBILITY FOR OUR SIN. SA PAGTATAPAT AY NANGANGAHULUGANG PAGTANGGAP SA RESPONSABILIDAD NG ATING KASALANAN.

- Sin deceives us; confession means that we remove deceit (32:2b). **Nililintang tayo ng kasalanan; Ang pagtatapat ay nangangahulugang tinatanggal natin ang panlilintang (32: 2b).**
- We stop the cover-up attempt. We are open and honest about it before God. **Itinitigil natin ang pagtatakip. Tayo ay bukas at tapat tungkol dito sa harap ng Diyos.**
- Accepting responsibility means being willing to forsake the sin in His strength. **Ang pagtanggap ng responsibilidad ay nangangahulugang pagpayag na talikuran ang kasalanan sa Kanyang lakas.**
- "He who conceals his transgressions will not prosper, but he who confesses and forsakes them will find compassion" (Prov. 28:13). **Ang nagkukubli ng kanyang sala ay hindi mapapabuti, ngunit kahahabagan ng Diyos ang nagbabalik-loob at nagsisisi. (Mga Kawikaan 28:13)**
- It's a fake to confess sin if you have no intention or willingness to forsake it. **Isang huwad na ipagtapat ang kasalanan kung wala kang hangarin o kagustuhan na talikuran ito.**

THE BLESSINGS OF OVERCOMING OUR GUILT ARE GREAT. ANG PAGPAPALA NG NAPAGTAGUMPAYANG KASALANAN AY DAKILA

¹ *Blessed is the one whose transgressions are forgiven, whose sins are covered.*

² *Blessed is the one whose sin the Lord does not count against them and in whose spirit is no deceit.*

- The Bible calls a forgiven person "blessed." The greatest blessing in life is to have a relationship with God. **Tinatawag ng Bibliya ang isang pinatawad na tao na "pinagpala." Ang pinakadakilang pagpapala sa buhay ay ang pagkakaroon ng isang relasyon sa Diyos.**
- Every time we commit an act of sin, the fellowship with God is broken. We need to confess it and restore the fellowship. **Sa tuwing gumawa tayo ng kasalanan, ang pakikisama sa Diyos ay nasisira. Kailangan nating aminin ito at ibalik ang pakikisama.**
- David uses 4 Hebrew words for sin and 3 words for forgiveness. **Gumamit si David ng 4 na salitang Hebreo para sa kasalanan at 3 salita para sa kapatawaran**
- Words for sin: **Mga salita para sa kasalanan**
 - 1) "Transgression" = Rebellion, refusing to submit to God's rightful authority in our lives.
 - 2) "Sin" = To miss the mark. Falling short of the aim which God intended for us to reach.
 - 3) "Iniquity" = meaning bent or twisted. Perverting that which is right
 - 4) "Deceit" = deliberate cover-up, falsehood, hypocrisy.

- Those words for sin condemn us all as guilty before God. **Ang mga salitang iyon para sa kasalanan ay nagkondena sa ating lahat bilang nagkasala sa harap ng Diyos.**
- But David's words for forgiveness show us what it means to have been forgiven. **Ngunit ang mga salita ni David para sa kapatawaran ay nagpapakita sa atin kung ano ang ibig sabihin ng pinatawad.**
- Words for forgiveness: **Mga salita para sa kapatawaran**
 - 1) "Forgiven" = To bear, carry off, or take away a burden. ("scapegoat") A scapegoat takes the blame and everyone else goes free. The term comes from the Hebrew sacrificial system
 - 2) "Covered" = Out of sight. God puts our sins out of His sight, our sins are covered by His blood!
 - 3) "Not counted" = Not charged to our account. We owed an unpayable debt for our sin. But Christ paid it on the cross.

A. THE BLESSING OF HAVING GOD'S PROTECTION (vv. 6-7) **ANG PAGPAPALA NG PAGKAKARON NG PROTEKSYON MULA SA DIYOS**

⁶ *Therefore let all the faithful pray to you while you may be found; surely the rising of the mighty waters will not reach them. **You are my hiding place; you will protect me from trouble and surround me with songs of deliverance.***

- The same man who complained that he was oppressed by God's hand (v. 4) declares God to be his hiding place. **Ang parehong tao na dumaing na siya ay inaapi ng kamay ng Diyos (v. 4) ay nagpapahayag na, na ang Diyos ay kanyang kanlungan.**
- Before he feared God as his judge, now he takes refuge in Him as his protector who surrounds him with songs of deliverance. **Noon, kinatakutan niya ang Diyos bilang kanyang hukom, ngayon siya ay sumilong sa lilim Niya bilang kanyang tagapagtanggol na pumapaligid sa kanya kasama ang mga kanta ng pagliligtas.**
- The "rising of the mighty waters" (v. 6) refers to God's judgment. **"At sa bugso ng baha'y di sila aabutin."** (v.6) ay tumutukoy sa paghatol ng Diyos.
- The man who has experienced God's forgiveness need not fear the mighty waters of God's judgment. **Ang taong nakaranas ng kapatawaran ng Diyos ay hindi dapat matakot sa matinding baha ng paghatol ng Diyos.**
- **Instead of having to run from God, now we can run to God and know we are safe! Sa halip na tumakbo mula sa Diyos, ngayon ay maaari tayong tumakbo sa Diyos at malaman na ligtas tayo!**

B. THE BLESSING OF HAVING GOD'S DIRECTION (vv. 8-9) **ANG PAGPAPALA NG PAGKAKARON NG DIREKSIYON MULA SA DIYOS**

⁸ *I will instruct you and teach you in the way you should go; I will counsel you with my loving eye on you.*

⁹ *Do not be like the horse or the mule, which have no understanding but must be controlled by bit and bridle or they will not come to you.*

- Psalm 32:8-9 speaks of the promise of God's instruction as one of the benefits of His forgiveness. **Sinasabi sa Ang Awit 32: 8-9 ang mga pangako ng tagubilin ng Diyos bilang isa sa mga kabutihan ng Kanyang kapatawaran.**
- These verses are saying that God will teach and guide the person who is sensitive to Him. **Ang mga talatang ito ay nagsasabi na ang Diyos ay magtuturo at gagabay sa taong maramdmain sa Kanya.**
- If we confess our sins and grow in sensitivity to His Word, He will direct us in His ways. **Kung ikukumpisal natin ang ating mga kasalanan at lumago sa pagiging sensitibo sa Kaniyang Salita, ididirekta Niya tayo sa Kanyang mga pamamaraan.**
- We're not to be stubborn or self-willed, like a horse or mule, so that God has to put a bit and bridle on us to direct us. **Hindi tayo dapat matigas ang ulo o magsariling pasya, tulad ng isang kabayo o mula, upang mapakapaglagay ng kabisada ang Diyos sa atin upang idirekta tayo.**
- Rather, we are to be sensitive to His Spirit and His Word, developing a tender conscience. **Sa halip, maging sensitibo tayo sa Kanyang Espiritu at sa Kanyang Salita, na nagkakaroon ng banayad na konsiyensiya.**
- God will use those means to direct the forgiven sinner into paths of righteousness. **Gagamitin ng Diyos ang mga pamamaraang iyon upang idirekta ang pinatawad na makasalanan sa mga landas ng kabutihan.**
- **We're not pardoned to go our own way, but rather to go God's way. Hindi tayo pinatawad upang magtungo sa ating sariling pamamaraan, ngunit sa halip na pumunta sa daan ng Diyos.**
- The person who understands forgiveness by God's grace won't continue in sin, but will grow more sensitive to the ways of the God who has freely pardoned him. **Ang taong nakakaunawa sa kapatawaran ayon sa biyaya ng Diyos ay hindi na magpapatuloy sa pagkakasala, ngunit magiging mas sensitibo na sa mga paraan ng Diyos na malayang nagpatawad sa kanya.**
- This is RCMI's 3rd Declaration for 2021, "The Year of Anointed Direction" **Ito ang ikatlong pahayag ng RCMI para sa 2021, "The Year of Anointed Direction"**

C. THE BLESSING OF HAVING GOD'S COMPASSION (vv. 10-11) **ANG PAGPAPALA NG PAGKAKARON NG PAGKAHABAG NG DIYOS**

¹⁰ *Many are the woes of the wicked, but **the Lord's unending love surrounds the one who trusts in him.***

¹¹ *Rejoice in the Lord and be glad, you righteous; sing, all you who are upright in heart!*

- **"Many are the sorrows of the wicked, But he who trusts in and relies on the Lord shall be surrounded with compassion and lovingkindness." (Amp) "Labis na magdurusang ang taong masama, ngunit ang tapat na pag-ibig ni Yahweh ang mag-iingat sa sinumang nagtitiwala sa kanya."**

- David ends the psalm by contrasting the wicked, who have many sorrows, with the righteous, who are surrounded by the Lord's unfailing love. Tinapos ni David ang salmo sa pamamagitan ng paghahambing sa masasama, na maraming kalungkutan, sa mga matutuwid, na napapaligiran ng walang tigil na pag-ibig ng Panginoon.
- **The righteous are not those who never sin, but rather those "upright in heart" because they have confessed their sins. Ang matatapat ay hindi yaong hindi kailanman nagkakasala, ngunit ang mga "matuwid sa puso" sapagkat ipinagtapat nila ang kanilang mga kasalanan.**
- The thought of God's mercy to sinners who don't deserve it causes David to break forth with joy. Ang kaalaman sa awa ng Diyos sa mga makasalanan na hindi karapat-dapat dito ay naging sanhi ng lubos na kagalakan ni David.
- *"Rejoice in the Lord and be glad, you righteous; sing, all you who are upright in heart." (v. 11)*
"Lahat ng tapat kay Yahweh, magalak na lubos, dahil sa taglay nilang kabutihan ng Diyos; sumigaw sa galak ang lahat ng sa kanya'y sumusunod!"
- There is no greater joy than that of knowing that your sins are totally forgiven. Walang dakilang kagalakan kaysa sa kaalaman na ang iyong mga kasalanan ay lubos na pinatawad.
- David here teaches us that the happiness of men consists only in the forgiveness of sins. Itinuturo sa atin ni David na ang kaligayahan ng tao ay mabubuo lamang sa kapatawaran ng mga kasalanan.

Conclusion **Konklusyon**

- You can be free from guilt before God today and every day! Maaari kang maging mula sa pagkakasala sa harap ng Diyos ngayon at sa araw-araw!
- There is no greater blessing than that of having our transgressions forgiven, our sins covered, and our iniquities not counted against us by the Lord. Walang higit na pagpapala kaysa sa pagpapatawad sa ating mga pagsuway, natatakpan ang ating mga kasalanan, at ang ating mga kasamaan ay hindi binilang laban sa atin ng Panginoon.
- That blessing is available to you right now if you will confess your sins. Ang pagpapalang iyon ay mapapa-sa iyo ngayon kung ikukumpisal mo ang iyong mga kasalanan.

Lpath Discussion Questions: **Mga Katanungan sa Talakayan ng Lpath**

1. Is guilt a major problem or not enough of a problem in our culture? Ang pagkakasala ba ay isang pangunahing problema o hindi gaanong problema sa ating kultura?
2. How can we know whether our guilt is from God convicting us or from Satan accusing us? Paano natin malalaman kung ang ating kasalanan ay mula sa Diyos na nagkukumbinsi sa atin o mula kay Satanas umaakusa sa atin?
3. How can we develop a tender conscience before God? Can our conscience be too tender? Paano tayo makabubuo ng mahabaging konsiyensiya sa harap ng Diyos? Maaari bang maging masyadong mahabag ang ating konsiyensiya?
4. How can a believer distinguish between true and false guilt? Paano masusuri ng isang mananampalataya kung ano ang totoo at maling pagkakasala?
5. If we don't confess even minor sins, will our conscience grow more sensitive or more callused? Kung hindi natin aaminin kahit ang mga maliliit na kasalanan, ang ating konsiyensiya ba ay magiging mas sensitibo o mas magiging matigas ang ating damdamin tungkol dito?