

# 143 GAYUMA

*Isang Aklat Sa Cyberspace*

NI: TONY PEREZ



*Classification: For Adults Only*

*Category: Humor*

*IPR of Tony Perez*

**Important Notes:**

This is the only legitimate, electronic version of this cyberspace book.

This cyberspace book does not exist in any other format.

This cyberspace book may not be reproduced or adapted in part or in whole without the written or electronic permission of the author.

All rights reserved.

2013

*Para Sa Mga Pusong Uhaw, Takaw-Mata, Masiba Sa Pag-Ibig,  
Hayok Sa Pagmamahal, Kulang Sa Pansin, Kinakamote,  
Matamis Ang Dila, Nagpupulotgata, Nag-iikot Ng Pinggan,  
Napapaitan Sa Katotohanan, Napapaklahan Sa Kapalaran,  
Tinimbang Ngunit Kulang, Nakadiyeta, Ganado, Disgusto,  
Hindi Napaghatiang-Kapatid, Walang Maipulutan,  
Maganang Kumain, Walang Ganang Kumain, Masarap Kumain,  
Bawal Kumain, Naghahanap Ng Maasim, Kulang Sa Bitamina,  
Masakit Ang Puson, Namamasa-masa, Naglalaway, Salat Sa Sustansiya,  
Mahilig Sa Maanghang, Patay-Gutom, Nahihilo Sa Gutom,  
Naduduling Sa Gutom, Tumitirik Ang Mata Sa Gutom,  
Nalipasan Ng Gutom, Kahig-Tuka, May Kagat Ng Niknik,  
May Tinik Sa Lalamunan, May Halang Sa Lalamunan,  
Makati Ang Ngalangala, Nananakit Ang Tiyan, Kumakalam Ang Sigmura,  
Maasim Ang Mukha, Pinangangasiman, Hindi Matunawan, Naiimpatso,  
Nagdidildil Ng Asin, Inaalat, Hindi Mamantikaan Ang Labi,  
Tatakam-Takam, Patikim-Tikim, Panguya-Nguya,  
Pangalot-Ngalot, Mahilig Ngumatngat, Nagnanamnam,  
Subo Nang Subo, May Supa Sa Bunganga, Kain Nang Kain,  
Lamon Nang Lamon, Dila Nang Dila, Nauumay, Nasusuya,  
Nasasamid, Nababaknal, Nabibilaukan, Nahihirinan, Naduduwal,  
Di Mabusog-busog, Mahaba Ang Bituka, Malalim Ang Lalamunan,  
Sumasama Ang Panlasa, Dinidighay, Kinakabag,*

*Nasosobrahan, Nagtitibi, Nagbubulos, Binubulate,  
Mapang-agaw, Gahaman, Nakabantay Sa Paminggalan,  
Subsob Sa Sabsaban,  
Pinupukyot, Nilalanggam, Nilalangaw,  
At Binabangungot*

## Paunawa:

Ang tatlong salitang **gayuma**, **panghalina**, at **panlumay** ay may iisang kahulugan sa magica Filipina: ang pamamaraan ng pag-akit at pagpalapit sa kapwa, iisa man o ilan, di lamang upang ibigin, mahalina, o naisin ka nila kundi upang sumang-ayon sila sa iyong saloobin, pagtingin, sapantaha, adhika, at layunin. Nagagamit ito, samakatwid, di lamang sa pagkamit ng romansa kundi sa pananaig mo at pagtatagumpay mo sa anumang pangangatwiran, anumang pagtatalo, anumang proyekto, at anumang negosyo.

Sa tradisyong Filipino, iilan lamang ang itinuturing na matandang gayuma na pawang subok na, at sadyang natatangi at naiiba sa mga natatagpuan sa ibang kultura:

1. Ang botelyang pabango na sinasangkapan ng mga yerbang kinakalap ng mga albularyo sa loob ng mga lihim na kuweba tuwing Mahal Na Araw, na ang pabangong ginagamit sa karaniwan ay ang tatak-X7. Isang patak ng pabango ang idinadampi ng manggagayuma sa kaniyang bawat pisngi.

2. Ang panyong tinataguriang “Santo Niño Aswitas,” na may dibuho at nangakatitik na mga orasyon. Ang salitang “Aswitas” sa ganang ito ay mula sa salitang “Hesuwitas” at bunga ng haka-haka na paring Hesuwita ang pinagmulan nito. Datapwat, ang ugat nitong walang-katibayang paniniwala ay ang librong *Testamento Verdadero* na inakda ni Melencio T. Sabino bandang mga 1950, kung saan niya binabanggit na ang pinagmulan ng karunungan napapaloob sa libro ay isang “Padre Jesuito”—isang bagay na walang sapat na batayan, lalo na’t marami ang nakaaalam na si Sabino mismo at ang kaniyang kasamahan sa magica na si Pepito Nieto ay dating mga seminarista datapwat parehong tumiwalag sa seminaryo.

Ang dibuho sa panyong “Santo Niño Aswitas” ay di kinakailangang pag-aralan, at ang nangakatitik na mga orasyon sa panyo ay di rin kinakailangang sambitin. Sapat na na itupi lamang ito ng manggagayuma at saka ibulsa o kaya ay isilid sa pitaka.

3. Ang medalyong “SATOR ROPET,” na ang wastong pagkakatitik ay “SATOR ROTET,” na yari sa pulang tanso. Tulad ng panyo, ang nangakaukit sa magkabilang panig ng medalyon ay di kinakailangang pag-aralan o sambitin. Ikinukuwintas lamang ito ng manggagayuma o kaya ay ibinubulsa o isinisilid sa pitaka.

4. Ang bao ng maliit na niyog na walang mata, na ginagamit din ng manggagayuma sa pamamagitan ng pagkuwintas, pagbulsa, o pagsilid sa pitaka.

Ang mga makabagong gayuma sa aklat na ito ay nilikha tungo sa pag-unawa ng madla sa magica. Sang-ayon sa paniniwala ng karamihan na ang bisa ng gayuma ay nakasalalay sa haing inumin o pagkain, ang pangkalahatang mga sangkap sa mga makabagong gayumang ito ay ang paghanda at paghain sa iba’t ibang inumin at pagkain. Datapwat, ang materyales sa bawat isa ay yaong madadaling hanapin; ang mahalaga sa bawat makabagong gayuma ay hindi ang uri ng kasangkapan kundi ang

pag-intindi na ang magica ay dili iba't ang pagpapatotoo ng isang bagay na, mula sa kaisipan ay iiral sa kapaligiran.

Sa bawat makabagong gayuma, walang kaibang alay, rekisito, o rekado. Walang ginagamit na masasabing bawal o makapipinsala sa katawan o sa kalusugan ninuman, o makapaninira sa kalikasan. Walang inumin o pagkain sa aklat na ito ang makalalason o makapagdudulot ng anumang sakit o sama ng katawan. Sa madaling salita, kung mayroon mang magkaroon ng karamdaman matapos inumin o kainin ang alinman sa mga makabagong gayumang naririto, tiyak na iba ang sanhi at pinagmulan.

Pakatandaan:

Ang pinakawagas, pinakalantay, pinakadalisay, pinakamatatag, at pinakamainam na pag-ibig ay ang pag-ibig na likas na sumisibol sa puso. Ang pag-ibig na ganyan ay totoong handog ng Diyos at ng sansinukuban.

Babala:

Ang pag-ibig na gayuma ang pinagmulan ay hindi tunay na pag-ibig kailanman. Sa kadalasan, ang pag-ibig na likha ng gayuma, o ang hindi tunay na pag-ibig, ay panandalian lamang at may kaukulang parusa ng sandaigdigan at ng mga espiritung-gabay sa manggayuma kung, halimbawa, ang layon ng gayuma ay may iniibig nang iba, o mayroon nang kasintahan o asawa.

Iyan ang dahilan kung bakit ang aklat na ito ay inakda sa pamamaraang katatawanan at katuwaan.

Ang pagmamahal, tulad ng pagkain, ay para sa lahat.

Maligayang pagbasa sa tanan!

--Tony Perez

Cubao, Quezon City

Marso 2013



**Nilalaman At Nilalamon:**

Mga Pampalamig:

1. Fresh Buking
2. Ako't Gulaman
3. Halu-Hello
4. Saging Sa 'Baba
5. Mais Con Hilo
6. Ayos Krim

Mga Pampatid-Uhaw:

7. Katas Na Pangkatas
8. Pampa-Soft Drinks
9. Kapihit Gatas

10. Balak Coffee

11. Tsaka Tsaa

12. Suwertelate

13. Minural Water

14. Salambat

Mga Prutas:

15. Mansanas ni Eva/ 16. Saging Ni Adan

16. Saging Ni Adan/ 15. Mansanas Ni Eva

17. Papa, Yeah!

18. Pihikanya

19. Walang Iwanan Sa Pakwan

20. Manggang Hinog Sa Pilit

21. Manggang Silaw

22. Manggang Pikot

23. Walang Indiyanan Mango

24. Merong Melon

25. Sumpangkan

26. Mag-Asawang Sampalok

27. Hatol Ng Santol

28. Lasonsones

29. Hindi Na Ako Luluha Sa Suha

30. Tsik-o

31. Single-guwelas



32. Nananangka Sa Dalawang Ilog
33. Tumapat Sa Duhat
34. Si Mang Gustin/ 41. Tsitsa Roon
35. Ram-buotan
36. Ates o Kuyabano
37. Makukuha Ka Sa Makopa

Mga Pangkukot:

38. Mamaniin Lang Kita
39. Buting Pakwan
40. Chipipay
41. Tsitsa Roon/ 34. Si Mang Gustin
42. Katalo Sa Kasoy
43. Green, Please
44. Kornikilig
45. Papacorn

Mga Pantawid-Gutom At Kakanin:

46. Kahit Mukha Kang Biskuwit
47. Hocus-Cookies
48. Kesyo Keso
49. Pandasal
50. Pusong Mamon/ 75. Dale Ka Sa Ensaymada
51. Sinipit
52. Kapkap Cake

53. Banana Ku
  54. Kamote Ku
  55. Nilabhang Mais
  56. Hoy-pya
  57. Siya-paw
  58. Dating Doughnuts
  59. Tatahol-Taho
  60. Turon Doon
  61. Subo Sa Bibig, Kabig Ng Dibdib
  62. Polvo Roon
  63. Tausputo
  64. Kutsintahan
  65. Binibiningka
  66. Malagkit Na Tingin-Sapin
  67. Tibuk-Tibok
  68. Kamadang Kalamay
  69. Pichi-Peste
  70. Pamputok Ng Buchi-Buchi
  71. Espatol
  72. Tumihaya Ka Sa Piaya
- Mga Mirindal:
73. Inalagang Itlog
  74. Emparada

75. Dale Ka Sa Ensaymada/ 50. Pusong Mamon
76. Pansitsit
77. Egg Sandbingwich
78. Cheese Sandbingwich
79. Tuna Sandbingwich
80. Ham Sandbingwich
81. Chicken Sandbingwich
82. Hot Na Hot Cake
83. Hati-Tayo Dog
84. Bulgar Burger
85. Santong Pospasan
86. Lugaw Ligaw
87. Tsampiyonrado
88. Puso Bumbong
89. Lilitaw Sa Palitaw
90. Bibi-ko
91. Binagaytog
92. Ubod Ng Sarap
93. Lumpiyang Hubo't Hubad
94. Duguan
95. Barabaracue
96. Sapakhetti
97. Pisain Mo Sa Pizza

98. Banana Kaisplit

99. Basta Pasta

100. Bola-lalo

Mga Ulam Na Pangkulam:

101. Hu-Maling

102. Long Na Longganiza

103. Tontang Talong/ 113. Abobo

104. Kinilay

105. Walang Sisihang Sisig

106. Gin-isa

107. Gumiling

108. Dawit Ka Sa Danggit

109. Wala Nang Daing

110. Topaksiw

111. Dekwat Baboy

112. Sinigan

113. Abobo/ 103.Tontang Talog

114. Relyebong Bangus

115. Tried Chicken

116. Gabi Gabi-Gabi

117. Pang-Rahuyong Rabanos

Mga Himas Na Panghimagas:

118. Pastilyas De Leche Ka

119. Mahika Blanca

120. Nasa De Coco

121. Leche Plano

122. Hinalay Na Ubi

123. Sans Karibal

Mga Sawsawan:

124. Sentimyento De Asukal

125. Lasin

126. Patiis

127. Goyo

128. Sukat

129. Magkasiping Labuyo

130. Baketchup

131. Mas-tasa

Mga Gayumang Sinasangkapan Din Ng Ritwal:

132. Abre-Gana

133. Linawnam

134. Sino Sa Kanila?

135. Bukang Bibig

136. Halina Sa Aking Piling

137. Aakitin Kita

138. Matamis Na Oo

139. Katakam-takam Ka Naman

140. Magkaparehas

141. Wala Ka Nang Hahanapin Pa

142. Tony Perez's Love Potion #10

143. Sarap Ng Pagmamahal

Pantapos Na Salita

About the Author

### **Mga Alituntunin Sa Bawat Gayuma:**

Ikaw mismo ang dapat magsagawa ng gayuma. Hindi mo ito maaaring ipagawa sa iba.

Ang gayuma ay isasagawa mo nang walang tulong at pagkakaalam ng iba.

Habang isinasagawa mo ang gayuma, lagi mong isaisip ang layon, o ang taong/mga taong kinauukulan, ng gayuma.

Isaisip mo rin ang hinahangad mong mabuting kalalabasan ng gayuma.

Habang isinasagawa ang gayuma, hanggat maaari ay umawit ka o humuni o sumipol ng masayang kanta, na, hanggat maaari rin, ay hindi mauulinigan ng iba.

Ang anyo at paghain ng gayuma ay napakamahalaga. Husayan mo at gawing kahali-halina na para bagang talinghaga ng hinahangad mong mabuting kalalabasan.

Ang anyo, pananamit, pagkilos, at pananalita mo ay napakamahalaga rin.

Ikaw mismo ang maghain ng gayuma sa layon.

Maaari mong isagawa ang higit sa isang gayuma, at higit sa ilang ulit.

Maari ring gayumahin ang higit sa isang layon.

Mga Panibagong Gayuma

Ni Tony Perez

## MGA PAMPALAMIG

### 1.

#### FRESH BUKING

Pampalamig Ng Diwa:

Ang mga kahulugan ng mga katagang **gusto** at **may gusto** ay sadyang magkaiba. Kapag gusto mo ang isang tao, **nalulugod** ka sa kaniya bilang **kapwa mo tao**. Kapag may gusto ka sa isang tao, hindi lamang higit sa **kaluguran** ang **nararamdaman** mo; **umaasaka** rin na ang **pagtingin** mo at ang **damdamin** mo ay kaniyang **susuklian**.

Kakatwa ngunit, magkaiba man ang “gusto” sa “may gusto”, ang kabaligtaran ng dalawa ay iisa: ang **disgusto**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng botelyang mineral water. Kinagabihan, sipingan ito sa kama hanggang sa makatulog.

Kinabukasan, bumili ng fresh buko sa palengke, talipapa, o maglalako. Ipabukas na ito at saka ipabilog.

Buksan ang botelyang mineral water at busan ng kaunting tubig ang loob ng fresh buko.

Ihain ang fresh buko sa taong mayroon kang gusto.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Nasa De Coco”, “Tony Perez’s Love Potion #10”, at “Init Ng Pagmamahal”.

### 2.

#### AKO’T GULAMAN

PAMPALAMIG NG DIWA:

Ang dalawang bagay, lugar, pangyayari, o konsepto ay maaaring **magkaugnay**, ang ilan o marami sa mga ito ay maaaring maging **magkakaugnay-ugnay** o makitaan ng **pagkakaugnay**, datapwat, ang dalawang tao ay **may kaugnayan** kung **namagitan onamamagitan** sa kanila ang mga **damdamin, saloobin, pagtingin**, at gawa patungo sa **pag-ibig** o **pagmamahal sa isa’t isa**.



Ang pagkakaroon ng kaugnayan ay maaaring maging bunga ng isang **pakikipagkaibigan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng botelyang mineral water. Kinagabihan, sipingan ito sa kama hanggang sa makatulog.

Mainam kung ikaw mismo ang gagawa at magtitimpla ng sago't gulaman, datapwat, ang sago't gulaman ay nabibili sa mga palamigan o kaya ay inilalako sa mga lansangan.

Buksan ang botelyang mineral water at busan ng kaunting tubig ang sago't gulaman.

Ihain ang sago't gulaman sa taong nais mong magkaroon kayo ng ugnayan.

3.

### HALU-HELLO

#### PAMPALAMIG NG DIWA:

Ang isang **kaibigan** ay isang taong kabisado mo sa kaniyang kamag-anakan, pagkatao, katauhan, pangarap, pinagmulan, pinatutunguhan, ugali, kinagugustuhan, at kinaaayawan.

**Kabarkada** mo ang isang kaibigan kung madalas kayong magsama sa mga kasiyahan.

**Kakosa** mo ang isang kaibigan kung kapwa kayo nagdaan sa anumang paghihirap, pakikipagsapalaran, panganib, o kaya ay kasawian.

Ang **pakikipagkaibigan** ay maaaring **mamagitan** di lamang sa magsing-edad kundi, halimbawa, sa anak at magulang, magkapatid, magkamag-anak, mag-aaral at guro, magkasosyo, at iba pa.

Ang **tapat na kaibigan** ay yaong mapagtotoo, matulungin, mapagsuporta, laging nariryan, laging nakikinig, at madalas naaasahan.

Ang **matalik na kaibigan** ay yaong halos kapara mo sa panlasa, nakaaalam ng iyong mga lihim, hindi ka ipagkakanulo, lililuhin, o lilinlangin, at ikaw ay ipagtatanggol at ipaglalaban.

Bagamat nasa salitang “kaibigan” ang ugat na salitang **ibig**, hindi nangangahulugan na ang isang kaibigan ay isa ring **ka-ibigan**, o isang taong **iniibig mo** at **iniibig ka**.

Ang Pang-Gayuma:

Mainam kung ikaw mismo ang magtitimpla ng halu-halo, datapwat, ang halu-halo ay maaaring bilhin sa mga palamigan.

Bago ang lahat, maghanda ng maliit at malinis na sisidlan. Punuin ito ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado. Takpan nang maigi ang sisidlan. Kinagabihan, sipingan ito sa kama hanggang sa makatulog.

Bumili ng halu-halo.

Buksan ang sisidlan at budburan ng kaunting pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang ibabaw ng halu-halo.

Ihain ang halu-halo sa taong nais mong maging kaibigan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Katas Na Pangkatas” at “Dating Doughnut”.

4.

### **SAGING SA 'BABA**

#### **PAMPALAMIG NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay gagamitin upang magtagumpay ang isa o ilan sa mga sususunod mong pakay:

--kung ikaw ay lalaki at nais mong **maakit** sa iyo ang isang tao

--kung ikaw ay lalaki at ibig mong **ituring** kang **hari** o **idolo** ng isang tao

--kung ikaw ay babae at nais mong maakit sa iyo ang isang lalaki

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang piling na saging na saba.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Maupo sa isang silya at, sa loob ng 30 minuto, ipagitan mo sa iyong mga binti ang piling ng saging. Isaisip na sinisikatan mo ng bighani mo ang bawat saging sa piling.

Maglaga ng saging na saba.

Palamigin ang mga saging at saka putul-putulin.

Ilagay sa platitong kulay puti. Haluan ng ice chips, gatas, at tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang saging na saba sa taong ibig mong maakit sa iyo.

## 5.

### MAIS CON HILO

#### PAMPALAMIG NG DIWA:

Ang labis na **kapusukan** ay hindi **kanais-nais** para sa kalusugan ng isip, damdamin, at katawan. Ang kapusukan ng tao, tulad ng **apoy na ginagatungan**, ay maaaring bawasan o dagdagan; subalit, dapat itong maging **katamtaman** lamang.

Ang gayumang ito ay upang **bawasan ang kapusukan** ng isang tao tungo sa higit na mabuting at higit na magandang **samahan**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng isang basong mais con hielo. Ipatong ang baso sa isang platitong kulay asul.

Dagdagan ang mais con hielo ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado—na karagdagan pa sa asukal na naitimpla na—at tatlong kurot na ice chips—na karagdagan pa sa ice chips na nailagay na.

Paikutin ang platito sa direksyong pabilog na pakanan, o counterclockwise, nang pitong ulit.

Ihain ang mais con hielo sa taong labis na mapusok.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Sentimyento de Asukal”, “Hot Na Hot Cake”, at “Pampa-Soft Drinks”.

## 6.

### AYOS KRIM

#### PAMPALAMIG NG DIWA:

Ang sanhi ng **lagnat pag-ibig** ay ang labis na **pag-iisip**, **pag-aalala**, at **pagpapantasya** tungkol sa isang **iniibig** datapwat **hindi pa maabot** sa **kasalukuyang kalagayan**.

Ayon sa matatanda, sa halip na lagnat pag-ibig, ang sintoma ay maaari ring umusbong sa mukha ng taong naghihirap ang kalooban bilang **amoritis**, o mga **tagihawat**.

Ang Pang-Gayuma:

Maglagay ng isang scoop na strawberry ice cream sa isang ice cream cup na kulay puti.

Bubdubran ang ibabaw ng scoop ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Maglagay ng isang scoop na chocolate ice cream sa ibabaw ng scoop na strawberry ice cream.

Ihain ang ice cream sa kinahuhumalingan, upang ang inyong ugnayan ay tumuloy sa isang mabuting pakikipagkaibigan, o kaya ay sa taong nahuhumaling, upang maibsan o tuluyang mawala ang kaniyang lagnat pag-ibig o amoritis.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Malagkit Na Tingin-Sapin”.

Mga Pampatid-Uhaw:

7.

## KATAS NA PANGKATAS

### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Ang **kakilala** ay isang taong minsan o higit sa minsan mong nakita, nakasalubong, nakahalubilo, o nakasama, datapwat, walangnamagitan o **namamagitan pakialaman** sa inyong dalawa. Ang kakilala ay maaaring **kabatian** o hindi.

Ang kakilala ay maaaring kaibigan ng kaibigan, kapitbahay, o **kasirkulo (kasamahan)** sa isa o higit sa isang organisasyon).

Ang Pang-Gayuma:

Ang gayumang ito ay maaaring gamitin sa anumang juice.

Alukin mo ng juice ang iyong kakilala na nais mong maging kaibigan (o higit pa sa kaibigan). Bago iabot sa kaniya ang baso—at samantalang hindi siya nakatingin sa iyo at sa gagawin mo—hipan mo nang banayad ang ibabaw ng baso.

Habang umiihip ka, isaisip mo na ang iyong kakilala ay may gayunding pagtingin sa iyo.

labot ang baso sa kakilala.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Halu-Hello” at “Dating Doughnuts”.

8.

### **PAMPA-SOFT DRINKS**

#### **PAMPATID-UHAW NG DIWA:**

Ang taong **matigas ang loob** ay walang **awa**, walang **patawad**, walang **pag-ibig**, at walang **pagmamahal sa kapwa**. Ang kaniyang isip at damdamin ay para bagang napalilibutan ng isang **moog** ng mga **depensang** o **pananggalang** na **sikolohikal**. Ang kaniyang **puso** ay para bagang **bato**, at, dito nga nagmumula ang idyomang o mga matalinghagang salitang **pusong bato**, na ang isa naman sa mga pinagmulan ay ang kuwento ng Ibong Adarna, kung saan naging bato di lamang sina Don Pedro at Don Diego sa Piedras Platas, kundi ang mga manliligaw ng mga anak ni Haring Salermo sa Reino de los cristales.

Ang **tigas ng loob** ay hindi kapara ng **tigas ng ulo**; **matigas ang ulo** ng isang tao kung siya ay hindi masunurin, hindi napagsasabihan, at pasaway.

Ang gayumang ito ay upang **palambutin** ang **tigas ng loob** ng isang tao.

Ang Pang-Gayuma:

Mag-alok ng soft drinks o soda sa taong matigas ang loob.

Samantalang hinahanda mo ang soft drinks sa kusina at walang ibang nakakikita sa iyo, kumuha ng isang plastic straw na kulay rosas. Sa pamamagitan nitong straw, makatlong ulit mong hipan ang soft drink na ihahain; maaari itong isagawa sa loob ng botelyang soft drink o sa loob ng baso.

Ihain ang soft drink sa taong matigas ang loob.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Sentimyento de Asukal”, “Hot Na Hot Cake”, at “Mais Con Hilo”.

9.

### KAPIHIT GATAS

#### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Isinatula ni Balagtas:

“O **pagsintang** labis ng kapangyarihan,  
sampung mag-aama’y iyong nasasaklaw;  
'pag ikaw ang nasok sa **puso** ninuman,  
hahamaking lahat, masunod ka lamang!”

”

Kung kaya't, may mga **pag-ibig** na namamagitan sa mga hindi **magsing-  
uri, magsinlahi, magsinrelihiyon,** at **magsingkultura**--at ito ang gayumang gagamitin  
ng umiibig.

Ang Pang-Gayuma:

Ipaghalo sa isang malinis na lalagyan ang asukal na puti at asukal na pula, o  
moskubado.

Ipaghalo sa isang malinis na lalagyan ang dalawang klaseng pulbos na kape o kaya ay  
giniling na kape.

Ipaghalo sa isang malinis na lalagyan ang dalawang klaseng creamer o gatas na  
magkaiba ang tatak.

Pihiting minsan ang tasa ng iniibig mo sa direksyong pabilog at pakanan, o  
counterclockwise, at ang tasa mo naman sa direksyong pabilog at pakaliwa, o  
clockwise, at saka magtimpla ng kape.

Idulot ang tasang kape sa iniibig.

10.

### BALAK COFFEE

#### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Mula sa awit na “Kataka-taka” ng Mabuhay Singers:

“Kataka-takang **mahibang**

ang katulad ko sa iyo

**Biru-biro** ang simula

ang wakas pala ay ano?

**Aayaw-ayaw** pa ako

ngunit 'yan ay di totoo

Dahil sa iyo **puso** kong ito'y **binihag** mo.”

Aayaw-ayaw ang isang tao sapagkat siya ay **hele-hele, bago, quiere**.

Hangad mo ba na **magsabi na siya ng totoo, magsaad na siya ng tunay na damdamin, at magtapat na siya ng pag-ibig?**

Ito ang gayumang gagamitin, lalo na kung ang hilig inumin ay black coffee—walang creamer o gatas, walang asukal o anumang pampatamis.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang canister o ang anumang sisidlan ng coffee, na para bagang ang kausap mo ay ang taong aayaw-ayaw sa iyo.

Kinagabihan, ilagay ang canister o sisidlan sa kama at sipingang sa pagtulog.

Ito ang siyang gagamitin sa pagtimpla mo ng kape para sa taong aayaw-ayaw sa iyo.

11.

## **TSAKA TSAA**

### **PAMPATID-UHAW NG DIWA:**

Ang **kasangga** ay isang **kaibigan** o **kabarkada** na maaari mong **ligawan** ngunit, sa anumang dahilan sa kasalukuyan ninyong kalagayan at kinalalagyan ay pinili mong huwag na lamang itong patotohanin.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang botelyang mineral water.

Ilagay ang botelyang mineral water sa kama at sipingang ito sa pagtulog.

Kinabukasan, salinan ng mineral water ang isang ice tray, at ipasok sa freezer.

Magtimpla ng pulbos na pang-iced tea sa isang pitsel na kristal. Lagyan ng isang dosenang ice cube.

Ihain ang tsaa sa kasangga, sa pag-asang magkaroon siya ng higit na mabuting pagtingin sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Green, Please”, “Siya-paw”, “Papacorn”, at “Tried Chicken”.

12.

## SUWERTE LATE

### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Ang salitang **suwerte**, mula sa Español na **suerte**, ay tumutukoy sa tinamong **kapalaran** o **tadhana**, mabuti man yaon o masama. Sinasabing **masuwerte** ang tao kung nakatatanggap ito ng mga biyaya at kung siya ay may mabuting kalusugan, mayaman, makapangyarihan, at matagumpay sa kaniyang mga pagsisikap. Sinasabi namang **malas**, na kabaligtaran ng masuwerte, ang taong wala sa mga katangiang nabanggit, o **inaalat**.

Sa kawawaan ng mga **relasyon**, **suwerte mo**, **naging suwerte mo**, o **magiging suwerte mo** ang isang taong itinakda ng sansinukuban bilang **ka-ugnayan** mo sa kasalukuyang buhay.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng tsokolate. Gumamit ng batidor.

Habang binabati ang tsokolate, isaisip ang taong hangad mong maging suwerte mo.

Ang tsokolate ay timplahan ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang tsokolate sa taong hangad mong maging suwerte mo.

Datapwat, bago ang lahat, kilalanin mo munang mabuti ang taong ginagayuma mo, at isipin mong maigi kung ang gayuma ay tutuloy sa iyong pagiging masuwerte o sa iyong pagiging malas!



Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Binagaytog” at “Kamadang Kalamay”.

13.

### MINURAL WATER

#### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Kung mayroon kang **iniibig** subalit anuman ang sabihin mo at gawin ay di ka pa rin niya **pinapansin**—maaaring sapagkat hindi siya **interesado** o wala siyang **gusto** sa iyo—malamang ay oras na para gamitin ang gayumang ito.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang botelyang mineral water.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Pagalitan mo at alipustahin ang botelya na para bagang ang pinagagalitan at inaalipusta mo ay ang taong di pumapansin sa iyo.

Pagkatapos, sambitin mo sa botelya ang hangad mong mangyari.

Kinagabihan, ilagay sa kama ang botelya at sipingang sa pagtulog.

Sa susunod na may pagkakataon, ihandog o iabot ang botelya sa taong di pumapansin sa iyo, tungo sa isang mabuting pakikipagkaibigan.

14.

### SALAMBAT

#### PAMPATID-UHAW NG DIWA:

Sinasabing **mailap** ang isang tao kung wala siyang napagpipilian sa dinami-rami ng **nagkakagusto** sa kaniya, at kung di niya ipinaalam kaninuman kung sino talaga ang kaniyang **napupusuan**. Ang taong mailap ay malaking **panghihinayang** o **kabiguan** para sa marami, datapwat malaking **hamon** para sa ilan.

Ang Pang-Gayuma:

Magtimpla ng salabat sa isang pitsel na kristal.

Timplahan ang salabat ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ang timpla ay huwag sasangkapan ng kalamansi.

Ibulong mo ang ngalan ng taong mailap sa bukana ng pitsel.

Hipan mo ang bukana ng pitsel.

Ihain ang salabat sa taong mailap, sa hangaring ikaw ang mapupusuan niya.

Tala:

Basahin din ang mga gayumang “Santong Pospasan”, “Pihikanya”, “Single-guwelas”, at “Nananangka Sa Dalawang Ilog”.

Mga Prutas:

15.

### **MANSANAS NI EVA**

Tunghayan at basahin ang Gayuma 16. Saging Ni Adan.

16.

### **SAGING NI ADAN**

### **PRUTAS NG DIWA:**

Ang **palikero/palikera**, o **playboy/playgirl**, ay taong hindi **salawahan** kundi **di-masiyahan sa isang iniibig**, kung kaya't, naging **mahilig humarot** at **makipagligawan** sa iba't iba. Kung siya ay may **asawa**, itinuturing siyang **babaero/manlalalaki**, o **mapaglaro ng apoy**.

Naiiba ang kahulugan ng babaero sa **maysakit sa babae**, na ang salin sa Ingles ay **satyr**.

Naiiba ang kahulugan ng manlalalaki sa **maysakit sa lalaki**, na ang salin naman sa Ingles ay **nymphomaniac**.

Ang Mga Pang-Gayuma:

Kung ikaw ay babae at ibig mong siluhin ang isang palikero, gamitin mo ang isang mansanas na dilaw.

Kung ikaw ay lalaki at ibig mong siluhin ang isang palikera, gamitin mo ang isang saging na latundan.

Ipatong ang prutas sa isang platong kulay dilaw.

Hiwain ang prutas sa apat na piraso. Ipatong ang mga bahaging prutas sa gilid ng plato sa tapat ng mga direksyong hilaga, timog, silangan, at kanluran.

Ibulong mo ang ngalan ng palikero/palikera at ang ngalan mo sa gitna ng plato, at saka mo hipan nang apat na ulit.

Ipagsalubong ang mga bahagi ng prutas sa gitna ng plato. Panatilihing gayon nang limang minuto.

Ihalo ang mga bahaging prutas sa iba pang hiniwa-hiwang prutas upang magbuo ng fruit plate o fruit platter.

Ihain ang fruit plate o fruit platter sa palikero/palikera.

17.

**PAPA, YEAH!**

**PRUTAS NG DIWA:**

Sinasabing **pensiyonado/pensiyonada** ang isang tao kung siya ay **sustentado** o **bayaran**, at kung siya ay regular na **nakikipagkitasa** isang **mangingibig**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng hinog na papaya.

Hugasan ang papaya at hiwain nang pahaba.

Sa pamamagitan ng matalas na kutsilyo ay ipaghugis-puso ang bawat hating papaya.

Budburan ang dalawang hating papaya ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang papaya sa pensiyonado/pensiyonda o sa nagpepensiyon, at pagsaluhan, sa hangad na ang samahan ay tutungo sa wagas at matibay na pagmamahalan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Inalagang Itlog” at “Tsik-o”.

18.

**PIHIKANYA**

**PRUTAS NG DIWA:**

Ang taong **pihikan** ay labis na **mapili**, sa kadalasa'y **mapintasin**, at sa kadalasan di'y **mainggitin**.

Ang pagiging pihikan ay karaniwang bunga ng pagkakaroon ng napakataas na ambisyon, adhika, at pangarap sa buhay.

May kasabihang Filipino na "Kung gaano kataas ang iyong lipad, gayundin kalalim ang iyong bagsak".

Ang Pang-Gayuma:

Magbalat ng hinog na pinya. Hiwain ang pinya sa iba't ibang paraan (pahaba, pabilog, pahalang, hating-pahaba, hating-pabilog, at hating-pahalang). Ipaghalo ang lahat.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa.

Sambitin sa ibabaw ng mga pirasong pinya ang sumusunod:

"Pihikan ka man

Ngayon mo tikman

Marami mang pagpilian

Puso mo'y sa aking lamang."

Ihain ang pinya sa taong pihikan, sa hangaring ito ay magbago ng pag-iisip, pananaw, at pag-uugali.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang "Salambat", "Santong Pospasan", "Single-Guwelas", at "Nananangka Sa Dalawang Ilog".

19.

**WALANG IWANAN SA PAKWAN**

**PRUTAS NG DIWA:**

Ang kahulugan ng taguring **kasintahan** ay, lehitimong nobyo o nobya. Kung minsan, ang salita ay dinadaglit upang maging **kasi**, na tumutunghay rin sa pariralang, “Kasi, mahal kita”. Datapwat, ang ugat na salita ng “kasintahan” ay ang **sinta**, na ang ibig sabihin ay “iisang minamahal na tunay” (**sinisinta**).

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng pakwan.

Biyakin at hiwain sa maliliit na piraso. Habang hinihiwa ang mga piraso, sambitin ang ngalan ng sinisinta.

Ihain sa sinisinta upang manatiling matatag at maligaya ang samahan.

Ang ibang tao ay maaaring makibahagi rin sa pakwan; ang sinumang makibahagi ay susuporta sa inyong pagmamahalan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Hati-Tayo Dog”.

**20.**

## **MANGGANG HINOG SA PILIT**

### **PRUTAS NG DIWA:**

**Hinog sa pilit** ang taguri sa:

- isang **nakababata** na **nagpupumilit** mag-ayos, magbihis, magsalita, at kumilos na parang **higit na nakatatanda sa kaniyang edad**, o
- dalawang nakakabata na **nag-ibigan**, **kinasal**, o naging **mag-asawa** nang wala pa sa panahon.

Ang idyoma o mga matalinghagang salita na kabaligtaran ng “hinog sa pilit” ay **nagmumurang-kamatis**.

Ang “hinog sa pilit” ay tumutukoy hindi sa tao lamang; ito ay tumutukoy sa iba pang bagay, tulad ng isang **relasyon** na pinagaganap nang mabilisan.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng pising kulay itim.

Bumili ng manggang hilaw at pahinugin ito sa pilit sa isang lihim na lalagyan.

Kapag hinog na ang mangga, halinhan ito ng manggang hinog o nahinog sa bungangkahoy.

Ang unang mangga ay ipasok sa supot, talian ng pising kulay itim, at itapon sa isang basurahan sa krus na daan.

Ihain ang ikalawang mangga sa taong nag-hihinog-sa-pilit, upang siya ay matauhan.

21.

### MANGGANG SILAW

#### PRUTAS NG DIWA:

Hindi ba't may **simpleng tao** na **habang pinagmamasdan mo at matagal mong tinititigan ay nagiging guwapo o maganda sa paningin?** Kapag ito ang **dinaranas** mo sa isang tao, ikaw ay **nabibighani** sa kaniya. Ang katumbas ng **pagkabighani** sa Ingles ay ang pagiging **fascinated** o **mesmerized**. Ang tagal ng pagtingin o **pagtitig** sa isang tao o bagay ay isang mabisa ring pamamaraan sa **hipnotismo**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng tatlong mangga, hinog man o hilaw.

Ipatong ang mga mangga sa isang bilao at saka ibabad sa liwanag ng araw nang 30 minuto.

Ihain ang mga mangga sa isang taong ikinabibighani mo, upang siya naman ang mabighani sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Sino Sa Kanila?” at “Pansitsit”.

22.

### Manggang Pikot

#### Prutas Ng Diwa:

Ang karaniwang **pinipikot** ay lalaki; isinasagawa ito ng isang babae—o ng mga magulang ng babae—na labis-labis ang **pagnanasasa** lalaking yaon o kaya ay **desperada** at ibig nang makapag-asawa. Sa kadalasan, katulong at tagasuporta sa **pagpikot** ang isang o ilang **kasabwat** o **kakuntsaba**.

Sa paglipas ng panahon, ang lalaking **pinikot** ay karaniwang **natatauhan**, at **umiibig** at **nagmamahal** ng iba, kung kaya't, ang **relasyong** nagsimula sa **pikot** ay nauuwi sa **pagkasawi**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng dalawang manggang piko. Balatan at putul-putulin.

Maghanda ng sawsawang bagoong. Dagdagan ng tatlong kurot na asukal at saka haluin.

Ihain ang manggang piko at sawsawan sa ibig pikutin—o sa napikot na, upang ang relasyon ay maging matatag at maganda ang patutunguhan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Bulgar Burger” at “Makukuha Ka Sa Makopa”.

23.

## WALANG INDIYANAN MANGO

### PRUTAS NG DIWA:

Ang isang taong **katagpo** ay maaaring:

--isang taong **di mo inaasahang makita** sa isang lugar

--isang taong **kasama** mo sa isang eksena sa pelikula, melodramang pantelebisyon, dulang pantanghalan, melodramang panradyo, o video

--isang taong **nakasalubong** mo

--isang taong **nakasalungat** mo

--isang taong **nakalaban** mo o **nakaengkuwentro**, o

--isang taong **sinang-ayunan mong makita** sa isang lugar upang tupdin ninyo ang isang bagay na **pinagkasunduan**.

Ang dalawang taong **nakikipagtagpo** sa isa't isa (sa dilim man o sa liwanag) ay karaniwang **nagkikita** at **nagsasama** sapagkat sila ay **nag-iibigan**, datapwat **palihim** o kaya ay walang **apruha** ng kani-kanilang mga kamag-anak at kaibigan.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng dalawang Indian mango na hilaw.

Itago ang isang Indian mango sa may-likuran nang bahay; itago ang ikalawang Indian mango sa may-harapan ng bahay. Iwang gayon nang 30 minuto.

Pagkalipas ng 30 minuto, maglagay ng isang basket sa gitna ng bahay.

Ipasok sa basket ang Indian mango mula sa may-likuran ng bahay.

Ipasok sa basket ang Indian mango mula sa may-harapan ng bahay.

Dalhin sa kusina ang basket. Balatan at putul-putulin ang dalawang Indian mango. Ipaghalo ang mga piraso sa isang platong kulay puti.

Magtimpla ng bagoong. Lagyan ng anim na kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang Indian mango sa madalas katagpo, upang ang inyong samahan ay maging katanggap-tanggap sa inyong mga kamag-anak at kaibigan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Pamputok Ng Buchi-Buchi”.

**24.**

## **MERONG MELON**

### **PRUTAS NG DIWA:**

Kapag **tipo** mo ang isang tao, **inaamin mo sa sarili** na **nagugwapuhan** ka o **nagagandahan** sa taong iyon (guwapo/maganda man siya o hindi), **kaakit-akit** siya sa iyo sapagkat **naiuugnay** mo siya sa **alaala** ng ibang taong **katulad** niya na **gusto** mo rin, at naniniwala ka na ang inyong **pakikipagkaibigan** ay hahantong sa isang **samahang** kasiya-siya sa iyo (at sana ay sa kaniya rin).

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng hinog na melon.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Gayatin ang melon habang kinakausap mo ito, na para bagang ang kausap mo ay ang taong natitipuhan mo.

Ipatong ang mga gayat na melon sa isang platong kulay dilaw.



Ipasok ang plato sa loob ng ref, at iwang gayon sa loob ng 30 minuto.

Budburan ang ibabaw ng mga gayat na melon pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang melon sa taong natitipuhan mo.

25.

### SUMPONGKAN

#### PRUTAS NG DIWA:

Maaari kang **manggigil** sa **galit**. Maaari ka ring manggigil sa **inggit**.

Datapwat, maaari ka ring manggigil sa labis na **tuwa**, halimbawa, sa isang kyut na sanggol o bata—o kaya ay sa isang taong **kinahuhumalingan** mo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng cellophane na kulay kahel at limang piyeng malapad na laso na kulay kahel din.

Bumili ng anim na hinog na pongkan.

Balutin ang mga hinog na pongkan sa cellophane na kulay kahel at saka talian ng laso na kulay kahel.

Ihain o ihandog ang mga pongkan sa taong pinanggigigilan mo sa tuwa, upang ikaw naman ang kaniyang panggigilan, sa tuwa rin.

26.

### MAG-ASAWANG SAMPALOK

#### PRUTAS NG DIWA:

Ang **asawa** ay itinuturing na lehitimong **kasambuhay** ng isang tao. Ang kanilang **samahan** ay di lamang “habang-buhay” kundi sa lahat ng “hirap at ginhawa.” Datapwat, ang salitang “asawa” ay nagagamit sa lansangan at sa iba’t ibang kawawaan sa malilisyang paraan: tulad ng **inasawa**, **inaasawa**, **aasawahin**, **asawahan**, **asawa-asawahan**, at iba pa.

Ang asawa ay may mga **legal na karapatan**, lalo na kung ang samahan ay nagbunga ng supling o mga supling, at sila ay naging mag-anak.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng sinulid na kulay dilaw.

Isama ang sinulid sa pagligo at hayaang matuyo.

Bumili ng sampung sampalok, na maaaring hinog sa balat o kaya ay ginawang kendi.

Ipagparis-paris ang mga sampalok. Talian ang bawat paris ng sinulid na kulay dilaw.  
Ipatong ang lahat sa plato o platito na kulay dilaw.

Ihain ang mga sampalok sa asawa, upang ang samahan ay manatiling matatag at maging totoong habang-buhay.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Tausputo”, “Magkasiping Labuyo”, “Puso Bumbong”, “Sans Karibal”, at “Kutsintahan”.

27.

## HATOL NG SANTOL

### PRUTAS NG DIWA:

Ang gayumang ito ay upang alamin kung **alin** sa ilang tao ang mayroong **mabuting at marangal na hangarin** sa iyo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng anim na santol.

Hugasan ang mga santol.

Budburan ang bawat santol ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Anlawan.

Markahan ng ekis ang pinakamaliit o ang pinakahindi-kaiga-igayang santol.

Ilagay ang mga santol sa isang plato o mangkok na kulay kahel.

Ihain ang mga santol sa mga pagpipilian o “hahatulan.”

Ang sinumang kumuha ng minarkahang santol ay ang siyang mayroong mabuting at marangal na hangarin sa iyo.

28.

### LASONSONES

#### PRUTAS NG DIWA:

Kung **hindi mo malimot** ang isang tao, malamang na laging **balisa ang iyong pag-iisip** at **hindi ka makatulog nang mapayapa kung gabi**.

Ang gayumang iyo ay upang **bumaligtad ang mesa**, at nang ang taong hindi mo malimot ay ang siya namang **hindi makalimot sa iyo**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng lasong kulay kahel.

Bumili ng isang kilong lansones.

Hugasan ang mga lansones.

Budburan ang mga lansones ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Anlawan.

Ipasok ang mga lansones sa isang basket, at talian ang basket ng lasong kulay kahel.

Ihain o ihandog ang mga lansones sa taong hindi mo malimot.

Tala:

Ang gayumang ito ay para lamang sa taong nabubuhay pa.

29.

Hindi Na Ako Luluha Sa Suha

Prutas Ng Diwa:

**Pantasya** ang isang tao kung di mo siya maabot, datapwat **lihim kang umiibig** sa kaniya. Ang pantasya ay maaaring **totoong tao** o kaya ay **tauhan** mula sa malikhaing pagsulat, malikhaing sining, o likhang-isip lamang.

Ang gayumang ito ay para sa iyo at hindi para sa ibang tao. Maaari itong gamitin bilang **kontra-gayuma**; apat ang kontra-gayumang nilalaman ng aklat na ito.

Ang Pang-Gayuma Sa Sarili, o Ang Kontra-Gayuma:

Gumawa ng passport-photo-size na larawan ng taong pinagpapantasyahan mo.

Bumili ng pising kulay itim. Isama ito sa pagligo at hayaang matuyo.

Bumili ng hinog na suha. Ipatong ito sa ibabaw ng larawan.

Balatan ang suha at kainin samantalang isinasaisip ang taong pinagpantasyahan.

Pagkatapos kumain, ipagsama ang larawan sa mga pirasong balat at mga buto ng suha. Isilid ang mga ito sa isang supot, talian ng pising kulay itim, at saka itapon sa isang basurahan sa krus na daan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayuma Sa Sarili o Kontra-Gayuma na “Lilitaw Sa Palitaw”, “Relyebong Bangus”, at “Dekwat Baboy”.

**30.**

### **TSIK-O**

#### **PRUTAS NG DIWA:**

Sinasabing **kasado** ang isang tao kung **nakapisan** siya sa tahanan ng kaniyang **mangingibig**.

Ang kasado (babae o lalaki) ay hindi **lehitimong asawa**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng mga hinog na tsiko.

Hugasan ang mga tsiko at magbukod ng lima.

Budburan ang limang tsiko ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado. Iwang gayon sa loob ng isang oras.

Makalipas ang isang oras, anlawan ang limang tsiko at saka ilagay sa isang mangkok na kulay dilaw.

Ihain ang limang tsiko sa kasado o sa may-ari ng bahay, sa hangad na ang pag-iibigan ay hahantong sa wagas at matibay na pagmamahalan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Inalagang Itlog” at “Papa, Yeah!”.

31.

### **SINGLE-GUWELAS**

#### **PRUTAS NG DIWA:**

Ang taong **maselan** ay labis na **sensitibo** sa lahat ng bagay, madaling **masaktan ang damdamin**, **madaling mabastusan**, isang **perfectionist**, isang **idealist**, at **madaling makapuna ng kakulangan** sa mga tao at bagay—lalo na sa kaniyang mga maaaring maging **ka-ugnayan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kilong hinog na siniguwelas.

Hugasan ang mga siniguwelas. Ibukod ang mga may pisnging kulay pula. Huwag aasnan. Ilagay sa isang mangkok na pula.

Ihain ang mga siniguwelas sa taong maselan, tungo sa pag-asang magbago siya ng ugali at asal.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Salambat”, “Santong Pospasan”, “Pihikanya”, at “Nananangka Sa Dalawang Ilog”.

32.

### **NANANANGKA SA DALAWANG ILOG**

#### **PRUTAS NG DIWA:**

Ang taong **salawahan** ay maraming pinaluluha pagkat wala siyang **iisang pananagutan**. Hindi niya kinikilala ang **tunay na pag-ibig at pagmamahal**. Ang pagiging salawahan ay karaniwang nagdadala ng iba’t ibang suliranin di lamang sa **pakikipag-ugnayan**, sa tahanan, sa **magkakaibigan**, at sa trabaho kundi sa **kabuuang pamumuhay**. Sa bandang huli, ang taong salawahan mismo ang lumuluha nang dahil sa **pangungulila**.

Lingid sa kaalaman ng taong salawahan, ang kanilang pagiging salawahan ay bunga ng pagkakaroon ng alinman sa o ang tatlong sumusunod:

--mga **magulang** na naging salawahan din

--mga **pangakong hindi tinupad** ng mga magulang

--mga **pangarap na nasira o nagdulot ng pagkabigo**.

Ang Pang-Gayuma:

Magbalat ng hinog na nangka at saka ito haluan ng macapuno (na, sa gayumang ito, ay talinhaga ng katapatan at kadalisayan).

Ihain ang nangka at macapuno sa taong salawahan, sa hangaring ito ay magbago ng pag-iisip, pananaw, at pag-uugali.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Salambat”, “Santong Pospasan”, “Pihikanya”, at “Single-Guwelas”.

**33.**

### **TUMAPAT SA DUHAT**

#### **PRUTAS NG DIWA:**

**Ka-tapat mo** ang isang tao kung **lubos kang kumportable** sa kaniyang **piling**, at **nailalahad** mo sa kaniya ang **tunay mong pagkatao at katauhan** nang **walang pag-aalinlangan**.

Sa mga taong **magka-tapat**, walang namamagitang **pagbabalatkayo**, **paglilihim**, **panlililo**, **pagsisinungaling**, at **pagkukunwari**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kilong hinog na duhat.

Hugasan ang mga duhat at ilagay sa isang mangkok na pula. Tiyakin na magkakaparis ang mga duhat o walang butal na bilang.

Ihain sa iyong ka-tapat, upang ang pagiging matapat ninyo sa isa't isa ay manatiling wagas at matatag.

Itanim sa lupa ang mga butong duhat, kung maaari ay sa likuran ng bahay.

Mga Tala:

Ang mga duhat ay huwag aasnan.

Basahin din ang Gayumang "Sapakchetti".

**34.**

**SI MANG GUSTIN**

Tunghayan at basahin ang Gayuma 41. Tsitsa Roon.

**35.**

**RAM-BUOTAN**

**PRUTAS NG DIWA:**

**Simpatiko/Simpatika** sa iyo ang isang tao kung ang tingin mo sa kaniya ay **mabait, marunong makisama** at **madaling pakisamahan**, at, sa paningin mo ay, **may hitsura**.

Ang taong simpatiko/simpatika sa iyo ay karaniwang **kinagagaanan mo ng dugo**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kilong rambutan.

Hugasan ang mga rambutan.

Isama ang mga rambutan sa pagligo. Pagkatapos ng huli mong anlaw sa katawan, ipanghilod nang banayad ang bawat rambutan sa iyong dibdib, mga braso, at mga binti.

Ipatong ang mga rambutan sa isang platong asul.

Ihain ang mga rambutan sa taong simpatiko/simpatika sa iyo, upang ang inyong ugnayan ay magtungo sa mabuting at matatag na pakikipagkaibigan.

Tala:

Maaari ring basahin ang Gayuma 94. Duguan.

36.

**ATES O KUYABANO**

**PRUTAS NG DIWA:**

**Sa magkakakilala, magkakabarkada, o magkakaibigan**, karaniwang taguri ng nakababata ang **Ate** at **Kuya** sa nakatatanda sa kaniya. Ito ay ginagamit bilang sumusunod:

--pagpapakumbaba

--pagbibigay-galang

--hudyat na huwag siyang **patulan** o **taluhin**, o

--pahiwatig na maaari nga siyang **patulan** o **taluhin**.

Ang Mga Pang-Gayuma:

Kung Hangad Mong Patulan Ka o Taluhin Ni "Ate":

Bumili ng hinog na atis.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang atis na para bagang ang kausap mo ay si "Ate".

Ihain ang atis kay "Ate" nang kayo ay magkatuluyan.

Ang mga butong atis ay itanim pagkatapos, kung maaari ay sa likuran ng bahay.

Kung Hangad Mong Patulan Ka o Taluhin Ni "Kuya":

Maghanda ng isang bahaging hinog na guyabano.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang bahaging guyabano na para bagang ang kausap mo ay si "Kuya".

Ihain ang bahaging guyabano kay "Kuya" nang kayo ay magkatuluyan.

Ang mga butong guyabano ay itanim pagkatapos, kung maaari ay sa likuran ng bahay.



37.

### MAKUKUHA KA SA MAKOPA

#### PRUTAS NG DIWA:

Kung lalaki ang **napipikot**, babae naman ang **nadedenggoy**. Isinasagawa ito ng isang lalaki—o ng mga magulang ng lalaki—na labis-labis ang **pagnanasa** sa babaeng yaon o kaya ay **desperado** at ibig nang **makapag-asawa**. Sa kadalasan, **katulong** **attagasuporta** sa **pagpikot** o **pagdenggoy** ang isang o ilang **kasabwat** o **kakuntsaba**.

Sa paglipas ng panahon, ang babaeng **dineggoy** ay karaniwang **natatauhan**, at **umiibig** at **nagmamahal** ng iba, kung kaya't, ang **relasyong** nagsimula sa pagdenggoy ay nauuwi sa **pagkasawi**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kilong makopa. Hugasan, budburan ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, at ilagay sa isang mangkok na kulay rosas.

Ihain sa ibig mong dengguyin.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Bulgar Burger” at “Manggang Pikot”.

Mga Pangkukot:

38.

### MAMANIIN LANG KITA

#### PANGKUKOT NG DIWA:

**Interesado** ka sa isang tao kung mayroon siyang magandang katangian, gawa, hilig, o kilos na **tumatawag sa iyong pansin** o **umaantig** sa iyong kaisipan. Sa baytang ng pagiging interesado, hindi pa **sumisibol** ang anumang **damdamin** na maaaring humantong sa isang **ugnayan**.

Sa kabilang banda, **may interes** ka sa isang tao kung inaakala mo na maaari mo siyang **pakinabangan** o **gamitin** para sa anumang layunin at sa anumang pamamaraan.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang supot na mani.

Ibulong mo nang limang ulit sa bukana ng supot ang ngalan ng taong interesado ka.

Hipan nang tatlong ulit ang bukana ng supot.

Ihain ang supot na mani sa taong interesado ka, sa hangaring lubos mo siyang makikilala.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Chipipay”, “Buting Pakwan”, “Duguan”, “Emparada”, “Hoy-pya”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

**39.**

### **BUTING PAKWAN**

#### **PANGKUKOT NG DIWA:**

**Magaan ang loob** mo sa isang tao kung **nasisiyahan** ka sa tuwing **nakikita** mo, **nakakausap**, o **nakakasama** siya.

Ang **gaan ng loob** ay nakatutulong sa mabuting **pakikipagkaibigan** o sa pagiging **magkaagapay**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang bag na butong pakwan.

Balutin ang bag na butong pakwan ng damit mong panloob na hindi pa nalalabhan. Ipatong ito sa isang silya at panatilihin doon nang 24 oras.

Kinabukasan, ihain ang bag na butong pakwan sa taong nakagagaan mo ng loob upang gayundin ang maging saloobin, pagtingin, at pagturing niya sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Chipipay”, “Duguan”, “Emparada”, “Hoy-pya”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

**40.**

Chipipay

Pangkukot Ng Diwa:

**Kursunada** mo ang isang tao kapag ibig mong magkaroon ng **ugnayan**, pansamantala man o hindi, sa kaniya **bagamat hindi mo pa siya lubusang nakikilala**.

Sa **pagkakursunada**, ang umiiral ay ang **pagnanasa**, ang pagiging **mapang-angkin**, at ang pagiging **makasarili** sa halip na **tunay na pag-ibig** o **pagmamahal**.

Ang pagkakursunada ay kadalasang nagtutungo sa **pagsawa**, sa **pagkabuwisit**, sa **pagkadismaya**, at sa **pagsisisi**.

Sa higit pang negatibong kawawaan, ang tao ay binabalaan o pinag-iingat upang di siya **makursunadahan** (pagtangkaang nakawan, saktan, lapastanganin, halayin, bastusin, abusuhin, o patayin) ng masasamang-loob.

Ang Gayuma:

Bumili ng isang bag na chips.

Balutin ang bag na chips ng damit mong panloob na hindi pa nalalabhan. Ipatong ito sa isang silya at panatilihin doon nang 24 oras.

Kinabukasan, ihain ang bag na chips sa taong may kursunada ka.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Buting Pakwan”, “Duguan”, “Emparada”, “Hoy-pya”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

41.

**TSITSA ROON**

**AT**

34.

**SI MANG GUSTING**

**PANGKUKOT NG DIWA:**

Kapag **sinasamba** mo ang isang tao, halos **dinidyos** o **sinasantó** mo siya . Labis kang **humahanga** sa kaniyang **pagkatao** at **katauhan**. **Naghahandog** ka sa kaniya, tahasan man o hindi, at handa kang sumailalim sa anumang **sakripisyo** para sa kaniya o kaya ay **sumunod sa bawat utos** niya. Sinasaliksik mo ang lahat-lahat tungkol sa kaniya. Malamang pa, may mga larawan siya na nangakapaskil sa apat na dingding ng iyong silid, kung hindi man pinakaiingatan at itinatago.

Sa isang banda, ang **lubhang pagsasamba sa kapwa** ay nagiging isang **karamdaman** at humahantong sa pagiging isang **stalker**, o isang **anino** na laging naroroong **sumusunod, bumubuntot, at sumusubaybay** sa kaniyang **sinasamba**.

Ang Mga Pang-Gayuma:

A. Kung ikaw ay babae, bumili ng hinog na mangosteen.

Hugasan ang hinog na mangosteen.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang hinog na mangosteen na para bagang ang kausap mo ay ang taong sinasamba.

Budbduran ang hinog na mangosteen ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Anlawan.

Ipatong ang hinog na mangosteen sa isang platong kulay rosas.

Ihain ang hinog na mangosteen sa taong sinasamba, sa hangarin na ang inyong ugnayan ay tumuloy sa pagiging isang mabuting at matapat na pakikipagkaibigan.

Itanim ang mga butong mangosteen pagkatapos, kung maaari ay sa likuran ng bahay.

B. Kung ikaw ay lalaki, bumili ng isang supot na chicharon.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Maupo sa isang silya. Ipitin ang supot na chicharon sa pagitan ng iyong mga binti.

Kausapin ang supot na chicharon na para bagang ang kausap mo ay ang taong sinasamba.

Isalin ang mga chicharon sa isang platong o mangkok na kulay rosas.

Ihain ang mga chicharon sa taong sinasamba, sa hangarin na ang inyong ugnayan ay tumuloy sa pagiging isang mabuting at matapat na pakikipagkaibigan.

**42.**

**KATALO SA KASOY**

**PANGKUKOT NG DIWA:**

Ang **katalo** ay isang taong hindi mo **kasari**, kung kaya't, maaari mong **ibigin** o **ligawan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang supot na kasoy.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang kasoy na para bagang ang kausap ay ang taong ibig mong taluhin.  
Banggitin ang lahat-lahat ng mabuti mong hangarin.

Ibuhos ang mga kasoy sa isang platito o mangkok na kulay kahel.

Ihain ang mga kasoy sa taong ibig mong taluhin, sa hangad na ang inyong pakikipagkaibigan ay tumuloy sa higit pang makabuluhang ugnayan.

**43.**

**GREEN, PLEASE**

**PANGKUKOT NG DIWA:**

Ang **kalaro** ay taong **ka-biruan** at **ka-lokohan** na walang pag-aatubiling **makikisama** at makikibahagi sa anumang kabalbalan na inyong maisipan, masumpungan, at mapagkaisahan.

**Mababaw** lamang ang **pakikipag-ugnay** sa isang kalaro. Dahil dito, anuman ang inyong **pagkasunduan** ay hindi nagbubunga ng **pagsisisi**, **sumbatan**, **panghihinayang**, **pagkapikon**, o **pagiging maramdamin**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang bag na pangkukot na green peas.

Ibuhos ang green peas sa mangkok na kulay rosas. Dagdagan ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado. Halukaying maigi.

Ihain ang green peas sa kalaro, sa pag-asang ito ay umasam sa iyo ng isang seryosong relasyon.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Tsaka Tsaa”, “Siya-paw”, “Papacorn”, at “Tried Chicken”.

44.

### KORNIKILIG

#### PANGKUKOT NG DIWA:

Ang **kapiling** ay isang taong **malapit** sa iyo, palagi mong kasama, **kaniig**, at mayroong **magkatumbas na pagmamahal nanamamagitan** sa inyong dalawa.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang bag na toasted corn.

Balutin ang bag na toasted corn ng damit mong panloob na hindi pa nalalabhan. Ipatong ito sa kama at panatilihin doon nang tatlong oras.

Magbuhos ng toasted corn sa isang mangkok na kulay pula.

Ihain ang toasted corn sa taong hangad mong makapiling, tungo sa isang magandang samahan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Tibuk-Tibok”, “Gumiling”, at “Sinipit”.

45.

### PAPACORN

#### PANGKUKOT NG DIWA:

Ang isang **kulasisi** ay isang **kabit** na **di-lantaran, di-ibinubunyag**, at iniingatang **lihim**.

Ang kulasisi ay kadalasang banyaga o kaiba (artista, modelo, celebrity, o iba pa), maluho, at karaniwang tumatanggap ng biyenes at regalo na higit pa sa tinatamo ng **lehitimong asawa**.

Ang Pang-Gayuma:

Mag-uwi ng minatamis na popcorn.

Ibulong ang ngalan ng ka-relasyon at ang ngalan mo sa ibabaw ng popcorn.

Ihain ang popcorn sa ka-relasyon, upang manatiling matatag at maganda ang inyong ugnayan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Green, Please”, “Tsaka Tsaa”, “Siya-paw”, at “Tried Chicken”.

Mga Pantawid-Gutom At Kakanin:

**46.**

### **KAHIT MUKHA KANG BISKUWIT**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay upang maniwala ang isang taong **hindi kaguwapuhan** o **hindi kagandahan** na **tunay mo nga siyang minamahal**.

Ang gayumang ito ay maari ring gamitin nang paulit-ulit sa isang taong labis na **mapagselos** o **mapanaghili**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang dosenang biskuwit.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang mga biskuwit na para bagang ang kausap mo ay ang iyong ka-ugnayan.

Budburan ang ibabaw ng bawat biskuwit ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Palisan ang mga biskuwit ng malinis na paper towel sa ibabaw ng lababo.

Ipatong ang mga biskuwit sa isang platitong kulay rosas.

Ihain ang mga biskuwit sa ka-ugnayan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Hocus-Cookies”.

**47.**

### **HOCUS-COOKIES**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang gayumang iyo ay upang **magbago ng pagtingin** sa iyo ang isang taong **lihim mong iniibig, nakatampuhan**, o kaya aynakahidwaan.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang dosenang cookies.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang cookies na para bagang ang kausap mo ay ang iyong ka-ugnayan.

Budburan ang ibabaw ng bawat cookie ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Palisan ang cookies ng malinis na paper towel sa ibabaw ng lababo.

Ipatong ang cookies sa isang platitong kulay puti.

Ihain ang cookies sa ka-ugnayan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Kahit Mukha Kang Biskuwit”.

**48.**

## **KESYO KESO**

### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang taong **maarte** ay labis na **pihikan**, **di makuntento** sa anuman, **paiba-iba ang isip**, **mahirap pasiyahin**, at **mabigat pakisamahan**.

Ang gayumang ito ay sakaling maarte o **inaartehan** ng iba ang taong iniibig mo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng mga toothpick na may mga borlas na cellophane.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Humiwa ng tig-pitong piraso ng iba't ibang klaseng keso.

Habang hinihiwa ang mga pirasong keso, kausapin mo ang mga ito na para bagang ang kausap mo ay ang taong maarte o inartehan ng iba. Pagsabihan mo at pagalitan ang mga pirasong keso.



Saksakan mo nang mariin ng tig-isang cocktail toothpick na may borlas na cellophane na kulay asul ang bawat pirasong keso.

Ipatong ang mga pirasong keso sa isang cheese plate.

Ihain ang mga pirasong keso sa taong maarte o inartehan.

Subaybayan ang asal ng taong maarte o inartehan sa mga sumusunod na araw.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Polvo Roon” at “Kapkap Cake”.

**49.**

## **PANDASAL**

### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Dalawa ang kahulugan ng idyomang o mga matalinghagang salitang **halik sa hangin:**

--ang flying kiss o

--ang literal na paghalik sa hangin pagkat hindi mo mahalikan nang tunay ang isang taong malayo sa iyo o kaya ay iniibig mo lamang nang lihim.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng tatlong pandesal.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang mga pandesal na para bagang ang kausap mo ay ang taong lihim mong iniibig.

Ang unang pandesal ay palamnan mo ng keso.

Ang ikalawang pandesal ay palamnan mo ng mantekilya.

Ang ikatlong pandesal ay palamnan mo ng strawberry jam.

Ipatong ang mga pandesal sa isang platitong kulay rosas.

Ihain ang mga pandesal sa taong lihim mong iniibig.

50.

### **PUSONG MAMON**

Tunghayan at basahin ang Gayuma 75. Dale Ka Sa Ensaymada

51.

Sinipit

Pantawid-Gutom Ng Diwa:

Ang **kaagapay** ay taong **kasang-ayon** mo sa **isip**, sa **damdamin**, at sa **saloobin** pahinggil sa maraming bagay. Ang **magkaagapayay** hindi **magkasalungat**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng inipit.

Ipitin ang nakabalot na inipit sa pagitan ng iyong mga binti. Panatilihing gayon nang 15 minuto.

Ihain ang inipit sa taong kaagapay, upang ang inyong samahan ay lalong maging matibay at matagumpay.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Tibuk-Tibok”, “Kornikilig”, at “Gumiling”.

52.

### **KAPKAP CAKE**

**PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

**Haliparot** ang tawag sa taong di masupil ang hilig sa asal, kilos, biro, at pananalita na **may kabastusan** o **kalaswaan**.

Ang gayumang ito ay sakaling haliparot o **hinahaliparot** ng iba ang taong **iniibig** mo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng pitong cupcake na nangakabalot ng plastic.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kapkapin mo ng dalawang kamay ang ibabaw ng bawat cupcake. Habang isinasagawa mo ito, kausapin mo ang bawat cupcake na para bagang ang kausap mo ay ang taong haliparot o hinahaliparot ng iba. Pagsabihan mo at pagalitan ang mga cupcake.

Ipatong nang pabaligtad ang bawat cupcake sa ibabaw ng isang platong kulay asul.

Ipasok ang platong kulay asul sa loob ng ref. Iwang gayon sa loob ng pitong minuto.

Muling ilabas ang platong kulay asul.

Muling baligtarin at itayo nang maayos ang bawat cupcake sa ibabaw ng platong kulay asul.

Ihain ang mga cupcake sa taong haliparot o hinahaliparot ng iba.

Subaybayan ang ugali ng taong haliparot o hinahaliparot ng iba sa sumusunod na mga araw.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Kesyo Keso” at “Polvo Roon”.

**53.**

### **BANANA KU**

Tunghayan at basahin ang Gayuma 54. Kamote Ku.

**54.**

### **KAMOTE KU**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Paminsan-minsan, **nakaka-tsansing** ang isang tao sa kaniyang **kinahuhumalingan**. Ito ay nagaganap sa pamamagitan ng hindi-sinasadyang paglapit, pagdanti, paghawak, paghaplos, pagbangga, o pagdikit sa katawan ng kinahuhumalingan—halimbawa, sa isang masikip na lugar.

Ang **tsansing** ay nagiging **kakilig-kilig** para sa taong **nanyanyansing**, sa taong **tsinatsansingan**, o sa kanilang dalawa.

Ang Pang-Gayuma:

Kung ikaw ay lalaki, ang gamitin ay bananacue.

Kung ikaw ay babae, ang gamitin ay kamotecue.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Maghanda ng dalawang patpat na bananacue/kamotecue.

Kausapin ang bananacue/kamotecue na para bagang ang kausap mo ay ang iyong kinahuhumalingan. Isiwalat ang iyong damdamin.

Ipatong ang dalawang patpat na bananacue/kamotecue sa ibabaw ng isang plato na kulay dilaw.

Ang bawat pirasong saging/kamote ay budburan mo ng tig-isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang bananacue/kamotecue sa iyong kinahuhumalingan, nang ang inyong ugnayan ay tumuloy sa isang mabuting pakikipagkaibigan.

55.

Nilabhang Mais

Pantawid-Gutom ng Diwa:

**Naghuhugas-kamay o naglalaba ng maruming damit** ang sinumang hindi **umaamin** ng **pagkukulang** o **pagkakasala** kapagnalamat **ang kristal** ng **dalisay na pakikipagkaibigan**. Maaaring isa lamang sa dalawang **mag-ugnayan**, o ang parehong mag-ugnayan, ang ayaw o hindi handang **managot** sa anumang naganap na **di-pagkakaunawaaan**, **pananakit**, o **pagpapa-agrabyadosa** kapwa.

Ang gayumang ito ay upang **muling magpanimula**, o **mag-reset**, ang dalawang taong **nag-iibigan pa rin**.

Nauukol sa gayumang ito hindi lamang ang **pag-ibig** at **pagmamahal** kundi ang **kakayahang magpatawad**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng dalawang hilaw na mais.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang mga mais na para bagang ang kausap mo ay ang taong naghuhugas-kamay.

Labhan ang dalawang mais, para nang sa paglalaba ng maruming damit; gumamit ng sabon.

Anlawang maigi.

Ilaga ang mga mais, datapwat, huwag aasnang. Sa halip, budburan ang pakulong tubig ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ipatong ang mais sa isang platong kulay dilaw.

Ihain sa taong naghuhugas-kamay.

56.

### HOY-PYA

#### PANTAWID-GUTOM NG DIWA:

Sinasabing **tinamaan** ang isang tao kung ang **pagkaakit**, **pagkagilalas**, at **pagkamangha** niya sa iba ay naganap nang **bigla**—parang dagok, parang buhos sa katawan ng malamig na tubig, parang hampas ng lintik.

Ang tunay na pinagmulan nitong idyoma o matalinghagang salita ay ang **pagkakatama ng palaso ni Cupido sa puso** ng isang tao.

Datapwat, may tatlo pang idyoma na kaugnay ng salitang ito na may mga ibang kahulugan:

--**Tinatamaan** o **natatamaan** ang isang tao kung may naririnig siyang **kapintasan** o **akusasyon** sa ibang tao na talos niyang kapintasan din o akusasyon din sa kaniya, **parinig** man o hindi.

--**Tinatamaan** ang isang tao kung **nagkakabisa** na at **lumalaganap** na sa kaniyang katawan ang ininom niya alak o gamot.

--**May tama** ang isang tao kung mayroon siyang **kakulangan**, **kapinsalaan**, o **kasiraan**; kaugnay ito ng mga idyomang “tagilid” at “may sayad”.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng anim na hopya.

Ibulong ang ngalan ng taong may tama ka sa bawat hopya.

Ihain ang mga hopya sa taong may tama ka. Kung makaubos siya ng tatlo, siya naman ang magkakaroon ng tama sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Chipipay”, “Buting Pakwan”, “Duguan”, “Emparada”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

**57.**

### **SIYA-PAW**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang **kabit** ay isang **pangmatagalang kalaro**, kung kaya’t, ang **ugnayan** ay maaaring magbunga ng mga supling. Gayunpaman, ang kabit ay maaaring mayroon nang sariling **asawa** o iba pang **pananangutan**.

Sa kadalasan, talos ng isang kabit na isa lamang siyang pangmatagalang kalaro, kung kaya’t, wala siyang inaasahang **permanenteng relasyon**.

Ang Pang-Gayuma:

Mag-uwi ng isang kahong siyopaw.

Ibulong ang ngalan ng ka-relasyon at ang ngalan mo sa ibabaw ng siyopaw.

Ihain ang siyopaw sa ka-relasyon, upang manatiling matatag at maganda ang inyong ugnayan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Green, Please”, “Tsaka Tsaa”, “Papacorn”, at “Tried Chicken”.

**58.**

### **DATING DOUGHNUTS**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Sinasabing **magkarelasyon** ang dalawang tao kung sila ay **nag-iibigan**, **nagmamahalan**, o may personal at katangi-tanging **kaugnayan**. Ang isang **relasyon** ay maaaring **lehitimo** o hindi, **katanggap-tanggap** sa iba o hindi, **panandalian** lamang o **pangmatagalan**. Ang isang relasyon ay maaari ring may katangiang **marupok** o **matibay**.

Ang Pang-Gayuma:

Kapag dumalaw ang isang pangkat na magkakaibigan at magkakakilala, maghain ng assorted doughnuts, na dapat kinabibilangan ng mga doughnut na may pink glaze (icing na kulay rosas), orange glaze (icing na kulay kahel), at white glaze (icing na kulay puti).

Ang sinumang pumili ng doughnut na may pink glaze ay maaaring maging karelasyon mo, at maaari ring umibig nang lubos sa iyo.

Ang sinumang pumili ng doughnut na may orange glaze ay maaaring maging karelasyon mo, ngunit gagamitin ka niya lamang.

Ang sinumang pumili ng doughnut na may white glaze ay maaaring maging karelasyon mo, datapwat, pagkatapos niyaon, ay magsisisi siya.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Halu-Hello” at “Katas Na Pangkatas”.

59.

## TATAHOL-TAHO

### PANTAWID-GUTOM NG DIWA:

Kung ang babae ay maaaring **aayaw-ayaw** sa lalaki, ang lalaki ay maaari ring aayaw-ayaw sa babae. Ito ay nagaganap nang dahil **sadefense mechanism**, o **pananggalang**, na **reaction-formation**, o ang **pagpapalabas ng kabaligtaran ng tunay na damdamin**.

Kung ang lalaki naman ay maaaring **hahabol-bahol** sa babae, ang babae naman ay maaari ring hahabol-habol sa lalaki.

Ang gayumang ito ay ang siyang gagamitin ng lalaki o ng babaeng hahabol-habol.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng taho.

Lagyan ang taho ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain o iabot ang taho sa lalaking o sa babaeng hinahabol, tungo sa isang magandang at mabulaklak na pakikipagkaibigan.

60.

### TURON DOON

#### PANTAWID-GUTOM NG DIWA:

**Aanyayahin** mo ang isang tao kapag ibig mong **sumama** siya sa iyo sa anumang pagtitipon, aktibidad, o lugar. Ang **pagtanggap sa isang paanyaya**—na, halimbawa, mamasyal, dumalo sa piging, kumain sa labas, o manood ng sine o anumang pagtatanghal—ay maaaring ipakahulugan na ang **pagtingin** ng **inanyayahan** sa **nag-anyaya** ay higit pa sa isang kaibigan.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng mga turon.

Ibukod ang dalawang turon at ipagsiping ang mga ito sa ibabaw ng isang plato o platito na kulay kahel.

Sa pamamagitan ng matalas na kutsilyo, hatiin sa gitna ang dalawang turon. Ipagpalit ng posisyon ang kalahati ng isang turon sa katuwang na kalahati ng ikalawang turon.

Ihain ang mga turon sa taong hangad mong anyayahin.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Matamis Na Oo”, “Lugaw Ligaw”, at “Goyo”.

61.

### SUBO SA BIBIG, KABIG NG DIBDIB

#### PANTAWID-GUTOM NG DIWA:

Ang gayumang iyo ay upang **ligawan** ka ng isang taong **lihim mong iniibig** at **umiibig** din siya sa iyo, datapwat wala siyang **lakas ng loob** na **magsiwalat** ng kaniyang **pag-ibig** sa iyo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng sinulid na kulay pula.

Isama ang sinulid na pula sa pagligo at hayaang matuyo.

Bumili ng isang taling suman.



Maghalo ng asukal na puti at pula, o moskubado, sa kaunting tubig. Sa pamamagitan ng isang dropper at ng pinaghalong asukal at tubig, ititik ang ngalan ng iniibig mo at ang ngalan mo sa bawat balat ng suman.

Talian ang bawat suman ng sinulid na kulay pula.

Maghanda ng sawsawang Gayuma 124. Sentimyento de Asukal.

Ipatong ang mga suman sa platong kulay dilaw, at ang sawsawang asukal sa platitong kulay dilaw.

Ihain ang mga suman at ang sawsawan sa taong iniibig.

**62.**

## **POLVO ROON**

### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang **flirtatious** sa Ingles ay may katuwang na dalawang salita sa Tagalog: ang **kiri**, na ang **kaharutan** ay **mapaglaro** at walang pinatutunguhang **ugnayan**, at ang **malandi**, na ang kaharutan ay **may nilalaman** at may pinatutunguhang ugnayan.

Ang taong **malandi** ay maaaring **nakaaaliw** ngunit maaari ring **nakakukunsumi**.

Sa kadalasan, hindi batid ng taong malandi—lalaki man o babae—na ang kaniyang **paglalandi** ay maaaring bigyan ng **maling pakahulugan**, isipan ng **masagwa**, at humatong sa **pananakit ng damdamin** at **reputasyon**.

Ang gayumang ito ay sakaling malandi o **nilalandian** ang taong **iniibig** mo.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Gumawa ng pulboron.

Habang tinitimpla ang masa ng pulboron, kausapin mo ito na para bagang ang kausap mo ay ang taong malandi o nilalandian ng iba. Pagsabihan mo at pagalitan ang masa.

Sa pamamagitan ng panghulma ng pulboron, hulmahin mo nang mariin ang bawat pirasong pulboron.

Ang bawat pirasong pulboron ay balutin sa papel na kulay asul.

Maglagay ng pitong pirasong pulboron sa ibabaw ng platong kulay asul.

Ihain ang mga pulboron sa taong malandi o nilalandian ng iba.

Subaybayan ang ugali ng taong malandi o nilalandian ng iba sa sumusunod na mga araw.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Kesyo Keso” at “Kapkap Cake”.

**63.**

### **TAUSPUTO**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

**Kabiyak ng puso/Kabiyak ng dibdib** ang idyomang o mga matalinghagang salitang karaniwang ginagamit para sa **asawa**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng toothpicks.

Isailalim ang toothpicks sa kanilang sisidlan sa iyong unan bago matulog.

Kinaumagahan, bumili ng mga puto; kung maaari ay kulay rosas ang lahat.

Suksukan ng isang toothpick ang bawat tigalawang puto, nang magparang dalawang pusong pinag-isa ng palaso. Ilagay ang mga ito sa isang platong kulay kahel.

Ihain ang mga puto sa kabiyak ng puso/kabiyak ng dibdib, upang ang samahan ay manatiling matatag at maligaya.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mag-Asawang Sampalok”, “Magkasiping Labuyo”, “Puso Bumbong”, “Sans Karibal”, at “Kutsintahan”.

**64.**

### **KUTSINTAHAN**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang **magkasintahan** ay dalawang taong **nag-iibigan** at **nagmamahalan**. Hindi pa sila **mag-noby** sapagkat wala pa silang iniaanunsiyong **balak** na **ikasal** o **lumagay sa**

**tahimik**—maaaring, sapagkat nag-aaral pa sila, o wala pa silang matatag na trabaho, o hindi pa sila handang mamuhay bilang **mag-asawa**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng toothpicks.

Isailalim ang toothpicks sa kanilang sisidlan sa iyong unan bago matulog.

Kinaumagahan, bumili ng mga kutsinta.

Suksukan ng isang toothpick ang bawat tigalawang kutsinta, nang magparang dalawang pusong pinag-isa ng palaso. Ilagay ang mga ito sa isang platong kulay rosas.

Ihain ang mga kutsinta sa kasintahan, upang ang samahan ay manatiling matatag at maligaya.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mag-Asawang Sampalok”, “Tausputo”, “Magkasiping Labuyo”, “Puso Bumbong”, at “Sans Karibal”.

65.

## **BINIBININGKA**

### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang **musa** ay ang liwanag ng buhay mo. Kung ikaw ay isang taong malikhain, masasabing ito ay ang nagsisilbing **inspirasyon** mo sa lahat ng iyong mga gawa.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng bibingka.

Pagkatapos ng lahat, magtabi ng isang buong itlog na maalat.

Hiwain sa gitna ang itlog na maalat: ang isang bahagi ay hiwa-hiwain at saka ipandagdag na sahog sa ibabaw ng bibingka; ang ikalawang bahagi ay itago sa loob ng ref.

Ihain ang bibingka sa inspirasyon mo, upang maging mas maganda at lantay ang pagtingin niya sa iyo.

66.

Malagkit Na Tingin-Sapin

Pantawid-Gutom Ng Diwa:

Ang **pamumungay ng mata** ay nagsisimula bandang mga edad na 12 – 14, kung kailan nag-iiba ang tingin ng batang lalaki sa mga babae, at ang tingin ng batang babae sa mga lalaki. Sa mga edad na ito, di man sinasadya at di man nila namamalayan ay **lumalagkit ang kanilang tingin** sa kanilang mga **kinahuhumalingan**. At, sapagkat ang ibang tao ay **mapagmatyag**, ang bagay na ito ay kanilang **nahahalata** o **napapansin**.

Ang **pungay ng mata** at ang **lagkit ng tingin** ay dala-dala na ng tao mula sa mga edad na iyon, hanggang sa kanilang pagtanda.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng sapin-sapin.

Humiwa ng dalawang pirasong sapin-sapin.

Ang isang pirasong sapin-sapin ay ipatong sa isang platitong kulay puti.

Budburan ang ibabaw ng sapin-sapin ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ipatong ang ikalawang pirasong sapin-sapin sa ibabaw ng unang pirasong sapin-sapin.

Ihain ang sapin-sapin sa kinahuhumalingan, upang ang inyong ugnayan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Ayos Krim”.

67.

## TIBUK-TIBOK

### PANTAWID-GUTOM NG DIWA:

Malaki ang pagkakaiba ng mga salitang **magkasiping** at **magkatabi**. Maaari kayong **magkatabi** ng isang taong bastat naroroon (o nasa tabi) lamang; datapwat, kung kayo ay **magkasiping**, may **makabuluhan kayong pagkakaugnay** sa isa’t isa.

Ang salitang **kasiping** ay karaniwang ginagamit pahinggil sa dalawang taong **nakahiga**; halimbawa, **magkasiping sa kama**.

Ang mga salitang **magsisiping** at **nagsiping** ay nangangahulugan na may **mamamagitan** at **namagitan pagtatalik** sa dalawang tao.

Ang mga salitang **sisiping** at **sumiping** ay nangangahulugan na ang **pagsiping** ay maaaring **walang pahintulot** mula sa taong **sisipin** at **sinipin**.

Sa salitang **kasiping** naman, mahihinuha na ang dalawang tao ay di lamang **nagtalik** kundi lubhang **malapit ang loob** sa isa't isa.

Ang Pang-Gayuma:

Ipagsiping ang dalawang gayat na tibuk-tibok sa isang platito.

Sambitin ang ngalan ng hangad mong maging kasiping at ang ngalan mo.

Hipan nang limang ulit ang ibabaw ng tibuk-tibok.

Kung wala pang latik ay saka pa lamang budburan.

Kung walang latik, ang ibabaw ng mga gayat na tibuk-tibok ay budburan ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang tibuk-tibok sa hangad mong maging kasiping, upang ang inyong ugnayan ay tumuloy sa isang mabuting pakikipagkaibigan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Kornikilig”, “Gumiling”, at “Sinipit”.

68.

Kamadang Kalamay

Pantawid-Gutom Ng Diwa:

Ang salitang **palad** ay daglit ng salitang **kapalaran**, o **takdang kalagayan** o **hantungan** ng tao sa kasalukuyang buhay.

Walang dalawang palad ang magkatulad. Ang mga guhit sa mga ito ay naaaring basahin ng sinasabing mga manghuhula.

Ang salitang “palad” ay ugat na salita rin ng **mabuting palad**, **masamang palad**, **kabutihang-palad**, at **kasawiampalad**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng kalamay.

Habang ginagayat ang kalamay, isaisip ang taong hangad mong maging palad mo.

Budburan ng tig-isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang mga tumpok na latik sa ibabaw ng kalamay.

Humiwa ng isang bahagi. Sandaling ipatong ang bahaging kalamay, sampu ng sapin nitong dahong saging, sa ibabaw ng iyong kaliwang palad, pagkatapos ay ilipat ito sa ibabaw ng iyong kanang palad.

Ipatong ang bahaging kalamay sa platitong kulay puti.

Ihain ang bahaging kalamay sa taong hangad mong maging palad mo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Binagaytog” at “Suwertelate”.

**69.**

### **PICHI-PESTE**

#### **PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay upang **patigilin** na ang **pang-iistorbo** sa iyo ng isang taong **umiibig** sa iyo subalit **hindi mo naman iniibig**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kahong pichi-pichi.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin mo at lait-laitin ang kahong pichi-pichi, na para bagang ang kausap mo at nilalait ay ang taong hindi mo iniibig.

Ibagsak sa sahig nang tatlong ulit ang kahong pichi-pichi.

Ihain ang pichi-pichi, sa kahon, sa taong hindi mo iniibig.

Tala:

Huwag kang makibahagi sa pichi-pichi.

70.

**PAMPUTOK NG BUCHI-BUCHI**

**PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

Ang dalawang taong **magkatalik** ay **nakikiugnay** sa isa't isa sa pamamagitan ng **sex**, o ng mga **aktong pahinggil sa sex**, na karaniwang humahantong sa **hugpungan ng kanilang mga ari**.

Ang **pakikipagtalik** ay itinuturing ng maraming relihiyon na **sagrado**, at pinahihintulutan lamang ng mga ito sa mga **lehitimong mag-asawa**, nang may **paggalang sa isa't isa**, at may **pagkilala sa mga karapatang-pantao**.

Ang gayumang ito ay para sa lehitimong mag-asawa.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng mga buchi-buchi, at magbukod ng dalawa.

Ipagsiping ang dalawang buchi-buchi sa ibabaw ng isang platitong kulay kahel.

Sa pamamagitan ng isang kutsilyo, maghiwa ng isang butas sa tuktok ng bawat buchi-cuchi.

Ang bawat butas sa tuktok ng buchi-buchi ay patakan ng isang kurot ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang mga buchi-buchi sa iyong asawa, upang manatiling buhay, masigla, at malusog ang kaniyang pag-ibig sa iyo.

Tala:

Basahin din ang Gayumang "Walang Indyanan Mango".

71.

**ESPATOL**

**PANTAWID-GUTOM NG DIWA:**

**Papatulan** ka ng isang tao kung **susuklian** niya ang **pagbibiro**, **pambobola**, o **panloloko** mo—o kung tatanggapin niya ang **hamonmo** sa **labanan**.

Sa ganang **pakikipag-ugnayan**, ang **pagpatol** ay **pagbibigay-pag-asang pagtugon** sa isang taong **nagpahiwatig, nagparinig, onagpakita** ng kaniyang **interes** o **pagkagusto**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng toothpicks.

Isailalim ang toothpicks sa kanilang sisidlan sa iyong unan mago matulog.

Kinabukasan, maghanda ng espasol.

Magbuhos at magpatag ng pulbos ng espasol sa ibabaw ng isang platito.

Sa pamamagitan ng isang toothpick, iguhit mo nang pa-krus sa pulbos ang ngalan ng taong hangad mong pumatol sa iyo at ang ngalan mo.

Magpatong ng limang pirasong espasol sa platito.

Ihain ang espasol sa taong hangad mong pumatol sa iyo.

**72.**

### **TUMIHAYA KA SA PIAYA**

#### **PANTAWID-GUTOM SA PIAYA:**

Maaaring **mahulog ang loob** ng isang tao sa lalaki, sa babae, sa kapwa niya lalaki, sa kapwa niya babae, sa bata, o sa matanda. Kapag **nahulog ang loob** mo sa isang tao, **hindi** ito nangangahulugan na **umiibig** ka o **nagmamahal** sa kaniya; nangangahulugan lamang ito na nakuha niya ang lubos mong **simpatiya** at **paghanga**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang maliit na kahong piaya.

Ibulong ang ngalan ng taong kinahulugan mo ng loob sa bawat piaya.

Ihain ang mga piaya sa taong kinahulugan mo ng loob. Kung makaubos siya ng tatlo, siya naman ang mahuhulugan ng loob sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Chipipay”, “Buting Pakwan”, “Duguan”, “Emparada”, at “Hoy-pya”.



Mga Mirindal:

**73.**

**INALAGANG ITLOG**

**MIRINDAL NG DIWA:**

Sa kawawaan ng mga **relasyon**, ang **alaga** ay ang nakababata sa dalawang nagmamahalan, lalo na kung malaki ang agwat ng kanilang mga edad.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng dropper.

Magtabi ng isang sariwang itlog.

Ilagay ang itlog sa isang tasang kulay puti.

Takpan ito ng platitong kulay puti at saka ilagay sa loob ng ref.

Araw-araw sa loob ng limang araw, alisin ang takip na platito, patakan ng sariwang tubig ang itlog sa pamamagitan ng dropper, at saka ibalik ang takip na platito.

Pagkalipas ng limang araw, ilaga ang itlog at ihain sa alaga o sa nag-aalaga, sa hangad na ang pagmamahalan ay maging wagas at matatag.

Mga Tala:

Ang nilagang itlog ay huwag aasnan.

Basahin din ang mga Gayumang “Papa, Yeah!” at “Tsik-o”.

**74.**

**EMPARADA**

**MIRINDAL NG DIWA:**

Ang **balani** ay **labis na pagkaakit** na, kung di **susupilin**, **ipatitimpi**, **pipigilan ng agos**, **aalalayan**, at **gagabayan** ay maaaring magtungo sa kapahamakan. Kapag **nababalani** ang isang tao, lubos na **naghahari ang kaniyang damdamin**, at walang ibinibigay na kahit makitid na puwang ang **pangangatwiran**. Ang taong nababalani ay parang gamu-gamong lalapit at lalapit pa rin sa liwanag ng apoy bagamat nakararamdam na ng pagkadarang.

Kapag nababalani ka, ang puso mo ay pumaparada sa daan na parang ginuguyod ng musikong bumbong. Harinawa, ito ay paparada rin nang parang sasakyang ipinagpapahinga sa garahe o sa kasa.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng anim na empanada.

Ibulong ang ngalan ng taong bumabalani sa iyo sa bawat empanada.

Ihain ang mga empanada sa taong bumabalani sa iyo. Kung makaubos siya ng tatlo, siya naman ang mababalani sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Chipipay”, “Buting Pakwan”, “Duguan”, “Hoy-pya”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

75.

### DALE KA SA ENSAYMADA

Tunghayan at basahin ang Gayuma 50. Pusong Mamon.

Mirindal Ng Diwa:

Ang mga taguring **sugar daddy** at **sugar mommy** ay tumutunghay sa isang maykayang o mayamang **mangingibig** na siyang**tumutustos** sa mga **pangangailangan, sumasagot** sa lahat ng **gastos, tagabihis, tagapakain, mapagbigay** ng mga regalo, at kung minsan ay **kunsintidor** o **kunsintidora** sa mga **luho**.

Ang Mga Pang-Gayuma:

Kung Ikaw Ang Nakababata

(At Hindi Mas Bata Pa Sa 18 Anyos):

Budburan ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang dalawang mamon, pagkatapos ay palisan ng malinis na paper towel sa lababo upang di mahalata na ang mga ito ay binudburan ng anuman.

Ihain ang dalawang mamon sa nakatatanda. Kung isa lamang ang kainin niya, kainin mo ang ikalawa.

Kung Ikaw Ang Nakatatanda:

Budburan ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang ibabaw ng isang ensaymada.

Ihain ang ensaymada sa nakababata. Ang ensaymada ay maaaring paghatian.

Isasagawa ang dalawang gayumang ito upang ang inyong relasyon ay panatilihing matatag at walang kupas.

**76.**

### **PANSITSIT**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

May mga taong masasabing likas na **lapitín**, di man sila **kaguwapuhan** o **kagandahan**, at sinasadya man nila o hindi. Ang katumbas ng pagiging lapitín sa Ingles ay ang pagkakaroon ng **sex appeal**. Binubuo ito, una sa lahat, ng ugali, at sinusundan naman ng asal o pagtrato sa kapwa, pagkilos, pananalita, talino, at pananamit.

Ang Pang-Gayuma:

Gumawa ng passport-photo-size na larawan ng taong lapitín.

Maghanda ng pansit kanton. Ipatong ang bilao, plato, o bandeha sa larawan. Iwang gayon nang 15 minuto.

Ihain ang pansit kanton sa taong lapitín, upang ikaw naman ang maging lapitín sa kaniya.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Sino Sa Kanila?” at “Manggang Silaw”.

**77.**

### **EGG SANDBINGWICH**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang **kaabay** ay **katiwalang-loob** at **bantay** na karaniwang inirikominda ng kamag-anak o kaibigan upang tumayo bilang **katanggap-tanggap** na **kapareha**. Kadalasan itong kinakailangan sa mga pagkakataon kung saan **magkakaparis-paris** ang mga kasalo sa isang pagtitipon o pagdiriwang tulad, halimbawa, ng mga junior-senior prom.

Ang Pang-Gayuma:

Ikaw mismo ang gumawa ng egg sandwich.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Habang binabati mo ang sangkap na itlog, kausapin mo ito nang para bagang ang kausap mo ay ang iyong magiging abay.

Sa halip na asnan, haluan ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang itlog habang piniprito, upang magkalasa.

Ilagay ang lutong itlog sa pagitan ng dalawang hiwang tinapay. Maglagay ng isang hiwang sariwang kamatis sa magkabila ng lutong itlog, na magsisilbing “mga bantay sa abay” o “mga pantiyak sa gayuma” sa loob ng tinapay.

Ihain ang egg sandwich sa magiging abay, upang ang inyong samahan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Mga Tala:

Huwag sangkapan ang egg sandwich ng sibuyas o bawang.

Basahin din ang mga Gayumang “Cheese Sandbingwich”, “Tuna Sandbingwich”, “Ham Sandbingwich”, at “Chicken Sandbingwich”.

**78.**

## **CHEESE SANDBINGWICH**

### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang **kabalikat** ay kapantas na **katulong** o **tagasuporta**. Sa karaniwan, ang tulong o suporta na inaalok o ibinabahagi nito ay **kusang-loob** at **walang kapalit o kabayaran**.

Ang Pang-Gayuma:

Ikaw mismo ang gumawa ng cheese sandwich.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Humiwa ng tatlong manipis na pirasong keso.

Prituhin ang isang pirasong keso. Habang isinasagawa ito, kausapin mo ito nang para bagang ang kausap mo ay ang kabalikat.

Ipagitan ang piniritong pirasong keso sa dalawang pirasong keso na hindi pinrito, upang lumikha ng “keso sandwich.”

Maghugas sa malinis na tubig ng dalawang pirasong sariwang litsugas.

Ipagitan ang “keso sandwich” sa dalawang pirasong sariwang litsugas, na magsisilbing “mga bantay sa kabalikat” o “mga pantiyak sa gayuma” sa loob ng tinapay.

Ipagitan ang lahat sa dalawang hiwang tinapay.

Ihain ang cheese sandwich sa kabalikat, upang ang inyong samahan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Egg Sandbingwich”, “Tuna Sandbingwich”, “Ham Sandbingwich”, at “Chicken Sandbingwich”.

**79.**

## **TUNA SANDBINGWICH**

### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang **kasabwat** o **kakuntsaba** ay isang **katulong** o **tagasuporta** sa **pagmamanipula** ng mga pangyayari at bali-balita tungo sa isang **hinahangad na kalalabasan**. Sa kadalasan, sinasadya man o hindi, **pag-ibig na di inaasahan** ang nagiging bunga ngsabwatan at **kuntsabahan**.

Ang Pang-Gayuma:

Ikaw mismo ang gumawa ng tuna sandwich.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Habang tinitimpla mo ang tuna sa mayonesa, kausapin mo ito nang para bagang ang kausap mo ay ang iyong kasabwat.

Sa halip na asnan, haluan ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang tuna at mayonesa, upang higit itong magkalasa.

Maghugas sa malinis na tubig ng dalawang pirasong sariwang litsugas.

Ipagitan ang pinaghalong tuna, mayonesa, at asukal sa pagitan ng dalawang pirasong sariwang litsugas, na magsisilbing “mga bantay sa kasabwat” o “mga pantiyak sa gayuma” sa loob ng tinapay.

Ipagitan ang lahat sa dalawang hiwang tinapay.

Ihain ang tuna sandwich sa kasabwat, upang ang inyong samahan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Mga Tala:

Huwag sangkapan ang tuna sandwich ng sibuyas o bawang.

Basahin din ang mga Gayumang “Egg Cheese Sandbingswich”, “Cheese Sandbingswich”, “Ham Sandbingswich”, at “Chicken Sandbingswich”.

**80.**

## **HAM SANDBINGWICH**

### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang **kasama** ay taong **laging naroroon** bilang bahagi ng pananahan, mga gawa, o pamumuhay.

Ang salitang “kasama” (salitang malumay) ay kaagapay ng salitang “kasamá” (salitang mabilis), na tumutunghay sa mga kabalikat ng mga magsasaka, mangingisda, magtutumana, at nangagpapalaki ng mga hayop sa pag-araro, pagtanim, pag-abono, pag-ani, pamamalakaya, at pagpapakain ng mga hayop.

Ito rin ang salitang-ugat ng **kasambahay**, na tumutunghay sa isang **asawa** o **maybahay**, at sa taong **madalas na naroroon** o bastat **naroroon lamang**, o **kasa-kasama**.

Ang Pang-Gayuma:

Ikaw mismo ang gumawa ng ham sandwich.

Maghanda ng dalawang hiwang ham.

Isulat ang ngalan ng kasama sa ibabaw ng isang hiwang ham sa pamamagitan ng mayonesa. Budburan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, upang higit na magkalasa.

Isulat ang ngalan mo sa ibabaw ng ikalawang hiwang ham sa pamamagitan ng mayonesa rin. Budburan din ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, upang higit na magkalasa.

Ipagdikit ang dalawang hiwang ham; napapaloob dapat ang mayonesa.

Ilagay ang magkadikit na ham sa pagitan ng dalawang hiwang tinapay. Maglagay ng isang hiwang sariwang kamatis sa magkabila ng dalawang hiwang ham, na magsisilbing “mga bantay sa kasama” o “mga pantiyak sa gayuma” sa loob ng tinapay.

Ihain ang ham sandwich sa kasama, upang ang inyong samahan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Mga Tala:

Huwag sangkapan ang ham sandwich ng sibuyas o bawang.

Basahin din ang mga Gayumang “Egg Sandwingwich”, “Cheese Sandwingwich”, “Tuna Sandwingwich”, at “Chicken Sandwingwich”.

81.

## CHICKEN SANDBINGWICH

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang **kapareha** ay taong, sa paningin ng iba, ay **nababagay** o **marapat** na **katuwang** mo. Sa kadalasan, ang **pagpapareha** ay isinasagawa ng ibang tao, tulad ng nakatatanda, mga magulang, mga **kaibigan**, o **kabarkadang tagapareha** o **nampaparehasa** pamamagitan ng **pamumungkahi** o **panunukso**. Ang pagiging **magkapareha** ay maaaring **panandalian** o **palabaslamang**, tulad, halimbawa, ng sa mga papel na ginaganap ng mga artista sa dula, melodramang pantelebisyon, pelikula, melodramang pang-radyo, o mga parangal.

Ang Pang-Gayuma:

Ikaw mismo ang gumawa ng chicken sandwich.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Habang tinitimpla mo ang tinadtad na chicken sa mayonesa, kausapin mo ito nang para bagang ang kausap mo ay ang iyong kapareha.

Sa halip na asnan, haluan ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula ang chicken at mayonesa, upang higit itong magkalasa.

Maghugas sa malinis na tubig ng dalawang pirasong sariwang litsugas.

Ipagitan ang pinaghalong chicken, mayonesa, at asukal sa pagitan ng dalawang pirasong sariwang litsugas, na magsisilbing “mga bantay sa kapareha” o “mga pantiyak sa gayuma” sa loob ng tinapay.

Ipagitan ang lahat sa dalawang hiwang tinapay.

Ihain ang chicken sandwich sa kapareha, upang ang inyong samahan ay magtungo sa mabuting pakikipagkaibigan.

Mga Tala:

Huwag sangkapan ang chicken sandwich ng sibuyas o bawang.

Basahin din ang mga Gayumang “Egg Cheese Sandbingswich”, “Cheese Sandbingswich”, “Tuna Sandwich”, at “Ham Sandbingswich”.

**82.**

### **HOT NA HOT CAKE**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Nagiging **malamig** ang isa taong dating **masimbuyo ang damdamin, romantiko, o mapagmahal** nang dahil sa mga sumusunod:

- Nagtatampo** siya.
- Nagseselos** siya.
- Nawawalan siya ng **interes** sa kasalukuyan niyang **karelasyon**.
- Nagkakaroon siya ng interes sa ibang tao.

Ang gayumang ito ay upang **muling buhayin** o **pasiklabin** ang dating **masimbuyong damdamin, pagkaromantiko, opagiging mapagmahal** ng isang taong naging malamig.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang botelyang hot cake o pancake syrup.

Kinagabihan, ilagay mo sa kama ang botelya at isiping mo sa pagtulog.

Kinabukasan, magluto ng anim na hot cake.

Ihain ang mga hot cake sa taong naging malamig.

Busan ng syrup ang mga hot cake sa mismong harapan ng taong naging malamig.



Ang mga hot cake ay dapat pagsaluhan ng dalawang magkarelasyon.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Sentimyento de Asukal”, “Pampa-Soft Drinks”, at “Mais Con Hilo”.

**83.**

### **HATI-TAYO DOG**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Intinuturing na **magkabiyak**, o **magkahati**, ang **mag-asawa**; iyan ay sapagkat ang **asawa** ay **kabiyak ng puso** o **kabiyak ng dibdib**.

Katuwa-tuwa na ang asawa, kailanman, ay di tinaguriang kabiyak ng isip.

Katuwa-tuwa rin na ang iilang idyoma o mga matalinghagang salita ang nagmula sa salitang “biyak”:

--Ang “biyak” bilang **basag**, **tungki**, o **sira**

--Ang **biyakan** bilang **akto ng pakikipagtalik**

--Ang “biyakan” bilang **pagpaparte-parte** ng mga bagay na sinamsam ng mga magnanakaw

--Ang **pinagbiyak na bunga**, o ang pagiging **lubos na magkatulad** o **magkapareho**.

Ang Pang-Gayuma:

Ang gayumang ito ay maaari lamang isagawa sa lehitimong asawa, upang panatilihing matatag at maligaya ang samahan.

Maghain ng hot dog sandwich.

Busan ng ketchup ang hot dog sa direksiyong zigzag, o pakaliwa’t kanan.

Busan ng mustasa ang hot dog sa direksiyong counter-zigzag, o pakanan at kaliwa.

Hatiin ng kutsilyo ang sandwich.

Ipakain ang isang hati sa asawa; kainin ang naiwan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Walang Iwanan Sa Pakwan”.

**84.**

### **BULGAR BURGER**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang idyomang o matalinghagang salitang **pagsilo** ng **mapapangasawa** ay nagmula sa salitang “pagsilo” ng mga palaking hayop, tulad ng kabayo o baka, sa kural.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng pising kulay puti na karaniwang ginagamit sa pagpapaikot sa trumpo. Pumutol ng limang piye nito.

Bumili ng dalawang paper plate na kulay pilak o aluminum. Isulat ang ngalan ng ibig mong siluhin sa ibabaw ng isang paper plate at ang ngalan mo naman sa ibabaw ng ikalawang paper plate.

Magluto ng burger at gumawa ng burger sandwich. Ipatong ito sa paper plate na may ngalan ng ibig mong siluhin; itaklob sa paper plate na ito ang paper plate na may ngalan mo.

Talian ng pisi ang dalawang paper plate. Panatilihing gayon nang sampung minuto.

Huwag aalisin ang pagkakatali ng pisi. Sa halip, ibuka ang dalawang paper plate at hugutin ang burger sandwich mula sa pagitan ng mga ito.

Ilipat ang burger sandwich sa isang platitong kulay pula at saka ihain sa ibig mong siluhin.

Ang dalawang paper plate at ang pisi ay maaari nang ilagay sa basurahan sa kusina.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Manggang Pikot” at “Makukuha Ka Sa Makopa”.

85.

## SANTONG POSPASAN

### MIRINDAL NG DIWA:

Sinasabing **misteryoso/misteryosa** ang isang tao kapag walang makalirip kung ano ang kaniyang **napupusuan**, kung labis siyang **malihim**, at kung parang di-karaniwan ang kaniyang mga **hilig**—datapwat, ang kabuuan nito ay nagiging sadyang **kaakit-akit** para sa iba.

Ang Pang-Gayuma:

Magtimpla ng pospas.

Ibulong mo ang ngalan ng taong misteryoso/misteryosa sa ibabaw ng pospas.

Hipan mo ang ibabaw ng pospas.

Ihain ang pospas sa taong misteryoso/misteryosa, sa hangaring ikaw, sa wakas, ang mapupusuan niya.

Ang hindi mo makuha sa santong dasalan, makukuha mo rin sa santong pospasan!

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Salambat”, “Pihikanya”, “Single-guwelas”, at “Nananangka Sa Dalawang Ilog”.

86.

## LUGAW LIGAW

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang taong **iniibig** mo ay iyong **liligawan** bilang **paghandog ng puso** mo sa kaniya, sa pag-asang **ihahandog** din ngniligawan mo ang puso niya sa iyo.

Ang pormal na **pagligaw**, sa tradisyong Filipino, ay pinasisimulan ng **harana**, at tanda ng katapatan ng **manliligaw** at nagsisilbing di-tahasang **pagsiwalat** na hangad niyang **hingin ang kamay** ng kaniyang nililigawan, at lahat ng kaniyang **pagsusumikap** ay magtutungo sa kanilang **kasal** at sa kanilang **paglagay sa tahimik**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng lugaw.

Ibulong ang ngalan ng nililigawan mo at ang ngalan mo sa ibabaw ng lugaw. Hipan ang ibabaw ng lugaw nang pitong ulit.

Ihain sa nililigawan bilang patiyak na kayo nga ay magkakatuluyan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Matamis Na Oo”, “Goyo”, at “Turon Doon”.

**87.**

### **TSAMPIYONRADO**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang taong **hinirang** ay isang taong **espesyal**, pagkat labis na **hinahangaan** ng taong **humihirang**. Tulad ng isang **idolo, ipinapatong siya sa isang pedestal** at saka **sinasamba**. Nasa hinirang ang halos lahat ng katangian ng pagiging **bida, bayani**, at **tagapagligtas**.

Ang taguring “**Hirang**” ay madalas na ipinansasambit sa isang taong **hinihirang**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng tsampurado.

Timplahan ang tsampurado ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Maglagay ng tsampurado sa isang mangkok na kulay puti.

Hugasan at ilaglag sa gitna ng tsampurado ang isang kuwintas na madalas mong isuot. Pagkatapos ng limang minuto, iahon ang kuwintas, hugasang maigi, at saka isuot sa iyong liig.

Ihain ang tsampurado sa taong hinihirang, upang ang mabuting pagtingin niya sa iyo ay magtungo sa tapat na pakikipagkaibigan.

Tala:

Maaari ring basahin ang Gayuma 100. Bola-lalo.

88.

### PUSO BUMBONG

#### MIRINDAL NG DIWA:

Ang **kasambahay** ay pangalawang salitang tumutukoy sa **asawa** o **maybahay**, bagamat, kung minsan, at kung minsan lamang, ang pakakahulugan nito ay **kinakasama nang hindi kasal**.

Ang salitang kasambahay ay higit na pangkalahatan, at maaari ring tumukoy sa higit na literal na mga salitang **kasamang-bahay** o mga **kasama sa bahay**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng maliit na wind chimes na gawa sa kawayan.

Bumili ng puto bumbong.

Patunugin ang wind chimes sa ibabaw ng puto bumbong samantalang isinasaisip ang isang magandang pangarap para sa kasambahay mo at para sa iyo.

Itago ang wind chimes; maaari pa itong gamitin sa ibang kulam.

Budburan ang ibabaw ng puto-bumbong ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang puto bumbong sa kasambahay, upang manatiling matatag at makahulugan ang inyong samahan, at upang matupad ang isinasip mong pangarap.

Tala:

Basahin din ang Mga Gayumang “Mag-Asawang Sampalok”, “Tausputo”, “Magkasiping Labuyo”, “Sans Karibal”, at “Kutsintahan”.

89.

### LILITAW SA PALITAW

#### MIRINDAL NG DIWA:

**Pangarap** ang isang tao kung **di mo siya maabot**, datapwat **lihim kang umiibig at nagmamahal** sa kaniya, at ang **pakiramdam** at ang **pakiwari** mo ay maaari kayong maging **magkasintahan** at **magkatuluyan**.

Ang gayumang ito ay para sa iyo at hindi para sa ibang tao. Maaari itong gamitin bilang **kontra-gayuma**; apat ang kontra-gayumang nilalaman ng aklat na ito.

Ang Pang-Gayuma Sa Sarili, o Ang Kontra-Gayuma:

Gumawa ng passport-photo-size na larawan ng taong pinapangarap mo.

Bumili ng dalawang palitaw. Ipatong ang mga ito sa isang platito na kulay dilaw. Ang platito naman ay ipatong mo sa ibabaw ng larawan.

Budburan ang palitaw ng kinayod na niyog at tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Kainin ang mga palitaw samantalang isinasaisip ang taong pinapangarap mo.

Kapag naubos na ang mirindal, pagmasdang maigi ang mga bakas na iniwan nito sa ibabaw ng platito. Mahihinuha mo ang isang larawan, salita, o mensahe para sa iyo na nahihinggil sa taong pinapangarap mo.

Hugasan ang pinagkainan at ang larawan, at itapon ang larawan sa basurahan sa kusina.

Tala:

Basahin din ang mga Gayuma Sa Sarili o Kontra-Gayuma na “Relyebong Bangus”, “Hindi Na Ako Luluha Sa Suha”, at “Dekwat Baboy”.

90.

## BIBI-KO

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang taong **masarap kasama** ay maaaring manatiling gayon lamang sa iyo— isang **nakasisiyang** bahagi ng **barkadahan**. Datapwat, ang **pakikipag-ugnay** mo sa taong iyon ay maaari mo ring ipahantong sa isang **matapat na pakikipagkaibigan at pag-iibigan**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng biko.

Habang nagluluto, kausapin ang biko na para bagang ang kausap mo ay ang taong, para sa iyo, ay masarap kasama.

Haluan ang biko ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang biko sa taong, para sa iyo, ay masarap kasama, sa hangarin na ang inyong ugnayan ay humantong sa matapat na pakikipagkaibigan o pag-iibigan.

91.

## BINAGAYTOG

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang pagiging **bagay sa isa't isa** ay kapalagayang nagmumula sa sa ibang tao at hindi sa iyo o sa sinumang **kapareha** mo.

Tulad ng pananamit, ayos, pananalita, pagkilos, at asal, ang paghuhusga ay isinasagawa ng mga mata at mga tenga ng iba. Ang mga paghuhusgang ito ay itinuturing na mga **puna**, sa halip na mga **kapintasan**.

Maraming **magkapareha** sa buhay ang **magkabagay**. Marami ring magkapareha sa buhay ang **hindi magkabagay**. Datapwat, ang mga iyan ay nakasalalay sa iba't ibang, sari-saring, at talitaliwas na paningin.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng binatangog.

Bago lutuin ang binatangog, ipagtabi ang lalagyan ng mga pirasong mais at ang lalagyan ng mga pirasong niyog. Sambitin sa ibabaw ng mga pirasong mais at mga pirasong niyog ang sumusunod:

“Ikaw ang mais, ako ang niyog

Tayo’y maghahalo

At magiging binatangog.”

Habang niluluto ang binatangog, isaisip ang taong hangad mong maging kabagay mo.

Ihain ang binatangog sa taong hangad mong maging kabagay mo, upang kayo ay magkatuluyan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Suwertelate” at “Kamadang Kalamay”.

92.

### UBOD NG SARAP

#### MIRINDAL NG DIWA:

Ang salitang **magkaulayaw** ay tumutunghay sa dalawang tao na kusang **pumatol** sa isa't isa at

nagkaisang **magkita, maghawakan, magyapusan, magyakapan, maghalikan,** o **magtalik** minsan o paminsan-minsan ngunit *kapwa walang intensiyon na magkaroon ng permanenteng relasyon*. Ang kanilang **ugnayan** ay maihahalintulad sa pagtatampisaw lamang sa isang batis sa halip na pagligo sa isang ilog.

Sa karaniwan, ang nagiging magkaulayaw ay dalawang taong **naakit** sa isa't isa datapwat hindi **magkabagay** sa estado, ugali, pamumuhay, at pinag-aralan. Ang madalas na nagiging magkaulayaw, halimbawa, ay ang amo at ang utusan, ang mayaman at ang mahirap, ang katutubo at ang banyaga, at iba pang kapag ipinagparis sa isa't isa ay hindi **magkatuwang**.

Ang Pang-Gayuma:

Ihain sa ibig makaulayaw ang dalawang magkasiping na sariwang lumpiyang ubod sa isang platito.

Sa mismong harapan ng ibig makaulayaw, tanggalin nang maingat ang mga pirasong wax paper o balot na papel sa dalawang lumpiya, datapwat panatilihing magkasiping ang dalawang lumpiya.

Sa mismong harapan din ng ibig makaulayaw, busan ng osyo ang dalawang magkasiping na lumpiya sa direksiyong zigzag, o pakaliwa't kanan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang "Lumpiyang Hubo't Hubad".

93.

### LUMPIYANG HUBO'T HUBAD

#### MIRINDAL NG DIWA:

Ang salitang **magkalaguyo** ay tumutunghay sa dalawang taong **nag-iibigan** sa hindi **lehitimong** pamamaraan, o **nagsasamanang** parang **mag-asawa** bagamat hindi **kasal** at walang basbas ng anumang korte o simbahan.



Maraming dahilan kung bakit nagiging magkalaguyo ang dalawang tao. Halimbawa, ang isa sa kanila o silang dalawa ay mayroon nang **asawa** o ibang **pananagutan**. Halimbawa rin, kung pareho silang lalaki o kung pareho silang babae.

Ang Pang-Gayuma:

Ihain sa ibig makalaguyo ang lumpiyang hubo't hubad sa isang platito.

Kung siya ay lalaki, magbigay ng tinidor lamang.

Kung siya ay babae, magbigay ng kutsara't tinidor.

Manmanan ang dalawang bagay:

Kung humingi siya ng osyo, ito ay nangangahulugan na may pag-asa ang inaasam mong relasyon.

Kung humingi siya ng paper napkin bago kumain, mabuti pang kalimutan mo na lamang ang lahat.

Tala:

Basahin din ang Gayumang "Ubod Ng Sarap".

**94.**

## **DUGUAN**

### **MIRINDAL NG DIWA:**

**Magaan ang dugo** mo sa isang tao kung **nasisiyahan** ka sa tuwing **nakikita** mo, **nakakausap**, at **nakakasama** siya **sa hindi maipaliwanag**, **mawawaan**, o **matumbuk-tumbok na dahilan**.

Ang **gaan ng dugo** ay hindi kapara ng lukso ng dugo, datapwat, tulad ng **damdaming** kasunod ng lukso ng dugo, ito ay parang damdaming namamagitan sa mabuting **magkapatid** o **magkamag-anak**, sa matagal nang **magkakaibigan**, at sa payapang dulot ng **pakikipagkapwa**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng puto't dinuguan.

Magtadtad sa sangkalan ng dalawang mahabang sili: ang isa ay bulungan ng ngalan ng kinagagaanan ng dugo, at ang ikalawa ay bulungan ng ngalan mo, habang tinatadtad mo ang mga ito.

Ibubod ang mga tinadtad na sili sa ibabaw ng dinuguan.

Ihain ang puto't dinuguan sa kinagagaanan ng dugo.

Pagsaluhan, upang ang inyong mabuting samahan ay manatiling matatag at tumuloy sa higit na maganda pang ugnayan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mamaniin Lang Kita”, “Chipipay”, “Buting Pakwan”, “Emparada”, “Hoy-pya”, at “Tumihaya Ka Sa Piaya”.

95.

### BARABARACUE

#### MIRINDAL NG DIWA:

May panganib na **makalimot sa sarili** ang dalawang **nag-iibigan**. Ang dalawang **nakalilimot sa sarili** ay nagiging **marupok ang loob** sa mga **tukso**, o **tentasyon**, at **natatangay ng agos ng kapusukan**.

Ang gayumang ito ay upang panatilihin ang **pag-iibigan** nang walang panganib ng **paglimot sa sarili**.

Ang Pang-Gayuma:

Mag-ihaw ng barbecue.

Ang barbecue sticks ay ipatong nang magka-ekis sa plato o bandeha bago ihain sa ka-ibig o sa sinumang, sa palagay mo, ay marupok ang loob.

96.

### SAPAKHETTI

#### MIRINDAL NG DIWA:

Mayroon bang tao na, sa tuwing **kasama** mo, ang **pakiramdam** mo ay **buung-buo** ka at **kumpleto**, at, kung wala siya, ang pakiramdam mo ay para kang **kulang**?

Ang taong iyon ay ang iyong **ka-ganapan** sa panahong iyon.

Ang **kaganapan** ay binubuo ng **pagsama ng dalawang magkaiba, magkabila, o magdulo**: babae at lalaki, gabi at araw, liwanag at dilim, itaas at ibaba, kaliwa at kanan, yin at yang.

Mayroong mga taong ganap ang pakiramdam kung sila'y **mapag-isa**, tulad, halimbawa, ng ilang malikhaing manunulat at pintor na nakadaranas ng kaganapan sa pamamagitan ng kanilang panitikan at sining.

Mayroon ding mga taong hindi ganap ang pakiramdam kung sila'y **nag-iisa**, at sila ang mga taong umiiwas na mamuhay bilang **matandang binata** o **matandang dalaga**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng spaghetti.

Habang niluluto ang spaghetti, isipin at kausapin sa isip ang taong ka-ganapan mo.

Kumuha ng isang mangkok na kulay puti. Sapakin mo ito ng spaghetti, apat na meatball, at sarsa.

Ihain sa taong ka-ganapan, upang, sa pagtingin at damdamin niya, ikaw ang kaniyang ka-ganapan din.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Tumapat Sa Duhat”.

**97.**

### **PISAIN MO SA PIZZA**

#### **MIRINDAL NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay upang **pigilan** o **siilin** ang **panunukso**, **pambibiro**, o **panlalait** ng iba hinggil sa isang taong **iniibig** mo ngunit **hindi naman umiibig** sa iyo.

Ang Pang-Gayuma:

Magluto o mag-order ng pizza.

Budburan ang ibabaw ng bawat gayat ng pizza ng tig-isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Magtimpla ng sawsawang Gayuma 130. Baketchup.

Ihain ang pizza at ang sawsawan sa mga kaibigan.

98.

## BANANA KAISPLIT

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang **kaisplit** ay isang taong **ka-tapatan** mo ng lahat ng iyong mga **lihim**.

Sa **larangan ng pag-ibig**, kapag ang kaisplit ay hindi lamang isang **tagapakinig** at naging isang **aktibong tagapagtupad ng iyong mga balak**, siya ay tinataguriang **tulay**, isang idyoma o matalinghagang salita na, sa Ingles, ay **bridge** o **third party**, at mga may gayunding kahulugan.

Nangyayari na ang tulay at ang **nagpapatulay** ay ang **nagkakatuluyan**, lalo na kung ang **tinutulayan** ay **hindi interesados** nagpapatulay.

Ang gayumang ito ay upang

--mapaibig sa iyo ang taong **pinatutulayan**

--mapaibig sa iyo ang taong **pinagtutulay** mo, o

--mapaibig sa iyo ang mismong tulay.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng banana split. Tatlong scoop ang ilagay sa banana boat: isang vanilla, isang chocolate, at isang strawberry.

Budburan ng tig-isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang ibabaw ng bawat scoop.

Hiwain nang pahaba ang isang saging na lakatan.

Ipatong ang dalawang hiwang saging sa ibabaw ng tatlong scoop, sa halip na sa magkabila ng mga ito.

Ihain ang banana split sa layon ng gayuma, sa hangaring ang puso niya ay mapasaiyo.

99.

## BASTA PASTA

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang isang **panakip-but** ay taong **binalingan mo ng pag-ibig** sapagkat **nabasted** ka sa iba.

Ang **relasyon** sa isang taong panakip-but ay maaaring ma-**develop** o tumuloy sa tunay na **pag-iibigan**, datapwat maaari ring humantong sa **bulaang pag-asa** at **pagkaunsiyami**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng mirindal na pasta. Ang uri ng pasta na gamitin ay fusilli.

Habang nagluluto, kausapin ang pasta na para bagang ang kausap mo ay ang panakip-but mo—o ang taong gumagamit sa iyo bilang panakip-but.

Ihain ang mirindal na pasta sa panakip-but mo o sa taong gumagamit sa iyo bilang panakip-but.

Ang mirindal na pasta ay pagsaluhan.

100.

## BOLA-LALO

### MIRINDAL NG DIWA:

Ang **idolo** ay tao sa malapit o sa malayo na lubos na **hinahangaan**. Ito ay maaaring isang personal na idolo o isang idolo ng madla. Ang gayumang ito, kung gayon, ay magagamit lamang kung ang **umiidolo** at ang **iniidolo** ay nasa iisang sirkulo, maliban kung ang umiidolo ay handang maglakbay upang **makasama** at **makausap** nang **harap-harapan** ang iniidolo.

Ang salitang **bola** naman ay mula sa wikang Hokkien. Ang mga kahulugan nito ay “ewan”, “wala”, “wala na”, “wala pa”, at “wala talaga”, na maaaring maging talinghaga ng **kawalang-pag-asa** ng umiidolo na magkaroon siya ng **relasyon** sa kaniyang iniidolo.

Ang salitang “bola” sa wikang Filipino ay tumutunghay sa gamit-gamit sa maraming sports, kung saan nagniningning ang maraming atleta. Datapwat, sa lansangan, ang “bola” ay tumutunghay rin sa pambibiro, panloloko, o, halaw sa salitang Hokkien, “wala naman”.

Pang-Gayuma:

Bago ang lahat, maglagay ng pulang siling labuyo sa hihigan bago matulog, at tiyakin na ang sili ay madadaganan ng iyong katawan.

Kinabukasan, mamalengke, pagkatapos ay magluto ng bulalo. Huwag magpatulong kaninuman.

Anlawan ang sili, tadtarin, at saka ihalo sa bulalo.

Ihain ang bulalo sa iniidolo sa akmang pamamaraan at pagkakataon—tulad, halimbawa, sa isang pagtitipon, pagdiriwang, o pista.

Mga Tala:

Ang iba pang tao na kusang makikibahagi sa niluto mo ay magkakaroon ng mga espesyal na luklukan sa puso mo, kung kaya’t, sakaling hindi kayo ng iniidolo mo ang magkatuluyan, ang mga taong ito ang sila mong balingan ng pansin.

Basahin din ang mga Gayumang “Hu-Maling” at Pang-Rahuyong Rabanos”.

Mga Ulam Na Pangkulam:

**101.**

**HU-MALING**

**ULAM NG DIWA:**

Ang salitang **pagkahumaling** ay katuwang ng mga salitang Ingles na **crush** at **puppy love**. Ito ay **ga-usbong na pag-ibig** lamang, at talos ng **nahuhumaling** at ng **kinahuhumalingan** (kung alam man niya) na ang **damdaming** umiiral ay walang **seryosong** patutunguhan.

Karaniwang nahuhumaling ang isang nakababata sa isang nakatatandang nagtataglay ng pambihirang ganda o kakisigan, bikas at pananalita, talino, dunong, o kaya ay kakayahan, tulad, halimbawa, ng namamagitan sa isang mag-aaral at sa kaniyang guro, o sa isang tagahanga at sa kaniyang paboritong artista o atleta.

Datapwat, ang pagkahumaling ay maaari ring mamagitan sa dalawang magsing-edad, o magkalapit ng edad.

Pang-Gayuma:

Humiwa ng anim na pirasong maling. Ang bawat piraso ay budburan ng pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado (bilang talinghaga ng tamis ng humaling) at tigatlong patak na kalamansi (bilang talinghaga ng pagiging unsiyami) sa magkabila.

Magbati ng isang itlog (talinghaga ng bagong buhay at panimula) at saka rito ibabad ang mga pirasong maling.

Ang mga pirasong maling ay prituhin.

Ihain sa kinahuhumalingan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang "Pang-Rahuyong Rabanos" at "Bola-lalo".

**102.**

## **LONG NA LONGGANIZA**

### **ULAM NG DIWA:**

Ang taong **kinalulugdan** ay ang **pinili sa ibabaw ng lahat** sapagkat **tanging** siya at siya lamang ang **kasiya-siya**, **pinakaiibig**, at **pinakamamahal**.

Ang "lugod" ay salitang ugat ng salitang **kalugud-lugod**.

Ang "lugod" ay salitang-ugat din ng salitang **kaluguran**, na ang kahulugan ay **matapat na kaibigan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang botelyang mineral water.

Ilagay ang botelyang mineral water sa kama at sipingang sa pagtulog.

Kinaumagahan, bumili ng isang kilong lungganisa.

Buksan ang botelyang mineral water. Ito ang tubig na siyang ibuhos sa kawali hanggang makapantay ng tubig ang mga lungganisa.

Takpan ang kawali habang niluluto ang mga lungganisa.

Ihain ang lungganisa sa kinalulugdan, upang ang inyong ugnayan ay manatiling nakapananggalang laban sa lahat ng nananaghili, naiinggit, nandadalahira, at naninira.

103.

**TONTANG TALONG**

Tunghayan at basahin ang Gayuma 113. Abobo.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Sinigan”.

104.

**KINILAY**

**ULAM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay upang huwag kang **hamakin** o **maliitin** kailanman ng taong **iniibig** mo o ng isang **mangingibig** mo.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng kinilaw (o kilawin).

Habang nagluluto, kausapin ang kinilaw na para bagang ang kausap mo ay ang iyong ka-ugnayan. Isiwalat ang lahat-lahat ng nasa iyong kalooban.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang kinilaw.

Ihain ang kinilaw sa iyong ka-ugnayan, sa hangaring maging magkapantas kayo at mapasainyo ang isang mabuting at matatag na samahan.

105.

**WALANG SISIHING SISIG**

**ULAM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay upang **mawaksi** ang anumang **pagsisising** namamagitan sa dalawang **nag-iibigan**, o upang iwasan ang anumang **sisihang** maaaring maganap sa isa't isa.

Ang Pang-Gayuma:



Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng sisig.

Habang nagluluto, kausapin ang sisig na para bagang ang kausap mo ay ang taong iniibig mo. Isiwalat ang lahat-lahat ng nasa iyong kalooban.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang sisig.

Ihain ang sisig sa taong iniibig, tungo sa isang maaliwalas at matatag na samahan.

106.

### GIN-ISA

#### ULAM NG DIWA:

Ang **kaibigan** o **kasamahang koboy**, kahit **saan ay maaaring dalhin**. Ang koboy ay karaniwang **naasahan** lalo na **sa mga kalagayang may kagipitan**, at madalas din siyang **naroroon tuwing kailangan mo siya**.

Datapwat, sa karaniwan din, ang isang koboy—lalaki man o babae—ay tumatamasa ng **laya** at **kasarinlan**, at ayaw niya na siya'y **mabilanggo ng puso**, **matanikala**, o **matalian** ninuman.

Isang malaking **hamon sa sarili** ang **sumilo** ng koboy, sapagkat, **masilo** mo man siya, maaaring **panandalian** lamang o hindi **permanente** ang **relasyong** kalalabasan.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng ginisa.

Habang nagluluto, kausapin ang ginisa na para bagang ang kausap mo ay ang koboy na ibig mong siluhin.

Dagdagan ang ginisa ng apat na tinadtad na siling pula.

Ihain ang ginisa sa koboy na ibig siluhin, sa pag-asang ang inyong pakikipagkaibigan ay hahantong sa isang makahulugang ugnayan.

107.

### GUMILING

#### ULAM NG DIWA:

Ang **katuwang** ay **ka-ibigang kapantas, kapantay**, at **katapat** sa halos lahat ng bagay. Ang **tuwang** ay ang salitang-ugat ng **katuwangang-damdamin** at ng **katuwangang-loob**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng toothpicks.

Isailalim ang toothpicks sa kanilang sisidlan sa iyong unan bago matulog.

Kinaumagahan, maghanda ng lumpia Shanghai na ang laman ay giniling.

Magbukod ng sampung pirasong lumpia. Ipagparis-paris ang mga piraso. Suksukan sa gilid ng isang toothpick ang bawat paris. Ilagay sa isang platitong kulay puti.

Ihain ang mga lumpia sa katuwang, upang ang samahan ay manatiling matibay at matagumpay.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Tibuk-Tibok”, “Kornikilig”, at “Sinipit”.

108.

### DAWIT KA SA DANGGIT

#### ULAM NG DIWA:

**Huling biyahe** ang idyoma o mga matalinghagang salita na tumutukoy sa **matandang binata** o **matandang dalaga** na may isa pang o huling pagkakataong magkaroon ng **asawa**. Kaugnay nito ang isa pang idyoma o mga matalinghagang salita, “**Gabi na nang sumikat ang araw**,” na ang tinutukoy naman ay isang **binata** o isang **dalaga** na kung kailan **tumanda** ay saka pa lamang natutong o nagpasiyang **umibig**. Ang layon ng isang nasa huling biyahe ay tinataguriang **prospect**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Magprito ng mga danggit samantalang isinasaisip ang tinatawag na prospect.

Budburan ng tig-isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang bawat danggit habang piniprito ito.

Ilagay ang mga pritong danggit sa isang plato.

Sambitin ang ngalan ng prospect at ang ngalan mo sa ibabaw ng mga danggit.

Ihain ang mga danggit sa prospect.

**109.**

### **WALA NANG DAING**

#### **ULAM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay para sa isang **iniibig** o sa isang **mangingibig** na **reklamador**, **mapintasin**, o **di-masiyahan sa magagandang ngunit simpleng bagay**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang ibang makaririnig sa iyo.

Magluto ng daing na bangus. Huwag aasnan, ngunit maaaring sangkapan ng bawang.

Habang nagluluto, kausapin ang daing na para bagang ang kausap mo ay ang iyong ka-ugnay. Banggitin ang lahat-lahat ng iyong mabuting hangarin sa kaniya at sa inyong dalawa.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang daing.

Ihain ang daing sa kaugnay, tungo sa isang maalwang samahan.

**110.**

### **TOPAKSIW**

#### **ULAM NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay para sa isang **iniibig** o sa isang **mangingibig** na **mainitin ang ulo**, **bugnutin**, at **pasumpung-sumpong**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng  $\frac{1}{4}$  kilong paksiw na tawilis. Sangkapan ng luya ngunit huwag aasnan.

Habang nagluluto, kausapin ang paksiw na para bagang ang kausap ay ang taong may topak. Banggitin ang lahat ng mabuti mong hangarin tungkol sa kaniya at sa inyong dalawa.

Timplahan ng isang kurot na pinaghaluang asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang paksiw.

Ihain ang paksiw sa taong may topak, tungo sa pagbabago ng ugali at sa magandang samahan.

111.

### DEKWAT BABOY

#### ULAM NG DIWA:

**Asawa sa panaginip** ang isang taong **di mo maabot**, datapwat **lihim mong iniibig at minamahal** bagamat **ang kaniyang puso ay pagmamay-ari na ng iba**.

Ang gayumang ito ay para sa iyo at hindi para sa ibang tao. Maaari itong gamitin bilang **kontra-gayuma**; apat ang kontra-gayumang nilalaman ng aklat na ito.

Ang Pang-Gayuma Sa Sarili, o Ang Kontra-Gayuma:

Gumawa ng passport-photo-size na larawan ng taong pinapangarap.

Bumili ng pising kulay itim. Isama ito sa pagligo at hayaang matuyo.

Magluto ng tokwa't baboy. Ipatong ito sa isang plato. Ang plato ay ipatong sa ibabaw ng larawan.

Ang tokwa't baboy ang siyang ipang-ulam sa pananghalian o panghapunan.

Kainin ang mga tokwa lamang; huwag kakainin ang mga pirasong baboy.

Pagkatapos kumain, ipagsama ang larawan sa mga pirasong baboy. Isilid ang mga ito sa isang supot, talian ng pising kulay itim, at saka itapon sa isang basurahan sa krus na daan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayuma Sa Sarili o Kontra-Gayuma na "Lilitaw Sa Palitaw", "Relyebong Bangus", at "Hindi Na Ako Luluha Sa Suha".

112.

### SINIGAN

#### ULAM NG DIWA:

Kapag ang isang **ugnayan** ay lubhang **mabagal** o **pausad-usad**, parang bukong hindi mamukadkad, o parang kalagayang walang pinangyayarihan, maaari itong **kadyutin** ng isang **promotor** o **manggagatong**.

Ang promotor o manggagatong ay marapat na isang taong may sapat na dunong, may makatwirang pag-iisip, at tunay na mapagkapwa.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Magluto ng sinigang.

Habang nagluluto, kausapin ang sinigang na para bagang ang kausap mo ay ang iyong ka-ugnayan.

Haluan ang sinigang ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang sinigang sa ka-ugnayan at sa promotor o manggagatong, tungo sa mabuting samahan at pakikipagkaibigan, at sa hangaring ipamulaklak ang tunay na pag-ibig.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Abobo”.

113.

### ABOBO

#### ULAM NG DIWA:

Ang isang taong **inosente**, **ignorante**, at **mangmang** tungkol sa mga bagay-bagay sa buhay ay tinataguriang **may gatas pa sa labikung lalaki** at **walang kamuwang-muwang** naman kung babae.

Maaaring, ang taong ito ay wala pa sa hustong edad. Maaari ring, siya ay hindi sapat na **napahiwatigan**, o kailangang **kausapin nang deretsahan** pagkat siya ay, sa mga salitang Ingles, **dense** o mahina ang **pick-up**.

Ang Pang-Gayuma:

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kung ikaw ay lalaki at ang iniibig mo ay walang kamuwang-muwang, magluto ng inihaw na talong na ang palaman ay giniling na baboy.

Kung ikaw ay babae at ang iniibig mo ay may gatas pa sa labi, magluto ng adobong baboy o manok.

Habang nagluluto, kausapin ang ulam na para bagang ang kausap ay ang iyong ka-ugnay.

Haluan ang ulam ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Ihain ang ulam sa iyong ka-ugnay, sa hangarin na ang inyong pagkaka-ugnay ay humantong sa isang mabuting at pantas na pag-iibigan.

Tala:

Basahin din ang Gayumang “Sinigan”.

114.

## RELYEBONG BANGUS

### ULAM NG DIWA:

**Paraos** ang isang tao kung **tinatamasa** mo siya sa iyong **kaisipan**. Ang paraos ay maaaring isang taong ni hindi mo **kakilala, nakausap, o nakita nang harap-harapan**.

Ang gayumang ito ay para sa iyo at hindi para sa ibang tao. Maaari itong gamitin bilang **kontra-gayuma**; apat ang kontra-gayumang nilalaman ng aklat na ito.

Ang Pang-Gayuma Sa Sarili, o Ang Kontra-Gayuma:

Gumawa ng passport-photo-size na larawan ng taong pinapangarap.

Bumili ng pising kulay itim. Isama ito sa pagligo at hayaang matuyo.

Magluto ng maliit na relyenong bangus. Ilagay ito sa isang plato. Ang plato naman ay ipatong sa ibabaw ng larawan.

Ang relyenong bangus ang siyang ipang-ulam sa pananghalian o panghapunan.

Kainin ang relyenong bangus samantalang isinasaisip ang taong pinagparausan. Huwag kakainin at hanggat maaari ay panatiliing buo ang ulo, gulugod, buntot, at balat ng bangus.

Pagkatapos kumain, ipasok ang larawan sa loob ng balat ng bangus. Isilid ang mga ito sa isang supot, talian ng pising kulay itim, at saka itapon sa isang basurahan sa krus na daan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayuma Sa Sarili o Kontra-Gayuma na “Lilitaw Sa Palitaw”, “Hindi Na Ako Luluha Sa Suha”, at “Dekwat Baboy”.

115.

Tried Chicken

Ulam Ng Diwa:

Ang **kerida** ay isang **kabit** na **kasado**, o dinulutan ng sariling pamamahay, hanapbuhay, at estado. Ang **pakikipag-ugnayan** sa kerida ay karaniwang nagbubunga ng mga supling. Kung minsan, ang isang kerida ay may mga **legal na karapatan**, at tumatanggap ng **mamanahin** mula sa kaniyang **ka-ugnayan**.

Ang Pang-Gayuma:

Magluto ng deep-fried, breaded chicken. Habang nagluluto ay isaisip nang taimtim ang ibig na magandang patunguhan ng relasyon.

Ihain ang fried chicken sa ka-relasyon.

Tiyakin na ang ka-relasyon ang makikibahagi sa petso.

Tiyakin na hindi siya makikibahagi sa wings at drumsticks.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Green, Please”, “Tsaka Tsaa”, “Siya-paw”, at “Papacorn”.

116.

### GABI GABI-GABI

#### ULAM NG DIWA:

Ang idyomang o mga salitang matalinghagang **Mayo-Disyembre** ay tumutunghay sa **relasyon** o **romantikong ugnayan** ng isangbata sa isang **nakatatanda**, sinuman sa kanilang dalawa ang **babae** at ang **lalaki**.

Ang Pang-Gayuma:

Sa loob ng isang linggo, maghain gabi-gabi ng ulam na may sangkap na gabi. Pagsaluhan ang mga ito upang ang relasyon ay manatiling matatag at walang kupas.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Pusong Mamon/Dale Ka Sa Ensaymada” at “Ates o Kuyabano”.

117.

### PANG-RAHUYONG RABANOS

#### ULAM NG DIWA:

Ang salitang **pagkarahuyo** ay katuwang ng mga salitang Ingles na **fascination** at **obsession**. Masasabing ito ay masidhing**pagkahumaling**, sapagkat ang sinumang **narahuyo** ay halos laging **laman ng isip** ang **kinarahuyuan**, na siya ring dahilan kung bakit ang nararahuyo ay halos **di makatulog kung gabi**.

Maselan at mapanganib ang pagkarahuyo. Ito ay karaniwang nauuwi sa **panggigiit ng sarili**, **paglalapastangan**, at **panggagahasa**. Ang sinumang nararahuyo ay dapat na **sumangguni** sa matitinong kaibigan at sa mga dalubhasa ng sikolohiya, upang madulutan siya ng mga ito ng kinauukulang lunas sa dala-dala niyang **suliranin**.

Pang-Gayuma:

Sadyang rabanos ang piniling ulam sa gayumang ito sapagkat hindi lahat ng tao ay kumakain nito nang dahil sa matapang nitong amoy. Samakatwid, kung tanggapin at kainin ng kinarahuyuan ang ulam, nangangahulugan na ang inaasahang relasyon ay mayroong pag-asa, katiting man.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.



Ikaw mismo ang tumalop sa at humiwa ng rabanos. Kausapin ang rabanos habang ito ay hinihiwa. Isiwalat sa rabanos ang lahat ng mabubuti mong hangarin pahinggil sa iyong kinararahuyuan.

Ang rabanos sa gayumang ito ay maaaring ihain nang sariwa at may sawsawang bagoong, o kaya ay bilang sahog sa anumang ulam na nilaga.

Ihain ang rabanos sa kinararahuyuan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Hu-Maling” at “Bola-lalo”.

Mga Himas Na Panghimagas:

**118.**

**PASTILYAS DE LECHE KA**

**PANGHIMAGAS NG DIWA:**

Mayroong mga ugnayan na, sa tinagal ng panahon, ay wari pa ring **walang pinatutunguhan**. Sa kasabihang Tagalog, **Pagkahabahaba man ng prusisyon, sa simbahan din ang tuloy**. Datapwat, sa ganang ito, mahaba nga ang prusisyon ngunit, wala pa ring simbahan sa panginorin.

Sa mga ganitong kalagayan, isa sa o ang dalawang **magka-ugnay** ang hindi handang **managot** sa anumang **relasyon** o magbigay ng **katiyakan**. Kadalasan, ito ay nauuwi hindi sa simbahan kundi sa **pagbibigay-katanungang-ultimatum** ng isa sa ikalawa: **Ano ba talaga?** Kadalasan din, ang **ugnayan** ay pumuputok at naglalaho na lamang na parang bula.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kahong pastillas de leche.

Dalhin ang kahon sa loob ng iyong silid.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Buksan ang kahon at kausapin ang pastillas na para bagang ang kausap mo ay ang ka-ugnay. Iuhos ang lahat ng iyong **hinanakit** **atsama ng loob**. Sambitin din ang hangad na patutunguhan ng inyong ugnayan.

Ihain ang pastillas sa ka-ugnayan.

119.

### MAHIKA BLANCA

#### PANGHIMAGAS NG DIWA:

Kung ang tingin mo sa isang tao ay **sexy** o **seksi**, ang taong iyon—para sa iyo—ay **kaakit-akit**, **masarap sa paningin** (**eye candy**), **nakapagpapagana ng kapusukan**, at **nakaaantig ng libog**. Sa kadalasan, ang mga taong itinuturing na sexy ay ang mga napapanood sa pelikula, sa telebisyon, sa mga tanghalan, sa cyberspace, at sa mga babasahin. Datapwat, di rin bihira na may **kakilala** ka o **kaibigan** na itinuturing mong sexy.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng maja-blanca, o mahablangka.

Ibulong ang ngalan ng sexy sa iyo at ang ngalan mo sa ibabaw ng maja-blanca.

Budburan ng tig-isang kurot ng asukal na pula, o moskubado, ang latik sa ibabaw ng bawat gayat.

Ihain ang maja-blanca sa taong sexy sa iyo, upang, kahit paano, ay maging sexy ka rin sa kaniya.

120.

### NASA DE COCO

#### PANGHIMAGAS NG DIWA:

Ang **pagnanasa** ay **matinding pagkagusto**. Taglay nito ang mga binhi ng **pag-angkin** o pagiging **mapag-angkin** at ang pagtangka ng **karahasan**. Ang pagnanasa ay likas na **makasarili**, kung ang **ninanasa** man ay pera o bagay na materyal, at lalung-lalo na kung ang ninanasa ay **kapwa-tao**.

Ang nasa ay kaagapay ng **libog**, na damdaming ang pinagmumulan ay ang paghangad ng pagdanas ng **sarap at ginhawa ng ari**. Ang libog ay dili iba nga't ang **pag-ari** o pag-angkin ng ari ng iba sa pamamagitan ng sariling ari.

Ang Pang-Gayuma:

Mainam kung ikaw mismo ang makagagawa ng nata de coco, subalit nabibili rin ito sa mga tindahan.

Kung ikaw ang gagawa ng sarili mong nata de coco, punuin ang isang botelya; kung hindi, bumili ng isang botelya.

Sa pamamagitan ng white glue, ipabalat sa botelya ang larawan mo at ang larawan ng taong ninanasa. Sa pamamagitan din ng white glue, magdikit ng dalawang puso-pusuan sa takip ng botelya.

Itago ang botelya sa loob ng iyong aparador, baul, o sisidlan ng mga kagamitan. Panatilihin doon sa loob ng limang gabi at limang araw.

Ihain ang nata de coco sa ninanasa.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Fresh Buking”, “Tony Perez’s Love Potion #10”, at “Init Ng Pagmamahal”.

121.

## LECHE PLANO

### PANGHIMAGAS NG DIWA:

Ang taong **malambot ang puso** ay **maawain, mapagbigay,** at **mapagkapwa,** datapwat madali rin itong **mapaniwala, mabuyo,** at **atmalilo.**

Ang taong **matigas ang puso,** sa isang banda, ay **walang-awa, kuripot,** at **manhid sa kapwa,** datapwat madali rin itong maging **mapagmalabis, lubhang mahigpit,** at **malupit.**

Kung minsan, ang taong malambot ang puso ay dapat matutong **magpatigas ng puso,** at ang taong matigas ang puso naman ay dapat matutong **magpalambot ng puso.**

Ang Pang-Gayuma:

Bago ang lahat, halikan nang limang ulit ang llanerang paglulutuan ng leche flan.

Magluto ng leche flan.

Habang niluluto ang leche flan, isaisip at kausapin sa isip ang taong ibig mong palambutin ang puso.

Itaob ang llanera sa isang platong kulay rosas.

Lagyan ng karagdagang syrup ang leche flan.

Ihain ang leche flan sa taong ibig palambutan ng puso.

**122.**

### **HINALAY NA UBI**

#### **PANGHIMAGAS NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay iyong gagamitin kapag napagtangkaan kang **halayin** ng isang taong **iniibig** at **minamahal** mo.

Ang Pang-Gayuma:

Gumawa ng larawang passport-photo-size ng taong iniibig.

Magluto o maghanda ng halayang ubi.

Ipatong ang lalagyan ng ubi sa larawan.

Haluan ang ubi ng tatlong kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado.

Palamigin ang ubi samantalang nakapatong sa larawan.

Ipasok ang ubi at ang larawan sa loob ng ref, at iwang gayon sa loob ng 15 minuto.

Ihain ang ubi sa taong iniibig, sa hangaring mamamayani ang wastong paggalang ninyo sa isa't isa.

Ipasok ang larawan at isang kurampot na ubi sa isang sisidlang plastic, ipasok sa isang sulok ng freezer, at iwan doon sa loob ng tatlong buwan.

**123.**

### **SANS KARIBAL**

#### **PANGHIMAGAS NG DIWA:**

Ang **noby/noby** ay lehitimong **mangingibig**. Walang **nag-aari ng puso** ng isang nobyo kundi ang kaniyang nobya; walang nag-aari ng puso ng isang nobya kundi ang kaniyang nobyo. Sa **pagkakaunawa** ng lahat, ang **mag-noby** ay **nagbabalak** na **onakatakda** nang **ikasal**.

Ang **pagiging mag-noby** ay kaparis ng salitang Ingles na **engaged**.

Katuwa-tuwa na laging **mag-nobyo**—at hindi “mag-noby” —ang salitang nakasanayang gamitin upang tumukoy sa dalawang taong **engaged**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang paris na wedding cake dolls.

Bumili ng sans rival.

Ibulong ang ngalan ng nobyo/noby at ang ngalan mo sa wedding cake dolls.

Ipatong ang wedding cake dolls sa sans rival nang 15 minuto.

Alisin, punasan, at itago ang wedding cake dolls, na maaaring gamitin sa iba pang kulam.

Ihain ang sans rival sa nobyo/noby, upang manatiling matatag at maganda ang inyong pagmamahalan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mag-Asawang Sampalok”, “Tausputo”, “Magkasiping Labuyo”, at “Kutsintahan”.

Mga Sawsawan:

**124.**

## **SENTIMYENTO DE ASUKAL**

### **SAWSAWAN NG DIWA:**

May panahon sa buhay ng dalawang **magkarelasyon** na ang kanilang **samahan** o **ugnayan** ay nagiging **matabang**. Sa ganitong pagkakataon, ang **tamis ng kanilang nakaraan** ay nanganganib na mawaglit na lamang.

Ang gayumang ito ay para sa **pagpapanumbalik ng tamis ng pag-iibigan at pagmamahalan** sa isang ugnayang naging matabang.

Ang Pang-Gayuma:

Ipaghalo sa malinis na sisidlan ang 25 kutsarang asukal na puti at 25 kutsarang asukal na pula, o moskubado.

Ito ang gawing sawsawan sa mirindal, rekado sa ulam, o pantimpla ng inumin.

Ang anumang ihain ay dapat pagsaluhan ng dalawang magkarelasyon.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Hot Na Hot Cake”, “Pampa-Soft Drinks”, at “Mais Con Hilo”.

**125.**

**LASIN**

**SAWSAWAN NG DIWA:**

Sinasabing **nakatapak sa ulap** ang taong labis na maligaya nang dahil sa **pag-big**. Ang katumbas na idyoma o mga matalinghagang salita nito sa Ingles ay **Walking on Cloud #9**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng asin at ilagay ito sa malinis na sisidlang kristal.

Kung nakaangat ang kama sa sahig, ipuwesto ang sisidlang kristal sa ilalim nito, katapat ng mga paa mo kung ikaw ay natutulog.

Kung hindi nakaangat ang kama sa sahig, ipuwesto ang lalagyang kristal sa may-paanan ng kama, kung saan hindi ito masisipa, matatabig, o mababasag.

Kinabukasan, dalhin ang lalagyang kristal sa kusina.

1. Ang asin ay maaaring gamiting sawsawan sa pagkain ng iniibig, upang ang labis niyang ligaya ay maging makatotohanan at hindi magtungo sa anumang kahihyan.
2. Ang asin ay maaaring gamiting rekado sa anumang pagkaing iluluto para sa iniibig.
3. Maaaring magbuhos ng asin sa isang platito at magsilbi ng beer sa iniibig. Ang basong pagbubusan ng beer ay isawsaw sa asin upang ang inumin ay magsilbing “beer-garita” sa halip na maghain pa ng pulutan.

126.

**PATIIS**

**SAWSAWAN NG DIWA:**

Kapag ang dalawang tao ay sinasabing **pinagtiyap ng tadhana**, sila ay sinasabi ring itinakdang **magsama sa kamalasan**, **sakasaklapan**, o sa **kasawiampalad**. Datapwat, ang idyomang at mga matalinghagang salitang ito ay binibigkas lamang nang pabiro, o sa kawawaang katatawanan.

Ang Pang-Gayuma:

Magtimpla ng sawsawang patis. Dagdagan ito ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, upang “patamisin” ang anumang tinamong “alat”.

Ihain ang anumang pagkaing maaaring pagsawsawan ng patis, at saka ihain din ang sawsawang patis, sa kasamahang katiyap sa tadhana, upang ang mga dala-dalang pabigat ay mabawasan.

127.

**GOYO**

**SAWSAWAN NG DIWA:**

Ang **paghikayat** sa isang tao ay maraming kahulugan: **pagsubok**, **paghamon**, **pagbuyo**, **pagtukso**, **pagparahuyo**, at, sa negatibong kawawaan, **pandedemonyo**.

Ang totoo niyan, marami ring bagay sa isang tao ang maaaring **manghikayat**: ang kaniyang pangangatawan, ang kaniyang bikas, ang kaniyang pananamit, ang kaniyang pagkilos, ang kaniyang pananalita, ang kaniyang mga gawa, ang kaniyang mga hilig, maging ang kaniyang mga pangarap.

Kapag **nahikayat** mo ang isang tao, **napasusunod** mo siya sa halos lahat ng **ibig** mo nang di man niya namamalayan.

Ang tao ay maaaring **hikayating** gumawa ng mabuti o ng di-mabuti.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng anim na siling labuyo na kulay pula. Hugasan ang mga ito at ilagay sa malinis na sisidlan.

Ipailalim ang sisidlan sa iyong unan bago matulog.

Kinabukasan, magtimpla ng sawsawang toyo. Isama rito ang anim na labuyo.

Ang toyo ay maaaring ihain sa taong hangad mong hikayatin, kasabay ng anumang prutas, mirindal, o ulam na nababagay isawsaw sa toyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Matamis Na Oo”, “Lugaw Ligaw”, at “Turon Doon”.

**128.**

### **SUKAT**

#### **SAWSAWAN NG DIWA:**

Kung ikaw ay **babae** at ibig mong **sukatin ang pag-ibig** ng **lalaking iniibig** mo, ang gayumang ito ay ang siya mong gagamitin.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng sawsawang sukang sasa.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang suka.

Magtadtad ng apat na siling labuyong pula at ibabad sa suka.

Maghain ng anumang mirindal o ulam na maaaring pagsawsawan nitong suka sa lalaking iniibig.

Pagkatapos kumain, magpatong ng isang pitsel na tubig at isang matangkad na baso sa mesa.

Matyagang maigi kung gaano karami ang tubig na ibubuhos ng lalaking iniibig sa kaniyang baso. Ang taas ng tubig ay ang siya ring haba ng kaniyang pag-ibig.

**129.**

### **MAGKASIPING LABUYO**

#### **SAWSAWAN NG DIWA:**

Ang **maybahay** o ang taguring **butihing maybahay** ay **malambing** na panturing sa isang asawa. Ang pinakakahulugan nito ay isang masinop na **asawa**, magaling magmaneho ng tahanan, mahusay mag-ayos ng bahay at malikhain sa pagtupad ng mga gawaing-bahay, marunong mag-alaga at magpalaki ng anak, at masarap magluto.



Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng sinulid na kulay pula.

Isama sa pagligo ang sinulid na kulay pula, at hayaan itong matuyo.

Bumili ng mga siling labuyo na kulay pula na gagamitin sa mga sawsawan.

Ipagparis-paris ang mga siling labuyo. Talian ang bawat paris ng sinulid na pula. Ilagay sa sisidlan ng mga siling labuyo sa kusina.

Ang mga paris ng siling labuyo na tinalian ng sinulid na pula ang siyang ilalagay sa anumang sawsawan na ihahain sa maybahay, upang manatiling matatag, malikhain, at masagana ang inyong samahan at pamumuhay.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Mag-Asawang Sampalok”, “Tausputo”, “Puso Bumbong”, “Sans Karibal”, at “Kutsintahan”.

**130.**

### **BAKETCHUP**

#### **SAWSAWAN NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay siya mong gagamitin kung marami kang **katanungan, pag-aalinlangan, o pinagtatakhon** pahinggil sa iyong **iniibig**.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng sawsawang ketchup.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang ketchup.

Magtadtad ng apat na siling labuyong pula at ihalo sa ketchup; ang mga ito ay magsisilbing pampagilas ng dila.

Maghain ng mirindal o ulam na mapagsasawsawan nitong ketchup sa iniibig.

Habang kumakain ang iniibig, maghain din ng apat na mahalagang tanong.

131.

**MAS-TASA**

**SAWSAWAN NG DIWA:**

Ang gayumang ito ay ang siyang gagamitin kung, para say o, ay **kulang** ang **pag-ibig** sa iyo ng isang tao.

Ang Pang-Gayuma:

Maghanda ng sawsawang mustasa.

Timplahan ng isang kurot na pinaghalong asukal na puti at asukal na pula, o moskubado, ang mustasa.

Maghanda ng sandwich na maaaring lagyan ng mustasa at ketchup, tulad ng hot dog o burger.

Lagyan nitong mustasa ang isang panig ng palaman ng sandwich, at ng ketchup naman sa kabila.

Ihain ang sandwich sa iniibig.

Mga Gayumang Sinasangkapan Din Ng Ritwal:

132.

**ABRE-GANA**

**PAGKAIN NG DIWA:**

Ang dalawang **nagkakaintindihan** ay nakaaalam na sila ay may **gusto** sa isa't isa, datapat **wala silang ginagawa** patungkol dito sa maaaring sumusunod na dahilan:

--Sila ay **nagkakahiyaan**.

--Sila ay **naghihintayan**.

--Mayroon silang nakikitang **sagabal** kung sakaling sila ay **magkatuluyan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang chocolate chip cookie.

Tiyakin na ikaw ay nag-iisa at walang makaririnig sa iyo.

Kausapin ang chocolate chip cookie na para bagang ang kausap mo ay ang kaintindi.

Muling ibalot ang chocolate chip cookie.

Ihain o ihandog ang chocolate chip cookie sa kaintindi, upang kayo'y maging matalik na magkaibigan tungo sa hibit na malalim na ugnayan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Linawnam”, “Aakitin Kita”, at “Halina Sa Aking Piling”.

**133.**

### **LINAWNAM**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Ang dalawang **magkaunawa** ay nagkakaalaman na sila ay may **gusto** sa isa't isa, tahasan man itong **naisiwalat** o hindi sa isa't isa o kaninuman.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng cocktail toothpicks na may mga borlas na cellophane sa tuktok.

Pumili ng dalawang cocktail toothpick na may mga borlas na kulay berde sa mga tuktok. Ilagay ang mga ito sa isang malinis na sisidlan at ipailalim sa iyong unan bago matulog.

Kinabukasan, bumili ng isang chocolate muffin.

Isuksok ang dalawang cocktail toothpick sa ibabaw ng chocolate muffin.

Ihain sa kaunawa upang kayo'y magkatuluyan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Aakitin Kita” at “Halina Sa Aking Piling”.

**134.**

### **SINO SA KANILA?**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Hangad ng bawat tao ang **mang-akit** o ang maging **kaakit-akit sa iba**. Iyan ang dahilan kung bakit tayo nag-aayos ng sarili at nagbibihis. Ang pagbalot at pagtakip natin sa ating mga katawan ng iba't ibang materyal at kulay, at ang pagsabit natin sa mga ito ng

mga dekorasyon at borloloy, ay di bunga ng pagpapananggalang sa init at sa lamig, sa mga panahon, at sa sakit, kundi, bunga ng **pagnanasang mang-akit ng iba**. Ito ay isa sa mga kaugalian na namatyagan natin at hiniram sa mga hayop.

Malamang, di-miminsan mong naitanong sa sarili kung sino nga ba ang **nangaaakit sa iyo**—kung kaya't, ang gayumang ito ay isang tulong para masagot ang katanungang iyan.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng assorted candies na ang mga balot ay iba't ibang kulay: pula, rosas, kahel, dilaw, berde, asul, puti, pilak, at ginto. Ipagsama-sama ang mga ito sa isang mangkok na kulay puti.

Ihain ang assorted candies sa iyong sirkulo o barkadahan.

Ang mga makikibahagi sa mga kulay pula, rosas, kahel, at dilaw ay mga taong mapaghanga sa iyo sa sandaling iyon, at maaari mong tuluyang akitin.

Ang mga makikibahagi sa mga kulay berde at asul ay mga taong hindi mapaghanga sa iyo sa sandaling iyon, at maaari mo iyang tanggapin bilang isang hamon upang sikapin silang akitin.

Ang mga makikibahagi sa mga kulay puti, pilak, at ginto ay walang inaatupag kundi ang kanilang sarili sa sandaling iyon, at maaari mo lamang silang pabayaan—sa sandal ring iyon.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Manggang Silaw” at “Pansitsit”.

135.

## BUKANG BIBIG

### PAGKAIN NG DIWA:

**Pag-iisandibdib** ang taguri sa **pagiging kasal** o sa **pagiging lehitimong mag-asawa**. Ang salitang ito ay talinghaga ng **pagiging iisa** ng babae at ng lalaki, di lamang sa **pagtatalik** kundi sa isip at damdamin.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang paris na wedding cake dolls. Maaaring gamitin ang wedding cake dolls na binabanggit sa Gayuma 123. Sans Karibal.

Maghanda ng cake. Ipatong ang wedding dolls sa ibabaw ng cake.

Gumayat ng isang bahaging cake at ipatong ito sa isang platitong puti.

Sa pamamagitan ng isang tinidor, subuan ng cake ang kaisandibdib at magpasubo ng cake sa kaniya.

Kung mayroon kayong inumin, ilagay ito sa iisang baso o kopa rin, na siya ninyo namang inuman.

**136.**

### **HALINA SA AKING PILING**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Ang dalawang tao ay sinasabing **magkaniig** kung madalas silang **magkita** at **sumangguni** sa isa't isa, tungo sa higit na malalim na **naugnayan**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng sinulid na kulay pula. Isama ang sinulid sa pagligo, pagkatapos ay hayaang matuyo.

Bumili ng dalawang candy bar.

Itali nang parang laso ang sinulid upang ipagbuklod ang dalawang candy bar.

Ihain o ihandog ang dalawang candy bar sa hinahangad mong makaniig.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang "Abre-Gana", "Linawnam", at "Aakitin Kita".

**137.**

### **AAKITIN KITA**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Ang **katipan** ay isang **lihim na katagpo** o **lihim na kasintahan**. Higit sa lahat, ang **magkatipan** ay dalawang o higit sa dalawang taong **nagpangakuan** o **nagsumpaan**. Ang **tipanan** ay tumutunghay sa oras, araw, o lugar na **katatagpuan**, o kaya ay ang mismong **pangako** o **sumpaan** ng magkatipan sa isa't isa.

Ang Pang-Gayuma:

Kung mayroon kang orasan sa kuwarto, lumikha ng isang Altar Ng Panahon na maaaring maliit na patungan o estante na siyang itapat sa ilalim o sa harap ng orasan.

Bumili ng isang bag na matatamis na kendi na ang mga balat ay kulay pula.

Ipatong ang bag na matatamis na kendi sa Altar Ng Panahon.

Sa kapisang papel, isulat ang ngalan ng hangad makatipan at ang ngalan mo.

Ipatong ang papel sa ibabaw ng bag na matatamis na kendi.

Iwan ang lahat sa Altar Ng Panahon sa loob ng anim na gabi at anim na araw.

Ihain o ihandog ang bag na matatamis na kendi sa hangad mong makatipan.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Abre-Gana”, “Linawnam”, at “Halina Sa Aking Piling”.

**138.**

### **MATAMIS NA OO**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Kung minsan, ang tao ay kailangang **suyuin** kung nasa kaniya ang isang bagay na ibig mong ibahagi niya sa iyo—halimbawa, ang kaniyang **pakikipagkaibigan** o ang mabuti niyang **pagtingin**.

Ang **pagsuyo** ay maraming pamamaraan. Ilan dito ang **pag-ayon** sa mga hilig at pangangatwiran ng **sinusuyo**, ang **paghandog** sa **sinusuyo** ng mga bagay na **gusto** niya, at ang **pagsunod** sa mga pakiusap, pabor, at utos ng sinusuyo. Ang dalawang taong nag-iibigan, **samatwid**, ay **nagsusuyuan**.

Ang gayumang ito ay upang kamtin ang mabuting pagtingin sa iyo ng sinusuyo mo.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng limang pirasong kendi na nababalot sa plastic na kulay rosas.

Ibalot ang mga kendi sa damit mong panloob na hindi pa nalalabhan.

Ipatong ito sa paanan ng iyong kama, at iwan doon nang limang oras.

Kinabukasan, ihandog ang mga kendi sa sinusuyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Lugaw Ligaw”, “Goyo”, at “Turon Doon”.

**139.**

### **KATAKAM-TAKAM KA NAMAN**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Ang mga kahulugan ng taguring **giliw** ay **paborito** at **kasiya-siyang kasama**.  
Katumbas nito ang taguring Ingles na **sweetheart**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng isang kahong chocolate candies. Halikan ang apat na kanto ng kahon ,  
sambitan ng ngalan ng ginigiliw ang apat na kanto ng kahon, pagkatapos ay hipan ang  
bawat kanto ng kahon.

Ihain ang chocolate candies o ihandog ang kahon sa ginigiliw, upang gayundin ang  
maging pagtingin at pagturing niya sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Magkaparehas” at “Wala Ka Nang Hahanapin Pa”.

**140.**

### **MAGKAPAREHAS**

#### **PAGKAIN NG DIWA:**

Ang kahulugan ng taguring **irog** ay **pangarap kong pag-ibig** kung kaya’t, may  
elemento ng **pagsasamba**. Katumbas nito ang mga taguring Ingles  
na **dreamboat** at **beloved**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng maliit na hawla ng ibon; ang hawla ay maaaring hindi totoong hawla kundi  
pang-dekorasyon lamang, datapwat, mahalaga na ito ay may mga rehas.

Bumili ng limang lollipop at limang rosas na dilaw.

Halikan muna ang bawat rosas, sambitan ng ngalan ng iniilog ang bawat rosas, pagkatapos ay hipan ang bawat rosas.

Gayundin ang gawin sa bawat lollipop.

Ipasok ang mga lollipop at ang mga rosas sa loob ng hawla habang isinasaisip na ang iniilog ay bilanggo ng iyong puso.

Ilagay ang hawla sa gawing kanan ng iyong kamang tutulugan sa gabing iyon.

Kinabukasan, ihandog ang mga lollipop at ang mga rosas sa iniilog.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Katakam-takam Ka Naman” at “Wala Ka Nang Hahanapin Pa”.

141.

## WALA KA NANG HAHANAPIN PA

### PAGKAIN NG DIWA:

Ang kahulugan ng taguring **sinta** ay **matamis sa aking puso at paningin at ibig laging makapiling** kung kaya't, kung sakaling di kaguwapuhan o kagandahan ang sinisinta, ito rin ang pinagmulan ng kasabihang **Love Is Blind** o ng idyomang **bulag na pag-ibig**. Katumbas nito ang mga taguring Ingles na **sugar, honey, honeybun, honey pie, sweetie pie**, at iba pang katulad ng mga ito.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng kalahating yardang o metrong ribbon na kulay pula. Ibilot ang ribbon sa kanang hintuturo, at panatiliing nakasuot ito na para bagang singsing sa loob ng anim na oras.

Bumili ng isang maliit o katamtamang-laking basket o kahong fresh strawberries.

Itali ang ribbon sa basket o kahong fresh strawberries.

Ihandog ang basket o kahong fresh strawberries sa sinisinta, upang gayundin ang maging pagtingin at pagturing niya sa iyo.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Katakam-takam Ka Naman” at “Magkaparehas”.



142.

### TONY PEREZ'S LOVE POTION #10

#### PAGKAIN NG DIWA:

Ang **pag-ibig** ay kakatwang salita. Taglay ng **ibig** ang isang malapad na bahaghari ng mga **damdamin** na sumasakop sa **pagkagusto**, sa isang dulo, at sa **pagnanais**, sa kabilang dulo.

Maraming klaseng pag-ibig—iyan ang kadalasang awit ng mga manunulat, ng bawat makasining, at ng bawat malikhain. Tunay nga, anuman at sinuman ay maaaring ibigin.

Ang Pang-Gayuma:

Labhan ang iyong panloob na damit. Pagkatapos magbanlaw, anlawin ito sa mineral water sa isang malinis na lalagyan. Isilid sa bote ang mineral water. Sa pamamagitan ng isang dropper, maglagay ng limang patak nitong mineral water sa kanin, ulam, o inumin ng layon mo.

Ang Love Potion #10 ay maaaring gamitin sa babae man o sa lalaki. Ito ay mabisang solusyon sa anumang hidwaang namamagitan sa mag-asawa, magbiyenan, o magmanugang.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Fresh Buking”, “Nasa De Coco”, at “Init Ng Pagmamahal”.

143.

### SARAP NG PAGMAMAHAL

#### PAGKAIN NG DIWA:

Ang **pagmamahal** ay ang pinakadakilang **saloobin** at **damdamin** sa lahat. Sakop nito ang **pag-ibig**. Higit sa lahat, taglay ng salitang ito ang **pagma-mahal**, o ang **pagbibigay-halaga** sa **kapwa**.

**Mahal** ang isang bagay na ang katapat ay malaking halaga. Hindi lamang mura ang kabaligtaran—karaniwang minumura ang sinumang taong hindi minamahal kundi **kinamumuhian**.

Ang Pang-Gayuma:

Bumili ng tatlong mansanas na pula; hugasan.

Punasan ng honey ang bawat mansanas, ipatong ang mga ito sa isang plato, at iwan sa ref sa loob ng tatlong gabi at tatlong araw. Pagkatapos, ang mga mansanas ay anlawan.

Ihain o ihandog ang mga mansanas sa minamahal.

Maaari ring gayatin ang bawat mansanas sa limang piraso, pagkatapos ay ihain sa minamahal.

Tala:

Basahin din ang mga Gayumang “Fresh Buking”, “Nasa De Coco”, at “Tony Perez’s Love Potion #10”.



### **Pantapos Na Salita:**

Kung naisagawa mo na ang lahat-lahat, datapwat, nag-iisa at nangungulila ka pa rin, talusin mo na may hangganan ang lahat ng pagsusumikap, panalangin, dasal, kulam, anting-anting, at gayuma.

Ang lahat ng bagay at ang lahat ng pangyayari sa buhay ay mayroong sariling pangangatwiran at mabuting dahilan, lantad man ang mga ito o hindi.

Masdan ang iyong sarili sa paningin ng ibang tao.

Masdan ang iyong sarili sa Salamin Ng Diwa.

Siyasatin kung mayroon kang kakulangan o pagkukulang sa:

--ugali

--saloobin

--asal o pakikipagtrato sa kapwa

--pagkilos

--pag-ayos sa sarili

--pananalita.

Magtanong sa sarili kung maaari kang maging kuntento o maligaya sa kasalukuyan mong kalagayan o kung kailangan mo ng tulong ng ibang taong makapagsisilbing magulang, guro, gabay, spiritual adviser, o guidance counselor mo.

Higit sa lahat, tanggapin ang katotohanan na, sa kabila ng lahat, ang iisa at ang pinakatunay na umiibig at nagmamahal sa iyo ay dili iba't ang Diyos na lumikha sa iyo, at tanggapin mo rin na maraming bagay sa daigdig na ito ay mga kasangkapan para sa panghabang-buhay mong edukasyon tungkol sa pagiging kaibigan, ka-ibigan, at kaibig-ibig.

## ABOUT THE AUTHOR:

**TONY PEREZ** is a creative writer, playwright, poet, lyricist, painter, portraitist, fiber artist, and psychic journalist and trainer. He is one of the 100 Filipino recipients of the 1898-1998 Centennial Artists Awards of the Cultural Center of the Philippines. His other awards include the 13 Artists of the Philippines, the Gawad Pambansang Alagad ni Balagtas from the Writers Union of the Philippines, four National Book Awards from the Manila Critics Circle, a FAMAS Award for Best Story, five prizes from the Cultural Center of the Philippines Playwriting Contest, the National Fellowship for Drama from the Creative Writing Center of the University of the Philippines, the Irwin Chair in Creative Writing from Ateneo de Manila University, and a prize in photography from the Children's Museum and Library, Inc. He was a member of the first official Philippine delegation to the Ubud Writers and Readers Festival in Bali, sponsored by the National Commission for Culture and the Arts, in 2010.

Some of Mr. Perez's works in Filipino have been translated into English, French, and Polish. His artworks have been showcased in 21 individual and group exhibits curated by Marian Pastor Roces, Nonon Padilla, Bobi Villanueva, Judy Sibayan, Lalyn Buncab, Nilo Ilarde, Ernie Patricio and Jun Veloso, Chari Elinzano, Reverend Father Loy Divino (CICM), and Raven Villanueva.

Mr. Perez holds an A.B. in Communication and a Cand. M.A. in Clinical Psychology from Ateneo de Manila University, an M.A. in Religious Studies, magna cum laude, from Maryhill School of Theology in New Manila, and certificates in Publication Design and Production from the Department of Journalism at the University of Wisconsin and Fundamentals of Graphic Design from the University of California at San Francisco. His master's thesis, titled *Pagsubok sa Ilang: Ikaapat na Mukha ni Satanas*, was awarded the National Book Award for Theology and Religion by the Manila Critics Circle in 2006.

Mr. Perez has been working as a full-time Cultural Affairs Specialist at the Public Affairs Section of the Embassy of the U.S.A. in Manila since 1979. He conducts workshops titled "Writing from The Heart", "Writing from The Creative Unconscious", "Dramatherapy", "Community Theater", and art classes nationwide.

Mr. Perez has two sons, Nelson I. Miranda and Chito I. Miranda, and four granddaughters, Angelique Pearl Miranda, Nielsen Tegelan, Aubrey Rose Miranda, and Chevy Keith Miranda. His daughters-in-law are Agnes Tegelan and Ivy Vercasion. They live in Cubao, Quezon City, where Mr. Perez has resided since 1955.



*Photo by Neil Y. Pacamalan*

#### **AUTHOR'S NOTES:**

*143 Gayuma* was written and completed within the months of February and March 2013, between the creative writing workshops titled “Writing from The Heart” that I conducted at Colegio de Calumpit, in Calumpit, Bulacan (February 18 – 22) and at Philippine Information Agency, in Quezon City (March 18 – 22). My workshop participants in Bulacan deplored the fact that they had no access to my works because of the dearth of book stores in their area. I finally decided to “publish” my first book in cyberspace, a pledge I made to myself a year ago, to make my new works available not only to all Filipinos but the rest of the world.