

# Kwa nini kile ninachotazama au kusikiliza ni muhimu sana kiasi hicho? Hakimumizi mtu yoyote.

—Rafiki huko Helsinki

## Mpendwa Rafiki,

Kila kitu unachotazama au kusikiliza kinaathiri jinsi unavyofikiri, unavyohisi na unavyotenda. Na hiyo huathiri mtu unayetaka kuwa.

Ili kuwa bora unavyoweza kuwa, tazama na sikiliza vitu bora. Tunafunzwa kutafuta kitu ambacho ni “chema, chenye kupendeza, au chenye taarifa njema au chenye kustahili sifa” (Makala ya Imani 1:13). Tunaweza kujua kitu ni kizuri kama kinatufanya tutake *kutenda* mema na “kuamini katika Kristo” (Moroni 7:16). Kile unachotazama au kusikiliza ni muhimu sana kwa sababu *wewe* ni muhimu sana.

Kwa upendo,  
Gazeti la *Rafiki*

## Orodha Nzuri ya Kupimia Vyombo vya Habari

Tumia orodha hii ya kupimia kuhakikisha unaipa akili yako nzuri vyombo vya habari vizuri pekee.

- Kinainua na husaidia kuhisi vizuri moyoni.
- Kinanifundisha vitu vizuri.
- Kinanisaidia nitake kutii amri za Mungu.
- Kinaniongoza kutenda vitu vizuri.
- Ni cha heshima na kinalandana na viwango vya familia yangu.

