



Ko e mo'ui fakafou 'i he Fakamo'uí

KO E POLOKALAMA FAKAAKEAKE MEI HE MA'UNIMAÁ

Fakahinohino Sitepu 'e 12 ki he Fakaakeaké

Fakamo'ui fakafou 'i he Fakamo'uí

Ko e Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá
Fakahinohino Sitepu 'e 12 ki he Fakaakeaké

© 2024 by Intellectual Reserve, Inc.

All rights reserved.

Tatau: 8/22

Liliu 'o e *Healing through the Savior: The Addiction Recovery Program 12-Step Recovery Guide*

Tongan

PD80006152 900

Printed in the United States of America

Fakahokohoko 'o e Tohi

Ngaahi Naunau Fakafe'iloaki

Fakahokohoko 'o e Tohi	iii
Fakamaloó	1
Talateu	3
Talateu	5
Sitepu 1: Fakahā 'oku 'ikai ha'atau mālohi ke ikuna'i e ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú pea kuo 'ikai kei lava 'o mapule'i 'etau mo'uí.....	16
Sitepu 2: Faka'au ke tui 'e lava 'e he mālohi 'o e 'Otuá 'o fakafoki kitautolu ki he mo'ui lelei fakalaumālie kakato.....	27
Sitepu 3: Fili ke tekaki hotau lotó mo 'etau mo'uí ke tokanga'i 'e he 'Otua ko e Tamai Ta'engatá mo Hono 'Alo ko Sisū Kalaisí.....	38
Sitepu 4: Hiki ha fakamatala hangatonu mo loto-to'a 'o fekau'aki mo 'etau tu'unga angatonú.....	50
Sitepu 5: Fakahā e natula totonu 'o 'etau ngaahi fehalaākí, kiate koe pē, ki he'etau Tamai Hēvaní 'i he huafa 'o Sisū Kalaisí, ki he ma'u mafai lakanga fakataula'eiki totonú, pea ki ha tokotaha kehe.....	59
Sitepu 6: Mateuteu kakato ki hano to'o atu 'e he 'Otuá 'a e ngaahi vaivai kotoa 'i hotau 'ulungāngá.....	67
Sitepu 7: Kole ki he Tamai Hēvaní 'i he loto-fakatōkilalo ke Ne to'o 'etau ngaahi tōnounou.....	76
Sitepu 8: Hiki ha lisi 'o e kakai kotoa pē kuo tau fakalavea'í pea loto-fiemālie ke kole fakamolemole kiate kinautolu.....	87
Sitepu 9: Kole fakamolemole fakahangatonu ki he kakai kotoa pē kuo tau fakalavea'í, 'i he taimi 'e lava aí.....	97
Sitepu 10: Hokohoko atu hono fakatokanga'i e ngaahi 'ulungaanga fakatāutahá, pea tala taimi totonu 'a e taimi 'oku tau fehalaaki aí.....	107
Sitepu 11: Fekumi 'i he lotu mo e fakalaululoto ke 'ilo'i e finangalo 'o e 'Eikí pea ma'u e mālohi ke fakahoko ia.....	115
Sitepu 12: 'I hono fakaake fakalaumālie kitautolu fakafou 'i he Fakalelei 'a Sisū Kalaisí ko ha ola 'o hono fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení, 'oku tau vahevahe 'a e pōpoakí ni mo e ní'ihī kehé pea faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he me'a kotoa 'oku tau faí.....	124
Faka'osí	133
Fakamatala Fakalahí.....	134
Poupou 'i he Fakaakeaké.....	135
Ko hono Fili ha Tokotaha Faifakahinohinó.....	137
Ngaahi Tefito'i Mo'oni ke Tohi ha Vakai'i Fakataautaha Lelei.....	140
Ko Hono 'Ilo'i mo Talitali Lelei e Hū Fo'ou.....	153

Fakamāloó

Kuo liliu 'e he *Fakamo'ui Fakafou 'i he Fakamo'ui: Ko e Fakahinohino Sitepu 'e 12 ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá* 'a e ngaahi sitepu totonu 'e 12 'o e Alcoholics Anonymous World Services, Inc. ki ha fa'unga 'o e ngaahi tokāteline, ngaahi tefito'i mo'oni, mo e ngaahi tui 'a e Siasi 'o Sisū Kalaisi 'o e Kau Mā'oni'oni 'i he Ngaahi 'Aho Kimui Ní. 'Oku 'oatu heni 'a e ngaahi sitepu totonu 'e 12, pea 'oku hā 'i he toenga 'o e fakahinohino ko 'ení 'a e ngaahi sitepu 'e 12 'i hono faka'aonga 'i he polokalama ni.

'Oku toe paaki mo fakafenāpasi e ngaahi sitepu 'e 12 'i hono fakangofua 'e he Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (AAWS). 'Oku 'ikai 'uhinga e fakangofua ke toe paaki mo fakafenāpasi e ngaahi sitepu 'e 12 kuo vakai'i pe tali 'e he AAWS 'a e pulusinga ko 'ení pe tali lelei 'e he AAWS 'a e ngaahi fakakaukau 'oku fakamatala'i heni. Ko e Alcoholics Anonymous (AA) ko ha polokalama fakaakeake ia mei he ma'u kavamālohí pē. 'Oku 'ikai toe kehe hono faka'aonga 'i e ngaahi sitepu 'e 12 'i he ngaahi polokalama mo e ngaahi 'ekitiviti 'oku sipinga tatau mo e AA ka 'oku fakataumu'a ia ki ha ngaahi palopalema kehe pe 'i ha tūkunga 'oku 'ikai kaunga ki he AA. 'Ikai ngata aí, neongo ko e AA ko ha polokalama fakalaumālie, ka 'oku 'ikai ko ha polokalama fakalotu ia. Ko ia ai, 'oku 'ikai fengāue'aki pe fekau'aki 'a e AA mo ha fa'ahinga siasi, kulupu, pe tui fakalotu pau.

Ko e ngaahi sitepu 'e 12 'o e Alcoholics Anonymous:

1. Na'a tau fakahā 'oku 'ikai ha'atau mālohi ki he kavamālohí—kuo 'ikai toe lava 'o mapule'i 'etau mo'ui.
2. Na'a tau tui 'e lava 'e ha Mālohi 'oku mālohi ange 'iate kitautolu 'o fakafoki kitautolu ki he fakakaukau lelei.
3. Fai ha fili ke fakatafoki hotau lotó mo 'etau mo'ui ke tauhi 'e he 'Otuá 'i he'etau ma'u ha mahino kiate Iá.

4. Fai ha fakamatala hangatonu mo loto-to'a 'o fekau'aki mo hotau tu'unga angatonú.
5. Fakahā ki he 'Otuá, kiate kitautolu, pea ki ha tangata 'e taha 'a e natula totonu 'o 'etau ngaahi fehālākí.
6. Na'a tau mateuteu kakato ke to'o 'e he 'Otuá 'a e ngaahi mele kotoa ko 'eni 'i he 'ulungāngá.
7. Na'a tau kole 'i he loto-fakatōkilalo ke Ne to'o 'etau ngaahi tōnounó.
8. Fa'u ha lisi 'o e kakai kotoa pē na'a tau fakalavea'í, pea loto-fiemālie ke fakalelei mo kinautolu.
9. Kole fakamolemole fakahangatonu ki he kakai ko iá 'i ha feitu'u pē 'e malavá, tuku kehe taimi 'e fakalavea'í ai kinautolu pe ko ha ni'ihiki kehe 'i hono fai iá.
10. Hokohoko atu hono hiki e ngaahi me'a 'okú ke fakahoko fakatāutahá mo fakahā taimi totonu 'etau ngaahi fehālākí.
11. Feinga 'i he lotu mo e fakakaukauloto ke fakalelei'i 'etau fetu'utaki ki he 'Otuá 'i he'etau ma'u ha mahino kiate Iá, 'o lotua pē ke 'ilo'i Hono finangaló pea mo e mālohi ke fakahoko iá.

12. 'I hono ma'u ha fakaake fakalaumālie ko e ola 'o e Ngaahi Sitepu ko 'ení, na'a mau feinga ke 'ave 'a e pōpoakí ni ki he kau ma'u kavamālohi kotoa pē, pea faka'aonga 'i e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he'etau ngaahi fengāue'aki kotoa pē.

Alcoholics Anonymous World Services, Inc.®

Fakamo'ui Fakafou 'i he Fakamo'uí: Ko e Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá Ko e Ngaahi Sitepu 'e 12

Sitepu 1: Fakahā 'oku 'ikai ha'atau mālohi ke ikuna'i e ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú pea kuo 'ikai kei lava 'o mapule'i 'etau mo'uí

Sitepu 2: Feinga ke tui 'e lava 'e he mālohi 'o e 'Otuá 'o fakafoki kitautolu ki he mo'ui lelei fakalaumālie kakato

Sitepu 3: Fili ke tekaki hotau lotó mo 'etau mo'uí ke tokanga'i 'e he 'Otua ko e Tamai Ta'engatá mo Hono 'Alo ko Sisū Kalaisí

Sitepu 4: Hiki ha fakamatala hangatonu mo loto-to'a 'o fekau'aki mo 'etau tu'unga angatonú

Sitepu 5: Fakahā e natula totonu 'o 'etau ngaahi fehālāki, kiate koe pē, ki ho'o Tamai Hēvaní 'i he huafa 'o Sisū Kalaisí, ki he ma'u mafai lakanga fakataula'eiki totonú, pea ki ha tokotaha kehe

Sitepu 6: Mateuteu kakato ki hano to'o atu 'e he 'Otuá 'a e ngaahi vaivai kotoa 'i hotau 'ulungāngá

Sitepu 7: Kole ki he Tamai Hēvaní 'i he loto-fakatōkilalo ke Ne to'o 'etau ngaahi tōnounou

Sitepu 8: Hiki ha lisi 'o e kakai kotoa pē kuo tau fakalavea'í pea loto-fiemālie ke kole fakamolemole kiate kinautolu

Sitepu 9: Kole fakamolemole fakahangatonu ki he kakai kotoa pē kuo tau fakalavea'í, 'i he taimi 'e lava aí

Sitepu 10: Hokohoko atu hono fakatokanga'i e ngaahi 'ulungaanga fakatāutahá, pea fakahā taimi totonu 'i he taimi 'oku tau fehalaaki aí

Sitepu 11: Fekumi 'i he lotu mo e fakalaulauloto ke 'ilo'i e finangalo 'o e 'Eikí pea ma'u e mālohi ke fakahoko ia

Sitepu 12: 'I hono fakaake fakalaumālie kitautolu fakafou 'i he Fakalelei 'a Sisū Kalaisí ko ha ola 'o hono fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení, 'oku tau vahevahe 'a e pōpoakí ni mo e ni'ihi kehé pea faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he me'a kotoa 'oku tau faí

Talateu

Tatau ai pē pe 'okú ke fefa'uhi mo ha ma'unimā pe 'ilo'i ha taha 'oku fefa'uhi mo ia, 'e lava ke hoko e fakahinohino ko 'ení ko ha tāpuaki ki ho'o mo'uí. 'I hono ma'u ha ngofua mei he Alcoholics Anonymous, kuo liliu ai e ngaahi sitepu 'e 12 ke fakakau ai e ngaahi tokāteline, ngaahi tefito'i mo'oni, mo e ngaahi tui 'a e Siasi 'o Sisū Kalaisi 'o e Kau Mā'oni'oni 'i he Ngaahi 'Aho Kimui Ní. 'I he tohi fakahinohino ko 'ení, 'oku fakamatala'i fakahokohoko e ngaahi sitepú fakataha mo ha tefito'i mo'oni 'o e ongoongoleléi 'oku felāve'i mo ia. 'E tokoni atu 'a e fakahinohino ko 'ení ke ke ako 'a e founga ke faka'aonga'i ai 'a e ngaahi sitepu ko 'ení. Tatau ai pē pe ko e hā ho ngaahi tūkungá, 'e lava ke tokoni atu e ngaahi sitepu ko 'ení ke ke ha'u kia Kalaisi pea ma'u e ngaahi tāpuaki 'o e fakaakeake mo e fakamo'uí.

'E lava ke kau 'i he ngaahi ma'unimā 'a e faka'aonga'i 'o e ngaahi me'a mālohi hangē ko e tapaká, kavamālohí, kofí, tíi, mo e faito'o konatapu 'oku fokotu'u atu 'e he toketaá mo ta'efakalaó fakatou'osi. 'E ala kau foki 'i he ma'unimā 'a e ngaahi tō'onga hangē ko e va'inga kumi monū'ía, sio ponokalafí, holi koví, ngaahi tō'onga fakasekisuale ta'efe'ungá, keimi vitioó, faka'aonga'i ta'etau 'o e tekinolosiá, mo e kai 'ikai mo'ui leleí. Neongo 'oku lau 'e he kau palofesinale tokangaekina 'o e mo'ui leleí ko e ma'unimā ko ha mahaki fakaesino ia, ka ko e tafa'aki fakaesino ko ha kongá pē ia 'o e palopalemá. 'Oku uesia 'e he ma'unimā 'a e 'atamaí, sínó, mo e laumālié, ko ia kuo pau ke kau 'i he founga fakaleleí 'i 'a e ngaahi tafa'aki kotoa 'o e mahakí.

'Oku 'ikai fakapatonu 'a e fakahinohino ko 'ení ki ha fa'ahinga ma'unimā pau. Neongo 'oku fefa'uhi e kakai mo ha fa'ahinga kehekehe 'o e ma'unimā, ka kuo ma'u 'e he tokolahi ha founga fakaleleí'i angamaheni 'i he sipinga 'oku 'oatu 'i he fakahinohino ko 'ení. Ko ha tohi ngāue mo

ha ma'u'anga fakamatala ia ki ha taha pē 'oku fie fakaakeake mei ha fa'ahinga ma'unimā pē. Ko e tohi fakahinohino ko 'ení ko e naunau laukonga tefito ia 'i he ngaahi fakataha fepoupou'aki fakaakeake mei he ma'unimā 'oku fakalele 'e he Siasi 'o Sisū Kalaisi 'o e Kau Mā'oni'oni 'i he Ngaahi 'Aho Kimui Ní.

Na'e tokoni ha kakai tangata mo fafine kuo nau faingata'a'ia 'i he ngaahi nunu'a fakamamahi 'o e ngaahi ma'unimā kehekehe mo a'usia e fakaakeake taimi lōlōá 'i hono fa'u e tohi fakahinohino ko 'ení pea ne fakaafe'i ke vahevahe 'enau ngaahi a'usia 'i hono faka'aonga'i e ngaahi sitepu 'e 12. 'Oku faka'aonga'i 'enau fakakaukáu (ko e "kimautolu, mau" 'i he tohi fakahinohino ko 'ení) ke fakahaa'i e fakamamahi 'o e ma'unimā mo e fiefia 'o e fakamo'uí mo e fakaakeake. Te ke lava 'o ma'u ha fakafiemālie mo e tokoni mei he kakai ko 'ení. Na'e tokoni foki ha kau taki 'o e Siasi mo e kau faifale'i fakapalofesinale 'i hono tohi mo fa'u e tohi fakahinohino ko 'ení. 'Oku hoko hono fakataha'i e poto mo e a'usia 'o e kakai tokolahi ko 'ení ko ha toe fakamo'oni 'e taha ki hono mo'oni 'o e Fakaleleí 'a Sisū Kalaisi pea mo e malava ke fakaakeake mei he ma'unimā.

'Oku mau fakaafe'i koe ke ke ha'u ki ha fakataha fakaakeake. (Ko e "kimautolú, ma'u" ko ha kau tangata mo e kau fefine ia kuo mau fefa'uhi mo e ngaahi nunu'a fakamamahi 'o e ngaahi ma'unimā kehekehe pea kuo mau a'usia e fakaakeake taimi lōlōá.) 'Oku ma'u e ngaahi fakahinohino ki hono kumi e ngaahi fakataha mata ki he matá, vitioó, telefoní, pe fakataha kuo lekōtí ('i hano fakangofua) 'i he uepisaiti Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimā (AddictionRecovery.ChurchofJesusChrist.org). 'Oua na'a ke tuku ke ta'ofi koe 'e ho'o ngaahi manavasi'i mei he ngaahi tāpuaki 'o e kau ki ha fakataha fakaakeake. Kātaki 'o 'ilo'i ko e ngaahi fakataha ko 'ení ko ha feitu'u ia 'o e mahino, 'amanaki leleí, mo e tokoni, te ke

'ilo'i ai 'oku 'ikai ke ke tuenoa pea te ke 'ilo ai 'oku malava 'a e fakaakeaké. Na'a mau fakatokanga'i 'oku ngāue lelei taha e tohi fakahinohino ko 'ení 'i he'ēmau ngāue'i e ngaahi sitepú fakataha mo ha taha fakahinohino pea mo 'ēmau pīsopé. Na'e fakakau 'e homau ni'ihi ha faifale'i fakapalofesinale 'i he'ēmau fononga ki he fakaakeaké.

'Oku kamata 'a e fakaakeaké 'i he taimi 'oku tau faitotonu ai pea fakahā 'oku tau fefa'uhi mo e ma'unimaá. Ki he kakai 'e ni'ihi, 'oku tokoni hono fakahā 'i he ngaahi fakataha fakaakeaké 'oku ma'unimā kinautolú ke nau faitotonu pea manatu'i e mālohi 'e lava ke ma'u 'e honau ma'unimaá. Ka neongo ia, 'oku totonu ke tau tokanga ke 'oua na'a fakangatangata heni 'etau 'amanaki lelei pe falala ki he 'Otuá. Kapau te tau fakamatala'i 'oku ma'unimā kitautolu, 'e malava ke tau faka'ikai'i 'o 'ikai ha taumu'a, 'a e mo'oni ko ia 'e lava 'e Sisū Kalaisi 'o fakamo'ui kitautolu mo liliu hotau natulá. 'I he'etau fakaakeaké, kuo pau ke tau kumi kotoa ha palanisi he vaha'a 'o e faitotonu ki he mālohi 'o e ma'unimaá kae falala he taimi tatau 'e lava 'e Sisū Kalaisi 'o fakafoki kitautolu ki he mo'ui lelei fakalaumālie kakató.

Kapau 'okú ke ongo'i 'e malava ke ma'unimā koe pea 'oku si'isi'i fau ho'o loto-holi ke tau'atāina mei aí, pe kapau 'okú ke loto-fiemālie ke fakatupulaki e loto-holí, 'oku mau fakaafe'i koe ke tau kau fakataha 'i hono ako mo faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisi

'i hono fakamatala'i 'i he tohi fakahinohino ko 'ení. Kapau te ke muimui 'i he hala ko 'ení mo ha loto-fakamātoato, te ke ma'u 'a e mālohi 'ia Sisū Kalaisi ke fakaakeake mei he ma'unimaá.

Na'e fakamatala'i 'e 'Eletā Lōpeti D. Heili: "Ko e [ma'unimaá] ko e holi ia 'a e tangata fakakakanó, pea he 'ikai teitei lava ke fakafiemālie'i ia. Ko ha holi he 'ikai lava 'o fakatōli'a" ("Hoko ko ha Kau Tauhi Fakapotopoto Fakatu'asino mo Fakalaumālie," *Liahona*, Mē 2009, 10).

Na'á ne fakamatala'i leva e founa 'oku faka'ānaua ha kakai tokolahi 'oku mo'ua 'i he ma'unimaá ke nau ongo'i: "Ka 'i he'etau hoko ko e fānau 'a e 'Otuá, ko e me'a 'oku tau fekumi lahi taha mo e me'a 'oku totonu ke tau fekumi ki aí 'a e me'a ko ia ko e 'Eikí pē te Ne lava 'o foakí—'a 'Ene 'ofá, ongo'i mahu'ingá, malu, loto-falala, 'amanaki lelei ki he kaha'ú, mo e fakapapau 'o 'Ene 'ofá, 'okú ne 'omi 'a e fiefia ta'engatá" ("Hoko ko ha Kau Tauhi Fakapotopoto Fakatu'asino mo Fakalaumālie," 10).

Neongo 'e ngali faingata'a ke ikuna'i e faikehekehe 'i he vaha'a 'o e feitu'u 'oku tau 'i aí mo e feitu'u 'oku tau faka'ānaua ki aí, ka kuo tokoni'i 'e he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá mo e fakahinohino ko 'ení ha kakai tokolahi ke nau fononga mei he ma'unimaá ki he fakaakeaké, pea 'e lava ke tokoni atu ia ke ke fakahoko e me'a tatau.



Talateu

Ko e ‘uluakí mo e mahu‘inga tahá, ‘oku mau loto ke mou ‘ilo‘i ‘oku ‘i ai e ‘amanaki lelei ki he fakaakeake mei he ma‘unimaá. (Ko e “kimautolú” ko ha kau tangata mo e kau fefine ia kuo mau fefa‘uhi mo e ngaahi nunu‘a fakamamahi ‘o e ngaahi ma‘unimā kehekehé pea kuo mau a‘usia e fakaakeake taimi lōloá.) Kuo mau fepaki mo ha mamahi lahi, ka kuo mau mamata ki hono liliu ‘e he mālohi ‘o e Fakamo‘uí ‘a ‘emau ‘ulungia fakamamahi tahá ki ha ngaahi ikuna nāunau‘ia. Na‘a mau mo‘ui he taimi ‘e taha mo e loto-mafasia faka‘ahó, loto-hoha‘á, taililí, mo e ‘ita fakatu‘utāmaki ka kuo mau a‘usia he taimi ni ‘a e fiefiá mo e melinó. Kuo mau mātā ha ngaahi mana ‘i he‘emau mo‘uí pea ‘i he mo‘ui ‘a ha ni‘ihi kehe na‘e ma‘u ‘i he tauhele ‘o e ma‘unimaá.

Kuo mau fuesia ha mamahi mo e faingata‘a‘ia lahi koe‘uhí ko e ngaahi me‘a na‘á ne ma‘unimā kimautolú. Ka kuo tǎpuekina kimautolu ‘e he ‘Eikí ‘i he‘emau fakahoko e sitepu takitaha ki he fakaakeaké. Kuo mau vakai kiate kimautolu ko e fānau ‘ofeina ‘a e ‘Otuá. ‘I he‘emau ma‘u ha fakaake fakalaumālié, ‘oku mau fāifeinga he ‘aho kotoa ke fakatupulaki homau vā fetu‘utaki mo e Tamai Hēvaní; ko Hono ‘Alo ko Sisū Kalaisí; ‘iate kimautolu pē; pea mo e ni‘ihi kehé. Ko

hono fakanounou, kuo fakahoko ‘e he Fakamo‘uí ma‘amautolu ‘a e me‘a na‘e ‘ikai ke mau lava ‘o fai ma‘amautolú.

‘Oku fakakaukau e kakai ‘e ni‘ihi ki he ma‘unimaá ko ha ngaahi tō‘onga kovi te mau lava ‘o ikuna‘i ‘i he‘emau loto‘akí pē, ka ‘oku faka‘au ‘o mau fu‘u fakafalala ki ha tō‘onga pe ko ha me‘a mālohi ‘o ‘ikai ai ke mau toe lava ‘o sio ki he founga ke fakamama‘o ai mei aí. Ne mole meiate kimautolu e fakakaukau mo ha ongo‘i ‘o e ngaahi taumu‘a kehe ‘i he‘emau mo‘uí. Ne ‘ikai toe mahu‘inga hake ha me‘a ‘i hono fakafiemālie‘i ‘emau fiema‘u vivilí. ‘I he‘emau feinga ke ta‘ofi, na‘a mau a‘usia ha ngaahi holi mālohi fakatu‘asino, faka‘atamai, mo fakaeloto. ‘I he‘emau mo‘ulaloa ki he‘emau ngaahi holi mo e ma‘unimaá, na‘e hōloa pe fakangatangata ai ‘emau malava ke faka‘aonga‘i ‘emau tau‘atāina ke filí. Na‘e akonaki ‘a Palesiteni Poiti K. Peeka ‘o pehē, “‘Oku ma‘u ‘e he ma‘unimaá ‘a e ivi malava ke ne to‘oa ‘a e loto ‘o e tangatá mo fakata‘e‘aonga‘i ‘a e tau‘atāina ke fili ki he ‘ulungaanga ma‘á” (“Revelation in a Changing World,” *Ensign*, Nov. 1989, 14).

Na‘a mau kamata e ngāue ki he fakaakeaké ‘aki e loto-fakatōkikaló mo e faitotonú, ‘o ui ki he ‘Otuá mo e ni‘ihi kehé ke tokoni, pea ‘i hono fakahoko

e ngaahi ngāue ne fakamatala 'i he fakahinohino ko 'ení. Na'e ako'i mai 'e he ngaahi sitepu 'e 12 'o e fakaakeaké 'a e founa ke faka'aonga'i ai e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí ki he'emaui mo'uí. Na'e pehē 'e Palesiteni Sefili R. Hōlani: "Okú ke fefa'uhi nai mo ha fa'ahinga 'o e ma'unimaá—tapaká pe faito'o konatapu pe va'inga kumi monū'ia, pe . . . ponokalafi? . . . Neongo pe ko e hā ha toe me'a kehe 'e fiema'u ke ke fai ke fakalelei'i ai e ngaahi hoha'a ko 'ení, *tomu'a* ha'u ki he ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí" ("Broken Things to Mend," *Liahona*, May 2006, 70).

'Oku ako'i mai 'e he sitepu 1–3 'a e founa ke faka'aonga'i ai e tui ki he Tamai Hēvani mo Sisū Kalaisí. 'Oku taki kitautolu 'e he sitepu 4–9 'i ha founa 'o e fakatomala faka'aufulí. 'Oku fakalotolahi'i kitautolu 'e he sitepu 10–12 ke tau ha'isia, ke tau fekumi ki ha fakahinohino mo e mālohi fakalangi ke nofo ma'u 'i he hala 'o e fuakavá, ke tau vahevahe mo e ni'ihiki kehe 'a e mana ko ia kuo hoko 'i he'etau mo'uí, pea mo kātaki ki he ngata'angá.

'Oku kei kau pē homau tokolahi 'oku mo'ui fakaakeaké ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá. 'Oku mau ma'u ha tokoni lahi 'i he'emaui loto-holi ke tauhi ma'u 'emaui tau'atāina mei he ma'unimaá. Pea 'oku tāpuekina kimautilu 'i he'emaui feinga ke tokoni'i ha ni'ihiki kehe 'oku nofo pōpula ki he ma'unimaá. 'Oku mau tui fakapapau kuo liliu kimautilu 'o fakafo'u 'i he Fakalelei 'a Sisū Kalaisí. Hangē ko e kau 'Anitai-Nifai-Lihai 'i he Tohi 'a Molomoná (vakai, 'Alamā 24:17–19), kuo mau a'usia e fakamo'uí mo ha liliu 'i homau natulá tonu 'o fakafo'u 'i he 'alo'ofa mo e mālohi 'o Sisū Kalaisí. 'Oku 'ikai ke mau loto ke mole e me'a'ofa ko iá, ko ia 'oku mau fili he 'aho kotoa ke manatu'i 'oku mau falala kakato kiate Ia. 'I he hokohoko atu 'emaui kau ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá, 'oku fakamanatua mai ai 'a e mālohi 'o e ma'unimaá pea 'e lava ke mau iku 'o foki ki ai kae 'ikai ko e 'Otuá 'o kapau 'e ngalo 'iate kimautilu e ngaahi mo'oni ko 'ení. Ko 'emaui faka'amú ke pukepuke

'a e me'a kuo 'alo'ofa 'a e 'Otuá ke foaki mai kiate kimautilu.

Kapau 'okú ke ongo'i 'oku 'i ai ha me'a 'okú ne ma'unimā koe pea 'okú ke ma'u ha kihii' holi ke tau'atāina mei ai pea loto-fiemālie ke "ahi'ahi'i" e folofola 'a e 'Otuá ('Alamā 32:27), 'oku mau fakaafe'i koe ke tau kau fakataha 'i hono ako mo faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí 'i hono ako'i 'i he fakahinohino ko 'ení. Kuo fakaha'a 'i he'emaui a'usiá kapau te ke muimui 'i he halá ni mo ha loto-fakamātoato, te ke ma'u e mālohi 'okú ke fiema'u ke fakaakeake ai mei he ma'unimaá. 'Oku ui e mālohi ko 'ení ko e 'alo'ofá. "Oku tokoni'i kitautolu 'e he 'alo'ofa 'a e 'Otuá 'i he 'aho kotoa pē. 'Okú ne fakamālohia kitautolu ke tau fakahoko ha ngaahi ngāue lelei na'e 'ikai ke tau mei lava 'o fakahoko 'iate kitautolu pē" (Ngaahi Tefito mo e Ngaahi Fehu'í, "Alo'ofá," Gospel Library). 'I ho'o faka'aonga'i faivelenga e ngaahi sitepu takitaha 'e 12 ko 'ení, 'e fakamālohia koe 'e he Fakamo'uí pea te ke "'ilo 'a e mo'oni, pea 'e fakatau'atāina 'i 'a kimoutolu 'e he mo'oni" (Sione 8:32).

'Oku mau 'ilo 'i he'emaui a'usiá te te lava 'o hao mei he ngaahi ha'i 'o e ma'unimaá. Tatau ai pē pe 'okú te ongo'i hē pe siva 'ete 'amanakí, ka ko e fānau kita 'a ha Tamai Hēvani 'ofa. Kapau kuo fakakuihi koe ki he mo'oni ko 'ení, 'e tokoni e ngaahi tefito'i mo'oni ne fakamatala 'i 'i he fakahinohino ko 'ení ke ke toe 'ilo 'i ia pea fakatō-loloto ia ki ho lotó. 'E lava ke tokoni'i koe 'e he ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení ke ke ha'u kia Kalaisi pea faka'atā ke Ne liliu koe. 'I ho'o faka'aonga'i e ngaahi sitepú, te ke faka'aonga'i ai e mālohi 'o e Fakamo'uí pea te Ne fakatau'atāina 'i koe mei he nofo pōpulá.

Ko kimautilu ko 'eni 'oku lolotonga fakaakeaké 'oku mau fakaafe'i koe 'aki homau lotó mo e 'ofá kotoa ke mou kau mai ki ha mo'ui nāunau'ia 'o e 'amanaki lelei, tau'atāina, mo e fiefiá, 'o 'ō'ōfaki 'i he to'ukupu 'o Sisū Kalaisí, ko hotau Huhu'í. Hangē pē ko 'emaui fakaakeaké, te ke lava foki 'o fakaakeake pea fiefia 'i he ngaahi tāpuaki kotoa 'o e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'etau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke hokohoko atu 'etau fakaakeaké. Kātaki 'o manatu'i ke ke ngāue mo ho tokotaha fakahinohinó.

Tokanga taha ki hotau tu'unga ta'engatá.

'I he taimi ne fehu'i ai kia Palesitini Lāsolo M. Nalesoni 'a e founga ke tokoni'i ai 'a kinautolu 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá, na'á ne tali 'o pehē, "Ako'i kiate kinautolu honau tu'ungá mo e taumu'á" ('i he Tad R. Callister, "Our Identity and Our Destiny" [Brigham Young University devotional, Aug. 14, 2012], speeches.byu.edu). Ko ha fānau kotoa kitautolu 'a ha 'Otuá 'ofa. 'Oku tau 'ilo'i 'okú Ne 'ofa 'iate kitautolu mo tokanga mai ma'u pē kiate kitautolu.

Ka na'e 'ikai ke tau fakakaukau peheni ma'u pē. Na'e tui ha ni'ihī 'iate kinautolu na'e 'ikai ke Ne 'i ai. Na'e 'i ai e ni'ihī na'e 'ikai ke nau tokanga kinautolu ki ai. Na'e tui hamau ni'ihī na'á Ne 'i ai ka na'á Ne fu'u houhau pe loto-mamahi 'iate kinautolu ke Ne tokoni mai. Ko e meimei ko kinautolu kotoa, na'e iku 'emau ma'uhala ki homau vā fetu'utaki mo e 'Otuá ki ha fakafe'atungia na'á ne ta'ofi ai kinautolu mei he tafoki kiate Ia ki ha tokoní. Ka, na'a mau tafoki ki ha ngaahi me'a pe tō'onga ma'unimā ke tokoni ke mau matu'uaki e ngaahi pole 'o e mo'uí. Na'a mau fa'a fakahoko ha ngaahi tō'onga ne 'ikai lelei. Na'a mau anga ta'efe'unga, 'a ia ne iku ia ki ha ngaahi ongo'i halaia mo e mā, pea ne iku 'eni ki ha anga ta'efe'unga lahi ange ke fakapuliki 'aki e ngaahi ongo fakamamahi ko 'ení. Kuo fakaivia kinautolu 'i he mahino homau tu'unga mo e taumu'a ko e fānau 'a e 'Otuá ke mau ta'ofi ai e ngaahi anga ta'efe'unga ko 'ení.

Na'a mau ako foki e faikehekehe 'o e ongo'i halaia mo e maá. Ko e ongo'i halaia ko e ongo'i mamahi

ia fekau'aki mo ha me'a kuo tau fakahoko, pea ko e ongo'i maá ko e ongo'i mamahi ia 'i hotau tu'ungá. Na'e fakamatala'i 'e 'Eletā Tēvita A. Petinā 'a e mahu'inga 'o e ongo'i halaia 'i he founga ni: "Oku tatau e ongo'i halaia 'a hotau laumālié mo e mamahi 'a hotau sinó—ko e halaia ko e fakatokanga ki ha fakatamaki mo ha malu'i mei ha maumau lahi ange" ("Oku Mau Tui ki he Angama'á," *Liahona*, Mē 2013, 44). Kimu'a pea fakaakeaké, ko e tokolahi 'iate kinautolu na'a mau ongo'i mā, 'o aofangatuku 'aki kuo mau maumau 'o ta'engata pea 'ikai taau mo e 'ofa mei he 'Otuá pe ko ha taha.

Ka neongo ia, 'i he'emau vakai pē ki homau natula faka-'Otuá mo fakahā 'a 'emau fiema'u e tokoni fakalangí ke fakaakeake mei he ma'unimaá, na'e kamata ke mau vakai kiate kinautolu 'o hangē ko e 'afio mai 'a Sisū Kalaisi: ko ha kau tangata mo fafine puke fakalaumālie 'oku feinga ke mo'ui 'o fakafou 'i He'ene 'alo'ofá kae 'ikai ko ha kakai tangata mo fafine kovi 'oku feinga ke hoko 'o lelei fe'unga ke ma'u 'a 'Ene 'ofá.

'Oku mau fakaafe'i koe ke ke tui ko e fānau ko e 'a e 'Otuá pea 'okú Ne 'ofa 'iate koe 'o tatau ai pē pe ko e hā e me'a kuó ke fakahokó. Neongo 'oku mo'oni 'oku fakangatangata 'e he ngaahi fili fakatu'utāmaki 'a hotau ngaahi faingamālié, ka he 'ikai teitei lava 'o liliu hotau mahu'inga ki he 'Otuá. 'Okú Ne 'ofa 'iate kitautolu koe'uhí ko 'Ene fānau kitautolu, kae 'ikai koe'uhí ko 'etau ngaahi filí: "Neongo 'oku tau ta'ekakato, ka 'oku 'ofa kakato pē 'a e 'Otuá 'iate kitautolu. Neongo 'oku 'ikai ke tau haohaoa, ka 'okú Ne 'ofa haohaoa 'iate kitautolu. Neongo te tau ongo'i hē mo [taumu'a valea], ka 'oku ['ō'ōfaki] kakato kitautolu 'e he 'ofa 'a e 'Otuá" (Dieter F. Uchtdorf, "Ko e 'Ofa 'a e 'Otuá," *Liahona*, Nōvema 2009, 22).

Loto-fiemālie ke fakamama'o

Na'e faifai pea mau loto-fiemālie ke fakamama'o 'i he taimi ne faka'au ke kovi ange ai e mamahi 'o e palopalemá 'i he mamahi 'o e solova'angá. Kuó ke a'u nai ki he tu'unga ko iá? Kapau kuo te'eki ai pea 'oku kei ma'unimā pē koe, te ke iku mo'oni

ki he tu'unga ko iá koe'uhí ko e ma'unimaá ko ha palopalema ia 'oku tupulaki. Ko ha mahaki holoki mo'ui ia 'okú ne to'o 'a 'etau malava ke ngāue angamahení.

'I ha kamata, ne ngali fakailifia kiate kimautilu 'a e mātu'aki 'ikai ke toe faka'aonga'i e me'a fakatupu ma'unimaá. Ka 'i he hokohoko atu 'emau fanongo mei he ni'ihí kehe na'a nau ma'u e melino mo e fakakaukau lelei na'a mau fekumi ki aí, na'e kamata ke mau tui te mau lava foki mo kimautilu 'o fakaakeake.

Kimu'a pea mau lava 'o kamata e ngāue ki he fakaakeaké, na'e tomu'a fiema'u ke mau ma'u e holi ke fakaakeaké (vakai, 'Alamā 32:27). 'Oku kamata e tau'atāina mei he ma'unimaá 'i ha kihí'i faka'ilonga 'o e loto-fiemālié. Kapau 'oku si'isi'i mo 'ikai potupotutatau ho'o loto-fiemālié he 'ahó ni, 'oua te ke hoha'a. 'I ho'o fai e ngāue, 'e tupulaki ia! Na'a mau ako ko e taha 'o e ngaahi ngāue mālohi taha te mau lava 'o fakahokó ko e lotu 'o kole ki he 'Otuá ke fakatupulaki 'emau loto-holi ke fakamama'ó.

Kapau 'oku te'eki ai ke ke ma'u e holi ke kamata e fakaakeaké, te ke lava 'o fakahaa'i ho'o ta'eloto ki aí pea fakakaukau ki he ngaahi nunu'a 'o ho'o ma'unimaá. Hiki e me'a 'oku mahu'inga kiate koé. Fakakaukau ki ho vā fetu'utaki mo e fāmilí mo e ngaahi kaungāme'a, ko ho vā mo e 'Otuá, ko ho mālohi fakalaumālié, ko ho malava ke tokoni'i mo tāpuaki'i e ni'ihí kehé, pea mo ho mo'ui lelei. Kumi leva ha ngaahi me'a 'oku fehangahangai 'i he me'a 'okú ke tui mo faka'amu ki aí pea mo ho tō'ongá. Fakakaukau ki he founga 'oku fakasi'ia ai 'e ho'o ngaahi tō'ongá 'a e me'a 'okú ke fakamahu'inga'í. Lotu ki he 'Otuá ke tokoni'i koe ke ke vakai kiate koe mo ho mo'ui 'o hangē ko 'Ene 'afio mai ki aí—mo e kotoa ho tu'unga malava fakalangí—pea mo e me'a 'e ala mole meiate koe 'i he hokohoko atu ho'o ma'unimaá.

'E lava ke tokoni hono 'ilo'i e me'a 'e ala mole meiate koe 'i ho'o femo'uekina he ma'unimaá ke ke ma'u e holi ke ta'ofí. Kapau te ke lava 'o ma'u ha kihí'i holi, te ke ma'u e faingamālie ke kamata

leva. Pea 'i ho'o fakalalakaka 'i he ngaahi sitepu he polokalama ko 'ení mo sio ki he ngaahi liliu 'oku hoko 'i ho'o mo'ui, 'e tupulaki ho'o loto-holí.

Fakatokanga'i ange: Makatu'unga 'i he natula 'o ho ma'unimaá, 'e ala fiema'u ke ke kumi ki ha fale'i fakafaito'o kimu'a pea kamata ho'o fakaakeaké. Kātaki 'o talanoa ki ha mataotao fakafaito'o.

Kumi ha tokoni

'Oku lōloa mo faingata'a 'a e hala fononga ki he fakaakeaké, ka 'oku 'ikai fiema'u ia ke tau fakahoko toko taha ia. 'Oku fiema'u 'a e faitotonu kakató ki he mo'ui fakaakeaké. 'Oku hanga 'e he faka'ikai'í, kākaa'i pē kitá, mo e fakamāvahevahé 'o 'ai ke faingata'a hono a'usia 'a e fakalalakaka tu'uloa mo ta'eue'ia 'i he fakaakeaké. 'Oku mahu'inga ke tau fakakau 'a e tokoni 'a e ni'ihí kehé 'i he vave taha 'e malavá. 'Oku loto-fiemālie ha kakai tokolahi ke 'a'eva mo kitautolu mo tokoni mai. Na'e pehē 'e Palesiteni Sipenisā W. Kimipolo: "'Oku 'afio'i kitautolu 'e he 'Otuá, pea 'okú Ne tokanga mai. Ka 'okú Ne fa'a feau 'etau ngaahi fiema'ú 'o fakafou mai 'i ha taha kehe" (*Ngaahi Akonaki 'a e Kau Palesiteni 'o e Siasí: Sipenisā W. Kimipolo* [2011], 100).

He 'ikai ngata pē 'i hono 'omi 'e he kumi tokoni mei he 'Otuá mo e ni'ihí kehé 'a e fakalotolahi 'oku tau fiema'u ke hokohoko atu ai 'i he fonongá ka 'e tokoni foki ia ke tau manatu'i 'oku tau taau mo e tokoní. 'I ho'o kole tokoní, mahalo te ke 'ohovale 'i he lahi 'o e 'ofa mo e talitali lelei te ke ma'ú. Ko e lahi ange ho'o fetu'utaki mo e ni'ihí kehé, ko e lahi ange ia 'a e ngaahi faingamālie te ke ma'u ke ma'u ai 'a e 'ofá mo e poupou'í hono 'ilo'i 'a e fakamo'ui mo'oní mo e fakaakeaké.

Fakakaukau ki he ngaahi ma'u'anga tokoni kehekehe 'oku lava ke ke ma'ú mo e founga te ke lava ai 'o kolea ha tokoní. 'Oku mau fokotu'u atu ke kumi mo ngāue mo ha tokotaha fakahinohino kuó ne lava'i lelei e ngaahi sitepu 'e 12. 'Oku 'ikai teitei vahe atu ha tokotaha fakahinohino. 'Oku mau poupou'i atu ke ke fakakaukau'i 'i he fa'a lotu 'a e tokotaha te ke ala kole ki ai ke hoko ko ho

tokotaha fakahinohinó 'i he vave taha 'e malavá. Ko ha faitu'u lelei ke ma'u ai ha tokotaha fakahinohinó ko e fakataha fakaakeaké. Ko e ngaahi fakataha fakaakeaké ko ha faitu'u malu ia ke tau vahevahe ai mo ako fekau'aki mo e fakaakeaké.

'Oku kau 'i he ngaahi ma'u'anga tokoni mahu'inga kehé 'a e kau mēmipa 'o e fāmīlī, ngaahi kaungāme'á, kau taki 'o e Siasí, mo e kau toketā faifale'í. Ko e ma'u'anga tokoni taupotu tahá 'a e Tamai Hēvaní. Ko hono fili ko ia e tokotaha ke tau kole ki ai mo e taimi ke kole tokoni ai ko ha fili fakatautaha pē ia. 'I ha ngaahi me'a 'e ni'ihi, mahalo he 'ikai malu pe 'aonga ke tau talanoa pe kole tokoni ki ha kau mēmipa 'o e fāmīlī pe ngaahi kaungāme'a pau. Ka neongo ia, 'oku mahu'inga ke tau ma'u ha tokoni mei he lahi taha 'o e ngaahi ma'u'anga tokoni 'e malavá. Ke ma'u ha fakamatala lahi ange, kātaki 'o toe vakai' i e konga "Poupou 'i he Fakaakeaké" 'oku ma'u 'i he fakamatala fakalahi ki he fakahinohino ko 'eni.

Mahalo te tau fakamā'ia pe ongo'i mā ke kole tokoni mei he ni'ihi kehé. Mahalo he 'ikai ke tau loto ke 'ilo'i 'e ha taha kehe 'a 'etau ngaahi palopalemá pe tōnounou. Mahalo he 'ikai ke tau loto ke tau hoko ko ha kavenga pe ongo'i 'oku 'ikai ke tau taau mo e tokoni. Ka kuo mau 'ilo'i 'oku tāpuekina 'a e kakaí 'i he'emaui kolea 'enau tokoni. 'Oku fekau'aki e sitepu fika 12 mo e ngāue tokoni pea mo hono tokoni' i e ni'ihi kehé. 'I he taimi 'oku tokoni ai 'a kinautolu 'oku fakaakeaké ki he ni'ihi kehé, 'oku fakamālohia kinautolu 'i he'enau fakaakeaké.

Ako mo Mahino

'E tokoni atu e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí ke kamata ho'o fakaakeaké. Faka'aonga' i ia ki he fakakaukaulotó, akó, mo e hiki tohinoá. Manatu' i ke ke faitotonu pea fakamahino ho'o tohí.

Ko hoku tu'unga fakalangí

"Toe vakai ki mui, 'o manatu' i na'á ke fakamo'oni' i ho tu'unga taau 'i he maama fakalaumālié. Ko ha fānau loto-to'a koe 'a e 'Otuá, pea 'i *He'ene tokoní*, te ke lava 'o ikuna 'i he ngaahi tau 'o e māmani hingá ni. Na'á ke 'osi fakahoko ia kimu'a, pea te ke lava 'o toe fai ia.

"Hanga atu ki mu'a. Ko ho ngaahi faingata'á mo e mamahí 'oku hoko mo'oni, ka *he 'ikai ke nau tolonga 'o ta'engata*" (Neil L. Andersen, "Kuo Kafo," *Liahona*, Nōvema 2018, 85; tånaki atu hono fakamamafa'í).

- 'I he'eku vakai ki muí, ko e hā ha ngaahi faingata'a kuó u fepaki mo ia pea ikuna' i?

- Ko e fē ha taimi kuó u ma'u ai e tokoni mei he 'Eikí 'i he'eku mo'uí?

“Oku ou fa’á fanongo he Siasí ki ha tokolahi ‘oku fefa’uhi mo e me’á ni: “Oku ‘ikai pē ke u fe’unga au.’ ‘Lahi ‘eku tōnounou.’ ‘He ‘ikai pē ke u lava au.’
...

“. . . ‘I he’etau hoko ko e fānau ‘a e ‘Otuá, ‘oku ‘ikai totonu ke tau fakasi’ia pe tukuhifo pē kitautolu, ‘o taku koā ‘e hanga ‘e he’etau fai peheé ‘o ‘ave kitautolu ki he tu’unga ‘oku finangalo e ‘Otuá ke tau a’usiá. ‘Ikai!’” (Jeffrey R. Holland, “Ko Ia Ke Haohaoa ‘A Kimoutolu,” *Liahona*, Nōvema 2017, 40).

- Te u ako fēfē mei he’eku ngaahi fehālākí mo kei manatu’i hoku mahu’inga ko ha fānau ‘a e ‘Otuá?

-

Ko hoku vā fetu’utaki mo Sīsū Kalaisí

“Pea kuo vakai ki honau tu’unga fakakakano ‘onautolú, ‘a ia ‘oku nau sí’i hifo ‘i he efu ‘o e kelekelé. Pea ná’a nau kalanga le’o-lahi ‘i he le’o pē taha, ‘o pehē: ‘Oiauē ‘alo’ofa mai, pea ngāue ‘aki ‘a e ta’ata’á fakalelei ‘o Kalaisí koe’uhi ke mau lava ‘o ma’u ha fakamolemole ‘o ‘emau ngaahi angahalá, pea lava ke fakama’a ‘a homau lotó; he ‘oku mau tui kia Sīsū Kalaisi, ko e ‘Alo ‘o e ‘Otuá, ‘a ia ná’á ne fakatupu ‘a e langí mo e māmaní, pea mo e ngaahi me’a kotoa pē; ‘a ia ‘e há’ele hifo ki he fānau ‘a e tangatá” (Mōsaia 4:2).

‘Oku hoko ‘a e fakaakeaké ‘i he taimi ‘oku tau tokanga taha ai ki he founga fakalelei’i kae ‘ikai ko e palopalemá. ‘I he’etau fakamālohia hotau vā fetu’utaki mo Sīsū Kalaisí, te Ne ‘omi kiate kitautolu ‘a e mālohi mo e melino ‘oku tau fiema’u ke mo’ui fakaakeake aí.

- Ko e hā hoku vā fetu’utaki mo Sīsū Kalaisí? ‘Oku ou falala nai kiate Ia ke Ne tokoni’i au?

- ‘I he taimi ‘oku ou fakatokanga‘i ai hoku ngaahi vaivaí, ‘oku ou loto-to‘a nai ke tafoki ki hoku Fakamo‘uí ke ma‘u Hono mālohi huhu‘í? Ko e hā hono ‘uhinga ‘oku ‘io pe ‘ikai aí? Kapau ‘oku ‘ikai, te u kamata fēfē nai?

“‘Oku faka‘uhinga‘i ‘e he folofolá e tokāteline ‘o Kalaisí, ko hono fakahaa‘i ia ‘o e tui kia Sisū Kalaisi mo ‘Ene Fakalelei, fakatomalá, papitaiso pea ma‘u e me‘afoaki ‘o e Laumālie Mā‘oni‘oní, pea kātaki ki he iku‘angá [vakai, 2 Nifai 31].

“‘Oku hanga ‘e he Fakalelei ‘a Kalaisí ‘o ‘omi e ngaahi makatu‘unga ‘e lava ke tau fakafalala ai ki he ‘ngaahi ngāue mā‘oni‘oni, mo e ‘alo‘ofa, mo e manava‘ofa ‘a e Misaia Mā‘oni‘oní’ [2 Nifai 2:8], hoko ‘o ‘haohaoa ‘ia [Kalaisí]’ [Molonai 10:32], ma‘u ‘a e me‘a lelei kotoa pē, pea ma‘u mo e mo‘ui ta‘engatá.

“‘I he tafa‘aki ‘e tahá leva, ko e tokāteline ‘o Kalaisí, ko e founga—pē ia ‘e taha—‘e lava ke tau ma‘u ai e ngaahi tāpuaki ‘oku fakafou mai ‘i he Fakalelei ‘a Sisú” (Brian K. Ashton, “Ko e Tokāteline ‘o Kalaisí,” *Liahona*, Nōvema 2016, 106).

- ‘Oku fa‘a ui e ngaahi sitepu ‘e 12 ‘o e fakaakeaké ko e “ngaahi sitepu iiki” koe‘uhí ko ha ngaahi sitepu hokohoko ‘i he ngāue ki hono faka‘aonga‘i e tokāteline ‘a Sisū Kalaisí ki he palopalema ‘o e ma‘unimaá. ‘E tokoni fēfē hono fakahoko e “ngaahi sitepu iiki” ko ‘ení ke u ma‘u e ngaahi tāpuaki ‘o e Fakalelei ‘a Sisū Kalaisí?

Ko 'eku holi ke fakamama'o mei he ma'unimaá

“I he liliu e me'a 'oku mou tokanga taha ki ai mei he ngaahi me'a fakamamani 'okú ne tohoaki'i ho'omou tokangá, 'e 'i ai e ngaahi me'a 'oku ngali mahu'inga kiate kimoutolu he taimí ni 'e 'ikai te ke toe fakamu'omu'a. 'E fiema'u ke ke 'ikai ki ha ngaahi me'a, neongo 'oku 'ikai ke nau ngali fakatu'utamaki. 'I ho'omou kamata pea hokohoko atu 'i he founga ko 'eni 'o e fakatāpui ho'omou mo'uí ki he 'Eikí, te ke ofo 'i he liliu ko ia e anga ho'o vakaí, ongó, mo e mālohi fakalaumālié!” (Russell M. Nelson, “Ngaahi Koloa Fakalaumālié,” *Liahona*, Nōvema 2019, 77)

'Oku fakamatala'i 'e he palōmesi ko 'eni ne fakahoko 'e ha palōfita 'a e 'Otuá, 'a e ngaahi liliu fakafo 'oku malava 'i he'etau fakatafoki 'etau tokangá ki he 'Eikí.

- Ko e hā ha ngaahi ngāue faka'aho te u fakahoko ke tokanga taha ai kia Sīsū Kalaisi?

- Ko e hā ha ngaahi fakahoha'a fakamamani te u tali 'ikai ki ai, 'o falala he “'ikai te [u] toe fakamu'omu'a”?

“Pea na'e folofola mai 'a e 'Eikí [kia 'Alamā]: 'Oua 'e ofo he ko e fa'ahinga kotoa 'o e tangata kotoa pē, 'io, 'a e tangata mo e fefine, 'a e ngaahi pule'angá, mo e ngaahi fa'ahingá, mo e ngaahi leá, mo e kakai kotoa pē, kuo pau ke fanau'i fo'ou; 'io, ke nau fanau'i 'i he 'Otuá, 'o liliu mei honau tu'unga fakakakano mo tō ki laló, ki ha tu'unga 'o e anga-mā'oni'oni, kuo huhu'i 'e he 'Otuá, 'o hoko ko hono ngaahi foha mo hono ngaahi 'ofefine” (Mōsaia 27:25).

- 'Oku mahu'inga 'eku loto-fiemālie ke liliú ki hono huhu'i au mei hoku “tu'unga . . . tō ki laló.” 'Oku ou ma'u nai 'a e holi ke fakamama'o mei he me'a 'okú ne ma'unimā aú? 'Oku ou ongo'i ta'e loto-fiemālie nai? Kapau 'oku 'io, ko e hā hono 'uhingá?

- 'Oku ngali taulōfu'u pe ta'emalava nai 'a e fakaakeaké kapau te u 'ahi'ahi toko taha pē ia?

Kumi tokoni

“I he'etau hoko ko e kau muimui 'o Kalaisí, he 'ikai ke tau hao mei he ngaahi polé mo e ngaahi faingata'á 'i he'etau mo'uí. 'Oku fa'a fiema'u ke tau fakahoko ha ngaahi me'a 'oku faingata'a, 'o kapau te tau feinga ke tau fakahoko toko taha ia, 'e lava ke lōmekina kitautolu pea mahalo 'e 'ikai malava. 'I he'etau tali e fakaafe 'a e Fakamo'uí ke 'ha'u kiate aú' [Mātiu 11:28], te Ne 'omi 'a e poupou, fakanonga, mo e melino 'oku fiema'ú" (John A. McCune, "Ha'u kia Kalaisi—Mo'ui ko ha Kau Mā'oni'oni 'i he Ngaahi 'Aho Kimui Ní," *Liahona*, Mē 2020, 36).

- 'Oku 'omi 'e he Fakamo'uí 'a e poupou, fakafiemālie, mo e nonga 'oku fiema'u ke fakahoko 'aki e ngaahi me'a 'oku taulōfu'u pe 'ikai malavá. Te u ma'u fēfē 'a e tokoni mo e fakafiemālie kuó Ne tala'ofa maí?

- 'Oku tokoni fēfē nai hono 'ilo'i 'oku 'ikai hao ha taha mei he ngaahi faingata'a 'i he'enau mo'uí pea 'oku tau fiema'u tokoni kotoá ke tukuange 'eku momou ke kole tokoni ki he ni'ihī kehé?

- Kuó u lotua nai pe ko hai te u kole ke hoko ko 'eku tokotaha fakahinohinó? Na'e ha'u nai ha ngaahi hingoa ki he'eku fakakaukáú?

“Oku fakafou 'i he 'alo'ofa tatau pē 'a e 'Eikí 'a hono ma'u 'e he fakafo'ituituí 'a e mālohi mo e tokoni, tu'unga 'i he tui ki he fakalelei 'a Sisū Kalaisí mo e fakatomala mei he'enau ngaahi angahalá, ke fai

'a e ngaahi ngāue lelei na'e 'ikai ke nau mei malava ke fai kapau na'e tuku pē kiate kinautolu. Ko e 'alo'ofa ko 'ení ko ha ivi 'okú ne malava 'o faka'atā 'a e tangata mo fafine ke nau ma'u 'a e mo'ui ta'engatá mo e hakeaki'í hili 'enau fakahoko honau lelei tahá” (Bible Dictionary, “Grace”).

- Kuo 'i ai ha ngaahi taimi kuó u lava ai 'o tukuange e me'a 'okú ne ma'unimā aú 'i ha ki'i taimi. Te u lava fēfē 'o hokohoko atu ke tau'atāina mei he ma'unimaá, 'o a'u ki he taimi 'oku ou loto-mafasia pe loto-fo'i aí?



Sitepu 1: Fakahā 'oku 'ikai ha'atau mālohi ke ikuna'i e ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú pea kuo 'ikai kei lava 'o mapule'i 'etau mo'uí.

Tefito'i Mo'oni

Mahu'ingá: Faitotonú

Ko e tokolahi 'o kimautilu ne kamata e ngaahi ma'unimaá 'i he fie'iló. Na'e kau ai homau ni'ihi koe'uhí ko ha fiema'u ne fakatonuhia'i (hangē ko ha faito'one ne 'omai 'e he toketaá) pe ko ha ngāue angatu'u 'ilo'ilopau. Ne kamata hatau ni'ihi ko ha feinga ke hao mei he mamahí. Ko e tokolahi 'o kimautilu ne kamata 'i he halá ni 'oku te'eki ke mau matu'otu'a fe'unga. Tatau ai pē pe ko e hā e 'uHINGÁ pea mo homau ngaahi tūkungá, ne 'ikai fuoloa na'a mau 'ilo'i na'e fakafiemālie'i 'e he ma'unimaá ha me'a lahi ange 'i he mamahi fakatu'asinó. Na'á ne fakafiemālie'i e loto-mafasiá pe ko e ngaahi ongo na'a mau ma'ú. Na'e tokoni ia ke mau faka'ehi'ehi mei he'emaui ngaahi palopalemá—pe ko e anga ia 'emaui fakakauká. 'I ha ki'i taimi na'a mau ongo'i tau'atāina mei he ilifía, hoha'á, tuenoá, loto-fo'í, faka'ise'isá, pe ta'eoli'ia. Ka koe'uhí 'oku fonu 'a e mo'uí 'i he ngaahi tu'unga 'okú ne ue'i 'a e ngaahi ongo ko 'ení, na'a mau fa'a tafoki lahi ange ia ki he

ngaahi me'a ne ma'unimā kimautilu. Na'e hoko 'a e ma'unimaá ko e taha ia 'o e ngaahi tefito'i founa na'a mau feinga ke matu'uaki 'emaui ngaahi fiema'ú pea mo e ngaahi ongo fakaelotó. 'Oku mahino ki he Fakamo'ui ko Sisū Kalaisi 'a e faingata'a ko 'ení. Na'e pehē 'e Palesiteni Sipenisá W. Kimipolo, "Na'e vakai 'a Sisū 'oku hala 'a e angahalá ka na'e lava foki ke Ne 'afio'i 'oku tupu 'a e angahalá mei he ngaahi fiema'ú loloto 'o e tokotaha faiangahalá 'oku 'ikai feaú" ("Jesus: The Perfect Leader," *Ensign*, Aug. 1979, 5).

Ka, ko e tokolahi taha 'o kimautilu na'e 'ikai ke mau 'ilo'i pe tala mo'oni ne mole 'a 'emaui malava ke matu'uaki mo fakamama'o 'iate kimautilu peé. 'I homau tūkunga ma'ulalo tahá, na'e ongo'i 'e homau tokolahi na'e si'isi'i pē ngaahi filii ke mau fakahokó. Hangē ko e fakamatala 'a Palesiteni Lāsolo M. Nalesoní: "'Oku to'o 'e he ma'unimaá ho'o tau'atāina ke filii. Faka'fou 'i he ngaahi founa fakakemikalé, 'e lava 'o fakamavahe'i mo'oni ha taha mei hono lotó" ("Addiction or Freedom," *Ensign*, Nov. 1988, 7).

Na'a mau loto ke ta'ofi ka na'e siva kotoa e 'amanakí. Tu'unga 'i he taulōfu'u e manavasi'í mo e siva e 'amanakí, na'e a'u 'o fakakaukau hamau ni'ihi ko e fongá pē ko hono fakangata 'emau mo'uí. Ka na'a mau fakatokanga'i na'e 'ikai ko e hala 'eni ne finangalo 'a e Tamai Hēvaní ke mau fouá.

Na'e faingata'a ke fakahā 'emau tō'onga ma'unimaá. Na'a mau faka'ikai'i e mafatukituki homau tūkungá mo feinga ke faka'ehi'ehi mei hano 'ilo'i pea mo e ngaahi nunu'a 'o 'emau filí 'aki hono holoki pe fufuu'i 'emau tō'ongá. Na'e 'ikai ke mau fakatokanga'i ko hono lohiaki'i e ni'ihi kehé pea mo kimautilú, na'e toe lahi ange ai hono ma'unimā kimautilú. 'I he fakautuutu 'a e 'ikai ha'amau mālohi ki he ma'unimaá, na'e fakaanga'i ai 'e hamau tokolahi e fāmilí, ngaahi kaungāme'á, kau taki 'o e Siasí, pea na'a mo e 'Otuá. Na'e toe lahi ange 'emau fakamavahevahé, 'o fakamama'o mei he ni'ihi kehé—tautaufefito ki he 'Otuá.

'I he'emau tafoki ki he loí mo e fakapulipulí, 'o faka'amu ke fakatonuhia'i kimautilu pe tukuaki'i e ni'ihi kehé, na'a mau vaivai fakalaumālie ai. 'I he tō'onga loi takitaha mo hono fufuu'i e me'a ne ma'unimā kimautilú, na'a mau ha'i ai kimautilu 'aki ha "[ngaahi] filo vavae" 'a ia ne 'ikai fuoloa kuo hoko 'o mālohi hangē ha sēiní (2 Nifai 26:22). Pea na'e hokosia ha taimi na'a mau fehangahangai ai mo e mo'oní. Na'e 'ikai ke mau toe lava 'o fufuu'i e ngaahi me'a ne ma'unimā kimautilú 'aki 'emau loi pe pehē, "'Oku 'ikai fu'u kovi fēfē ia!"

Na'e talamai 'e ha 'ofa'anga, toketā, fakamaau, pe ko ha taki lotu 'a e mo'oni na'e 'ikai ke mau toe lava 'o faka'ikai'i: na'e hanga 'e he ma'unimaá 'o faka'auha 'emau mo'uí. 'I he taimi na'a mau vakai faitotonu ai ki homau kuohilí, na'a mau fakahā na'e 'ikai ngāue ha me'a na'a mau 'ahi'ahi 'iate kimautilu pē. Na'a mau 'ilo'i na'e faka'au 'o kovi 'a e ma'unimaá. Na'a mau fakatokanga'i e maumau lahi ne fakahoko 'e he ma'unimaá ki homau ngaahi vā fetu'utaki mo holoki 'emau ongo'i mahu'ingā'ia 'iate kimautilú. 'I he taimi ko 'ení, na'a mau fakahoko e fuofua sitepu ki he tau'atāinā mo e fakaakeaké 'aki hono ma'u

e loto-to'a ke tala mo'oni na'e ope atu 'eni ia 'i ha palopalema pe tō'onga kovi pē.

Na'e faifai pea mau fakahā 'a e mo'oni ko ia kuo 'ikai toe lava 'o pule'i 'emau mo'uí pea na'a mau fiema'u tokoni ke ikuna'i 'emau ma'unimaá. Na'a mau fakahā na'e 'ikai ke mau lava 'o fakamo'ui pē kimautilu mo tala mo'oni na'e 'ikai ke mau lava 'o fakakaukau lelei lolotonga hono fakahoko 'emau ma'unimaá 'i ha fa'ahinga founa pē. Na'a mau fakatokanga'i ne mau fiema'u tokoni mei he 'Otuá mo e ni'ihi kehé ke mau faitotonu kiate kimautilu. Ko e me'a fakaofa fekau'aki mo e 'ilo mo'oni ko 'eni 'o e 'ulungia mo 'emau tukulóló ko e faifai pea kamata 'a e fakaakeaké.

Ko e faitotonú ko e fakava'e ia ki he ngaahi sitepu kehe kotoa pē pea 'oku tokoni ia ke mau fakatokanga'i 'emau fiema'u 'a e Fakamo'uí. Na'e akonaki 'a Palesiteni Tieta F. 'Ukitofa 'i he'ene kei 'i he Kau Palesitenisí 'Uluakí, 'o pehē: "'Oku mahu'inga 'etau lava 'o vakai lelei kiate kimautilú ki he'etau tupulaki fakalaumālie mo hotau tu'unga lelei. Kapau 'oku kei fūfūnaki hotau ngaahi vaivai mo 'etau ngaahi tōnōnou 'i he fakapo'ulí, pea tā he 'ikai lava 'e he mālohi huhu' 'o e Fakamo'uí 'o fakamo'ui kimautilu mo 'ai ke nau mālohi [vakai, 'Eta 12:27]" ("Eiki, Ko Au Ia?," *Liahona*, Nōvema 2014, 58).

'I he taimi na'a mau fakatōli'a ai homau ma'unimaá, na'a mau loi ai kiate kimautilu mo e ni'ihi kehé, ka na'e 'ikai ke mau lava 'o lohiaki'i mo'oni kimautilu. Na'a mau fakangalingali ne mau sai pē, 'o loto-to'a mo fonu 'i he kumi 'uhingá. Ka 'i homau lotó, na'a mau 'ilo'i 'e iku 'emau fakatōli'a homau ma'unimaá ki ha mamahi lahi ange. Na'e hokohoko atu ke fakamanatu mai kiate kimautilu 'e he Maama 'a Kalaisí. Na'e fakaongosia hono faka'ikai'i e mo'oni ko 'ení; na'e fakafiemālie mo'oni ke faifai pea tala mo'oni na'a mau fepaki mo ha palopalema. Ne faifai pea mau faka'atā ha kihí'i faingamālie ki he 'amanaki lelei. 'I he'emau fili ke fakahā na'a mau fepaki mo ha palopalemá pea loto-fiemālie ke kumi

tokoní, ná'a mau faka'atā ai ke tupulaki e 'amanaki lelei ko iá.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Tukuange 'a e hīkisiá pea fekumi ki he loto-fakatōkilaló

He 'ikai lava ke hoko fakataha 'a e hīkisiá mo e faitotonú. Ko e hīkisiá ko ha fakakaukau hala ia pea mo ha 'elemēniti mahu'inga 'o e ma'unimā kotoa pē. 'Oku fakakehe'i 'e he hīkisiá 'a e mo'oni fekau'aki mo e ngaahi me'á 'o hangē ko honau anga mo'oní, tu'unga kuo 'i aí, pea mo e tu'unga 'e hoko ki aí. Ko ha tefito'i fakafe'atungia ia ki he'etau fakaakeaké. Na'e pehē 'e Palesiteni 'Eselā Tafu Penisoni:

"Ko e hīkisiá 'oku natula fe'au'auhi. 'Oku tau 'ai ke fehangahangai hotau lotó mo e finangalo 'o e 'Otuá. Ko e taimi 'oku tau hīkisiá ai ki he 'Otuá, 'oku fai ia 'i he laumālie 'ke fai hoku lotó kae 'ikai ko Ho finangaló.' . . .

"I he fe'au'auhi ko ia hotau lotó mo e finangalo 'o e 'Otuá, 'oku faka'atā ai 'etau ngaahi holí, u'á, mo hotau lotó ke 'ikai toe mapule'i.

"He 'ikai lava ke tali 'e he hīkisiá 'a e mafai 'o e 'Otuá ke faitu'utu'uni ange ki he'enau mo'uí. 'Oku nau fokotu'u 'enau fakakaukau ki he mo'oní ke fakafepaki mo e 'ilo aoniu 'a e 'Otuá, 'a e ngaahi me'á 'oku nau lavá mo e mālohi fakataula'eiki 'o e 'Otuá, 'a 'enau ngaahi lavame'á mo e ngaahi ngāue lalahi 'a e 'Otuá" (*Ngaahi Akonaki 'a e Kau Palesiteni 'o e Siasí: 'Eselā Tafu Penisoni [2014], 271*).

Na'e a'u ki ha tu'unga, na'e pau ke mau fili ke tukuange 'emau hīkisiá pea faitotonu fekau'aki mo e me'a 'okú ne ma'unimā kimautilú. 'Oku 'ikai faingofua 'a e loto-fakatōkilaló, 'a e ngāue 'i he ngaahi ta'u 'o e lohiaki'i pē kitá, pea iku 'o fili 'a e faitotonú, ka 'i he fakalau 'a e taimí, 'oku hoko ia ko ha tāpuaki lahi.

Na'e hoko ia ko ha liliu'anga lahi kiate kimautilu 'i he faifai pea mau tukuange 'emau hīkisiá pea hoko 'o loto-fakatōkilaló. Ko e tokolahi 'o kimautilu na'e 'ikai ke mau fakatōkilalo ka na'e "fakamālohi'i . . . ke loto-fakatōkilalo" ('Alamā 32:13). Kae tatau ai pē, na'e iku'i kimautilu 'e he ngaahi nunu'a 'o 'emau ma'unimāá, pea ne mole meiate kimautilu ha ngaahi me'a ne mahu'inga—homau 'apí, ngāue, ngaahi fāmilí, pea na'a mo 'emau tau'atāina. Na'e mole meiate kimautilu e falala 'a e fāmilí mo e ngaahi kaungāme'á. Na'e mole 'a 'emau faka'apa'apa'i pē kimautilú mo 'emau loto-falala ke fepaki mo e ngaahi faingata'a 'o e mo'uí. Na'a mau a'u ki homau tu'unga mā'ulalo tahá, pea neongo na'e fakamamahi e loto-fakatōkilalo ne tupu mei aí, ka na'e hoko ia ko e kamata'anga 'o 'emau fakaakeaké.

'Oku 'ikai faingofua 'a e fakaakeake mei he ma'unimāá; 'oku fiema'ú ki ai 'a e ngāue mālohi. Ka na'e faifai pea mau fakatokanga'i ko e me'a ne mole meiate kimautilu 'i he'emau hokohoko atu 'i he ma'unimāá na'e mahulu ange ia 'i he totongi 'o e fakaakeaké. 'I he'emau tukuange 'a e hīkisiá, ná'a mau mateuteu ke kamata 'i he hala ki he tau'atāina mei he ma'unimāá.

Faitotonu pea talanoa ki ha taha

Ko ha ngāue mahu'inga ke tokoni ke mau faitotonu fekau'aki mo 'emau ma'unimāá ko e talanoa mo ha taha 'o kau ki ai. Koe'uhí kuo iku 'emau ma'unimāá ke mau tuli tonuhia, kumi 'uhinga, mo loi ki he ni'ihi kehé, kau ai kimautilu, 'oku taukei ai homau tokolahi 'i he kākaá. 'Oku faka'atā 'e he kākaá ke mau tulifua e ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kimautilú, pea 'oku faingata'a ia ke faitotonu 'emau

vakai ki he ngaahi me'á. 'I he'emaui fakasi'ia mo fakatonuhia'i 'emaui tō'ongá, na'a mau fakakaukau hala ai 'oku mau kei lava pē 'o mapule'i. Ka neongo ia, 'i he'emaui talanoa tau'atāina mo ha taha kehe, 'e lava he tokotaha ko iá 'o tokoni ke mau 'ilo 'a e mo'oní pea li'aki 'a e kākāá.

Mahalo ko e tokotaha te tau fie tomu'a talanoa ki aí ko 'etaui Tamai Hēvaní. Te tau lava 'o lotu pea kole kiate Ia ke tokoni mai ke tau faitotonu, ke lelei ange 'etaui vakai ki he ngaahi me'á, pea loto-lahi ke tali 'a e mo'oní. Te tau lava leva 'o fakakaukau 'i he fa'a lotu ki ha taha kehe ke talanoa ki ai, ko ha taha 'oku mahino kiate ia 'a e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí pea mo e hala ki he fakaakeaké. Fili ha taha 'okú ke falala ki ai. 'E lava pē ko ha hoa mali, mātu'a, mēmipa 'o e fāmilí, taki 'o e Siasí, kaungāme'a, kaungā-ngāue, toketā faifale'i, tokotaha fakahinohino, kau faifekau, pe ko ha taha tokoni 'i ha fakataha fakaakeake. Hili hono fili ha tahá, ko e sitepu hono hokó ke vahevahe mo kinautolu e ngaahi founga 'oku tau faingata'a'ia aí. 'Oku fiema'u ke tau lotua ha loto-lahi ke tau faitotonu 'i he lahi taha 'e malavá 'o fekau'aki mo e me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú. (Vakai ki he fakamatala "Poupou 'i he Fakaakeaké.")

'Alu ki he ngaahi fakatahá

Ko e ngaahi fakataha fakaakeaké ko ha ma'u'anga tokoni mālohi ia 'o e 'amanaki lelei mo e poupou. Ko e fē pē feitu'u 'oku tau 'i aí, te tau lava 'o kau tonu ki he ngaahi fakatahá pe 'i he 'initaneti. Ko e ngaahi fakatahá ni ko ha feitu'u ia ke fakataha ai mo e ni'ihiki kehe 'oku fekumi ki he fakaakeaké pea mo kinautolu kuo nau 'osi fononga 'i he halá ni pea fakamo'oni ki he'ene ola lelei. 'I he ngaahi fakataha fakaakeaké, 'oku tau fetaulaki ai mo ha ni'ihiki kehe kuo 'i ai 'enau a'usia 'i hono faka'aonga'i e ngaahi sitepú mo hono ma'u e fakaakeaké pea 'oku nau loto-fiemālie ke tokoni'i kitautolu 'i he'etaui fonongá. Ko e ngaahi fakataha fakaakeaké ko ha feitu'u ia 'o e mahino, 'amanaki lelei, mo e poupou.

'I he ngaahi fakataha ko 'eni, 'oku tau ako ai ha ngaahi tefito'i mo'oni pau 'o e ongoongolelei 'e lava 'o tokoni ke liliu e tō'ongá. Na'e akonaki 'a Palesiteni Poiti K. Peeke 'o pehē: "'E vave ange hano liliu 'o e 'ulungāngá 'e he ako ki he ngaahi tokāteline 'o e ongoongolelei, 'i hano fai 'o ha ako pē ki he 'ulungāngá. 'E lava 'e he fakakaukau pē ki he tō'onga ta'etāu 'o tākiekina koe ke ke iku fakahoko ai pē 'a e tō'onga ta'etāu. Ko hono 'uhinga ia 'oku mau fu'u fakamamafa'i ai 'a hono ako 'o e ngaahi tokāteline 'o e ongoongolelei'" (Little Children," *Ensign*, Nov. 1986, 17). 'Oku ta'etotongi pea 'ikai fakahāhāholo 'a e ngaahi fakatahá. 'Alu ki he AddictionRecovery.ChurchofJesusChrist.org ke kumi ha fakataha ofi atu kiate koe.

Ako mo Mahino

'Oku tokoni hono ako e folofolá mo e ngaahi lea 'a e kau taki 'o e Siasí 'i he'emaui fakaakeaké. 'Oku fakatupulaki 'e he akó ni 'a e mahino 'oku mau ma'ú mo tokoni ke mau ako. 'Oku mau faka'aonga'i e ngaahi folofola, lea, mo e ngaahi fehu'i ko 'eni ki he ako fakataautaha 'i he fa'a lotú, tohí, mo e fealea'aki fakakulupú.

'E ngali taulōfu'u 'a e fakakaukau ki he tohí, ka ko e tohí ko ha me'angāue ma'ongo'onga ia ki he fakaakeaké. 'Oku 'omi 'e he tohí ha taimi ke tau fakakaukauloto ai, tokoni ke tukutaha 'etaui fakakaukaú, mo tokoni ke tau vakai pea mahino e ngaahi palopalemá, ngaahi fakakaukaú, mo e tō'onga felāve'i mo 'etaui ma'unimaá. 'I he'etaui tohí, 'oku tau ma'u foki ha lekooti ki he'etaui ngaahi fakakaukaú. 'I he'etaui fakalalaká 'i he ngaahi sitepú, te tau lava 'o vakai ki he'etaui fakalalaká. 'I he taimi ní, faitotonu pē mo fakamātoato 'i ho'o tohi ho'o ngaahi fakakaukaú, ongo, mo e ngaahi ue'i.

'Okú ke tui nai 'oku 'ikai ha'o mālohi ki ho ma'unimaá?

"'Oku malava 'e he ma'unimaá 'o ta'ofi 'a e loto 'o e tangatá mo fakata'e'aonga'i 'a e tau'atāina ke

Faitotonu

“Mahalo ‘e lau ‘e ha ní‘ihi ko e ‘ulungaanga lelei ‘oku ‘iloa ko e faitotonú ko ha kaveinga angamaheni pē. Ka ‘oku ou tui ko e ‘elito mo‘oni ia ‘o e ongoongolelei. Ka ‘ikai ‘a e faitotonú, ‘e hōloa ‘etau mo‘uí . . . ki he palakū mo e moveuveu” (Gordon B. Hinckley, “We Believe in Being Honest,” *Ensign*, Oct. 1990, 2).

- Ko e hā ha ngaahi founa kuó u loi mo feinga ai ke fufuu‘i ‘eku ma‘unimaá meiate au mo e ní‘ihi kehé? Kuo fakatupu fēfē ‘e he tō‘onga ko ‘ení ‘a e “palakū mo e moveuveú”?

Loto-Fakatōkilalo

“Ko e me‘a ‘i he fakamālohi‘i ‘a kimoutolu ke mou loto-fakatōkilaló kuo mou monū‘ia ai; he ‘oku fa‘a feinga ha tangata ‘i he taimi ‘e ní‘ihi, kapau ‘e fakamālohi‘i ia ke loto-fakatōkilalo, ke fekumi ki he fakatomalá, pea ko ‘eni ko e mo‘oni, ‘ilonga ia ‘e fakatomalá te ne ma‘u ‘a e ‘alo‘ofá; pea ‘ilonga ia ‘okú ne ma‘u ‘a e ‘alo‘ofá ‘o kātaki ki he ngata‘angá ‘e fakamo‘ui ia” (‘Alamā 32:13).

- Ko e hā ha ngaahi tūkunga kuó ne fakamālohi‘i au ke u loto-fakatōkilalo mo fakatomala?

- Ko e hā e ‘amanaki lelei ‘oku ‘omi ‘e ‘Alamā kiate aú? Te u kumi pe ma‘u fēfē ‘a e ‘amanaki lelei ko iá?

Kāpui 'e he ngaahi 'ahi'ahí

“Oku kāpui au, 'i he ngaahi 'ahi'ahí mo e ngaahi angahala 'a ia 'oku faingofua 'aupito 'eku mo'ua ki aí.

“Pea 'o kau ka holi ke fiefia, 'oku tangi 'a hoku lotó koe'uhí ko 'eku ngaahi angahalá; ka neongo ia, 'oku ou 'ilo'i 'a ia 'oku ou falala ki aí.

“Kuo hoko 'a hoku 'Otuá ko hoku poupou; kuó ne tataki au 'i he'eku ngaahi mamahi 'i he feitu'u ma'oma'onganoá; pea kuó ne malu'i au 'i he ngaahi vai 'o e fu'u moana lolotó.

“Kuó ne fakafonu au 'aki 'a 'ene 'ofá 'o a'u ki he'ene makupusi kotoa hoku sinó” (2 Nifai 4:18–21).

- 'I he taimi na'e ongo'i lōmekina ai 'a Nifai, ko hai na'á ne falala ki aí?

- Ko e hā ha me'a te u lava 'o fai ke falala lahi ange ai ki he 'Eikí?

“Oku ou 'ilo . . . ko e me'a noa pē 'a e tangatá”

“Na'e hoko 'o pehē na'e 'osi ha ngaahi houa lahi pea toki lava 'e Mōsese 'o toe ma'u 'a hono mālohi fakanatulá 'o hangē ko ha tangata; peá ne pehē 'i hono lotó: Ko 'eni, koe'uhi ko e me'á ni 'oku ou 'ilo ai ko e me'a noa pē 'a e tangatá, 'a ia ko e me'a na'e te'eki ai te u fakakaukau ki ai” (Mōsese 1:10).

- Ko e hā ha ngaahi founa 'oku ou hoko ai ko ha me'a noa pē 'i he 'ikai ke u ma'u e tokoni 'a e 'Otuá?



Sitepu 2: Faka'au ke tui 'e lava 'e he mālohi 'o e 'Otuá 'o fakafoki kitautolu ki he mo'ui lelei fakalaumālie kakato.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: 'Amanaki Leleí

'I he'emaui 'ilo'i 'oku 'ikai ha'amaui mālohi ki he'emaui ma'unimaá, ne ongo'i 'e homau tokolahi 'oku mole 'a e 'amanaki leleí. Na'a mau feinga tu'o lahi ke ta'ofi. Na'e lotu homau tokolahi ki he 'Otuá 'i ha ngaahi taimi ta'efa'alaua. Na'a mau kole fakamolemole 'i he'emaui tō'ongá mo palōmesi ke liliu. Ka 'i he toutou tōnounou, ne kamata ke mau fakakaukau na'e lotu-mamahi 'a e 'Otuá 'iate kimautilu pea he 'ikai ke Ne tokoni'i kimautilu. Ko kimautilu ne tupu hake 'o 'ikai ha fakakaukau ki he 'Otuá na'a mau fakapapu'i kuo mau 'osi faka'aonga'i e tokoni kotoa pē. Ka neongo ia, na'e 'omi 'e he sitepu 2 ha tali na'a mau li'aki pe 'ikai teitei fakakaukau ki ai—ke ma'u e 'amanaki lelei 'ia Sisū Kalaisi pea mo e mālohi 'o 'Ene Fakaleleí.

Ne faifai pea mau lotu-fakatōkilalo, 'o kole tokoni. Hili e me'a ne hangē ha fōtunga si'isi'i taha 'o e 'amanaki leleí, na'e kamata ke mau kau ki he ngaahi fakataha fakaakeaké pea ngāue mo e kau

faifakahinohinó. 'I he'emaui fuofua ha'u ki he ngaahi fakatahá, na'a mau fonu 'i he veiveiua mo e tailiilí. Na'a mau ilifia, hela'ia, pea mahalo na'a mau ki'i fakaanga, ka na'a mau omi.

'I he ngaahi fakataha fakaakeaké, na'e fakamatala'i totonu 'e he kaka'i e anga kuo 'i ai 'enau mo'ui, me'a ne hoko ke nau liliu a'i, pea mo e anga 'o e mo'ui fakaakeaké. Ne mau 'ilo'i ai ko e tokolahi 'o e kakai na'a mau fetaulaki 'i he ngaahi fakataha ko 'eni na'e tu'o taha 'enau ongo'i tu'atamaki 'o hangē ko kimautilu. Ka 'i he hokohoko atu 'emaui ma'u fakatahá, na'a mau vakai ki he tokolahi 'o kinautilu na'a nau kata mo'oni, talanoa, malimali, mo ongo'i fakatu'amelie ki he kaha'ú. Na'a mau mamata ki he tokolahi na'a nau a'usia ha liliu mālohi 'i he'enau mo'ui, ko ha liliu ne mau faka'amua foki.

Ne faifai pē pea kamata ke ngāue kiate kimautilu 'a e ngaahi tefito'i mo'oni na'a nau vahevahe mo mo'ui 'aki. 'I he'emaui toutou foki ma'i, na'e kamata ke mau ongo'i ha me'a na'e te'eki ke mau ongo'i 'i ha ngaahi ta'u lahi—'a e 'amanaki leleí. Kapau na'e 'i ai ha 'amanaki lelei ki he ni'ihiki kehe na'a nau 'i

he ngutungutu mo'oni 'o e faka'auhá, mahalo na'e 'i ai foki mo ha 'amanaki lelei ma'amautolu. Na'e kamata ke mau tui kapau te mau tafoki kia Sisū Kalaisi, he "'ikai ha tō'onga, ma'unimā, angatu'u, maumaufono, pe faihala 'e hao mei he tala'ofa 'o e fakamolemole kakatō" (Boyd K. Packer, "The Brilliant Morning of Forgiveness," *Ensign*, Nov. 1995, 19).

'I he 'ātakai ko 'eni 'o e tuí mo e fakamo'oní, na'a mau ma'u ai 'a e 'amanaki lelei ne kamata ke ne fakaake kimautilu ki he 'alo'ofa mo e mālohi 'o e 'Otuá. Na'e kamata ke mau tui te Ne lava 'o fakahaofi kimautilu mei he ha'i'o e ma'unimā. Na'a mau muimui ki he ngaahi sipinga homau ngaahi kaungāme'a ne fakaakeaké. Ne kamata ke mau ngāue'i e ngaahi sitepú, 'o ma'u ha tokoni mei he ni'ihi kehé—kau ai 'emau kau faifakahinohinó—mo kau ki he ngaahi fakataha fakaakeaké. 'I he 'emau lotu, fakalaululoto, mo faka'aonga'i e folofolá, ne kamata ke fakafo'ou 'emau mālohi 'i he Siasí 'i he fakalau 'a e taimí. Na'e kamata ke hoko 'emau ngaahi maná, pea mau 'ilo ai kuo tāpuekina kimautilu 'aki e 'alo'ofa 'a Sisū Kalaisí ke tokoni ke hokohoko atu 'emau mapule'i kimautilu he 'aho takitaha.

'I he 'emau ngāue'i 'a e sitepu 2, na'a mau loto-fiemālie ke fetongi e falala kiate kimautilu pē mo 'emau ma'unimā 'aki e tui ki he 'ofa mo e mālohi 'a Sisū Kalaisí. Na'a mau ngāue'i e sitepu ko 'ení 'i homau 'atamái mo e lotó 'aki e tokoni 'a e ni'ihi kehé, pea na'a mau ako ko e fakava'e 'o e fakaakeake mei he ma'unimā kuo pau ke fakalaumālie ia. Pea 'i he 'emau vilitaki atu ki mu'a mo ngāue'i e sitepu takitaha ne fokotu'u mai 'i he fakahinohino ko 'ení, na'e toutou fakapapau'i mai kiate kimautilu 'a e natula fakalaumālie 'o e fakaakeaké.

'Oku fakalaumālie 'a e polokalamá ni, pea ko ha polokalama ngāue ia. Kiate kimautilu mo ha ni'ihi kehe ta'efa'alaua, kuo 'aonga 'a e ngāue kotoa pē ki he fakaakeaké. 'I he 'emau mo'ui 'aki e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení mo faka'atā ke nau ngāue 'i he 'emau

mo'uí, 'oku fakafoki ai kimautilu ki he fakakaukau lelei mo e mo'ui lelei fakalaumālie kakatō. Na'a mau ma'u ha vā fetu'utaki mo'oni mo kimautilu, ko e ni'ihi kehé, pea mo e Fakamo'ui ko Sisū Kalaisí.

Ki ha ni'ihi 'o kimautilu, ne hangē na'e hoko vave mai e mana 'o e fakaakeaké; ki he ni'ihi kehé, kuo hoko māmālie ange 'a e fakaakeaké. Tatau ai pē pe ko e hā e fougá, ko e me'a mahu'ingá ko e hokohoko atu 'emau *fakahoko* e tui mo e falala 'e fai 'e he 'Otuá ma'amautilu 'a e me'a he 'ikai ke mau lava 'o fai ma'amautilu. 'I he fakalau 'a e taimí ne faifai pea mau lava 'o pehē 'oku fakafou 'i he "tui mālohi kia Kalaisí," kuo fakahaofi ai kimautilu mei he ma'unimā pea fiefia 'i ha "'amanaki 'oku mālohi haohao" (2 Nifai 31:20).

'Oku tau fe'ao mo 'etau Tamai Hēvani 'ofá mo Hono 'Alo ko Sisū Kalaisí, 'i he sitepu kotoa pē 'o e halá. 'Okú Na tokoni ke tanumaki mo fakalahi 'etau 'amanaki lelei 'ia Kalaisí. Na'e ako'i 'e Palesiteni M. Lāsolo Pālati:

"Kiate kimoutolu kuo ma'unimā 'e ha fa'ahinga me'a pē, 'oku 'i ai e 'amanaki lelei koe'uhí he 'oku 'ofa 'a e 'Otuá 'i He'ene fānaú kotoa pea 'e malava ke hoko e me'a kotoa pē 'i he Fakalelei 'a e 'Eiki ko Sisū Kalaisí.

"Kuo u mātā e ngaahi tāpuaki fakafo 'o e fakaakeaké mo e tau'atāina mei he ngaahi sēini 'o e ma'unimā. Ko hotau Tauhí e 'Eiki pea he 'ikai ke tau masiva 'i ha'atau falala ki he mālohi 'o ['Ene] Fakalelei. 'Oku ou 'ilo 'e lava pea 'e fakatau'atāina'i 'e he 'Eiki 'a kinautilu kuo ma'unimā mei honau pōpulá, pea hangē ko e malanga 'a e 'Aposetolo ko Paulá, "Oku ou fa'a fai 'a e ngaahi me'a kotoa pē 'ia Kalaisi 'okú ne fakamālohi'i aú' (Filipai 4:13)" ("Oiauē, 'a e Palani Olopotō 'a e Tokotaha Angakoví," *Liahona*, Nōvema 2010, 110).

Kapau te mau toe foki, te mau mahu'ingá'ia lahi 'i he tafoki ki he 'Otuá pea talanoa mo 'emau kau faifakahinohinó. 'E ala 'ahi'ahi'i kitautolu ke si'aki e 'amanaki lelei. Ka 'oku 'ikai hanga 'e he toe foki 'o faka'auha e fakalalaka kuo tau fakahokó, pea

'oku 'ikai fiema'u ke ne faka'auha 'etau 'amanaki lelei. 'Oku hoko e toe fokí ko ha fakamanatu mālohi ia 'o e fiema'u ke hokohoko atu 'emau 'alu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké, kumi tokoni ki he kau faifakahinohinó mo e ní'ihí kehé, fakavaivai ki he 'Otuá, pea ngāue'i e ngaahi sitepu ko 'ení. 'I he'etau vilitaki atu ki mu'á, 'oku kamata ke mau ongo'i e mālohi 'o Sisū Kalaisí 'i he'etau mo'uí. 'Oku mau malava lelei ange ke fakamama'o, pea tupulaki 'emau 'amanaki lelei.

Na'e akonaki 'a 'Eletā Tēvita A. Petinā 'o pehē: "E malava ke tau fakakaukau hala 'oku fakatatali e ngaahi tāpuaki mo e ngaahi me'a'ofa peheé ki he kakai kehe 'oku ngali mā'oni'oni angé pe 'oku nau fua ha ngaahi fatongia 'ilonga 'i he Siasí. 'Oku ou fakamo'oni 'oku 'atā 'a e 'alo'ofa ongongofua 'a e 'Eikí ki he taha kotoa pea 'oku fiefia 'a e Huhu'i 'o 'Isilelí ke ne foaki 'a e fa'ahinga me'āfoaki peheé kiate kitautolu" ("The Tender Mercies of the Lord," *Liahona*, May 2005, 101). 'E foaki mai 'e Sisū Kalaisi ha ngaahi 'alo'ofa ongongofua lahi 'i he'etau fononga ki he fakaakeaké, ko e taha 'o e me'a mahu'inga tahá ko e 'amanaki lelei ko ia 'e lava 'e he mālohi 'o e 'Otuá 'o fakafoki kitautolu ki he mo'ui lelei fakalaumālie kakató.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga 'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Fakatupulaki ha mahino totonu ki he 'ulungaanga 'o e 'Otuá

'Oku fa'a fakafaingata'a'ia'i 'e he'etau ongo'i ma'a 'a e mahino ki he 'ulungaanga mo e 'ofa

'a e 'Otuá kiate kimautolú. 'I hono fakakuihi kimautolu 'e he'etau mamahí mo e ma'unimaá, 'oku mau fa'a vakai ai kiate Ia ko ha tokotaha 'oku loto-sāuni, loto-mamahi, pe 'ita 'iate kimautolu. Ko e taumu'a 'o e ngāue ni ke tuku ki he tafa'akí e ngaahi fakakaukau hala fekau'aki mo e 'Otuá pea fakatupulaki ha mahino lelei ange ki He'ene 'ofá, 'alo'ofá, mo e finangalo lelei mo e hōifua ke tāpuekina kimautolú.

'Uluakí, 'oku mahu'inga ke mahino 'oku 'i ai 'a e 'Otuá neongo kapau 'oku 'ikai ke mau ongo'i 'okú Ne 'i ai. Ko e feinga ke 'ilo'i 'a e 'Otuá ko ha ngāue faingata'a ia pea 'oku fiema'u ki ai 'a e fa'a kātakí. 'E lava ke faingata'a 'i he'etau anga ki he fiemālie 'i he taimi pē ko iá, ka 'i he fakalau 'a e taimí 'e lava ke kamata ke mau vakai pea a'usia 'Ene ngaahi 'ulungaanga fakalangí. 'Oku faka'au ke lelei ange 'emtau 'ilo'i 'a e 'Otuá.

Te mau lava 'o kole ki he Tamai Hēvaní ke tokoni mai ke mahino lelei ange kiate kimautolu Hono natulá. Te mau lava 'o fakasio e to'ukupu 'o e 'Otuá 'i he'etau mo'uí mo e lahi 'o e me'a 'okú Ne fakahoko ma'amautolú. Te mau lava 'o ako e folofolá fekau'aki mo e 'alo'ofa 'a e Fakamo'uí pea alea'i leva e ngaahi folofola ko 'ení mo e kau faifakahinohinó pea mo e ní'ihí kehe 'oku nau tokoni'i kimautolú.

'I he kamata ke mau ma'u ha mahino lelei ange ki he 'ofa mo e 'alo'ofa 'a e 'Otuá, 'oku kamata ke mau a'usia ha loto-falala mo e 'amanaki lelei lahi ange ki he mālohi 'o e 'Otuá ke fakahaofi kimautolú. Na'e fakamo'oni 'a Palesiteni J. Lūpeni Kalake ko e Sí'í 'o kau ki he 'alo'ofa 'a 'etau Tamai Hēvaní 'o pehē: "'Oku ou tui 'oku finangalo 'etau Tamai Hēvaní ke fakahaofi kotoa 'ene fānaú. . . . 'Oku ou tui te ne 'omi 'i he'ene fakamaau totonú mo e 'alo'ofá 'a e totongi mā'olunga taha ki he'etau ngaahi ngāue, 'o 'omi kiate kitautolu e me'a kotoa te ne lavá, pea 'i he tafa'akí 'e tahá, 'oku ou tui te ne tuku mai e tautea sí'isi'i taha 'e malava ke ne fakahokó" ('i he Conference Report, Oct. 1953, 84).

Lotu mo ako 'a e folofolá

Na'e pehē 'e Palesiteni M. Lāsolo Pālati: "Ka fie tau'atāina ha taha mei he ma'unimaá, 'oku 'i ai e founga ki he tau'atāina fakalaumālié—ko ha founga 'e hao ai mei he pōpulá—pea kuo 'osi fakamo'oni'i ia. 'Oku kamata ia 'aki 'a e lotú—'a e fetu'utaki fakamātoato ma'u pē mo 'etau Tamai Hēvaní, 'a ia na'á Ne fakatupu hotau laumālié mo e sinó" ("Oiauē, 'a e Palani Olopoto 'a e Tokotaha Angakoví," *Liahona*, Nōvema 2010, 110).

'I he'emaui tukuange 'a e hikisiá pea fāifeinga ke fakahoko homau lelei tahá he 'aho takitaha, 'oku mau loto-holi ai ke lotua ha fakahinohino mo e tataki mei ha Tamai Hēvani 'ofa. Ko e ni'ihí 'o kimautolu na'e te'eki ke mau teitei lotua mo'oni pe fakalaululoto ki he folofolá. Na'e 'ahi'ahi'i homau ni'ihí ke ta'ofi 'emaui lotú pe akó. Na'a mau fakakaukau hala na'e 'ikai ngāue 'a e ngaahi feinga ko 'ení koe'uhí na'e 'ikai ke mau ongo'i ofi ki he 'Otuá pe koe'uhí na'a mau kei fefa'uhi mo e ma'unimaá.

Na'a mau 'ilo'i ko e taha 'o e ngaahi me'a mahu'inga ki he lavame'á ko e hokohoko atu ke faka'aonga'i e ngaahi me'angāue fakalaumālie ko 'ení. Na'e hoko 'a e lotu le'olahí, lotu 'i he fakafeta'i pē he lolotonga 'o e 'ahó, mo hono lotua e ni'ihí kehé ko ha ngaahi founga ma'ongo'onga fo'ou ki homau tokolahi. Ko e taha 'o e ngaahi founga ke fakatupulaki ai e mālohi 'o e lotú ko hono fakahaa'i totonu ange 'emaui ngaahi faingata'á'ia ki he 'Otuá. Na'a mo 'emaui vahevahe mo e Tamai Hēvaní 'a e 'ikai ke mau loto-fiemālie ke liliú, na'e fakamālohia ai 'emaui loto-fiemālie. Na'a mau a'usia lahi ange foki, ha ngaahi ue'i le'o si'i iiki mei he Laumālie Mā'oni'oní. Na'e kamata ke mau fehu'i ki he 'Otuá pe ko e hā ha ngaahi sitepu iiki te mau lava 'o fakahoko he 'aho takitaha, kae 'ikai ko hono kole pē ke Ne to'o he vave tahá 'a 'emaui ngaahi faingata'á mo e ma'unimaá.

Faka'osí, 'oku tataki kimautolu 'e he holi ke fetu'utaki mo e 'Otuá ke mau ako e ngaahi lea 'a e

kau palōfita 'i onopōnī pea 'i he kuonga mu'á. 'E lava ke 'aonga 'a hono ako 'i he fa'a lotu e folofolá, fekumi ki ha tali ki he'emaui ngaahi fehu'í, mo hono lekooti e ngaahi ue'i mei he Laumālié, 'i he tui ko ia 'e lava pea 'e tokoni'i kimautolu 'e he 'Otuá.

Ko ha feitu'u lelei ke kamata ai hono ako e folofola 'a e 'Otuá ko e ngaahi folofola mo e kongā lea 'i he faka'osinga 'o e vahe takitaha 'i he fakahinohino ko 'ení. Na'e fili 'a e potufolofola mo e kongā lea takitaha 'i he fakakaukau ki he fakaaakeaké, pea 'oku fakahoko e fehu'í takitaha mo e faka'amu 'e lava ke tokoni ke tau faka'aonga'i e ngaahi potufolofolá mo e kongā lea ki he'etau mo'uí. Kuo mau 'ilo'i na'a mo hono to'o pē ha ngaahi miniti si'i he 'aho kotoa ke fekumi ki he me'a 'oku finangalo 'a e 'Otuá ke fakahoko mai kiate kimautolú 'oku 'omi ai ha ngaahi totongi lahi. 'Oku mau fakamo'oni ki he mo'oni ko 'ení: "Io, 'oku tau vakai, ko ia ia 'e loto ki aí te ne puke 'a e folofola 'a e 'Otuá, 'a ia 'oku mo'ui mo mālohí, 'a ia 'e ta'ofi 'a e kākā olopoto kotoá mo e ngaahi tauhelé mo e fakakaukau kākā kotoa pē 'a e tēvoló" (Hilamani 3:29).

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko 'ení mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaaakeake mei he ma'unimaá. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea fakamatala pau 'i he'etau tohí ke ma'u e me'a 'aonga taha mei aí.

Tui ki he 'Otuá

"Tui pē ki he 'Otuá; tui 'okú ne 'i ai, pea na'á ne fakatupu 'a e ngaahi me'a kotoa pē, 'i he langí pea 'i he māmaní fakatou'osi; tui 'okú ne ma'u 'a e poto kotoa, mo e māfimaifi kotoa, 'i he langí mo e māmaní fakatou'osi; tui 'oku 'ikai 'ilo'i 'e he tangatá 'a e ngaahi me'a kotoa pē 'oku lava ke 'afio'i 'e he 'Eikí" (Mōsaia 4:9).

- 'Oku tokolahi ha kau fakamo'oni 'i he langí mo e māmaní 'oku nau fakamo'oni 'i 'oku 'i ai ha 'Otua. Ko e hā ha fakamo'oni ki he 'Otuá mo 'Ene 'ofá kuó u a 'usia?

- 'Oku fēfē 'eku ongo he 'ahó ni fekau'aki mo e tafoki ki he Fakamo'uí 'i he'eku ngaahi feinga ke fakaakeaké?

- Ko e hā ha me'a kuó ne tokoni'i au ke u ma'u 'a e tui kia Sisū Kalaisí?

Fakatupulaki 'a e tui kia Sisū Kalaisí

Na'e akonaki 'a Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni 'o pehē: "Kamata he 'ahó ni ke fakatupulaki ho'omou tuí. 'E fakatupulaki 'e Sisū Kalaisi ho'o malava ke ikuna'i e ngaahi faingata'a 'i ho'o mo'uí makatu'unga 'i ho'o tuí" ("Kuo Toetu'u 'a Kalaisi: 'E Hiki e Ngaahi Mo'ungá 'i he Tui Kiate Iá," *Liahona*, Mē 2021, 101).

Na'e feinga homau tokolahi ke fakaakeake mei he ma'unimaá 'o fakafou 'i he loto-fakapapau pē pe fakafou 'i he tui ki ha kaungāme'a pe toketā faifale'i. Ne 'ikai fuoloa mei ai, na'a mau 'ilo'i na'e 'ikai lava 'e he tui kiate kimautolú pe ko e ni'ihí kehé 'o faka'atā ke mau ikuna'i faka'aufuli 'a e ma'unimaá. Ko e tui kia Sisū Kalaisí mo 'Ene malava ke fakamo'ui kimautolú, ko e fakava'e ia 'o 'emaui fakaakeaké.

- Ko e hā 'oku fokotu'u mai 'e he'eku kau faifakahinohinó, kau taki 'o e Siasí mo e ni'ihi kehé ke u fakahoko ke tokoni ke fakatupulaki 'eku tuí?

Ko e mālohi mo e ivi 'o e 'amanaki lelei

'I he taimi 'oku tau ma'u ai 'a e 'amanaki lelei 'i hotau lotó mo e 'atamaí, 'e mahino 'etau tokanga taha ki he'etau ngaahi angafai 'i he kaha'ú. 'Oku 'omi 'e he 'amanaki lelei ha ivi mo ha loto-falala kae 'ikai ko ha fakatu'amelie fakataimi pē. 'E lava foki ke hoko 'a e 'amanaki lelei ko ha ma'u'anga 'o e melinó, nongá, mo e tu'unga lelei fakaeloto 'i he'etau fakalakalaka 'i he fakaakeake mei he ma'unimaá.

Na'e pehē 'e Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni fekau'aki mo e tefito'i mo'oni ko 'ení, "'Oku mālohi ange 'a e 'amanaki lelei 'i ha faka'amu pē. 'Oku langaki 'e he 'amanaki lelei ha mālohi 'oku fefeka hangē ko e ukameá, 'i hono fakamālohia 'e he tuí mo e manava'ofá. 'Oku hoko 'a e 'amanaki lelei ko ha taula ki he laumālié. . . . Kapau te tau pikitai ki he taula 'o e 'amanaki lelei, 'e hoko ia ko hotau malu'anga 'o *ta'engata*" ("A More Excellent Hope"

[Brigham Young University devotional, Jan. 8, 1995], 3, speeches.byu.edu).

- Ko e fē ha taimi kuó u ongo'i ai e mālohí mo e loto-falalá koe'uhí ko e 'amanaki lelei 'ia Kalaisí?

- Ko e hā ha ngaahi ngāue fakalaumālie faka'aho mo e ngaahi angafai na'á ku fakahoko lolotonga e taimi ko iá?

- Na'ē uestia fēfē 'e he 'amanaki lelei hoku 'atamai, ongó, mo e laumālié? Na'á ne uestia fēfē 'eku ngaahi taumu'a mo e ngaahi palani ki he kaha'ú?

- Na'á ne uestia fēfē hoku ngaahi vā fetu'utaki mo e fengāue'aki mo e kakai 'oku 'ofa mo tokanga mai kiate aú?

Lisi 'o e loto-hounga'ia

Ko e founge 'e taha ke vakai ai ki he 'Otuá 'i he'etau mo'uí ko e toutou fakalaulauloto mo tohi fekau'aki mo hotau ngaahi tāpuakí. 'E lava ke mahino lelei ange kiate kitautolu 'a e 'ofa 'a e Tāmai Hēvaní 'iate kitautolú 'aki ha'atau fekumi ki ha fakamo'oni 'o 'Ene 'ofá mo e mālohí 'i he'etau mo'uí.

- Ko e hā e me'a 'oku ou hounga'ia aí?

- Ko e hā ha ngaahi me'a lelei kuo hoko 'i he'eku mo'uí?

- Ko e hā e lea 'eku tokotaha fakahinohinó, kau taki 'o e Siasí, kau mēmipa 'o e fāmílí, mo e ngaahi kaungāme'á 'o fekau'aki mo 'eku ngaahi feingá mo e fakalalakaká?

Te Ne lava 'o fakahaofi kitautolu mei he pōpulá

“Ka 'o kapau te mou tafoki ki he 'Eikí 'i he loto-fakamātoato mo'oni, pea falala kiate ia, mo tauhi kiate ia 'i he faivelenga kotoa 'o e 'atamaí, kapau te mou fai 'eni, te ne fakahaofi 'a kimoutolu mei he nofo pōpulá 'o hangē ko hono finangaló mo 'ene fa'itelihá” (Mōsaia 7:33).

- Ko e hā ha me'a 'okú ne tokoni'i au ke u tui lahi ange ki he tala'ofa 'e fakahaofi au 'e Sisū Kalaisí?

- 'E founga fēfē ha'aku tafoki lelei ange kia Sisū Kalaisi, falala kiate Ia, pea tauhi kiate Ia 'i he faivelenga kotoa 'o e 'atamaí? Ko e hā ha ngaahi me'a pau te u lava 'o fakalelei'i?



Sitepu 3: Fili ke tekaki hotau lotó mo 'etau mo'uí ke tokanga'i 'e he 'Otuá ko e Tamai Ta'engatá mo Hono 'Alo ko Sīsū Kalaisí.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Falala ki he 'Otuá

Ko e sitepu 3 ko e sitepu filí ia. 'I he ongo 'uluaki sitepú, na'a mau fakahā 'a e me'a ne 'ikai ke mau lava 'o fai 'iate kimautilóu pea mo e me'a na'a mau fiema'u ke fakahoko 'e he 'Otuá ma'atautilóu. 'I he sitepu 3, na'e fakafe'iloaki kimautilo ki he me'a pē te mau lava 'o fakahoko ma'á e 'Otuá. Na'a mau lava 'o fili ke faka'atā kimautilo kiate Ia pea tukulolo kotoa 'emau mo'uí—kuohilí, lolotongá, mo e kaha'ú—pea mo homau lotó kiate Ia. Ko e sitepu 3 ko ha ngāue ia 'o e tau'atāina ke filí. Ko e fili mahu'inga taha ia 'oku tau fakahoko 'i he mo'uí ko 'ení.

Na'e fakahoko 'e 'Eletā Niila A. Mekisuele 'a e fakamatalá ni fekau'aki mo e fili mahu'inga taha ko 'ení: "Ko e fakavaivai'i ko ia ha loto 'o ha tahá ko e me'a fakafo'ituitui makehe pē ia 'oku fiema'u ke tau tuku 'i he 'ōlita 'a e 'Otuá. Ko ha tokāteline faingata'a ia, ka 'oku mo'oni. Ko e ngaahi me'a lahi kehe 'oku tau foaki ki he 'Otuá, neongo 'ene leleí,

ko e ngaahi me'a ia kuó Ne 'osi foaki mai pea kuó Ne faka'atā mai ia kiate kimautilo. Ka 'i he kamata ke tau fakavaivai'i kimautilo 'aki hono tuku hotau lotó kae fai e finangalo 'o e 'Otuá, 'oku tau foaki mo'oni leva ai ha me'a kiate Ia" ("Insights from My Life," *Ensign*, Aug. 2000, 9).

Na'e fakamatala'i 'e Palesiteni Poiti K. Peeka 'a 'ene fili ke fakavaivai hono lotó ki he 'Otuá pea mo e tau'atāina na'a ne ma'u mei he fili ko iá: "Mahalo ko e 'ilo lahi taha 'i he'eku mo'uí, 'a e tukupā ma'ongo'onga taha ta'e toe fehu'ia, na'e hoko ia 'i he faifai peá u falala ki he 'Otuá te u foaki pe momoi 'eku tau'atāina ke filí kiate ia—'o 'ikai ha fakafepaki pe fakamālohi. . . . 'O 'uhinga, . . . ke to'ó e tau'atāina ke fili 'a ha taha . . . pea pehē, 'Te u fai ki ho'ó fakahinohinó,' pea ako ai 'i hono fai iá 'oku toe lahi ange ho'ó tau'atāina" (*Obedience*, Brigham Young University Speeches of the Year [Dec. 7, 1971], 4).

'I he'emau fuofua 'alu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké, mahalo ne mau ongo'i ne teke pe fakamālohi'i kimautilo 'e ha ni'ihiki kehe ke mau ō ki

ai. Ka ke ngāue 'i he sitepu 3, na'e pau ke mau filii ke ngāue ma'amautolu pē. Na'a mau fakatokanga'i ko hono liliu ko ia 'emau mo'uí ko 'emau filii ia 'amautolu. Na'e 'ikai kaunga ia ki he fakakaukau pe ko e me'a ne fiema'u 'e homau ngaahi fāmili mo e ngaahi kaungāme'á. Na'e pau ke mau loto-fiemālie ke nofo 'i he fakaakeaké 'o tatau ai pē pe ko e hā e lau pe ngaahi filii 'a ha taha kehe.

'I he'emau ngāue'i 'a e sitepu hono 3, na'a mau ako ai ko e fakaakeaké ne mahulu ange e ngaahi ngāue 'a e 'Eiki 'i he'emau ngāue. Na'á Ne fakahoko 'a e maná 'i he taimi na'a mau fakaafe'i mai Ia ki he'emau mo'uí. Na'a mau filii ke faka'atā e 'Otuá ke Ne fakaakeake mo huhu'i kimautilu. Na'a mau filii ke faka'atā ke Ne tataki 'emau mo'uí, 'o manatu'i foki, 'okú Ne faka'apa'apa'i ma'u pē 'emau tau'atāina ke filii. Na'a mau foaki 'emau mo'uí ki Hono to'ukupú 'i he'emau filii ke hokohoko atu e polokalama fakaakeake ko 'eni 'oku nofotaha 'i he fakalaumālie.

'I he'emau fakahoko e sitepu ko 'eni, na'a mau ongo'i manavahē ki he ta'e'iloá. Ko e hā e me'a 'e hoko 'o kapau na'a mau fakatōkilalo pea tukulolo 'emau mo'uí mo e lotó faka'aufuli ke tokanga'i 'e he 'Otuá? Ko e tokolahi 'o kimautilu na'e fu'u faingata'a 'emau kei si'i, pea na'a mau manavahē ke mau toe tu'u laveangofua 'o hangē ko e fānau ikí. Koe'uhí ko e ngaahi a'usia he kuohili, na'a mau tui na'e 'ikai malava 'a e tukupā ki he fakaakeaké. Na'a mau mamata ki ha kakai kehe ne fu'u lahi ha ngaahi tukupā ne nau maumau'i, pea na'a mau maumau'i foki mo ha ngaahi tukupā lahi. Ka na'a mau filii ke 'ahi'ahi e me'a ne fokotu'u mai 'e homau ngaahi kaungāme'a ne fakaakeaké: "Oua 'e ala ki ai. 'Alu ki he ngaahi fakatahá. Kole ha tokoni." Na'e fakaafe'i kimautilu 'e kinautilu ne nau 'osi fakahoko e ngaahi sitepu 'o e fakaakeaké kimu'á ke mau 'ahi'ahi e tō'onga mo'ui fo'ou ko 'eni. Na'a nau tatali 'i he fa'a kātaki ke mau loto-fiemālie ke ki'i faka'atā pē ha potu mo'ó e 'Otuá.

'Oku fakahoko mai 'e Sisū Kalaisi 'a e fakaafe tatau: "Oku ou tu'u 'i he matapaá, mo tukituki: kapau

'e fanongo 'e ha taha ki hoku le'ó, mo to'o 'a e matapaá, te u hū atu kiate ia, pea te ma keinanga fakataha mo au" (Fakahā 3:20).

'I he kamata, na'e hoha'a pea momou 'emau ngaahi feingá. Na'a mau toutou foaki 'emau falalá kia Sisū Kalaisi pea mau toe to'o fakafoki pē ia. Na'a mau hoha'a he 'ikai ke Ne hōifua 'i he'emau feliliuaki pea to'o 'Ene tokoní mo e 'ofá meiate kimautilu. Ka na'e 'ikai ke Ne fai ia.

Na'a mau faka'atā māmālie pē 'a Sisū Kalaisi ke fakahaa'i Hono mālohi faifakamo'uí pea mo e malu 'i he muimui 'i Hono halá. Na'a mau takitaha fakatokanga'i na'e 'ikai ngata pē 'i he fiema'u ke mau li'aki e me'a ne ma'unimā ai kimautilu, ka na'e fiema'u foki ke mau tuku kotoa homau lotó mo 'emau mo'uí ki he 'Otuá. 'I he'emau fai iá, na'a mau 'ilo ai 'okú Ne fa'a kātaki mo tali 'emau ngaahi tō mo humu 'i he feinga ke fakavaivai kiate Ia 'i he me'a kotoa pē.

'Oku fakama'unga he taimi ni 'emau malava ke matu'uaki e 'ahi'ahi 'i he fakavaivai loto-fakatōkilalo ki he finangalo 'o e 'Otuá. 'Oku mau fakahaa'i 'emau fiema'u e mālohi 'o e Fakalelei 'a e Fakamo'uí, pea 'oku kamata ke mau ongo'i e mālohi ko iá 'i loto 'iate kimautilu, 'okú ne fakamālohia kimautilu ke fepaki mo e 'ahi'ahi hono hokó. Kuo mau ako ke tali e mo'uí 'i he ngaahi makatu'unga 'a e Fakamo'uí.

'E lava ke faingata'a kiate kimautilu 'a e fakavaivai ki he 'Otuá. 'Oku fiema'u ia ke mau toe fakatukupaa'i kimautilu ki Hono finangaló he 'aho takitaha, taimi 'e ni'ihii he houa kotoa, pe na'a mo e momeniti ki he momeniti. 'I he'emau loto-fiemālie ke fai iá, 'oku mau ma'u ai e 'alo'ofa mo e mālohi fakaivia ke fakahoko e me'a he 'ikai ke mau lava 'o fakahoko ma'amautilu.

'Oku hanga 'e he fakavaivai ma'u pē ki he finangalo 'o e 'Otuá 'o fakasi'isi'i 'a e loto-mafasiá mo 'omi 'ai ke 'uhingamālie ange 'emau mo'uí. 'Oku si'isi'i ange 'emau 'ite'ita 'i he fanga ki'i me'a iiki ne fa'a fakatupu 'ita kiate kimautilu. 'Oku mau tali e nunu'a 'o 'emau ngaahi angafaí. 'Oku mau fai

ki he kakai kehé 'o hangē ko ia 'e fakahoko 'e he Fakamo'uí kiate kinautolú. 'Oku mau tali 'a e mo'oni ko ia 'oku faingata'a 'a e mo'ui fakamatelié 'i he me'a 'oku mau sio ki ai, fakakaukau ki ai, mo ongo'í pea 'e 'i ai ma'u pē 'a e faingamālie ke ne 'omi 'a e mamahi mo e loto-'ita kiate kimautilu kae pehē foki ki he fiefiá.

'Oku mau fakafo'ou he 'aho takitaha 'emau tukupā ke fakavaivai ki he finangalo 'o e 'Otuá. Ko e me'a 'eni 'oku 'uhinga ki ai homau tokolahi 'i he'emau pehē, "Aho pē 'e taha he taimi." Kuo mau fili ke li'aki e loto-fefeká mo e tō'onga siokita na'e tupu mei ai 'emau ma'unimáá. Pea kuo mau fakakaukau ke fiefia 'i ha toe 'aho 'o e melino mo e mālohi 'oku ma'u mei he falala ki he 'Otuá mo 'Ene lelei, mālohí, mo e 'ofá.

'Oku tokoni e sitepu 1, 2, mo e 3 ke mahino kiate kimautilu e founa ke faka'aonga 'i ai 'a e tuí. Ko e taha 'o e ngaahi faka'ilonga mahino taha 'o e ngāue 'a e sitepu 3 ko 'emau loto-fiemālie ke falala ki he 'Otuá ke hoko atu ki he sitepu hokó.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga 'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue 'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'emau fakaakeaké.

Fili ke falala mo talangofua ki he 'Otuá

'Oku tokoni e ngaahi leá ni—na'e to'o mei he "Serenity Prayer" ne fa'u 'e Leniholo Nipá—'i he'etau fili ke falala mo talangofua ki he 'Otuá: "Otua, 'omai mu'a 'a e nonga ke u tali 'a e ngaahi me'a 'oku 'ikai ke u lava 'o liliú, loto-to'a ke liliu e ngaahi me'a te u lavá, mo e poto ke 'ilo 'i 'a e faikehekehé." 'Oku fenāpasi lelei e ngaahi leá ni mo e ngaahi lea

'a e Palōfita ko Siosefa Sāmitá 'i he Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 123:17: "Ko ia, . . . ke tau fai 'i he loto-fiefia 'a e ngaahi me'a kotoa pē 'oku tau ma'u 'a e mālohi ke faí; pea te tau toki lava 'o tu'u ma'u 'i he loto-fakapapau, ke mamata ki he fakamo'ui 'a e 'Otuá, pea ke fakahā mai 'a hono to'ukupú."

'Oku foaki mai 'e he 'Otuá 'a e nonga 'i he'etau falala ki He'ene malava ke tokoni 'i kinautolú. 'Oku tau tali neongo 'oku 'ikai ke tau lava 'o pule 'i e ngaahi fili mo e angafai 'a e ni'ihī kehé, ka te tau lava 'o fili 'etau tō'onga 'i he tūkunga takitaha 'oku tau fepaki mo iá. 'Oku tau fili loto-to'a ke falala ki he'etau Tamai 'i Hēvaní pea ngāue 'o fakatatau mo Hono finangaló. 'Oku tau foaki hotau lotó mo 'etau mo'uí ke Ne tokanga 'i. 'Oku tau fili ke talangofua kiate Ia mo tauhi 'Ene ngaahi fekaú.

'I he'etau fakaakeaké, kuo mau 'ilo ai 'oku fiema'ú ke mau toutou fakahoko e sitepu 3. Ko e taimi 'e ni'ihī 'oku hangē 'oku fiema'ú ia ke mau toutou fakatukupaa 'i e momeniti pe 'aho takitaha. 'Oku 'ikai mahu'inga ia pe ko e hā hono tu'o lahi 'oku fiema'ú ke mau fakahoko aí. Ko e taimi kotoa pē 'oku mau fakahoko ai iá, 'oku mau ongo 'i e tokoni mo e 'ofa 'a e 'Otuá, pea 'oku fakamālohia kimautilu 'i he'etau fakaakeaké. Na'e fakamanatu mai 'e 'Eletā Niila A. Mekisuele: "Oku 'ikai ke lava 'o fakahoko vave 'a e fakavaivai fakalaumālié, ka 'i he fakalalakaka māmālie, mo hono ngāue hokohoko 'aki 'o e ngaahi maka tu'u'angá. 'Oku taumu'a e ngaahi maka tu'u'angá ke tau manga mei he tu'u'anga 'e taha ki he tu'u'anga 'e taha, 'i he taimi pē 'e taha. . . . 'E faifai pea toki lava 'o 'folo hifo 'a hotau lotó 'e he finangalo 'o e Tamai' 'i he'etau 'loto-fiemālie ke fakavaivai . . . 'o hangē 'oku fakavaivai 'e ha tamasi 'i si 'i ki he'ene tamai' (vakai, Mōsaia 15:7; 3:19)" ("Consecrate Thy Performance," *Ensign*, May 2002, 36).

Toe vakai 'i mo fakafo'ou 'a e ngaahi fuakava mo e 'Otuá

'E lava ke hangē 'a e falala ki he 'Otuá 'i he me'a kotoa peé ko hono tui ha matasio'ata fo'ou pea

vakai lelei ki he me'a kotoa pē. 'I he'emaui fiali ke tafoki homau lotó ki he 'Otuá, 'oku mau kamata ai ke a'usia e fiemālie mo e fiefia 'oku ma'u mei he fekumi mo fakahoko e finangalo 'a e Tamai Hēvaní. Ko e founa 'e taha 'oku mau fakahaa'i ai 'emaui loto-fiemālie ke falala ki he 'Otuá ko e teuteu ke ma'u 'i he taau 'a e sākalamēnití.

Talanoa mo ho'o pīsope pe palesiteni fakakoló fekau'aki mo ho ma'unimaa pea mo ho'o fili ke muimui ki he finangalo 'a e 'Otuá. Fai ho lelei tahá ke 'alu ki he houalotu sākalamēnití he uike takitaha. 'I ho'o moihuú, fakafanongo fakalelei ki he lotu tāpuaki'i 'o e sākalamēnití pea fakakaukau ki he ngaahi me'a'ofa 'oku foaki atu 'e he Tamai Hēvaní ma'au. Fakafo'ou leva ho'o tukupā ke tali mo muimui ki Hono finangalo ma'a ho'o mo'uí 'aki hono ma'u e sākalamēnití kapau 'oku tui ho pīsope pe palesiteni fakakoló 'okú ke mateuteu ke fakahoko ia.

'I he tupulaki ho'o fakaakeaké, te ke 'ilo ai 'okú ke loto-fiemālie ange ke kau 'iate kinautolu 'oku faka'apa'apa ki he feilaulau 'a e Fakamo'uí. Te ke kamata ke a'usia 'a e mo'oni ko ia "'oku 'ikai ha me'a 'e faingata'a ki he 'Otuá" (Luke 1:37).

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufofolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Ko hotau natulá ke kumi e founa faingofua taha mo fiemālie taha ki he fakaakeaké. Ka 'oku tau 'ilo he taimí ni 'oku 'aonga ange 'a e faitotonú mo e fakapapau'i. 'I he'etau vakai'i 'etau tali ki he ngaahi fehu'i ko 'eni mo 'etau kau faifakahinohinó pea mo e ni'ihí kehé, 'oku mahino ai 'etau ngaahi fakakaukáu mo e taumu'á.

Fakafenāpasi mo e finangalo 'o e 'Otuá

"Fakalelei kimoutolu ki he finangalo 'o e 'Otuá, kae 'ikai ki he lotu 'o e tēvoló pea mo e kakanó; pea manatu, 'o ka 'osi ho'omou fakalelei 'a kimoutolu ki he finangalo 'o e 'Otuá, 'oku ngata pea fou 'i he 'alo'ofa pē 'a e 'Otuá 'a homou fakamo'uí" (2 Nifai 10:24).

- 'Oku 'uhinga ki he hā 'a e fo'i lea *fakalelei*?

- 'Oku 'uhinga ki he hā ke u mo'ui 'o fakafenāpasi mo e finangalo 'o e 'Otuá?

- Te u lava fēfē nai ke ongo‘i e mālohi fakaivia ‘o e ‘Otuá ‘i he‘eku mo‘uí ‘i he‘eku tafoki kiate Iá?

- ‘Oku fēfē ‘eku ongo ki hono tuku ke tataki ‘e he ‘Otuá ‘eku mo‘uí?

- Ko e hā ha me‘a ‘okú ne ta‘ofi ai mei hono faka‘atā Ia ke Ne tataki ‘eku mo‘uí?

Fakavaivai ki he finangalo ‘o e ‘Otuá

“Na‘e fakama‘ama‘a ‘a e ngaahi kavenga ‘a ia na‘e hilifaki kia ‘Alamā mo hono kāingá; ‘io, na‘e fakamālohi ‘a kinautolu ‘e he ‘Eikí koe‘uhi ke nau lava ‘o fua faingofua ‘a ‘enau ngaahi kavengá, pea nau fakaongoongo ‘i he fiefia mo e fa‘a kātaki ki he finangalo kotoa pē ‘o e ‘Eikí” (Mōsaia 24:15).

Na‘e mei lava ‘e he ‘Otuá ‘o to‘o e ngaahi kavenga ‘a ‘Alamā mo hono kakaí. Ka na‘á Ne fakamālohia kinautolu “ke nau lava ‘o fua faingofua ‘a ‘enau ngaahi kavengá.” Fakatokanga‘i ange na‘e ‘ikai ke nau lāunga ka na‘a nau fakavaivai fiefia pē mo fa‘a kātaki ki he finangalo ‘a e ‘Otuá. Fakakaukau ki he loto-fakatōkilalo ‘oku fiema‘u ke loto-fiemālie ai ke fakama‘ama‘a māmālie ha kavenga mafasia kae ‘ikai vave.

- ‘Oku ‘uhinga ki he hā ‘a e fakavaivai ki he ‘Otuá?

- 'Oku founa fēfē 'eku fakavaivai?

- Ko e hā e ongo 'oku ou ma'u fekau'aki mo e fakavaivai loto-fiemālie mo fa'a kātaki ki he taimi 'a e 'Otuá?

- Te u ma'u fēfē 'a e loto-to'a ke kei feinga pē ke muimui ki Hono finangaló?

'Aukai mo lotu

"Na'a nau fa'a 'aukai mo lotu, pea nau faka'au 'o mālohi ange ai pē 'i honau loto-fakatōkilaló,

mo tu'u mālohi ai pē 'i he tui kia Kalaisí, 'o a'u ki hono fakafonu honau laumālié 'aki 'a e fiefia mo e fiemālie, 'io, 'o a'u ki hono fakahaohaoa'i mo fakamā'oni'oni'i honau lotó, 'a ia ko ha fakamā'oni'oni'i 'oku hoko tupu mei he'enu fakavaivai'i 'a honau lotó ki he 'Otuá" (Hilamani 3:35).

- 'Oku fakamatala'i 'e he veesi ko 'ení 'a e kakai na'a nau fakavaivai'i honau lotó ki he 'Otuá. 'Oku tokoni fēfē 'a e 'aukaí ke fakavaivai'i hoku lotó ki he 'Otuá pea fakamama'o mei he ma'unimaá?

- Te u tukupā nai ke lotu 'i he momeniti 'o e 'ahi'ahi ke ma'u ha loto-fakatōkilalo mo e tui kia Kalaisi? Ko e hā hono 'uhinga 'oku 'io pe 'ikai ai?

- 'Oku mālohi fēfē 'eku loto-fiemālie ke fakavaivai'i hoku lotó ki he 'Otuá kae 'ikai ki he ma'unimaá?

Tau fakatōkilalo 'i he 'ao 'o e 'Otuá

“Kae vakai, na'á ne fakahaofi 'a kinautolu koe'uhi na'a nau fakavaivai'i 'a kinautolu 'i hono 'aó; pea koe'uhí ko 'enu fu'u tangi lahi kiate iá na'á ne fakahaofi ai 'a kinautolu mei he nofo pōpulá; pea 'oku ngāue pehē 'a e 'Eiki 'i he me'a kotoa pē 'i hono māfimaí 'i he fānau 'a e tangatá, pea mafao atu 'a e to'ukupu 'o e 'alo'ofá kiate kinautolu 'oku falala kiate iá" (Mōsaia 29:20).

Ko 'etau loto-fakatōkilaló ko ha fili ia. 'E lava ke 'ahi'ahi'i kitautolu ke tau tui neongo kuo tokoni'i

'e he 'Otuá e ni'ihī kehé, ka he 'ikai ke Ne tokoni'i kitautolu koe'uhí 'oku tau ngāvaivai mo siva e 'amanakí. Te tau lava 'o 'ilo'i 'oku loi 'eni. Ko hono mo'oní ko e fānau kitautolu 'a e 'Otuá.

- 'Oku tokoni fēfē 'a e 'ilo ko 'enī ke u loto-fakatōkilalo pea fekumi ki he tokoni 'a e 'Otuá?

- Ko e hā ha ngaahi fakakaukau kehe mo e tui hala fekau'aki mo e 'Otuá pea mo au kuó ne ta'ofi 'eku tautapa ki he 'Otuá ke fakahaofi au mei he nofo pōpulá?

Fili ke falala ki he 'Otuá

“Ko hoku lotó ke mou loto-fakatōkilalo, mo anganofu mo angavaivai; pea ako'ingofua; pea mohu 'i he kātaki mo e fa'a kātaki fuoloa; pea anga-fakapotopoto 'i he me'a kotoa pē; pea faivelenga ma'u ai pē 'i he tauhi 'o e ngaahi fekau 'a e 'Otuá; pea kole 'a e me'a kotoa pē 'oku 'aonga ke mou ma'ú, ko e me'a fakalaumālie mo e me'a fakatu'asino fakatou'osi; pea fakafeta'i ma'u ai pē ki he 'Otuá koe'uhi ko e me'a kotoa pē 'oku mou ma'ú” (Alamā 7:23).

Ko e falala ki he 'Otuá ko ha fili ia. 'Oku hoko 'a e fakaakeaké 'i he mālohi 'o e 'Otuá ka 'i he hili pē 'etau fili ke fakavaivai ki Hono finangaló. 'Oku fakaava leva 'e he 'etau filí 'a e hala ke tafe mai ai Hono mālohí ki he 'etau mo'uí. 'Oku fakamatala'i 'e he potufolofola ko 'enī 'a e ngaahi 'ulungaanga 'oku tau fiema'u ke fakavaivai'i ai 'etau mo'uí mo hotau lotó ke tokanga'i 'e he 'Otuá.

- Ko e fē 'i he ngaahi 'ulungaanga ko 'enī 'oku te'eki ke u ma'ú?

- Ko hai ‘e lava ‘o tokoni mai ke u fakatupulaki ‘a e ngaahi ‘ulungaanga ‘oku te’eki ke u ma’ú?

- Ko e fē ‘a e ngaahi ‘ulungaanga te u lava ‘o ngāue ki ai he ‘aho ní?

- Ko e hā ha me’ā te u lava ‘o fai he taimí ni ke kamata hono fakatupulaki e ngaahi ‘ulungaanga ko ‘ení?

Hoko ‘o hangē ha ki’i tamasií

“Ko e tangata fakakakanó ko e fili ia ki he ‘Otuá, pea kuo pehē ai pē ia talu mei he hinga ‘a ‘Ātamá, pea ‘e pehē ai pē, ‘o ta’engata pea ta’engata, kae ‘oua kuó ne talangofua ki he ngaahi fakahinohino ‘a e Laumālie Mā’oni’oni, pea lí’aki ‘a e tangata fakakakanó kae hoko ko ha tangata mā’oni’oni ‘i he fakalelei ‘a Kalaisi ko e ‘Eikí, pea hoko ‘o anga tatau mo ha tamasi‘i si‘i, angavaivai, angamalū, loto-fakatōkilalo, fa’a kātaki, fonu ‘i he ‘ofa, pea loto-fiemālie ke fakavaivai ‘i he me’ā kotoa pē ‘oku ‘afio‘i ‘e he ‘Eikí ‘oku lelei ke ne fáí, ‘o hangē ‘oku fakavaivai ‘e ha tamasi‘i si‘i ki he’ene tamaí” (Mōsaia 3:19).

Na’e a’usia ‘e homau tokolahi ‘a e angakovi mei he mātu’á pe kau tauhi fānaú, ko ia ‘oku faingata’a

pea malava ke fakailifia ‘a e hoko “‘o hangē [ko] ha tamasi‘i si‘i.”

- Ko e tūkunga nai ‘eni ‘oku ou fepaki mo iá? ‘Oku ‘i ai nai ha ngaahi palopalema ‘oku te‘eki ke u fakalelei‘i mo ha mātua’?

- Ko e hā ha me‘a te u lava ‘o fai ke fakamavahevahe‘i ‘eku ngaahi ongo ki he‘eku ongomātu‘á mei he‘eku ngaahi ongo fekau‘aki mo e ‘Otuá’?

Fefolofolai mo e ‘Otuá

“Pea tū‘ulutui [‘a Sisū], mo lotu, ‘o ne pehē, ‘E Tamai, kapau ko ho finangaló, ‘ave ‘a e ipú ni ‘iate au: kae ‘oua na‘a fai hoku lotó, ka ko e finangalo ‘o ‘ou’” (Luke 22:41–42).

‘I he lotú ni, na‘e fakahaa‘i ai ‘e he Fakamo‘uí ‘a ‘Ene loto-fiemālie ke fakavaivai ki he Tamai Hēvaní. Na‘á Ne fakahaa‘i Hono lotó, ka na‘á Ne fakahoko fakatōkilalo leva e finangalo ‘o ‘Ene Tamaí. Ko ha tāpuaki ke tau lava ‘o fakahā ki he ‘Otuá ‘a e ngaahi ongo ‘oku tau ma‘ú.

- ‘Oku tokoni fēfē hono ‘ilo‘i ko ia ‘oku mahino ki he Tamai Hēvaní ‘eku ilifiá, mamahí, pe ko ha fa‘ahinga ongo pē ‘oku ou ma‘u, ke u lea mo‘oni ai ‘o pehē, “Ke fai ho finangaló”?



Sitepu 4: Hiki ha fakamatala hangatonu mo loto-to'a 'o fekau'aki mo 'etau tu'unga angatonu.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Mo'oni

Ko e taumu'a 'o e sitepu 4 ke vakai ki hotau kuohilí ke mahino lelei ange hotau ngaahi vaivaí pea 'ilo'i e me'a okú ne ta'ofi kitautolu mei he'etau hoko 'o hangē ko e Fakamo'uí mo tokoni ki he ni'ihi kehé. Hangē ko 'ení, 'oku hanga 'e he ilifiá, tuli tonuhiá, mo e faka'ikai'i 'o fakapuliki 'etau malava 'o vakai lelei. Ka he 'ikai ke tau lava 'o liliu ha me'a kapau 'oku 'ikai ke tau 'ilo'i kakato ia. 'Oku tokoni 'etau vakai'i pē kitá ke mahino kiate kitautolu e me'a kotoa 'okú ne fakafe'atungia'i 'etau fakaakeaké. 'Oku fiema'u hono tohi 'etau vakai'i pē kitá ke tau faitotonu fekau'aki mo kitautolu mo e feitu'u kuo tau 'i aí kae lava leva ke tau kole ki he 'Otuá ke tokoni'i kitautolu ke tau liliu, hoko 'o lelei ange, pea fakamo'ui.

Kuo tau a'usia kotoa ha ngaahi me'a faingata'a. Kuo kafo hotau lotó, pea kuo tau ma'u ha ngaahi lavea fakaeloto fakamamahi. Na'a tau tafoki ki ha ngaahi me'a fakatupu ma'unimā mo ha ngaahi tō'onga na'a ne fakaongonoa e mamahí, pea tau fakahoko leva ha ngaahi fili ke hokohoko atu e fekumi ki he fakafiemālie fakataimi ko 'ení. Na'e fakatupu 'e he

ngaahi tō'onga ko 'ení ha mamahi lahi ange, 'a ia na'e 'omi ai ha 'uhinga lahi ange ke faka'aonga'i e ma'unimaá ke matu'uaki ia. Na'e hoko e ngaahi mamahi 'o e mo'uí mo 'emau tō'onga ma'unimaá ko ha ngaahi mo'unga 'o e ongo'i maá na'a mau feinga ke fakapuliki, fakangaloki, pe faka'ikai'i.

Na'e uesia 'e he'etau ma'unimaá, ilifiá, mo e faka'ikai'i 'a 'emau malava ke fakakaukauloto mo'oni fekau'aki mo 'emau mo'uí. Na'a mau faka'ikai'i pe 'ikai mahino kiate kimautolu e maumau mo e faka'auha ne fakatupu 'e he'etau ma'unimaá 'i homau ngaahi vā fetu'utakí. Ko ia ne mau fai e me'a kotoa ne mau lavá ke fakangaloki, fakatonuhia'i, pe lohiaki'i pē kimautolu ke fefa'uhi mo 'emau mamahí. Ko hono olá, na'e 'ikai ke mau lava 'o fakatokanga'i e lahi 'o 'emau ngaahi fehālákí pe na'a mau feinga ke fakangaloki ia. Na'a mau loi lahi kiate kimautolu pē na'e 'ikai ke mau toe lava 'o manatu ki he kongá lahi homau kuohilí. Na'e kole mai 'e he'etau kau fakahinohinó mo e ni'ihi kehe 'i he ngaahi kulupu fakaakeaké ke mau fakahoko e ngāue lahi mo fakahā kiate kimautolu e me'a kuo ala ngalo pe na'e 'ikai ke mau fie mamata ki aí. Ko e toki taimi pē ia 'e lava ke mahino ai kiate kimautolu

'oku mau fiema'u e Fakamo'uí ke fakamo'ui kimautilu.

Na'e ngali taulöfu'u pea 'ikai malava he taimi 'e ni'ihí 'a e fakakaukau ki hono toe vakai'i homau kuohilí pea tohi 'o kau ki aí. Na'e fiema'u ha feinga mo e ngāue lahi ke fakahoko 'ení. Na'e pau ke mau fekumi 'i homau lotó mo e 'atamaí ke manatu'i 'emau ngaahi a'usia 'i he kuohilí, pea na'e faingata'a ke mau tohi ia. Ko e me'a mahu'ingá ke tangutu hifo pea kamata hono tohi. Na'e fakamālohi'i ai kimautilu ke fakaangaanga 'emau falala ne toe fakamālohia 'i he 'Otuá. Na'e hanga 'e he'emau 'amanaki lelei 'e lava 'o fakamo'ui, fakamolemole'i, mo fakatau'atāina'i kimautilu mei he pōpulá, 'o 'omi 'a e loto-lahi ke mau feingá. Na'a mau kole ki he 'Otuá ke tokoni mai ke mau ikuna'i 'emau tailiilí. Na'a mau kole ki te tokoni mai ke mau manatu'i pea fehangahangai loto-lahi mo 'emau ngaahi fehalaāki mo e mamahí. Na'a Ne fanongo mai pea na'a Ne 'i ai ma'amautolu.

Na'e mahu'inga 'emau kau faifakahinohinó 'i he tokoni ke mau laka loto-to'a ki mu'a 'i he sitepu ko 'ení. Koe'uhí na'a nau 'osi foua e sitepu ko 'ení, na'a nau lava ai 'o fakalotolahi'i kimautilu mo tokoni ke mau vakai lelei ki homau kuohilí. Na'e 'ikai ke mau fakahoko lelei ia, ka ne mau fai homau lelei tahá. Pea 'i he iku'angá, na'e fe'unga pē ia. 'I hono fakatokanga'i mo 'ilo'i e ngaahi me'a fakatupu 'auha 'i he'emau mo'uí, na'a mau fakahoko ai ha sitepu mahu'inga ki hono fakatonutonu kinautilú. Na'a mau 'ilo foki ne tokoni ke mau fakatokanga'i e lelei 'i homau kuohilí mo fakakau 'i he'emau vakai'i fakatāutahá 'a e ngaahi me'a lelei na'a mau fakahokó pea mo e mālohi ne mau fakatupulakí. Na'e tokoni e sitepu 4 ke mau fakahoko ki he 'Otuá ha fakamatala totonu 'o e tu'unga 'oku mau 'i aí, kau ai homau ngaahi vaivai mo e ngaahi mālohí fakatou'osi.

'Oku hoko e ngaahi lisi ko 'eni ne tohi 'o kau ki he'emau ngaahi 'itá, tailiilí, mamahí, mo e mālohi ko ha me'a mahu'inga 'i he'emau fononga ki he fakaakeaké. 'I he faifai pea tau hoko atu ki he sitepu 6 mo e 7, te tau faka'aonga'i 'etau ngaahi vakai'i

fakatāutahá ke toe vakai'i e ngaahi vaivai 'okú ne kei puketu'u kimautilu 'i he ngaahi tō'onga fakatupu 'auhá. Hangē ko 'ení, ko e hikisiá mo e tailiilí na'a ne ta'ofi kimautilu mei he'emau fakahaa'i 'emau ngaahi fehalaāki, 'a ia na'e fakatupu ai ke mau maumau'i homau ngaahi vā fetu'utakí mo e falalá. Pea 'i he'emau fakaofi ki he sitepu 8 mo e 9, ko e kakai ko ia mei he'emau ngaahi vakai fakatāutahá te tau ma'u e faingamālie ke fakamolemole'i mo fakalelei mo kinautilú.

Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'u ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Hiki ha vakai'i fakatautaha 'i he tokoni atu ha taha fakahinohino

Ko e sitepu 'eni 'oku tau kamata ai ke faka'aonga'i 'etau tuí 'o fakafou 'i he'etau ngaahi ngāue (vakai, Sēmisi 2:17–18). Ko e sitepu faingata'a taha 'eni ki hotau tokolahi. 'E lava ke faingata'a, fakamamahi, mo lōmekina, pea te tau ala ongo'i 'oku fiema'u ke tau ha'isia ki he me'a kotoa pē 'i hotau kuohilí. Ka neongo ia, 'oku 'ikai fiema'u ia ke hoko hono tohi 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá. ko ha ngāue faingata'a. Te tau lava 'o tangutu, lotu, pea kamata tohi, 'o a'u pē kapau te tau tohi kau ki ha fehu'i pe me'a na'e hoko 'e taha pē.

Kātaki 'o toe vakai'i e ngaahi sipinga mo e ngaahi tefito'i mo'oni 'i he fakamatala fakalahí (hangē ko e la'ipepa ngāue). Te tau lava 'o faka'aonga'i ha taha 'o e ngaahi sipinga ko 'ení ko ha sipinga ke tokoni ke tau kamata ai. Kapau te tau 'ai ke fu'u faingata'a e ngāue ko 'ení, 'e faingata'a ange ia ke tau kamata pe fakalalakaka. Ko ia 'i he'etau tohi

‘etau fuofua vakai‘i fakatāutahá, ‘e lelei taha ke ‘ai pē ke faingofua. Te tau lava mā‘u pē ‘o toe foki ki ai ‘i he‘etau hokohoko atu ke ngāue‘i e ngaahi sitepú. Kātaki ‘o ngāue mo ho tokotaha fakahinohinó ‘i ho‘o tohi ho‘o vakai‘i fakatāutahá. ‘Oku tāpuekina kitautolu ‘e he ‘Otuá ‘i he‘etau fakahoko e ngāué ni, pea he ‘ikai ke tau teitei faka‘ise‘isa ai.

Ako mo Mahino

‘E lava ke tokoni ‘a e ngaahi potufofolofoa mo e ngaahi lea ko ‘eni mei he kau taki ‘o e Siasí ‘i he‘etau fakaakeake mei he ma‘unimáá. Te tau lava ‘o faka‘aonga‘i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu‘i ke faitotonu pea fakamatala pau ‘i he‘etau tohi ke mā‘u e me‘a ‘aonga taha mei aí.

Ko e ma‘unimáá ko ha faka‘ilonga

“He ko e ngaahi mahalo ‘o hono lotó, ko ia ai pē ia” (Lea Fakatātā 23:7).

Ko e tokolahi ‘o kitautolu ‘oku tau pehē ko e ngaahi me‘a ‘okú ne mā‘unimā kitautolú ko ha palopalema fakatu‘asino. Nā‘a mau ‘ohovale ke ‘ilo ko ‘emau ngaahi fakakaukaú, ongó, mo e tuí ‘a e tupu‘anga ‘o ‘emau tō‘onga mā‘unimáá. Ko e me‘a ‘oku ngalingali ke mau mo‘unofoa aí ko e faingata‘a hono fakataha‘i e ‘atamáí, sinó, mo e tō‘onga fakakaukaú. Kuo mau vakai ko ‘emau tō‘onga mā‘unimáá ‘oku ‘ikai ko e tefito‘i palopalemá ia ka ko ha founga fakalelei‘i fakatu‘utāmaki ia ki he‘emau ngaahi palopalema mo‘oní.

- ‘E tokoni fēfē ‘a e fakakaukau ko ‘eni fekau‘aki mo ‘eku mā‘unimáá ke u hoko atu ‘i hono tohi ‘eku vakai‘i fakatāutahá?

Fai ha vakai‘i fakataautaha

‘Oku tau vakai ‘i he folofolá ki ha ngaahi fakaafe lahi ke vakai‘i lelei mo mo‘oni kitautolu. ‘Oku mā‘u ha sipinga faka‘ofo‘ofa ‘i he ‘Alamá 5:14. Nā‘e fai ‘e he palōfita ko ‘Alamá e ngaahi fehu‘i vakai‘i fakataautaha ko ‘ení: “Kuo mou fanau‘i fakalaumālie koā ‘i he ‘Otuá? Kuo mou mā‘u koā hono tataú ‘i homou fofongá? Kuo mou ongo‘i koā ‘a e fu‘u liliu lahí ni ‘i homou lotó?” ‘Oku mau fokotu‘u atu ke ako e toenga ‘o e ‘Alamá vahe 5 ki ha toe ngaahi sipinga lahi ange ‘o e ngaahi fehu‘i vakai‘i fakatāutahá te tau lava ‘o fehu‘i loto kiate kitautolú.

‘E lava ke tokoni ‘aupito hono vakai‘i fakataautaha e tu‘unga ‘oku tau lolotonga ‘i aí. Hangē ko ‘ení, ko ha pisinisi ‘oku ‘ikai ke nau lau mā‘u pē ‘enau koloá mo e ngaahi mo‘uá ‘oku ‘ikai fa‘a tupu ia. Ko hono lau ‘o e koloá ko ha faingamālie ia ki he kau pule pisinisi ke nau fakapapau‘i e me‘a ‘oku mahu‘ingá pea totonu ke tauhi pea mo e me‘a ‘oku ta‘é‘aonga pea totonu ke lí‘akí. Kapau ‘e tō ‘a e kau pule pisinisi ki he tauhele ‘o e ta‘efaitotonú mo lohiaki‘i pē kinautolu kau ki he natula mo‘oni ‘o e koloá, he ‘ikai ke nau lava ‘o fai ha ngaahi fili totonu fekau‘aki mo e mahu‘inga ‘o ‘enau koloá.

Ko e me‘a tatau pē, ‘oku mahu‘inga ke tau vakai mo‘oni ki he‘etau mo‘uí mo e ‘ulungāngá.

- ‘I he‘eku lotu ‘o kole ki he ‘Otuá ke tokoni mai ke u faitotonú, ko e hā ‘oku ako‘i mai ‘e he Laumālie Mā‘oni‘oní ‘o fekau‘aki mo ‘eku fakahema ke faka‘ikai‘i hoku tu‘ungá mo e ngaahi tūkunga mo‘oní?

- Kuó u lohiaki‘i fēfē nai au fekau‘aki mo hoku ngaahi vaivai?

- Kuo founa fēfē ‘a e ‘ikai ke u lava ‘o vakai ki hoku mahu‘inga mo‘oní mo e mālohí?

Fehangahangi mo hotau kuohilí

“Pea ‘o kau ka holi ke fiefia, ‘oku tangi ‘a hoku lotó koe‘uhi ko ‘eku ngaahi angahalá; ka neongo iá, ‘oku ou ‘ilo‘i ‘a ia ‘oku ou falala ki aí” (2 Nifai 4:19).

Lolotonga ‘emau vakai‘i fakatāutahá, na‘e ‘i ai ha ngaahi taimi ne mamahi ai homau lotó koe‘uhí ko ‘emau ngaahi angahalá pea mo e mamahi kuo mau fepaki mo iá.

- ‘E tokoni‘i fēfē nai au ‘i he falala ki he ‘Otuá ‘i he‘eku fakahoko ‘eku vakai‘i fakatāutahá mo fehangahangi mo ‘eku ngaahi angahalá mo e mamahí?

Falala te Ne fakamo‘ui kitautolu

“Falala [ki he ‘Eikí] ‘aki ho lotó kotoa; pea ‘oua na’a fa’aki ki ho poto ‘o’óu. “Ke ke fakaongoongo kiate ia ‘i ho hala kotoa pē, pea ‘e fakatonutonu ‘e ia ho ngaahi ‘alu’angá” (Lea Fakatātā 3:5–6).

‘E lava ha vakai‘i fakataautaha ‘o tokoni ke tau vakai ki he fakatātā fakalūkufuá. ‘Oku tokoni ia ke tau tokanga ki he ‘etau ngaahi fakakaukaú, ngaahi ongó, mo e angafái pea pehē foki ki he tokotaha kuo uestia ‘i he ‘etau ngaahi filí. Ko e ongo me’a angamaheni ‘i he ‘emaui vakai‘i fakatāutahá ko e tailiilí mo ha tōtu’a ‘o e falala pē kiate kitá. Ko e tukupā na’a tau fakahoko ‘i he sitepu 3 ke falala ki he ‘Otuá pea mo e fakaakeake ko ‘ení. Ko ‘etau vakai‘i fakatāutahá ko e sitepu hoko ia ‘o e fakaakeaké pea te ne ‘omi ha ngaahi fakakaukau mo‘oni ki he founga ke hoko atu aí.

- ‘E kehe fēfē nai ‘eku mo‘uí mo e ngaahi filí ‘o kapau te u tukuange ‘a e hikisiá pea filí ke fakafalala ki he ‘Otuá?

- Ko e hā ‘a e ongo‘i momou ‘oku ou ma‘u ki he hoko atu ‘i he ‘eku tukupā ke foaki ‘eku mo‘uí mo hoku lotó ke tokanga ‘i ‘e he ‘Otuá?

- ‘I he ‘eku kole ki he ‘Otuá pe te Ne tokanga ‘i au ‘i he sitepu kotoa pē ‘o ‘eku fakaakeaké, ko e hā e tali ‘oku ou ma‘u ‘i hoku lotó mo e ‘atamaí ‘o fakafou ‘i he Laumālie Mā‘oni‘oní? Manatu ‘i ‘e malava ke kehe e ‘ulungaanga ‘o e ‘Otuá ki hono tokanga ‘i kitautolú mei he me’a te tau filí ma’atautolú.

mo mālohi ‘eni ki he ‘etau tau ‘atāina ke filí” (Amy A. Wright, “Oku Fakamo‘ui ‘e Kalaisi ‘A ia Kuo Maumaú,” *Liahona*, Mē 2022, 82).

- Te u lava nai ‘o filí ke ma‘u ha fakakaukau fo‘ou ki he kakai ‘oku ou ‘ita aí? Kuo nau hangē nai ko aú ‘o mahamahaki fakalaumālie pea motuhi mei he ‘Otuá ‘i he taimi na‘a nau angakovi mai ai kiate aú?

- Kapau ‘oku ou fefa‘uhi mo e me‘á ni, te u liiu fēfē nai ‘eku founga ki hono lotua e kakai ko ‘ení?



Sitepu 5: Fakahā e natula totonu ‘o ‘etau ngaahi fehalaākí, kiate koe pē, ki he‘etau Tamai Hēvaní ‘i he huafa ‘o Sīsū Kalaisí, ki he ma‘u mafai lakanga fakataula‘eiki totonú, pea ki ha tokotaha kehe.

Tefito‘i Mo‘oni Mahu‘ingá: Vete-hiá

‘I hono ma‘unimā kitautolú, ‘oku ongo‘i li‘ekina pe tuenoa hotau tokolahi. Na‘a mo e ngaahi taimi ‘e ongo‘i ai ‘e ha ni‘ihi ha fehokotaki, na‘a mau ongo‘i hangē na‘a mau ‘i ha feitu‘u halá. Na‘e ongo‘i loto-mamahi homau tokolahi mo fakakaukau he ‘ikai tali pe ‘ofa ha taha ‘iate kimautilu, tautaefito kapau na‘a nau ‘ilo ‘a hono ma‘unimā kimautilú. ‘I he‘emau ha‘u ki he ngaahi fakataha fakaakeaké, na‘e kamata ke mau mavahe mei he fakamavahevahe ‘a ia ‘oku fakautuutu ai ‘a e ma‘unimaá. ‘I he kamatá, na‘e tangutu pē homau tokolahi ‘o fakafanongo, ka na‘e faifai pea mau ongo‘i malu fe‘unga ke vahevahe ‘emau ngaahi a‘usiá. Ka na‘a mau kei tukuloto‘i pē ‘iate kimautilu ha ngaahi me‘a lahi—ngaahi me‘a fakamā, ngalivale, fakatupu loto-mamahi, ko ha ngaahi me‘a na‘a ne ‘ai ke mau ongo‘i laveangofua.

‘E lava hono ngāue‘i e sitepu 4 ‘o toe fakafoki mai e ongo‘i mā mo ngalivale ko ‘ení, ko ia ‘oku mau

fokotu‘u atu ai ke ngāue‘i leva ‘a e sitepu 5 ‘i he hili pē hono fakakakato e sitepu hono 4. ‘E hangē hono fakatoloi iá ko hano ‘ilo‘i ha fo‘i lavea ‘oku kona kae ‘ikai fufulu iá. Na‘e ngali taulōfu‘u hono fakahaa‘i ‘emau ngaahi fehalaākí, ka ‘i he‘emau kole tokoni kia Sīsū Kalaisí, na‘á Ne ‘omi ‘a e loto-to‘a mo e mālohi.

Ne hangē hono vahevahe ‘emau vakai‘i fakatāutahá mo ‘emau kau fakahinohinó pea vete leva ia ki he‘emau pīsopé, ko e me‘a faingata‘a taha ia kuo mau fakahokó. Ka na‘e tokoni ‘a e kau mu‘akí ke mahino kiate kimautilu e mahu‘inga ‘o e sitepu ko ‘ení. Na‘e tokoni hono hiki ‘emau ngaahi vakai‘i fakatāutahá ke mau fakatokanga‘i kánokato ‘emau ngaahi fehalaākí, vaivaí, mo e ngaahi angahalá. Ka na‘e ‘ikai fe‘unga hono ‘ilo‘i pē kinautilú. ‘Oku tupulaki ‘a e ma‘unimaá ‘i he fakapulipulí. ‘I he‘emau ngāue ki he sitepu hono 5, na‘a mau motuhi ai e fakapulipuli ko iá. Na‘e akonaki ‘a Sisitā Kalo M. Setefano ‘o pehē, “‘Oku ‘ikai ma‘u

e 'amanaki lelei ia mo e faifakamo'uí 'i he vanu fakapo'uli 'o e fakapulipulí ka 'i he maama mo e 'ofa 'o hotau Fakamo'ui ko Sisū Kalaisi" ("Ko e 'Eiki Faifakamo'uí," *Liahona*, Nōvema 2016, 11). 'Oku teuteu'i kitautolu 'e he faitotonu kakatō ki he ngaahi sitepu hono hokó mo faka'atā ke fakamo'ui faka'aufuli kitautolu 'e Sisū Kalaisi.

Na'e akonaki 'a Palesiteni Sopenisā W. Kimipolo 'o pehē: "He 'ikai teitei hoko 'a e fakatomalá kae 'oua kuo hua'i 'e ha taha hono laumālié mo fakahaa'i 'ene ngaahi angafái 'o 'ikai toe kumi 'uhinga pe tuli tonuhia. . . . Ko kinautolu ko ia 'oku fili ke fepaki mo e palopalemá pea liliu 'enau mo'uí 'e lava ke nau 'ilo ko e hala faingata'a 'a e fakatomalá 'i he kamatá, ka te nau 'ilo ko e hala ia 'oku lelei angé 'i he'enau ma'u hono fuá" ("The Gospel of Repentance," *Ensign*, Oct. 1982, 4).

'I he'emau falala ki he 'Otuá mo ma'u ha loto-lahí, na'a mau fakakaukau ai ke ngāue ki he sitepu 5. Na'e 'ikai te mau fakapapau'i te mau lava 'o ikuna'i e ongo'i fakamā'ia lahi pehē mo e tailiili 'i hano fakasitu'a'i. Na'e kamata ha ni'ihī ke vahevahe pe vete-hia ka na'a nau mo'ulaloa ki he tailiilí pea na'e pau ke nau toe kamata. Na'a mau lotu 'o kole ki he 'Otuá ke tokoni mai ke mau ma'u e mālohi te mau fiema'ú. Na'e hoko hono vahevahe mo fakahaa'i 'emau fehalaākí ko ha a'usia ma'ongo'onga. 'I he'emau fai iá, na'a mau ongo'i e 'ofa 'a Sisū Kalaisi kiate kimautilú, 'a ia na'e 'omi ai e 'amanaki lelei 'e sai pē ia.

Neongo na'e tokoni mai 'emau kau faifakahinohinó ke tohi 'emau vakai'i fakatāutahá, ka na'e fiema'u ke mau vahevahe mo kinautolu 'emau vakai'i fakatāutahá pe ko ha tokotaha falala'anga 'e taha. Na'e kehe 'enau fakakaukau ki he ngaahi me'á, pea na'a nau tokoni ke mau vakai ki ha ngaahi sipinga na'e 'ikai ke mau sio ki ai. Na'a nau tokoni ke mahino lelei ange kiate kimautilú 'emau ngaahi fakahehema ki he ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo 'oku 'ikai lelei (hangē ko e loto-fefeká, tailiilí, hikisiá, faka'ofa'ia pē 'iate kitá, loto-koví, tuli tonuhia, 'itá, loto-mamahí, holi koví, mo e alā me'a

pehē). Na'e fakahaa'i 'e he ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo ko 'ení 'a e natula pea ko e fua ia 'o 'emau ngaahi fehalaākí. Ka na'e lava 'emau kau faifakahinohinó 'o vakai ki he lelei na'a mau ma'ú mo tokoni ke mau vakai ki he lelei ko iá.

Na'a mau vete-hia ki he'emau kau pīsope pe palesiteni fakakoló ha me'a pē na'e ta'efakalao pe te ne ta'ofi kimautilú mei hono ma'u ha lekomeni temipalé. Kapau na'a mau veiveiua 'i he me'a ke vete-hia ki aí, na'a mau fehu'i ki he'emau kau taki lakanga fakataula'eikí. Na'e kau 'i he'emau ngaahi vete-hiá 'a e kole ha fakamolemole meia Sisū Kalaisi 'o fakafou 'i he lotú pea mo e mafai totonu 'o e lakanga fakataula'eikí. Na'e fakatau'atāina 'a e a'usiá ni ki he tokolahi taha 'iate kimautilú. Na'a mau tukuange 'emau ngaahi kavenga mafasiá pea tuku ia 'i he ve'e to'ukupu kekeleke 'o e Fakamo'uí. Na'a mau ongo'i 'a e nonga, fiefia, mo e 'ofa. Na'e toputapu mo faka'ofa'ofa 'a e a'usiá ni.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Vahevahe 'etau ngaahi vakai'i fakatautaha mei he sitepu 4 mo 'etau kau faifakahinohinó pea vete 'etau ngaahi angahalá ki he 'Otuá mo e kau ma'u mafai lakanga fakataula'eiki totonú 'o ka fiema'u

Na'e fale'i 'e 'Alamā hono foha ko Kolianitoní ke "fakamo'oni'i 'a ['ene] ngaahi angahalá mo e me'a hala 'a ia kuó [ne] fá" ('Alamā 39:13). 'E lava ke hoko 'a e fale'i ko 'ení ko ha fakahinohino mo e tākiekina fakalaumālie ki hono ngāue'i e sitepu 5. 'Oku kau 'i he sitepu ko 'ení hono vahevahe

'etau ngaahi vakai'i fakatautaha mei he sitepu 4 mo ha taha kehe, ko e angamaheni ko ha taha faifakahinohino, 'a ia kuó ne 'osi fakahoko e ngāue pea 'e lava 'o tokoni mai ke tau vahevahe 'i ha founga mo'oni mo faka'auliliki. Kapau 'oku 'ikai ma'u ha tokotaha faifakahinohino, fili 'i he fa'a lotu ha taha falala'anga kehe, ko e lelei tahá ha taha ne ola lelei 'ene fakaakeaké. Faka'ehi'ehi mei ha taha 'okú ke mahalo'i te ne ala fakahoko ha fakahinohino ta'etotonu, 'oatu ha fakamatala hala, pe faingata'a ke ne tauhi e ngaahi me'a 'oku 'ikai fakahāhāholó. 'Oku mau fakatokanga atu foki 'i hono vahevahe 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá pea mo e kau mēmipa ofi 'o e fāmili. 'Oku mahu'inga ke fealea'aki mo 'etau kau pīsopé pe kau toketā faifale'i ke fili e taimi ke fakahā ai 'etau tō'ongá ki ha hoa mali ke lava 'o ta'ofi ha fakalavea 'e hoko ki ai 'i he kaha'ú.

Na'e akonaki 'a Sīsū Kalaisi ko e vete-hiá ko ha konga mahu'inga ia 'o e ngāue ki he fakatomalá 'o pehē: "Te mou 'ilo 'i he me'a ni 'o kapau 'oku fakatomala ha tangata mei he'ene ngaahi angahalá—vakai, te ne vete ia pea li'aki ia" (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 58:43). Ko ia ai, 'oku tau vete 'etau ngaahi angahalá ki he'etau Tamai Hēvaní 'i he huafa 'o Sīsū Kalaisi pea kolea 'Ene fakamolemólé. 'Ikai ngata ai, 'oku totonu ke tau vete ha ngaahi maumafono mamafa ange ki ha pīsope pe palesiteni fakakolo. Kapau 'oku 'ikai ke ke fakapapau'i e me'a ke vete-hia ki ai, fanongo ki ho konisēnisí pea tokanga ki he ngaahi angahala fakasekisuálé pe ngaahi tō'onga anga'uli kehé. 'I he taimi 'o e veiveiuá, manatu'i e fakaafe ke "mou ha'u pea ke tau alea fakataha" (Īsaia 1:18) pea alea'i ho'ona ngaahi fehu'i mo ho'ona taki lakanga fakataula'eikí.

"Neongo ko e ['Eikí] pē taha te Ne lava ke fakamolemólé 'i 'a e ngaahi angahalá, ka 'oku fakahoko 'e he kau taki lakanga fakataula'eiki ko 'eni ha fatongia mahu'inga 'i he ngāue 'i 'o e fakatomalá. Te nau tauhi 'o malu ho'ona vete 'e fakahokó pea mo tokoni'i koe 'i he fakatomala kakato. Lea totonu 'aupito kiate kinautolu. Kapau te ke vete fakakonga pē, 'o fakahā pē ho'ona fanga ki'i fehalaaki ikí, he 'ikai ke ke toe lava 'e koe 'o fakalelei'i ha ngaahi maumafono mamafa 'oku 'ikai fakahā. Ko e vave

ange ho'ona fakahoko 'eni, ko e vave ange ia ho'ona ma'u 'a e nonga mo e fiefia ko ē 'oku ma'u mei he mana 'o e fakamolemólé" (*Tú'u Ma'u 'i he Túú: Ko ha Huluhulu ki he Ongoongolelei* [2004], 53).

Faka'atā 'a e nonga ki he'etau mo'uí

'Oku 'omi 'e he fakatomalá mo e vete-hiá ha nonga ki he'etau mo'uí. Na'e fakamatala'i 'e 'Eletā Kuenitini L. Kuki e melino ko 'eni 'o pehē: "Kapau 'oku 'i ai ha maumafono mamafa, 'oku fiema'u ke fai hano vete kae ma'u ha nonga. Mahalo 'oku 'ikai ha me'a ia te ne fakatataua e nonga 'oku ma'u he taimi 'oku vete ai 'e he angahalá 'ene kavenga mafasiá ki he 'Eikí ka ne ma'u e ngaahi tāpuaki 'o e Fakalelei" ("Melino Fakatāutahá: Ko e Pale 'o e Angamā'oni'oni," *Liahona*, Mē 2013, 32).

Taimi 'e ni'ihī 'oku kei hokohoko atu pē 'a e kakai 'i he ngaahi fakataha fakaakeaké pe ngaahi tūkunga kehe 'a 'enau faiangahalá mo e tōnounou. Neongo 'oku nau vete ma'u pē 'enau ngaahi fehalaākí, ka 'oku 'ikai ke nau teitei ma'u ha nonga. 'Oua na'á ke fetu'oaki 'a e sitepu 5 mo ha holi ta'e'unua ke hokohoko atu 'a e ngaahi me'a 'oku 'ikai lelei. Ko e taumu'a 'o e sitepu 5 'oku fehangahangai 'aupito ia. 'Oku tau ngāue 'i he sitepu 5 ke 'oua te tau pīkitai ki he ngaahi me'a 'oku tau vete-hiá kae tukuange ia.

'I he'emaui fakakakato mo'oni mo faka'auliliki pē 'a e sitepu 5, na'e 'ikai ke toe 'i ai ha me'a ke fufuu'i. Na'a mau fakaho'ata 'a 'emaui holi ke "li'aki kotoa ['emaui] ngaahi angahalá" (Ālamā 22:18) kae lava ke mau ma'u ha 'ilo lahi ange ki he 'ofa 'a e 'Otuá pea mo e 'ofa 'a e kakai tokolahi ne nau tokanga mai kiate kimautiló.

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufofolofo mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeake mei he ma'unimaá. Te tau lava 'o faka'aonga 'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea

fakamatala pau ‘i he‘etau tohí ke ma‘u e me‘a ‘aonga taha mei aí.

Vete-hia ki he ‘Otuá

“Ko au, ko e ‘Eikí, ‘oku ou fakamolemole‘i ‘a e ngaahi angahala kiate kinautolu ‘oku vete ‘enau ngaahi angahalá ‘i hoku ‘aó ‘o kole ha fakamolemolé” (Tokäteline mo e Ngaahi Fuakava 64:7).

- ‘Oku tokoni fēfē hono vete ‘eku ngaahi angahalá ki he ‘Otuá ke u fakahoko ha ngaahi lilii lelei ‘i he‘eku mo‘uí? ‘Okú ne ‘omi fēfē ‘a e loto-lahi mo e mālohi ke u vete-hia ki ha tokotaha kehe?

Tokanga taha ki he ‘afio mai ‘a e ‘Otuá kiate kitautolú

“Oua ná‘a tuku ha tangata ke ne fakamafola ‘ene angamá‘oni‘oní; . . . kae tuku ke ne vete ‘ene ngaahi angahalá he vave tahá, pea ‘e fakamolemole‘i leva ia, pea te ne toki ‘omi ‘a e fua lelei” (Joseph Smith, in History, 1838–1856 [Manuscript History of the Church], volume C-1 Addenda, 46, josephsmithpapers.org).

- Ko e tefito‘i me‘a ‘e taha ‘oku to‘oa ai e kakai ‘oku fefa‘uhi mo e ma‘unimaá ko ha holi ko ia ke hā lelei ki he ni‘ihi kehé. ‘E ta‘ofi fēfē nai au ‘e he holi ko ‘ení mei he‘eku fakalakalaka mo “‘omi ‘a e fua lelei,” pe ngaahi ngāue lelei?

- ‘E lilii fēfē nai ‘eku tō‘ongá kapau ná‘a ku hoha‘a ange ki he ‘afio mai ‘a e ‘Otuá kiate aú?

Ke ke loto-fakamātoato

“Ilonga ia 'e fai angahala kiate aú, ke ke fakamāu 'i ia 'o fakatatau ki he ngaahi angahala kuó ne faí, pea kapau te ne vete 'ene ngaahi angahalá 'i ho 'aó pea mo hoku 'aó, pea fakatomala 'i he mo'oni 'o hono lotó, ke ke fakamolemole 'i ia, pea te u fakamolemole 'i ia foki” (Mōsaia 26:29).

'I he taimi 'oku tau vete ai 'etau ngaahi angahalá, kuo pau ke tau fakamātoato.

- Fakakaukau ki he founga 'oku hanga ai 'e hono fufuu 'i ha kongá 'eku vete-hiá 'o maumau 'i e fakamātoato 'o 'eku ngaahi feingá. Ko e hā ha kongá 'i he 'eku vakai 'i fakatāutahá, kapau 'oku 'i ai, 'oku 'ahi'ahi 'i au ke u fufuu 'i?

- 'E tāpuekina fēfē nai 'e Sisū Kalaisi 'eku mo'uí 'o kapau te u tomu'a vete e ngaahi me'a faingata'a tahá pea 'ave ia kiate Ia?

- Ko e hā ha me'a te u ma'u 'i hono fufuu 'i e kongá ko 'eni 'o 'eku vakai 'i fakatāutahá? Ko e hā ha me'a 'e mole meiate aú?

Vete 'etau ngaahi angahalá 'i he'etau fakatokanga'i pē kinautolú

“Na'e fakamahino kiate kinautolu 'i he ta'u tatau pē ko iá 'a 'enau faihalá, pea nau vete 'enau ngaahi halá” (3 Nifai 1:25).

- Ko e veesi ko 'ení ko ha sippinga ia 'o e kakai na'e 'ikai ke nau fakatoloi hono vete 'enau ngaahi fehalaákí 'i he'enau 'ilo'i pē iá. Ko e hā 'a e ngaahi lelei 'o hono vete 'eku ngaahi angahalá hili pē 'eku 'ilo'i iá?

- Ko e hā nai 'a e ngaahi nunu'a fakatu'utāmaki 'o kapau te u fakatoloi hono vete 'eku ngaahi angahalá?

Fakafiemālie'i 'a e loto-mafasiá mo ma'u 'a e nongá

“E 'ikai te u fie lea fuoloa ki ho'o ngaahi hiá ke fakamamahi'i ai ho laumālié, 'o kapau 'e 'ikai lelei ia kiate koe” ('Alamā 39:7).

Mahalo 'e pehē 'e he kakai 'e ni'ihí 'oku fu'u lahi e nofotaha 'a e sitepu 4 mo e 5 'i he ngaahi me'a 'oku 'ikai lelei pea 'oku fakalahi pē ia ki he mafasia 'o e fakaakeaké. 'Oku tau ako 'i he veesi ko 'ení, 'e tokoni 'etau 'ilo'i 'etau tōnounou mo fehangahangai mo 'etau ngaahi fehalaákí 'i he'etau fakaakeaké.

- Ko e hā ha ngaahi founa 'e lava ai 'e he sitepu 4 mo e 5 'o fakafiemālie'i 'eku loto-mafasiá mo 'omi ha nonga lahi angé?

Si‘aki ‘a e angahalá

“Te mou ‘ilo ‘i he me‘á ni ‘o kapau ‘oku fakatomala ha tangata mei he‘ene ngaahi angahalá—vakai, te ne vete ia pea li‘aki ia” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 58:43).

- ‘Oku ‘uhinga ‘a e si‘aki ha me‘á ke li‘aki pe tukuange faka‘aufuli ia. ‘Oku fakahaa‘i fēfē ‘e hono vete ‘eku ngaahi angahalá ‘a ‘eku loto-holi ke si‘aki ‘eku ngaahi anga motu‘á?

Series of horizontal lines for writing.

Series of horizontal lines for writing.

Blank writing area with horizontal lines.

Blank writing area with horizontal lines.



Sitepu 6: Mateuteu kakato ki hano to'o atu 'e he 'Otuá 'a e ngaahi vaivai kotoa 'i hotau 'ulungāngá.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Liliu 'o e Lotó

Na'e lavame'a homau tokolahi pea ma'u 'a e fakamo'ui 'i he sitepu hono 5. Na'a mau ofo mo hounga'ia 'i he liliu ne hoko kiate kimautilú. Na'e 'ilo 'e hamau tokolahi ne si'isi' i ange hono fakatauele'i kimautilu 'e homau ngaahi ma'unimaá. Na'e 'osi kamata mamata hamau ni'ihiki ki he ngaahi tāpuaki 'o e fakaakeaké. Na'a mau ongo'i ofi ange kotoa ki he Tamai Hēvaní pea ma'u ha nonga lahi ange 'i he'emaui mo'uí. 'I he ngaahi fu'u liliu lahi peheé, na'e fifili homau ni'ihiki pe ko e me'a pē 'eni na'e fiema'u ke mau fakahokó. Ka na'a mau kei fiema'u pē ha fakamo'ui lahi ange ke hokohoko atu mo pukepuke 'emaui fakaakeaké.

Na'a mau fakatokanga'i na'e hoko 'emaui faka'ehi'ehi ke toe 'ilonga ange e ngaahi vaivai 'i homau 'ulungāngá. Na'e lava ke mau vakai lelei ange ki he'emaui ngaahi palopalemá, koe'uhí na'e 'ikai ke mau toe faka'aonga'i e ma'unimaá ke hola mei ai. Na'a mau feinga ke mapule'i 'emaui ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo ne 'ikai

lelei, ka na'a mau kei ma'u pē ia, 'o fakailifia'i mo fakamanamana'i ai 'emaui mo'ui fo'ou 'i he fakaakeaké. Na'e fakatauele'i kimautilu ke faka'aonga'i 'emaui tō'onga ma'unimaá mo e loto-fefeká ke feinga ke mapule'i homau ngaahi vaivai mo fepaki mo e loto-mafasiá 'o hangē ko ia ne mau fakahoko he kuohilí.

Ko kinautilu ne mahino ki ai e ngaahi ola fakalaumālie 'o e fakaakeaké na'a nau tapou mai ke mau fakatokanga'i neongo 'oku lelei 'a e ngaahi liliu 'oku ho'ata ki tu'a 'i he'emaui mo'uí, ka 'oku 'i ai ha ngaahi tāpuaki lahi ange 'a Sīsū Kalaisi ma'amautilu. Na'e tokoni ha ni'ihiki kehe ke mau vakai kapau 'oku mau loto ke 'oua na'a ngata pē 'i he faka'ehi'ehi mei hono ma'unimā kimautilú kae mole mo e holi ke toe foki ki aí, kuo pau ke mau a'usia ha liliu 'o e lotó. Ko e holi ko 'eni ki ha liliu 'o e lotó ko e taumu'a ia 'o e sitepu hono 6.

Mahalo te ke fifili pe te ke lava fēfē 'o a'usia ha liliu pehē. 'E lava ke hangē 'a e sitepu 6, ko e ngaahi sitepu kimu'a aí, ko ha fu'u faingata'a 'oku taulōfu'u. 'Oua na'a ke loto-fo'i 'i he ngaahi ongo ko 'eni. Neongo 'ene fakamamahí, 'e ala fiema'u ke

ke fakahaa'i, hangē ko ia na'a mau fakahokó, 'oku 'ikai 'uhinga hono fakatokanga'i mo vete hotau ngaahi vaivai 'i he sitepu 4 mo e 5 'oku tau mateuteu ke li'aki ia. Mahalo te tau kei pikitai pē ki he'etau ngaahi founa motu'á 'i he'etau feinga ke fepaki mo e loto-mafasiá.

Ko e me'a 'oku fakatōkilalo lahi tahá ko e fakahaa'i 'oku tau feinga mahalo ke liliu kae 'ikai kau ai e tokoni 'a e 'Otuá. 'Oku fiema'u 'i he sitepu 6 ke tau tukulolo ki he 'Otuá 'a e toenga kotoa pē 'o e loto-hikisiá mo e loto-fefeká. Hangē ko e sitepu 1 mo e 2, 'oku fiema'u e sitepu 6 ke hokohoko atu 'etau fakatōkilaló mo tala mo'oni 'etau fiema'u e mālohi huhu'i mo liliu 'a Kalaisí. He ko hono mo'oní, kuo faka'atā 'e He'ene feilaulau fakaleléi ke tau ngāue'i 'a e sitepu takitaha 'o a'u mai ki he tu'unga ko 'ení. 'Oku 'ikai ha faka'atā makehe ki he sitepu 6.

'I he'etau ha'u kia Sisū Kalaisi pea kole tokoni 'i he sitepu ko 'ení, he 'ikai ke siva ai 'etau 'amanakí. Kapau te tau falala kiate Ia mo fa'a kātaki 'i he fongá, te tau vakai ki hono fetongi māmālie 'etau hikisiá 'aki 'a e fakatōkilaló. Te Ne tatali fa'a kātaki mai ke 'osi 'etau feinga ke liliu 'iate kitautolu pē 'o 'ikai ha tokoní. 'I he'etau tafoki pē kiate Iá, te tau toe mātā 'Ene 'ofá mo e mālohí. Te tau lava 'o ma'u ha fakakaukau tau'atāina 'i hono fokotu'u angavaivai mai 'e he Laumālie ha tō'onga mo'ui 'oku lelei angé, kae 'ikai ko e pikitai ki he ngaahi tō'onga motu'á. 'E hōloa 'etau ilifia ki he liliú 'i he'etau fakatokanga'i 'oku mahino kia Sisū Kalaisi 'a e mamahi mo e ngāue lahi 'oku fiema'ú. 'Oku toe hoko 'eni 'i ha vaha'ataimi pea 'oku kehekehe ia kiate kitautolu takitaha. Ko hano fakahaa'i 'eni 'o e hokohoko atu hono tuku hotau lotó ki he 'Eikí. Ko ha founa 'oku hokohoko atu, ka 'oku 'ikai ko ha me'a 'oku hoko tu'o taha pē.

'I he fakama'u 'i hotau lotó 'a e founa 'o e ha'u kia Kalaisí, 'oku fetongi 'e he mo'oní 'a 'etau ngaahi tui hala na'á ne faka'ai'ai 'etau ngaahi fakakaukau mo e ongo ne 'ikai leléi. Te tau tupulaki 'i he mālohi 'i he hokohoko atu 'etau ako mo faka'aonga 'i e folofola

'a e 'Otuá. 'I he ngaahi fakamo'oni 'a e ni'ihiki kehé, 'e tokoni'i kitautolu 'e he 'Eikí ke tau 'ilo 'oku 'ikai ke tau mama'o mei Hono mālohi ke fakamo'uí. Ko e holi ko ia ke tukuaki'i e ni'ihiki kehé pe kumi 'uhinga ke hao ai mei he founa faingata'a ko 'ení, 'e fetongi ia 'aki 'a e holi ke ha'isia kiate Ia pea fakavaivai ki Hono finangaló. Na'e folofola 'a e 'Eikí 'o fakafou 'i he palōfita ko 'Isikelí, "Te u foaki . . . ha loto fo'ou kiate kimoutolu, pea te u 'ai kiate kimoutolu ha laumālie fo'ou; te u to'o 'o 'ave 'a e loto maká mei homou kakanó" ('Isikeli 36:26).

'Oku finangalo e Fakamo'uí ke tāpuaki'i kitautolu mo liliu hotau natulá. 'I he'etau tuku ke Ne fakahoko iá, te tau faaitaha ange ai mo Ia, 'o hangē pē ko 'Ene faaitaha mo e Tamai Hēvani. 'Oku finangalo 'a e Fakamo'uí ke tau mālōlo mei he tuenoa mo e tailiili na'e fakatupunga 'etau ma'unimaa. 'Okú Ne finangalo ke tāpuaki'i kitautolu 'aki 'Ene 'alo'ofa mo e mālohi 'oku malava ke tau ma'u 'o fakafou 'i He'ene feilaulau fakaleléi.

'I he'etau fakavaivai ki he ngaahi ue'i 'a e Laumālie pea sio ki he 'Otuá ke ma'u ha fakamo'ui 'o 'ikai ngata pē mei he ma'unimaa kae mei he ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá, te Ne liliu hotau natulá mo e 'ulungāngá 'o kapau te tau loto ki ai. 'E hanga 'e he fakautuutu e holi ke fakamā'oni'oni'i 'e he 'Otuá 'o teuteu'i kitautolu ki ha liliu 'i hotau natula mo'oní. Na'e fakamatala'i 'e Palesiteni 'Eselā Tafu Penisoni 'a e liliu ko 'ení 'o peheni:

“Oku ngāue 'a e 'Eikí mei loto ki tu'a. 'Oku ngāue 'a e māmaní mei tu'a ki loto. 'Oku to'o 'e he māmaní 'a e kakaí mei he koví. 'Oku to'o 'e Kalaisi 'a e koví mei he kakaí pea nau toki to'o 'a kinautolu mei he koví. 'E fakafōtunga 'e māmani 'a e [kakaí] 'aki hono liliu honau 'ātakaí. 'Oku liliu 'e Kalaisi 'a e [kakaí] pea toki liliu 'e he [kakaí] honau 'ātakaí. 'Oku fakafōtunga 'i 'e māmani 'a e 'ulungaanga 'o e tangatá, ka 'e lava 'e Kalaisi ke liliu e 'ulungaanga 'o e fa'ahinga 'o e tangatá. . . .

“Ofa ke fakalotoa kitautolu ko Sisū 'a e Kalaisí, fili ke muimui kiate Ia, liliu Ma'ana, tataki 'e Ia, ma'u

hake kiate Ia, pea toe fanau 'i fo'ou" ("Born of God," *Ensign*, Nov. 1985, 6–7).

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga 'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue 'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Loto-fiemālie ke liliu 'o fakafou 'i he mālohi 'o e 'Otuá

'I he'emau fuofua ako ki he sitepu 6, na'e pehē 'e homau ni'ihī, "'Io 'oku ou mateuteu ke to'o 'e he 'Otuá hoku ngaahi vaivaí!" Na'a mau ongo 'i fo' 'i he'emau ngaahi feinga lahi ne 'ikai ola lelei ke ikuna 'i homau ngaahi vaivaí 'iate kimautolu pé. Ka neongo ia, 'i he'emau fakalaululoto mo ma'u e tokoni mei he'emau kau faifakahinohinó, na'a mau 'ilo 'i ai ne lahi ange 'emau momou ke tukuange homau ngaahi vaivaí 'i he me'a ne mau fakakaukau ki aí.

Na'e tokoni 'i kimautolu 'e he Laumālie Mā'oní'oní mo ha ni'ihī kehe ke mau vakai na'a mau fa'a faka'aonga 'i homau ngaahi vaivaí ko ha ngaahi me'a ke mau tuli tonuhia ai pe ngaahi founga ke fakalahi ai 'emau fakafuofuolahí. Hangē ko 'ení, na'e tafoki homau ni'ihī ki he loto-'itá mo ha fakakaukau 'oku mau lelei ange he ni'ihī kehé 'i he taimi ne mau ongo 'i laveangofua aí. Na'a mau sai'ia ke mau ongo 'i 'oku mau tonu neongo na'a mau fa'a hala.

Ko e ni'ihī 'o kimautolu na'a mau tukuhifo kimautolu mo holoki homau natula fakalangí ke 'oua na'a fakamamahi 'i kimautolu 'e he ni'ihī kehé. Na'a mau mahalo kapau te mau tomu'a tukuhifo 'i kimautolu, 'e ma'u leva 'e ha taha pē 'oku angakovi mai 'a e fakakaukau tatau kuo mau 'osi ma'ú.

Ka na'e ma'u e ngaahi tali ne 'ikai lelei ko 'eni ki he ngaahi faingata'á mei homau ngaahi vaivaí, kae 'ikai ko homau ngaahi mālohingá. Na'a mau ilifia kapau te mau tukuange homau ngaahi vaivaí, 'e lahi ange 'emau tu'u laveangofuá. Ka 'i he'emau tuku ke to'o 'e he 'Otuá homau ngaahi vaivaí pea ngāue mo 'emau kau faifakahinohinó, na'a mau 'ilo 'i ai e lahi 'a e tokanga mai 'a e 'Otuá kiate kimautolú.

'Oku mau fakaafe 'i kimoutolu ke mou ma'u ha mahino ki homou mahu'inga mo'oní pea falala ki he tauhi 'a e 'Otuá kae 'ikai ko ho'o ngaahi 'uhinga.

Fakafehokotaki mo e ni'ihī kehé 'i he fakaakeaké pea 'i he lotú

'I he faka'au ke mau maheni ange mo e kakai kehe 'i he fakaakeaké, na'e kamata ke mau vakai na'e lahi ange me'a ne mau faitatau aí 'i he me'a ne mau mahalo ki aí. 'I he'emau vahevahe 'emau ngaahi talanoá mo fakafanongo ki he vahevahe 'a e kakai kehé, na'e tupulaki 'emau manava'ofá. Na'e kamata ke mau fakatokanga 'i e tu'unga tatau 'o e fānau kotoa 'a e 'Otuá mo ongo 'i lata ange 'i he'emau feohi mo kinautolú. Na'e fakaafe 'i kimautolu 'e he fāmīlī, ngaahi kaungāme'á, mo e kau taki 'o e Siasí ke mau foki ki he lotú pe fakamālohia 'emau ngaahi tukupā lolotonga. Na'e 'ikai ke mau fakafepaki pe kumi 'uhinga, ka na'a mau fili ke 'alu ki he lotú. Ne faifai pea mau 'ilo 'i ko e ngaahi me'a lahi na'a mau sai'ia ai 'i he ngaahi fakataha fakaakeaké ne kau foki ia 'i he kongā 'o e moihū 'i he lotú.

'I he taimi homau papitaisó, na'e mahino ki hamau tokosi 'i ko e ului mo'oní ko ha ngāue ia he kotoa 'o e mo'uí. Ka na'e fakamatala 'i mahino ia 'e Palesiteni Malioni G. Lomení 'o pehē: "Ko e tokotaha kuo ului kakató, 'oku 'ikai ha toe holi ki ha ngaahi me'a 'oku fehangahangai mo e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí. Pea 'oku fakafetongi 'aki ia e 'ofa 'a e 'Otuá, pea 'i ai ha fakapapau tu'uloa mo pau ke tauhi 'a 'Ene ngaahi fekaú" ('i he Conference Report, Guatemala Area Conference 1977, 8).

‘I he‘etau a‘usia ‘a e mana ‘o e hokohoko atu e fakaakeaké—‘uluakí mei he ngaahi tō‘onga ma‘unimaá pea hoko atu ki ai mo e ngaahi vaivaí—te tau a‘usia ‘a e ului mo‘oní. Te tau ma‘u ha mahino pea fakakaukau lelei ‘o hangē pē ko e foha maumau koloá ‘i he‘ene “potó” (Luke 15:17).

Ako mo Mahino

‘E lava ke tokoni ‘a e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko ‘eni mei he kau taki ‘o e Siasí ‘i he‘etau fakaakeaké. Te tau lava ‘o faka‘aonga ‘i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu‘i ke faitotonu pea fakamatala pau ‘i he‘etau tohí ke ma‘u e me‘a ‘aonga taha mei aí.

Li‘aki kotoa ho‘o ngaahi angahalá

“Na‘e folofola ange ‘e he tu‘í: . . . [K]o e hā te u fai ke u fanau‘i ‘i he ‘Otuá, pea ta‘aki fu‘u ‘a e laumālie fai angahala ko ‘ení mei hoku lotó, ‘o ma‘u hono Laumālie, koe‘uhi ke u fonu ‘i he fiefia? . . . Te u tukuange ‘a e me‘a kotoa pē ‘a ia ‘oku ou ma‘ú, . . . koe‘uhi ke u lava ‘o ma‘u ‘a e fu‘u fiefia lahi ko ‘ení. . . .

“Na‘e punou hifo ‘a e tu‘í ‘i he ‘ao ‘o e ‘Eikí, ‘i hono ongo tui; ‘io, na‘á ne fakatōmape‘e hifo ia ki he kekelelé, ‘o ne kaila le‘o-lahi ‘o pehē:

“‘E ‘Otuá, . . . te u li‘aki kotoa ‘eku ngaahi angahalá koe‘uhi ke u ‘ilo‘i koe, pea ke fokotu‘u hake au mei he maté, pea fakamo‘ui au ‘i he ‘aho faka‘osí” (‘Alamā 22:15, 17–18).

- Toe lau fakalelei ‘a e ngaahi veesi ko ‘ení. Ko e hā ha ngaahi fakafē‘atungia, kau ai ha ngaahi tō‘onga mo e ngaahi ongo, ‘okú ne ta‘ofi au mei hono li‘aki “kotoa ‘eku ngaahi angahalá” pea ma‘u kakato ange ‘a e Laumālie?

Kau ‘i he feohi‘anga ‘a e Siasí

“Pea ko ‘eni, ko e me‘a ‘i he fuakava kuo mou faí ‘e ui ai ‘a kimoutolu ko e fānau ‘a Kalaisi, ko hono ngaahi foha, pea mo hono ngaahi ‘ofefine; he vakai, ‘i he ‘ahó ni kuó ne fanau‘i fakalaumālie ‘a kimoutolu; he ‘oku mou pehē kuo liliu ‘a homou lotó ‘i he tui ki hono huafá; ko ia, kuo fanau‘i ‘a kimoutolu ‘iate ia ‘o mou hoko ko hono ngaahi foha mo hono ngaahi ‘ofefine” (Mōsaia 5:7).

‘I he‘etau to‘o kiate kitautolu ‘a e huafa ‘o Kalaisí pea fakamālohia ‘e Hono Laumālie, ‘oku kamata ke tau lau kitautolu mo e Kāingalotú—ko e ngaahi tuonga‘ane mo e tuofāfine kuo papitaiso pea kau ki Hono fāмили ‘i he māmaní.

- ‘I he faka‘au ke u ‘ilo‘i lelei ange hoku kaungā Kāingalotú, kuó u hoko fēfē ‘o loto-fiemālie lahi ange ke kau ‘i he feohi‘anga ‘a e Siasí?

A'usia 'a e huhu'í

“Ko e tangata fakakakanó ko e fili ia ki he 'Otuá, pea kuo pehē ai pē ia talu mei he hinga 'a 'Ātamá, pea 'e pehē ai pē, 'o ta'engata pea ta'engata, kae 'oua kuó ne talangofua ki he ngaahi fakahinohino 'a e Laumālie Mā'oni'oni, pea li'aki 'a e tangata fakakakanó kae hoko ko ha tangata mā'oni'oni 'i he fakalelei 'a Kalaisi ko e 'Eikí, pea hoko 'o anga tatau mo ha tamasi'i si'i, angavaivai, angamalū, loto-fakatōkilalo, fa'a kātaki, fonu 'i he 'ofa” (Mōsaia 3:19).

Ko e tokolahi 'o kitautolu 'oku tau kau pē ki he Siasí 'i he papitaisó pē pea fāinga he toenga 'o 'etau mo'uí ke “li'aki 'a e tangata [pe fefine] fakakakanó” mo fakatupulaki e ngaahi 'ulungaanga 'oku 'omi 'i he veesi ko 'ení.

- Kuo teuteu 'i fēfē au 'e he fefa'uhi ko 'ení ke u tali 'oku toki fakafou pē 'i he Fakalelei 'a Kalaisí—'i he hoko 'o taha mo Sisū Kalaisi mo e Tamai Hēvaní—'a 'eku lava 'o a'usia 'a e huhu'í?

Ha'u kia Kalaisi

Na'e akonaki 'a 'Eletā Lisiate G. Sikoti 'o pehē: “Tatau ai pē pe ko e hā e tupu'anga 'o e faingata'á pea tatau ai pē pe 'oku founga fēfē ho'o kamata ke ma'u e fiamālié—fakafou 'i ha palofesinale faifale'i taukei, toketā, taki lakanga fakataula'eiki, kaungāme'a, mātu'a tokanga, pe taha 'okú ke 'ofa ai—tatau ai pē pe 'oku fēfē ho'o kamata, ka he 'ikai teitei 'oatu 'e he ngaahi founga ko iá ha tali kakato. 'Oku ma'u 'a e fakamo'ui faka'osi 'o fakafou 'i he tui kia Sisū Kalaisi mo 'Ene ngaahi akonakí, 'i he loto-mafesifesi mo e laumālie fakatomala pea mo e talangofua ki He'ene ngaahi fekaú” (“To Be Healed,” *Ensign*, May 1994, 9).

He 'ikai ha pou pou pe fakafeohi—na'a mo e ngaahi kulupu fakaakeaké pe ngaahi ha'ofanga 'o e Siasí—te ne 'omi 'a e fakamo'uí. 'E lava 'a e kakai kehé 'o pou pou mo tāpuekina kitautolu 'i he'etau fonongá, ka 'e faifai pē pea kuo pau ke tau ha'u kia Kalaisi Tonu.

- Na'e kamata fēfē 'eku fononga ki he fakaakeaké?

- Ko hai na'e mahu'inga 'i hono tokoni'i au ke u fononga 'i he hala ki he fakatomala' mo e fakaakeake? Kuo tataki fefe au 'e he'enu sipinga ki he Fakamo'ui?

- Ko e ha ha me'a kuó u ako fekau'aki mo e Fakamo'ui kuó ne tokoni'i pe takiakina 'eku loto-holi pe malava ke liliu 'eku to'onga?

Fa'a katangi 'i he fougá

“Ko e fanau iiki 'a kimoutolu, pea 'oku 'ikai te mou malava ke katangi'i 'a e ngaahi me'a kotoa pe 'i he taimi ni; ka kuo pau ke mou tupulaki 'i he anga'ofa pea 'i he 'ilo'i 'o e mo'oni.

“Oua 'e manavahē, 'e fanau iiki, he 'oku 'a'aku 'a kimoutolu, pea kuó u ikuna'i 'a e māmani; . . .

“Pea 'e 'ikai mole ha taha 'o kinautolu kuo foaki kiate au 'e he'eku Tamai” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 50:40–42).

Taimi 'e ni'ihii 'oku 'ikai ke tau fa'a katangi pe loto-si'i koe'uhí ko e fakaakeake ko ha ngāue hokohoko ia. 'Oku fakahaa'i mai 'e he ngaahi veesi ko 'eni 'a e fa'a katangi 'a Sisū Kalaisi mo e Tamai Hēvani 'iate kitautolu ko e “fanau iiki.” Faka'aonga'i e ngaahi veesi ko 'eni kiate koe 'aki hono tohi ia pea liliu ke 'uhinga kiate koe fakatautaha.

- 'E fakamālohia fefe nai au 'e he ngaahi tala'ofa 'i he potufolofola ko 'eni 'i he taimi 'oku ou loto-fo'i ai?

Lined writing area on the left side of the page, consisting of 30 horizontal lines.

Lined writing area on the right side of the page, consisting of 30 horizontal lines.



Sitepu 7: Kole ki he Tamai Hēvaní 'i he Loto-fakatōkilalo ke Ne to'o 'etau ngaahi tōnounou.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá:
Loto-fakatōkilaló

Kuo teuteu'i kitautolu 'e he ngaahi sitepu kotoa kimu'á ki he sitepu ko 'ení. Na'e tokoni 'a e sitepu 1 ke tau lotofakatōkilalo mo tala mo'oni 'oku 'ikai ha'atau mālohi ki he ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú. Na'e tokoni 'a e sitepu 2 mo e 3 ke tau ma'u e tui mo e lotofalala fe'unga ki he 'Eikí ke kole tokoni kiate Ia. Na'e tokoni 'etau ngaahi vakai'i fakatautaha mei he sitepu 4 ke tau vakai lelei ange ki hotau 'ulungāngá mo e tō'ongá. Na'e fakahaa'i 'i hono ngāue'i e sitepu 5 'a 'etau loto-lahi ke faitotonu ki he 'Otuá, kiate kitautolu, pea mo ha taha kehe. Na'e tokoni 'a e sitepu 6 ke tau mateuteu pea lotofiemālie ke tukuange hotau ngaahi vaivaí. 'Okú tau mateuteu he taimí ni ke fakahoko 'a e sitepu 7. 'Okú tau tokanga taha ki he "FOUNGA" hono ngāue'i e sitepu takitaha: lotofakatōkilalo, fakakaukau tau'atāina, mo lotofiemālie.

'Okú fiema'u 'a e lotofakatōkilaló ki he ngaahi sitepu kotoa pē, ka 'oku fiema'u lahi taha ia ki he sitepu 7: "Kole ki he Tamai Hēvaní 'i he

loto-fakatōkilalo ke Ne to'o 'etau ngaahi tōnounou." 'I he'emaui ngāue ki he ngaahi fuofua sitepu 'i he fakaakeake, na'a mau ako ai 'oku tataui ai pē pe ko e hā hono lahi 'etau feinga 'iate kitautolú, he 'ikai ke tau lava 'o liliu, pe fakaakeake ta'e kau ai e tokoni 'a e 'Eikí. 'Okú 'ikai toe kehe 'a e sitepu ko 'ení. 'Okú fakamatala'i 'a e lotofakatōkilaló 'e he *Tú'u Ma'u 'i he Túi* 'o anga peheni: "Ko e lotofakatōkilaló ko ha'o fakatokanga'i ia 'i he loto hounga'ia ho'o fakafalala ki he 'Eikí—ke mahino 'okú ke fiema'u ma'u pē 'a 'Ene tokoní" (*Tú'u Ma'u 'i he Túi: Ko ha Huluhulu ki he Ongoongoleléi* [2004], 106).

Na'e kamata homau ní'ihiki ke toe foki ki he'emaui ngaahi anga motu'á mo feinga ke liliu 'iate kimautilu pē. Ka 'i he'emaui fakatokanga'i e lahi 'o 'emaui ngaahi fehalāki mo e ngaahi vaivaí, na'a mau ako ai 'oku fiema'u ke mau fakafalala ki he tokoni 'a e 'Eikí ke mau lava 'o liliu. 'I hono ngāue'i e sitepu 7, na'e 'ikai ke faka'atā kimautilu mei he ngāue na'e pau ke mau fakahokó. Na'e pau ke mau fa'a kātaki pea "vivili atu ki mu'a 'i he tui mālohi kia Kalaisi" (2 Nifai 31:20). Na'a mau fiema'u ma'u pē ha ngaahi fakamanatu ke tafoki ki he 'Otuá pea kolea 'Ene tokoní.

Na'a mau fifili pe 'e hoko fēfē 'a e ngaahi mana ko 'ení kiate kimautolú. Kuo kehekehe ia kiate kimautolu, ka na'e 'i ai ha me'a 'e ni'ihii na'a mau faitatau ai. Kuo tātātaha ke a'usia 'e he kakaí ha ngaahi liliu lahi mo faka'ohovale ki honau 'ulungāngá; kuo fa'a hoko e ngāue māmālie 'o e sitepu 6 mo e 7 'i he founga 'oku fakamatala 'i 'e 'Eletā Tēvita A. Petinaá:

“Oku fu'u tō e fakamamafa 'a kitautolu kāingalotu 'o e Siasí 'i he ngaahi fakahā 'oku fakaofo mo fu'u ongo fakalaumālie pea 'ikai leva ke tau fakahounga 'i mo fakatokanga 'i e sippinga angamaheni 'oku fakahoko 'aki 'e he Laumālie Mā'oni'oní 'Ene ngāue, . . . [‘a ia 'oku fakafou 'i] ha ngaahi ongo fakalaumālie iiki mo lalahi” (“Ko e Laumālie 'o e Fakahaá,” *Liahona*, Mē 2011, 88).

'I he taimi 'oku tau fili ai ke tukulolo ki he 'Otuá pea fakafenāpasi hotau lotó kiate Iá, 'oku fonu hotau ngaahi 'ahó 'i ha ngaahi momeniti iiki 'okú Ne fakaafe 'i ai kitautolu ke ki 'i ta'ofi 'etau ngaahi tō'onga fakafeangai motu'á pea fakafalala ki Hono mālohi ke tokoni, hiki hake, mo 'ofá. Na'e akonaki 'a Sisitā Lepeka L. Kuleiveni 'o pehē: “Oua 'e loto-si'i. Ko e liliú ko ha ngāue ia he mo'uí kotoa. . . . [Oku] fa'a kātaki 'a e 'Eikí 'i he'etau fāinga ke liliú” (“Hokohoko atu 'a e Liliú,” *Liahona*, Nōvema 2020, 59).

Tatau ai pē pe kuo ma'unimā kitautolu 'e he kava mālohí, faito'ō konatapu, va'inga kumi monū'ia, holi fakasekisuale, sippinga kai 'oku fakatupu 'auhá, fakamole fakavalevalé, pe ngaahi tō'onga ma'unimā kehe pe ngaahi me'a mālohi kuo tau faka'aonga 'i ke matu'uaki 'aki 'a e loto-mafasia 'i he mo'uí, 'e hanga 'e he Fakamo'uí 'o “tokoni 'i [kitautolu] 'o fakatatau ki [hotau] ngaahi vaivaí” (‘Alamā 7:12). 'I he'etau loto-fiemālie ke liliu 'aki 'etau ha'u kia Sisū Kalaisí, 'oku tau a'usia ai Hono mālohi faifakamo'uí.

Lolotonga e ngāue ki he sitepu ko 'ení, na'e 'ilo ai homau tokolahi na'e fiema'u ke mau fakafepaki 'i e fakahema ke ongo 'i maá. Na'e hanga 'e he vakai ki he'etau ngaahi tōnounou 'o 'omi ha ngaahi ongo

na'e 'ikai ke mau lelei pe kuo mau toe tō. Ka na'e hanga 'e hono ngāue 'i e ngaahi sitepú mo e ha'u kia Kalaisí 'o 'omi ha founga fo'ou ke mau vakai ai kiate kimautolu. Na'a mau ongo 'i e 'ofa 'a e 'Otuá kiate kimautolu ko Hono ngaahi foha mo e ngaahi 'ofefine 'ofeiná. Na'e tokoni e 'ofa ko 'ení ke mau teke 'i 'aki e ngaahi ongo 'i maá mo e faka'ofa 'ia pē 'iate kitá.

Na'e kamata ke mau vakai ki he'etau ngaahi tōnounou mo e ngaahi vaivaí ko ha ngaahi faingamālie ke kolea fakatōkilalo ai e tokoni 'a e 'Otuá ke laka ki mu'a 'i he'etau fononga ki he fakaaakeaké.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'etau fakalakalaká 'i hono faka'aonga 'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo 'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono “ngāue 'i 'o e ngaahi sitepú.” 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaaakeaké.

Kole ki he 'Otuá ke Ne fakahoko e me'a 'oku 'ikai ke tau lava 'o fakahoko ma'atautolú

'Oku founga fēfē 'etau mo'ui faka'aho 'aki 'a e sitepu 7? 'Oku tau ki 'i ta'ofi lolotonga e 'ahó 'i he ngaahi momeniti 'oku toe foki mai ai e loto-fefeká pe 'i he'etau vakai ki hotau ngaahi vaivaí. 'I he ngaahi momeniti ko 'ení, 'oku tau tukulolo ai pea fakafanongo. 'Oku tau manatu 'i 'oku 'ikai ha'atau mālohi ke liliu ta'e ma'u ha tokoni, pea 'oku tau falala 'e lava 'e he 'Eikí 'o tokoni 'i kitautolu. 'Oku tau laka atu leva ki mu'a 'o falala kiate Ia. 'Oku tau tukuange e me'a he 'ikai ke tau lava 'o fakahokó, pea kole ki he 'Otuá ke Ne tokoni 'i kitautolu.

'Oku fiema'u heni 'a e tafoki ki he 'Otuá 'i he lotú. “Ko kitautolu takitaha 'oku 'i ai ha'atau ngaahi

palopalema 'oku 'ikai ke tau lava 'o fakalelei'i mo ha ngaahi vaivai 'oku 'ikai ke tau lava'i ta'e kau ai ha kole tokoni fakafou 'i he lotú ki ha ma'u'anga ivi mā'olunga ange" (James E. Faust, "The Lifeline of Prayer," *Ensign*, May 2002, 59).

'I he taimi 'oku 'uhingamālie ai mo 'i ai ha taumu'a 'o 'etau lotú, te tau lava 'o ma'u e 'ofa 'a e 'Otuá. 'I he'etau faka'atā ha taimi mo ha feitu'u nonga ke tau fetu'utaki ai mo e 'Otuá, te tau lava 'o langaki mo fakamālohia hotau vā fetu'utaki mo e 'Otuá. 'I hono fakahoko ha ki'i lotu faingofua 'i hotau lotó 'o hangē ko e, "Eiki, ko ho finangaló ke u fai 'a e hā?" (Ngāue 9:6) pe "Ke fai pē 'a ho finangaló" (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 109:44), 'e hokohoko atu 'etau manatua 'etau fakafalala kakato ki he 'Eiki. 'E tokoni'i kitautolu 'e he'etau 'ofa ki he 'Otuá pea mo 'Ene 'ofa mai kiate kitautolú ke tau fokotu'u ha vā fetu'utaki 'a ia te tau lava 'o lí'oa kakato ai kitautolu.

Ako 'a e ongo lotu tāpuaki'i 'o e sākalamēnití

Ko e ongo lotu tāpuaki'i 'o e sākalamēnití ko hano fakahaa'i faka'ofa'ofa ia 'o e loto-fakatōkilalo mo e taumu'a ki he sitepu 7. 'Oku tau ma'u e faingamālie ke ma'u e sākalamēnití he uike takitaha pea fakakaukauloto ki he ngaahi lea 'o e lotu tāpuaki'i 'o e sākalamēnití.

'Oku mau fokotu'u atu hono lau e Molonai 4:3; 5:2 pea faka'aonga'i fakatōkilalo e ngaahi lea topupapú ni kiate koe 'o peheni: "E 'Otua, ko e Tamai Ta'engatá, 'oku [ou] kole ki ho'o 'afió 'i he huafa 'o ho 'Alo ko Sisū Kalaisi, ke tāpuaki'i mo fakatapui 'a e maá ni ki [hoku laumālié 'i he'eku] 'ilo aí; ke [u] 'ilo 'i he fakamanatu ki he sino 'o ho 'Aló, 'o fakamo'oni'i ai ki ho'o 'afió, 'e 'Otua, ko e Tamai Ta'engatá, 'oku [ou] loto-fiemālie ke to'o kiate [au] 'a e huafa 'o ho 'Aló, pea manatu ma'u ai pē kiate ia, mo tauhi 'ene ngaahi fekau 'a ia kuó ne tuku kiate [aú], koe'uhí ke 'iate [au] ma'u ai pē 'a hono Laumālié" (Molonai 4:3).

'I he'etau fakakaukau ki he lotu tāpuaki'i 'o e sākalamēnití 'i he fongá ni, te tau lava ai 'o hū fakatautaha ange ki he Fakamo'uí mo ha loto mafesifesi mo e laumālie fakatomala. 'I he'etau fakakaukau ki hotau ngaahi vaivai pe ko ha fa'ahinga fehalaaki pē kuo tau fakahoko, te tau lava lea 'o fakatafoki hotau lotó kiate Ia. Te tau lava 'o kole kiate Ia ke tokoni mai ke tau fakatomala, hoko 'o lelei ange, pea to'o 'a e ngaahi tōnounou ko 'eni.

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufofolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea fakamatala pau 'i he'etau tohí ke ma'u e me'a 'aonga taha mei aí.

'Oku fe'unga 'a 'Ene 'alo'ofá

"Pea kapau 'e ha'u kiate au 'a e tangatá te u fakahā kiate kinautolu 'a honau vaivai. 'Oku ou foaki ki he tangatá 'a e vaivai koe'uhí ke nau loto-fakatōkilalo; pea 'oku fe'unga 'a 'eku 'ofa ki he tangata kotoa pē 'oku nau fakavaivai'i 'a kinautolu 'i hoku 'aó, he kapau te nau fakavaivai'i 'a kinautolu 'i hoku 'aó, pea tui kiate au, te u liliu 'a e ngaahi me'a vaivai ko e mālohi kiate kinautolu" ('Eta 12:27).

'I hotau tu'unga fakamatelie mo ta'ehaohaoá, 'oku tau mo'ulaloa kotoa ai ki ha ngaahi vaivai lahi. 'Oku fakamatala'i 'e he 'Eiki 'i he veesi ko 'eni, ko 'Ene taumu'a 'i hono faka'atā ke tau a'usia 'a e mo'ui fakamatelie mo fe'ao mo e ngaahi vaivai peheé ke tokoni ke tau loto-fakatōkilalo. Fakatokanga'i ange 'oku tau *fili* ke loto-fakatōkilalo.

- Ko e hā e 'uhinga kiate au 'a e kupu'i lea "'oku fe'unga 'a 'eku ['alo]'ofá ki he tangata kotoa pē"?

- 'Oku ou tui nai 'oku fe'unga e 'alo'ofa 'a e 'Eikí kiate au?

- 'Oku 'uhinga ki he hā ke fakavaivai'i au 'i he 'ao 'o e 'Eikí?

- Hiki ha ní'hi 'o e ngaahi vaivai 'i ho 'ulungāngā. Hiki 'i he tafa'akí 'a e ngaahi mālohinga te nau ala liliu ki ai 'i ho'o ha'u kia Kalaisí.

Fili ke loto-fakatōkilalo

"Hangē ko 'eku lea kiate kimoutolú, ko e me'a 'i homou fakamālohi'i ke loto-fakatōkilaló kuo mou monū'ia, he 'ikai koā 'oku mou pehē 'oku monū'ia ange 'a kinautolu 'oku fakavaivai'i mo'oni 'a kinautolu koe'uhi ko e folofolá?" (Alamā 32:14).

Na'é omi e tokolahi taha 'iate kimautilu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké ko e fu' u fiema' u vivili; na'é faka'ai'ai kimautilu 'e he ngaahi nunu'a 'o 'emau ma'unimaá. Na'é fakamālohi'i kimautilu ke loto-fakatōkilalo. Ka neongo ia, ko e loto-fakatōkilalo 'oku fakamatala'i 'i he sitepu ko 'eni ko e fili tau'atāina pē ia. Ko e ola ia 'o 'etau ngaahi fili ke fakavaivai'i kitautolú.

- Kuo liliu fēfē nai 'eku ngaahi ongo fakatōkilaló talu e kamata 'eku fakaakeaké?

Fonu 'i he fiefia

“Kuo vakai ki honau tu'unga fakakakano 'onautolú, 'a ia 'oku nau si'i hifo 'i he efu 'o e kekelé. Pea na'a nau kalanga le'o-lahi 'i he le'o pē taha, 'o pehē: 'Oiauē 'alo'ofa mai, pea ngāue 'aki 'a e ta'ata'a fakalelei 'o Kalaisi koe'uhi ke mau lava 'o ma'u ha fakamolemole 'o 'emau ngaahi angahalá, pea lava ke fakama'a 'a homau lotó; he 'oku mau tui kia Sisū Kalaisi, ko e 'Alo 'o e 'Otuá, 'a ia na'a ne fakatupu 'a e langi mo e māmani, pea mo e ngaahi me'a kotoa pē; 'a ia 'e hā'ele hifo ki he fānau 'a e tangatá.

“Pea na'é hoko 'o pehē 'i he hili 'a 'enau lea 'aki 'a e ngaahi lea ní na'é tō kiate kinautilu 'a e Laumālie 'o e 'Eikí, pea na'a nau fonu 'i he fiefia, hili 'enau ma'u ha fakamolemole 'o 'enau ngaahi angahalá, mo e fiemālie 'o e konisēnisí, ko e tupu mei he fu'u tui lahi 'a ia na'a nau ma'u kia Sisū Kalaisi 'a ia te ne hā'ele mai” (Mōsaia 4:2–3).

Na'é fakahoko 'e he kakai 'a e Tu'i ko Penisimani 'a e fa'ahinga lotu na'a mau fakahoko 'i he 'emau ngāue'i e sitepu 7. Na'a nau ongo'i 'a e nonga mo e fiefia 'i he taimi na'é tō ai kiate kinautilu e Laumālie 'o e 'Eikí pea fakamolemole'i 'enau ngaahi angahalá.

- Ko e hā ha ngaahi a'usia kuó u ma'u ne u ongo'i ai e nongá mo e fiefiá?

- 'E fēfē nai ke ma'u e ongo'i nongá mo e fiefiá 'i he'eku mo'uí he 'aho kotoa pē?

Talangofua ki he ngaahi fekaú

“Nofu ‘iate au, mo au ‘iate kimoutolu. Hangē ‘oku ‘ikai fa‘a fua ‘a e va‘á ‘iate ia peé, ‘o kapau ‘e ‘ikai nofo ‘i he vainé; pea ‘e pehē foki ‘a kimoutolu, ‘o kapau ‘e ‘ikai te mou nofo ‘iate au.

“Ko au ko e vainé, ko e ngaahi va‘á ‘a kimoutolu; ko ia ‘oku nofo ‘iate au, mo au ‘iate iá, ko ia ia ‘e fua lahí: ka māvae mo au, ‘e ‘ikai te mou fa‘a fai ha me‘a.

...

“Kapau ‘oku mou fai ‘eku ngaahi fekaú, te mou nofo ‘i he‘eku ‘ofá; ‘o hangē ko ‘eku fai ‘a e ngaahi fekau ‘a ‘eku Tamai, peá u nofo ‘i He‘ene ‘ofá.

“Kuo u lea ‘aki ‘a e ngaahi me‘á ni kiate kimoutolu, koe‘uhí ke u ma‘u ma‘u ai pē ‘a e fiefiá ‘iate kimoutolu, pea ke kakato ai ho‘omou fiefiá” (Sione 15:4–5, 10–11).

- Ko e hā ‘ene ‘uhinga kiate au ‘o kapau te tauhi e ngaahi fekau ‘a e Fakamo‘uí, “[te u] nofo ‘i [He‘ene] ‘ofá?” (veesi 10).

- Fakatatau ki he ngaahi veesi ko ‘ení, ko e hā ha ni‘ihi ‘o e ngaahi tāpuaki kuo tala‘ofa mai ‘o e nofo ma‘u ‘iate Iá?

- ‘Oku fēfē ‘eku ongo‘i he ‘ahó ni fekau‘aki mo hono tauhi e ngaahi fekau ‘a e Fakamo‘uí?

- ‘Oku hoko fēfē ‘a hono tauhi e ngaahi fekaú ko hano fakahaa‘i ‘eku ‘ofa ki he ‘Otuá?

‘Ofa ‘a e ‘Otuá

“I he taimi ‘oku tau fakamu‘omu‘a ai ‘a e ‘Otuá, ‘e foki ‘a e ngaahi me‘a kehe kotoa ki honau tu‘unga totonú pe mahu‘i mei he‘etau mo‘uí. ‘E pule‘i ‘e he‘etau ‘ofa ki he ‘Eiki ‘a ‘etau talaki ‘etau ‘ofá, ngaahi fiema‘u ki hotau taimí, ngaahi me‘a ‘oku tau tulifua ki aí, pea mo e fakahokohoko ‘o e ngaahi me‘a ‘oku tau mahu‘inga‘ia aí” (Ezra Taft Benson, “The Great Commandment—Love the Lord,” *Ensign*, May 1988,4).

‘I hono ‘ilo‘i e ‘alo‘ofa mo e lelei ‘a e ‘Otuá ‘o a‘u mai ki he tu‘unga ko ‘ení, mahalo kuo kamata ke tau ongo‘i e ‘ofa ‘a e ‘Otuá—kiate Ia pea meiate Iá.

- Kuó u ongo‘i nai ha tupulaki ‘o e ‘ofá lolotonga hono ngāue‘i e ngaahi sitepú? Kapau ‘oku ‘io, ko e hā hono ‘uhingá?

- Na‘e tokoni‘i fēfē au ‘i hono ngāue‘i e sitepu 7 ke liliu e ngaahi me‘a ‘oku ou mahu‘inga‘ia aí pea fakamu‘omu‘a e ‘Otuá ‘i he‘eku mo‘uí?

To'o kiate kitautolu 'a e huafa 'o Kalaisí

“Pea ko 'eni, ko e me'a 'i he fuakava kuo mou fai 'e ui ai 'a kimoutolu ko e fānau 'a Kalaisi, ko hono ngaahi foha, pea mo hono ngaahi 'ofefine; . . .

“ . . . 'Oku ou faka'amu ke mou to'o kiate kimoutolu 'a e huafa 'o Kalaisí, 'a kimoutolu kotoa pē kuo fai 'a e fuakava mo e 'Otuá ke mou talangofua 'o a'u ki he ngata'anga 'o ho'omou mo'uí. . . .

“Ilonga ia 'okú ne fai 'ení, te ne ma'u ha nofo'anga 'o e nāunau 'i he nima to'omata'u 'o e 'Otuá, koe'uhí he te ne 'ilo 'a e hingoa 'oku ui 'aki iá; he 'e ui 'aki ia 'a e huafa 'o Kalaisí” (Mōsaia 5:7–9).

- 'Oku 'uhinga ki he hā ke ui 'aki e huafa 'o Kalaisí pea ke fakafofonga 'i Iá?

- Ko e hā e me'a 'oku fiema'u ke u fakahoko ke ma'u ai ha nofo'anga 'i he nima to'omata'u 'o e 'Otuá?

- Ko e hā e me'a 'oku ou fuakava ke fai 'i he taimi 'oku ou papitaiso aí mo e taimi 'oku ou ma'u ai 'a e sākalamēnití? (Vakai, Mōsaia 5:7–9; 18:8–10, 13; Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 20:77, 79.)

- 'Oku ou ongo'i fēfē 'i he taimi 'oku ou fakakaukau ai ki he loto-fiemālie 'a e Fakamo'uí

ke foaki mai Hono hingoá ko e fakafetongi ki hono fakahoko ha fuakava mo Ia ke talangofua mo tauhi kiate Iá, 'a ia 'oku kau ai hono li'aki 'eku ngaahi tōnounou?

Tukuange hotau ngaahi vaivaí

“He ‘ikai ‘aupito teitei ma‘u ha mālohi fe‘unga ‘e ha tui fakalotu ‘oku ‘ikai fiema‘u ai ‘a e feilaulau‘i ‘o e ngaahi me‘a kotoa pē, ke ma‘u ‘a e tui ‘oku fiema‘u ki he mo‘uí mo e fakamo‘uí” (*Lectures on Faith* [1985], 69).

- ‘Oku lau ‘e he kakai ‘e ni‘ihi e ngaahi leá ni mo fakakaukau ‘oku ‘uhinga e “ngaahi me‘a kotoa pē” ki he koloa kotoa pē. Kuo fakalahi fēfē ‘a e mahino ‘oku ou ma‘u ki he ‘uhinga ke feilaulau‘i e me‘a kotoa pē, ‘i hono tukuange kotoa hoku ngaahi vaivaí ki he ‘Eikí?



Sitepu 8: Hiki ha lisi 'o e kakai kotoa pē kuo tau fakalavea'í pea loto-fiemālie ke kole fakamolemole kiate kinautolu.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Teuteu ke Fai ha Ngaahi Fakalelei

Kimu'a pea kamata 'emau fakaakeaké, ne hangē 'emau tō'onga mo'ui ma'unimāá ha fu'u 'ahiohio fonu 'i he ivi faka'auha 'okú ne motuhi homau ngaahi vā fetu'utakí, 'o tuku 'a e maumau lahi. 'I he'emau ngāue ki he sitepu 7, na'a mau ongo'i e mālohi faifakamo'ui 'o e 'alo'ofa 'a e Fakamo'uí, mo ongo'i vēkeveke ke fakalelei'i e ngaahi vā fetu'utaki kuo maumā. Ko e sitepu 8 ko ha faingamālie ia hiki ha lisi 'o e kakai mo e ngaahi kautaha ne mau fakalavea'í pea fa'u leva ha palani ke fakalelei'i mo toe fokotu'u homau ngaahi vā fetu'utakí.

'I he'emau ngāue ki he ngaahi sitepu 'o e fakaakeaké, na'a mau 'ilo ai ko e taha 'o e ngaahi me'a tākiekina fakalaumālie fekau'aki mo e ngaahi sitepu 'e 12 ko honau fakahokohoko kuo tohi aí. 'Oku fa'a 'i ai ha sitepu teuteu 'oku hoko kimu'a 'i ha sitepu 'oku fiema'u ki ai ha loto-to'a lahi. Ko e sitepu 8, fakataha mo e ngaahi sitepu kotoa pē kimu'á, ko 'etau teuteu ia ki he sitepu 9, 'a ia

'oku fiema'u ki ai ha loto-to'a 'oku lahi ange 'i he loto-lahi 'oku tau ma'ú.

Na'a mau ako mei he kakai ne nau 'osi ngāue'i 'a e sitepu 8 ko e fakavave ta'efakakaukau ko ia ke fakalelei 'o 'ikai ha teuteú, 'e lava ke fakamamahi tatau pē ia mo e 'ikai fakahoko ha fakalelei. Ko ia na'a mau faka'aonga'i ha taimi ke lotu; kumi fale'i mei he kakai ne mau falala ki aí, hangē ko 'emau kau faifakahinohinó pe kau taki 'o e Siasí; pea fakahoko ha palani. Na'e hanga 'e he teuteu ko 'eni 'i he sitepu 8 'o ta'ofi kimautolu mei hono maumau'i lahi ange homau ngaahi vā fetu'utakí, 'i he kamata ke mau fetu'utaki ki he kakai 'i he sitepu 9.

Hiki ha lisi

Kimu'a pea mau toe fokotu'u ha ngaahi vā fetu'utakí, na'e fiema'u ke mau 'ilo'i mo hiki ha lisi 'o e ngaahi vā fetu'utaki ko ia ne motuhiá. Na'a mau faka'aonga'i 'emau ngaahi vakai'i fakatautaha mei he sitepu 4 ke teuteu'i 'aki 'emau lisí. 'I he'emau toe vakai'i 'i he fa'a lotu 'a 'emau vakai'i fakatāutahá,

na'e tokoni mai 'a e Laumālié ke mau 'ilo'i e ngaahi vā fetu'utaki ko ia ne mau fakamamahi'í. Ko kimautilo ko ia ne fa'u ha saati 'i he'emaui ngāue ki he sitepu 4, na'a mau 'ilo ai 'oku faingofua ange ke 'ilo'i e kakaí mo e ngaahi kautaha ko 'ení (vakai ki he fakamatala fakalahí ki ha sippinga 'o ha saati).

Ne mau 'ilo ne 'aonga e ngaahi fakahinohino ko 'ení 'i he'emaui hiki 'emaui lisi. Na'a mau fehu'i loto pē, "Oku 'i ai nai ha taha 'i he'eku mo'uí, he kuohilí pe lolotonga, 'oku ou ongo'i mā, ta'efiemālie, pe fakamā'ia he feohi mo iá?" Na'a mau hiki honau hingoá, pea mau teke'i 'a e 'ahi'ahi ke fakatonuhia'i e ngaahi ongo ne mau ma'ú pe kumi 'uhinga ki he'emaui angakovi kiate kinautiló. Na'a mau fakakau ai e kakai ne mau taumu'a ke fakamamahi'í mo e kakai ne 'ikai ke mau taumu'a ke fakamamahi'í. Na'a mau fakakau ai ha kakai kuo nau pekia mo e kakai na'e 'ikai ke mau 'ilo pe te mau fetu'utaki fēfē kiate kinautiló. Na'a mau nofotaha 'i he ngaahi tūkunga makehé ni 'i he'emaui ngāue ki he sitepu 9. 'I he'emaui ngāue 'i he sitepu 8, na'a mau tokanga taha ki he loto-to'a 'i he'emaui faitotonú.

Na'a mau feinga ke 'oua na'a li'aki e fanga ki'i me'a ikí. Na'a mau fakakaukau mo'oni ki he mamahi ne mau fakahoko ki he kakaí 'i he'emaui fakatōli'a 'emaui ngaahi ma'unimāá, na'a mo e taimi na'e 'ikai ke mau angakovi ai kiate kinautiló. Na'a mau lisi e ni'ihhi na'a mau 'ofa a'í mo e ngaahi kaungāme'a ne mau fakamamahi'í 'i he'emaui 'itá, ta'etokangá, 'itangofuá, fakaangá, 'ikai fa'a kātakí, ta'efaitotonú, mo e ta'efaka'apa'apá. Kapau na'a mau fakalahi ki he ngaahi kavenga 'a ha taha kehe 'i ha fa'ahinga founa pē, na'a mau fakakau e kakai ko iá 'i he'emaui lisi. Na'a mau feinga ke hiki e tokotaha kotoa na'e uesia 'i he ngaahi loi ne mau fakahokó, ngaahi palōmesi ne mau motuhí, mo e ngaahi founa na'a mau pule'i pe faka'aonga'i ai kinautiló. Na'a mau fakakaukau ki he kakai na'e te'eki ke mau fakamolemole'í, pea tñaki foki mo kinautilo ki he'emaui lisi.

Hili 'emaui lisi e tokotaha kotoa na'a mau fakamamahi'í, ne mau tñaki ha toe hingoá 'e taha ki he lisi—ko homau hingoá. 'I he'emaui fakatōli'a homau ma'unimāá, na'a mau fakamamahi'í ai kimautilo pea pehē foki ki he ni'ihhi kehé. Ko e founa lelei taha te mau lava ai 'o fakalelei kiate kimautiló ko e mo'ui 'o fakaakeake mei he ma'unimāá. 'E lava 'e he 'Otuá 'o tokoni mai ke tau fakamolemole'í kimautilo mo fakahoko e ngaahi fakalelei. 'I he'emaui ongo'i e 'ofa mo e fakamolemole 'a e 'Otuá, na'e fetongi 'emaui ngaahi ongo'i maá 'aki ha loto-fiemālie ke fai ha fakalelei.

Loto-fiemālie

Hili 'emaui tohi 'emaui lisi, na'e fiema'u ke mau loto-fiemālie ke fakahoko e ngaahi fakalelei. Na'e 'ilo homau tokolahi na'e 'ikai ke mau lava 'o lisi e kakai mo e ngaahi kautaha na'a mau fakamamahi'í 'o 'ikai tohoaki'i 'e he'emaui 'ita kiate kinautilo ne mau fakamamahi'í foki mo kimautiló. Na'e fa'a fihia e kakai 'e ni'ihhi he ngaahi tō'onga fakamamahi 'o e fetāufehi'a'aki 'iate kinautiló. Ke fakangata e ngaahi tō'onga ko 'ení, na'e pau ke loto-fiemālie ha taha ke fakamolemole.

'I he'emaui vete totonu e ngaahi ongo ne mau ma'u ne 'ikai lelei, na'e tokoni e 'Otuá ke mau fakangata e tō'onga tāufehu'a'aki. Na'a Ne fakahaa'i mai 'oku fiema'u ke mau fakamolemole'í e ni'ihhi kehé 'o hangē pē ko 'Ene fakamolemole'í kimautiló. 'I he talanoa fakatātā 'o e tangata na'e fakamolemole'í kotoa 'ene ngaahi mo'ua kae 'ikai ke ne fie fakamolemole'í e ni'ihhi kehé, na'e talaange 'e he'ene 'eikí, "Ne u fakamolemolea koe 'i he totongi kotoa pē ko iá, ko e me'a 'i ho'o kole kiate aú: Pea 'ikai na'e taau mo koe ho'o manava'ofa foki ki ho kaungā tamaio'eikí, 'o hangē ko 'eku manava'ofa kiate koé?" (Mātiu 18:32–33).

'I he'emaui fāifeinga ke loto-fiemālie ke fakalelei mo e kakai na'a mau fakamamahi'í kimautiló, na'a mau tautapa ki he 'alo'ofa 'a Kalaisi ke tokoni mai ke mau fakahoko kiate kinautilo e 'alo'ofa tatau 'okú Ne tuku mai kiate kimautiló. Na'a mau fakahoko

e akonaki 'a e Fakamo'uí ke lotua 'enau leleí mo kolea ke nau ma'u e ngaahi tāpuaki kotoa pē te mau fiema'u ma'amautolú (vakai, Mātiu 5:44).

'I he'ēmau ngāue 'i he sitepu 8, na'a mau feinga ke manatu'i ko e sitepu ko 'ení 'oku 'ikai ko hano fakamaa'i ia ha taha—pe ko kimautilu pe ni'ihí kehé. Kuo fakahā mai 'e he'ēmau a'usiá 'oku to'o 'e he Fakamo'uí 'a e mafasia 'o e halaiá mo e fakamā'ia 'i he'ēmau vakai mo'oni ki homau ngaahi vā fetu'utaki palopalema'ia pea mo e tafa'aki na'a mau fakahokó. 'I he sitepu 8, na'e kamata ke mau fakafelāve'i kiate kimautilu pē, ni'ihí kehé, pea mo e mo'uí 'aki ha lotu fo'ou. Na'e kamata ke mau ongo'i nonga 'i he'ēmau mo'uí kae 'ikai ko e feke'ike'í mo e fakakaukau koví.

Na'a mau loto-fiemālie ke ta'ofi hono fakamaau'i ta'etotonu e kakaí mo vakai'i fakatautaha 'enau mo'uí mo 'enau ngaahi fehalāki. Na'a mau loto-fiemālie ke ta'ofi hono fakasi'ia 'ēmau tō'onga koví pe kumi 'uhinga ki aí. 'I he'ēmau loto-fiemālie ke fakaleleí, na'a mau ongo'i e nonga 'i hono 'ilo'i 'oku hōifua mai 'a e Tamai Hēvaní ki he'ēmau ngaahi ngāue. Na'e tokoni e sitepu ko 'ení ke mau fakahoko e ngaahi ngāue ne faka'atā ai e Fakamo'uí ke fakatau'atāina'i kimautilu mei he'ēmau ngaahi fehalaaki he kuohilí. Na'e hanga 'e he loto-fiemālie ke fakaleleí 'o teuteu'i kimautilu ke ngāue 'i he sitepu 9.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'ēmau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'ēmau mo'uí faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'ēmau fakaakeaké.

Hiki ha lisi 'o ha kakai kuo mau faka'ita'i pe fakamamahi'i.

Na'e tataki kimautilu 'e he'ēmau kau faifakahinohinó 'i he'ēmau teuteu'i 'ēmau lisí, pea na'a mau toe 'ilo ai 'oku mahu'inga 'a e tohí. Na'e faka'aonga'i 'e homau tokolahi e fakahokohoko ko 'ení ke tokoni ke faingofua 'a e ngāue kae mo'oni.

'Uluakí, 'i hono faka'aonga'i 'ēmau vakai'i fakatautaha mei he sitepu 4, na'a mau lisi e kakai pe ngaahi kautaha na'e fiema'u ke mau fetu'utaki ki aí.

'I he tafa'aki 'o e me'a takitaha ne lisí, na'a mau hiki ai ha 'uhinga nounou 'o e fiema'u ke fakaleleí.

Pea 'i he tataki 'a e Laumālie, na'a mau fa'u ha palani ke fetu'utaki ki he kakai 'i he'ēmau lisí, pe ko e a'utonu ki ai, pe telefoni, pe faitohi pe 'imeili. Na'a mau toe vakai'i 'ēmau palaní mo 'ēmau kau faifakahinohinó pe kau faifale'i falala'angá.

Faka'osí, na'a mau fakakau ai ha 'aho ke 'osi ki ai. Na'a mau tuku leva ha feitu'u ke tohi ai e 'aho na'a mau fetu'utaki ai ki he tokotahá pea mo e ngaahi ola 'o e fetu'utakí. (Ko ha me'angāue 'aonga 'a e saati 'i he fakamatala fakalahí.)

Fa'a fakamolemolé

'Oku faingata'a ke kole ha fakamolemole mei he kakai kuo nau fakamamahi'i kimautilú. Kapau 'okú ke fefa'uhi mo 'eni, 'e ala tokoni ke ke 'uluaki hiki ha lisi 'o e kakai 'oku fiema'u ke ke fakamolemolé'; pea hiki leva ha lisi 'o e kakai 'oku fiema'u ke ke kolea mei ai ha fakamolemolé. Mahalo te ke 'ohovale ke 'ilo'i 'oku 'asi ha ngaahi hingoa 'e ni'ihí 'i he ongo lisí fakatou'osi.

'Oku fiema'u ke tau fa'a kātaki 'iate kimautilu 'i he'ētau ngāue 'i he fa'a lotu ki hono fakamolemolé'i e kakai na'a tau hikí. Na'e pehē 'e Palesiteni Sēmisi E. Fausi: "Ko e tokolahi taha 'o kimautilú, 'oku tau fiema'u ha taimi ke foua ai 'a e mamahi mo e molé. Te tau lava 'o kumi ha ngaahi 'uhinga lahi ki hono fakatoloi 'o e fakamolemolé. Ko e taha 'o e ngaahi

'uhinga ko 'ení ko e tatali ki he kau faihalá ke nau fakatomala [mo fakalelei mo kitautolu] kimu'a pea tau fakamolemole'i kinautolú. Ka 'oku fakatupu 'e he fakatoloi peheé ke mole meiate kitautolu 'a e nonga mo e fiefia 'e lava ke tau ma'ú. 'Oku 'ikai 'omi e fiefiá 'i he tukuloto'i e mamahi kuo fuoloa fau 'ene hokó. . . . Kapau te tau lava 'o ma'ú ha fakamolemole 'i hotau lotó ma'anautolu kuo nau fakamamahi'i mo fakalavea'i kitautolú, te tau a'usia ha tu'unga mā'olunga ange 'o e ongo'i mahu'inga'ia 'iate kitá mo e tu'unga lelei' ("The Healing Power of Forgiveness," *Liahona*, May 2007, 68).

'Oku 'ikai 'uhinga hono fakamolemole'i ha tahá 'oku tau fakaoleole'i 'enua ngaahi fili koví pe faka'atā ke nau angakovi mai kiate kitautolu. Ka 'oku faka'atā 'e he fakamolemole' ke tau laka ki mu'a fakalaumālie, fakaeloto, mo fakatu'asino. Hangē pē ko e nofo pōpula 'a kinautolu kuo nau fakamamahi'i kitautolú, 'e lava ke fakapōpula'i mo kitautolu 'i he 'ikai ke tau loto ke fakamolemole'i kinautolú. 'I he'etau fakamolemole', 'oku tau li'aki ai e ngaahi ongo 'oku nau ma'ú e mālohi ke "keina, uesia, pea iku 'o faka'auhá" (Thomas S. Monson, "Hidden Wedges," *Ensign*, May 2002, 20). 'Oku toe tokoni foki 'a e fa'a fakamolemole' ke tau ma'ú lahi ange 'a e Laumālie pea hokohoko atu 'i he hala 'o e tu'unga fakaākongá. Hangē ko e fakamanatu mai 'e Palesiteni Tieta F. 'Ukitofa, 'i he'ene kei 'i he Kau Palesiteni 'Uluakí, "'Oku fonu 'a hēvani he kakai 'oku nau faitatau he me'a ko 'ení: 'Oku fakamolemole'i kinautolu. Pea 'oku nau fa'a fakamolemole'" ("Oku Ma'ú 'a e 'Alo'ofá 'e he Kau Manava'ofá," *Liahona*, Mē 2012, 77).

Lotua ha manava'ofa

Neongo 'okú ke manavahē 'o hangē ko kimautilú ke fakahoko e fakalelei, ka 'oku mau fakamo'oni atu 'i he tokoni 'a e Fakamo'uí, te ke lava 'o loto-fiemālie ke fetaulaki mo e kakai 'i ho lisí 'i he taimi 'e faingamālie ái. Na'a mau teuteu ke fakalelei 'aki 'emau lotua e loto-lahi ke mo'ui 'i he tui ki he 'Otuá, 'o 'ikai 'i he ilifia ki he me'a 'e ala fakahoko pe la

'aki 'e he kakai. Pea na'a mau feinga ke muimui ki he ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelei kae 'ikai ko e maá pe ilifia. Ko e taha 'o e ngaahi tefito'i mo'oni ma'ongo'onga na'á ne tokoni'i kimautilú ko e manava'ofá, "'a e 'ofa haohaoa 'a Kalaisi'" (Molonai 7:47).

Kimu'a pea ngāue ki he sitepu 8, na'e 'ohovale homau tokolahi ke ongo'i e 'ofa 'a Sisū Kalaisi neongo kotoa 'emau ngaahi tōnounou. Na'e fakatupu 'e he 'ofa ko 'eni meiate Iá ke mau ongo'i ha 'ofa lahi kiate Ia pea 'omi ai ha holi ke mau muimui kiate Ia. 'I he'emau feinga homau lelei tahá ke muimui kiate Iá, na'e fakafonu kimautilú 'aki 'Ene 'ofa kiate kimautilú pea mo e ni'ihi kehé. Na'a mau lotua ha manava'ofa, pea 'i he fakalau 'a e taimi ne mau fakatokanga'i na'a mau loto-fiemālie ange ke fakamolemole'i e kakai mo fakalelei. Na'a mau 'ilo foki ha 'ofa mo e fakamolemole lahi faufaua kiate kimautilú. Na'a mau kole ki he 'Otuá ke fakamolū e loto 'o e kakai 'i he'emau lisí ke nau manava'ofa mai kiate kimautilú, pea na'a mau lotua e mālohi ke tali ha fa'ahinga ola pē.

'I he'emau lotua ha manava'ofá, na'e 'ilo 'e homau tokolahi ne tokoni ke fili ha taha mei he'emau lisí pea tū'ulutui fakamātoato 'o lotua e tokotaha ko iá he 'aho kotoa 'i ha uike 'e ua. Na'e tokoni 'emau lisi fakalelei ke fakapatonu 'emau ngaahi lotu ki he Tamai Hēvani fekau'aki mo 'emau ngaahi ongo ne te'eki fakalelei'í. 'I he'emau lotú—neongo kapau ne 'ikai ongo fakamātoato he kamata—na'e faifai pea tāpuekina kimautilú 'aki ha manava'ofa fakafo. Na'a mo e ngaahi tūkunga fakatu'utāmaki, kuo tāpuekina 'e he 'Otuá e kakai kuo nau lotua ha manava'ofa ke fakamolemole mo fakalelei.

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufofolo mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo

- 'Oku fakamālohia fēfē 'eku loto-fakapapau ke fakalelei 'i he feitu'u pē 'e malavá, 'i hono 'ilo'i 'oku 'ofa 'a e 'Otuá 'iate au pea mo e kotoa 'Ene fānaú?

Fetu'utaki ki he ni'ihī kehé

“Oua 'e fakamaau, pea 'e 'ikai fakamaau' i 'a kimoutolu: mou fakamolemole, pea 'e fakamolemolea 'a kimoutolu:

“Foaki, pea 'e foaki ia kiate kimoutolu; ko e fua lahi, kuo fa'o lolo hifo, 'o lulu fakataha, pea fonu mahuohua, 'e atu ki homou fatafatá. He ko e fuofua ko ia te mou fua 'akí, 'e toe fua 'aki ia kiate kimoutolu” (Luke 6:37–38).

Neongo te tau ilifia na'a fakasitu'a'i 'e ha kakai 'e ni'ihī 'etau feinga ke fakamelino mo kinautolú, ka 'oku 'ikai totonu ke tau faka'atā e ilifia ko 'enī ke ne ta'ofi kinautolu mei hono hiki kinautolu 'i he'etau lisí pea teuteu ke fetu'utaki kiate kinautolú. 'Oku mahulu ange 'a e ngaahi tāpuaki te tau ma'ú 'i he mamahí.

“Ko 'etau ofi ange ko ia ki he'etau Tamai Hēvaní, ko e lahi ange ia 'a e lava ke tau mamata 'i he manava'ofa ki he ngaahi laumālie 'oku 'auhá—'oku tau ongo'i 'oku tau loto ke puke mai 'a kinautolu ki hotau umá, pea 'oua te tau toe sio ki he'enau ngaahi angahalá. . . . Kapau 'e 'alo'ofa atu 'a e 'Otuá kiate koe, 'alo'ofa foki ki he ni'ihī kehé” (Joseph Smith, in History, 1838–1856 [Manuscript History of the Church], volume C-1 Addenda, 74, josephsmithpapers.org).

- Ko e ngaahi laumālie ta'ehaohaoa kotoa kinautolu 'oku tau fiema'u e 'alo'ofa 'a Sisū Kalaisí. 'Oku tokoni fēfē ke 'ilo'i 'i hono ngāue'i ko ia e sitepu 8, 'oku ou fakaava ai e matapā ke ma'u e manava'ofa mo e 'alo'ofa 'a Sisū Kalaisí?

Fakamolemole'í pea kole fakamolemole

“Pea na'e toki ha'u ai 'a Pita kiate ia, 'o ne pehē, 'Eiki, 'e liunga fiha 'a e angahala 'a hoku tokouá kiate au mo 'eku fakamolemole iá? ke liunga fitu?”

“Pea pehē 'e Sisū kiate ia, 'Oku 'ikai te u pehē kiate koe, Ke liunga fitu pē: kae liunga fitungofulu lau e fitu” (Mātiu 18:21–22).

'Oku faingofua ange ke fakamolemole'í mo kole fakamolemole 'i ha faihala 'e taha 'i hano fakamolemole'í pe kole fakamolemole ki ha tūkunga fuoloa kuo fonu 'i he ngaahi fakamamahi kehekehe. Fakakaukau ki he ngaahi vā fetu'utaki he kuohilí pe lolotongá mo e ngaahi tūkunga fuoloa 'oku fiema'u ke ke fakamolemole'í pe kole fakamolemole aí.

- Te u ma'u fēfē 'a e mālohi ke fakamolemole'í pea kole fakamolemole'í?

- 'Oku founga fēfē 'a e hoko 'a Sisū Kalaisi ko e sipinga ma'ongo'onga taha 'o hono fakamolemole'í e ni'ihī kehé? 'E tokoni'í fēfē au 'e He'ene sipinga ke u fakamolemole'í e ni'ihī kehé?

“Oku ou pehē kiate kimoutolu, 'oku totonu ke mou fefakamolemole'aki; he ko ia ia 'oku 'ikai te ne fakamolemole'í hono tokouá 'i he'ene ngaahi angahalá 'oku halaia ia 'i he 'ao 'o e 'Eiki; he 'oku nofo 'iate ia 'a e angahala lahi angé.

“Ko au, ko e 'Eiki, te u fakamolemole'í 'a ia 'oku ou loto ke fakamolemole'í, ka 'oku 'eke'i meiate kimoutolu 'a ho'omou fakamolemole'í 'a e kakai kotoa pē” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 64:9–10).

Na'e ako'í 'e Sisū ko e 'ikai fakamolemole'í ko ia e ni'ihī kehé ko ha angahala lahi ange ia 'i he fakamamahi ne tomu'a fakahokó.

- 'Oku tatau fēfē 'a e 'ikai fie fakamolemole'í au pe ko ha taha kehé mo hono faka'ikai'í e Fakalelei 'a e Fakamo'uí?

- 'Oku founa fēfē hono hanga 'e he 'itá mo e loto-tāngiá 'o faka'auha fakatu'asino, fakaeloto, mo fakalaumālie aú?

Fakangata e tō'onga 'o e loto-tāngiá mo e loto-'itá

Na'e fakamatala'i 'e he Palōfita ko Siosefa Sāmitá 'a e founa 'e lava ke iku ai 'a e anga'ofá ki he fakatomalá mo e fakamolemolé, 'o pehē:

“Oku 'ikai ke 'i ai ha me'a ia kuo fa'ufa'u lahi ke ne taki 'a e kakaí ke si'aki 'enau angahalá ka ko hono puke honau nimá, pea tokanga'i kinautolu 'i he loto-'ofa. 'I hono fakahaa'i mai 'e ha taha ha kihí'i anga'ofa mo e 'ofá, ko ha mālohi lahi mo'oni ia ki

hoku 'atamaí, ka ko e anga fehangahangai 'oku fakahehema ia ke ne 'ohake kotoa e loto-'itá mo fakamafasia'i e 'atamai 'o e tangatá” (Joseph Smith, in History, 1838–1856 [Manuscript of the Church], volume C-1 Addenda, 74, josephsmithpapers.org).

- 'Oku ou loto-fiemālie nai ke hoko ko e tokotaha 'okú ne fakangata e tō'onga 'o e loto-tāngiá mo e loto-'itá?

- Kuo tākiekina pe faka'ai'ai fēfē nai au 'e he kakai kuo nau fakahaa'i mai e anga'ofá mo e 'ofá, ke kehe 'eku tō'ongá?



Sitepu 9: Kole fakamolemole fakahangatonu ki he kakai kotoa pē kuo tau fakalavea’í, ‘i he taimi ‘e lava a’í.

Tefito’i Mo’oni Mahu’ingá: Fai ha Fakalelei

‘I he’emau hoko atu ki he sitepu 9, na’a mau mateuteu ke kole fakamolemole. Hangē ko e ngaahi foha fakatomala ‘o Mōsaia ne nau ‘alu holo ‘o “feinga fakakukafi ke fakatonutonu ‘a e ngaahi maumau kotoa pē kuo nau fai” (Mōsaia 27:35), na’a mau loto ke fai ha fakalelei. Ka ‘i he’emau a’u mai ki he sitepu 9, na’a mau ‘ilo’i he ‘ikai ke mau lava ‘o fakaa’u homau lotó kae ‘oua kuo tāpuekina kimautilu ‘e he ‘Otuá ‘aki Hono Laumālié. Na’a mau fiema’u ‘a e loto-lahi, fakakaukau lelei, toka’i, fakapotopoto, mo e taimi totonu. Ko e tokolahi taha ‘o kimautilu na’e ‘ikai ke mau ma’u e ngaahi ‘ulungaanga ko ‘ení he taimi ko iá. Na’a mau fakatokanga’i ‘e hanga ‘e he sitepu 9 ‘o toe sivi’i ‘emau loto-fiemālie ke fakavaivai’i kimautilu pea kolea e tokoni mo e ‘alo’ofa ‘a e ‘Eikí.

Koe’uhí ko ‘emau ngaahi a’usia ‘i he founda faingata’á ni, ‘oku mau fokotu’u atu ai ha ngaahi me’a si’i. ‘Oku matu’aki mahu’inga ke ‘oua na’a

mau ta’efakakaukau pe ta’etokanga ‘i he’emau feinga ke fai ha fakalelei. ‘Oku mahu’inga tatau pē ke ‘oua na’a mau fakatoloi. Kuo tokolahi ha kakai ‘i he fakaakeake kuo nau toe foki ‘i he taimi ‘oku nau faka’atā ai e tailiilí ke ne ta’ofi kinautilu mei hono fai ha fakalelei. ‘Oku fiema’u ke mau lotua e fakahinohino ‘a e ‘Eikí fekau’aki mo e taimi pea mo e founda ke fai ai e fakalelei. ‘Ikai ngata a’í, ‘oku tokoni ke mau talanoa ki he’emau kau faifakahinohinó, kau taki ‘o e Siasí, pe ni’ihi kehe ‘oku mau falala ki a’í.

‘E lava ke ‘ahi’ahi’i kimautilu he taimi ‘e ni’ihi ke mau faka’ehi’ehi mei he fetaulaki mo ha taha ‘i he’emau lisí. Ka neongo ia, ‘oku mau fokotu’u atu ke ke fakafepaki’i e ‘ahi’ahi ko ‘ení, tukukehe kapau ‘oku ‘i ai ha fakangatangata fakalao ‘okú ne ta’ofi koe mei he fetaulaki mo ha taha. ‘I he’emau loto-fakatōkilalo mo faitotonu pea fakahoko ha ngaahi feinga ‘uhingamālie ke fetaulaki tonu a’í, te mau lava ‘o fakalelei’i e ngaahi vā fetu’utaki kuo maumau’í. ‘Oku mau fakahā ke ‘ilo ‘e he kakaí ‘oku mau ō atu ke fakalelei mo kinautilu. ‘Oku mau

faka'apa'apa'i 'enau ngaahi faka'amú kapau te nau fakahaa'i 'oku 'ikai ke nau fie talanoa ki ai. Kapau te nau 'omi ha faingamālie ke kole fakamolemole ai, 'oku mau fakanounou mo fakamatala pau ki he tūkunga. 'Oku mau tokanga ke 'oua na'á mau kumi 'uhinga pe pule'i e kakai 'oku mau fakalea ki ai. Ko e taumu'a hono fakahoko e fakalelei 'oku 'ikai ke fakatonuhia'i 'emau tō'onga pe fakaanga'i e kakai; ko e taumu'á ke fakahaa'i 'emau fehalāki, kole fakamolemole, mo fai ha fakalelei 'i he feitu'u 'e malava ai. 'Oku 'ikai ke mau fakafekiki mo e kakaí, a'u pē ki he taimi 'oku 'ikai fakafiēmālie pe talitali lelei 'enau fakafeangá. 'Oku mau fakalea loto-fakatōkilalo ki he tokotaha takitaha mo fai ha fakalelei, kae 'ikai ko e tuli tonuhia.

Mahalo 'e matu'aki faingata'a ke kole fakamolemole koe'uhí ko ha ngaahi angafai pau. Hangē ko 'ení, mahalo 'e fiema'u ke tau fakalelei'i ha ngaahi me'a 'e lava ke 'i ai ha ngaahi nunu'a fakalao, hangē ko e kaiha'á pe ngaohikoviá. Mahalo 'e 'ahi'ahi'i kitautolu ke tōtu'a 'etau fakafeangá, kumi 'uhinga, pe faka'ehi'ehi mei he fakalelei. 'Oku tau fekumi 'i he fa'a lotu ki he fale'i ha taki lotu pe palofesinale kimu'a pea fakahoko ha ngāue ki he ngaahi tūkunga matu'aki mamafa ko 'ení.

'I he ngaahi tūkunga kehé, mahalo he 'ikai ke tau lava 'o fakalelei fakahangatonu. Mahalo kuo pekia 'a e tokotahá, pe 'ikai ke tau 'ilo'i e feitu'u 'oku nofo ai. 'I he ngaahi tūkunga peheé, te tau kei lava pē 'o fakahoko e fakalelei kae 'ikai fakahangatonu. Te tau lava 'o faitohi 'o fakahaa'i ai 'etau faka'ise'isá mo 'etau lotu ke fakalelei, 'o a'u pē ki he taimi 'oku 'ikai lava ai 'o 'ave 'a e tohí. Te tau lava 'o kumi ha taha 'okú ne fakamanatu mai e tokotaha ko iá pea fakahoko ha me'a ke tokoni'i ai ia, pe te tau lava 'o fakahoko fakapulipuli ha me'a ke tokoni'i ha mēmipa 'o e fānili 'a e tokotahá.

'I he ngaahi tūkunga 'e ni'ihí, mahalo kuo tau fakahoko ha fakamamahi he 'ikai ke tau lava 'o fakalelei'i. Na'e ako'i 'e 'Eletā Niila L. 'Enitasoni:

“Oku lahi ha ngaahi fehalaaki he 'ikai lava 'o fakatonutonu 'e he tokotaha kuo mamahi pe faka'ita'í, pea 'oku 'i ai e mamahi mo e faingata'a'ia he 'ikai lava 'o fakalelei'i kakato. Kae 'oua na'á ke teitei pehē 'oku 'ikai mahu'inga e fakalelei angá'ofa te ke lava 'o fakahokó, 'a e mamahi te ke lava 'o fakanongá, neongo mahalo he 'ikai lava 'o toe fakafoki mai e 'ofá, haohaoá, angama'á, falalá, mo e faka'apa'apá ta'e kau ai 'a e 'Eikí. . . . Ki he ngaahi angahala 'e ni'ihí, 'e lava ke toki hoko pē 'a e founga ke fakalelei 'i hono tāpuekina e mo'ui 'a e ni'ihí kehé pea hoko ko ha me'angāue 'i he to'ukupu 'a e 'Eikí ke 'omi 'ene lelei mo e 'alo'ofá ki he ni'ihí kehé” (*The Divine Gift of Forgiveness* [2019], 218, 221).

Mei he momeniti 'oku mau fili ai ke ohi e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení ki he'etau tō'onga mo'ui fo'ou, 'oku kamata ai ke mau fakahoko ha fakalelei ki he mo'ui. 'Oku mau fakalelei'i 'emau tō'onga mo'ui, pea 'i he'etau mo'ui fakaakeaké, 'oku tāpuekina ai e tokotaha kotoa 'oku mau feohí.

Mahalo 'e 'i ai ha ngaahi tūkunga 'i he fakalea ki ha taha kehe ke fai ha fakalelei 'e fakamamahi pe fakalavea ia ki he tokotaha ko iá. Kapau 'okú ke pehē ko e tūkunga ia, alea'i e tūkunga mo ho taha faifakahinohinó pe faifale'i falala'angá. 'Oku 'ikai totonu ke teitei toe fakatupu 'e he sitepu ko 'eni 'o e fakaakeaké ha mamahi pe faingata'a'ia lahi ange ki he ni'ihí kehé.

Hili hono fai ha fakalelei ki he lahi taha 'o 'etau ngaahi angafai he kuohilí, mahalo 'e kei 'i ai pē ha toko taha pe toko ua 'oku tau ongo'i he 'ikai ke tau lava 'o fesiofaki mo ia. Na'e fepaki homau tokolahi pea mo e fo'i mo'oni ko 'ení. 'Oku mau fokotu'u atu ke ke tafoki ki he 'Eikí 'i he lotu fakamātoato. Kapau 'okú ke kei ilifia pe 'ita ki ha taha, mahalo 'oku totonu ke ke fakatoloi e fetaulaki mo iá. Te tau lava 'o ikuna'i e ngaahi ongo 'oku 'ikai lelei 'aki 'etau lotua ha manava'ofa ke vakai ki he tokotahá 'o hangē ko e 'afio mai 'a e 'Eikí ki ate iá. Te tau lava 'o fekumi ki ha ngaahi 'uhinga lelei 'e tokoni ai e fakalelei mo e fefakamolemole'akí. Kapau te tau fai 'a e ngaahi me'á ni pea fa'a kātaki, 'e lava 'e

he 'Eiki—'i He'ene founa mo e taimi pē 'A'aná—'o 'omai e faingamālie fakaofo ke kole fakamolemole ai ki he tokotaha kotoa 'i he'etau lisí.

'I he ngaahi tūkunga 'e ni'ihi, he 'ikai pe 'oku 'ikai lava 'e he tokotahá 'o fakamolemole'i kitautolu. Mahalo 'e fakamolemole'i kitautolu 'e he kakai kehé ka he 'ikai ke nau fie fakalelei pe toe 'i ai ha'anau kākunga mai kiate kitautolu. Neongo 'e fakatupu loto-fo'i pe fakamamahi 'eni kiate kitautolu, ka 'oku mahu'inga ke faka'apa'apa'i 'enau ngaahi ongó mo 'enau tau'atāina ke filí. Ko e sitepu 9 'oku fekau'aki ia mo hono fakahoko hotau tafa'akí ke fai ha fakalelei. 'Oku 'ikai fiema'u 'i he sitepu ko 'ení ke fakamolemole'i koe 'e he tokotaha 'e tahá pe fakalelei mo kitautolu. 'I he'etau fai hotau fatongia 'i he feinga mo'oni ke fakalelei, 'oku tau ngāue'i ai e sitepu 9 pea laka ki mu'a 'i he'etau fononga ki he fakaakeaké.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Fetu'utaki ki he ni'ihi kehé

'I he sitepu 8, na'a tau hiki ai ha ngaahi lisi mo fakakaukau'i 'i he fa'a lotu 'a e taimi mo e founa ke fetu'utaki ai ki he kakai 'i he'etau lisí. Na'a tau alea'i 'etau palaní mo 'etau kau faifakahinohinó pe faifale'i falala'angá, pea tau mateuteu leva ki he sitepu 9—ke fetu'utaki ki he kakai 'i he'etau lisí ('o kapau 'e malava pea taau). 'I he'etau fetu'utaki ki he kakaí ke fai ha fakalelei, 'oku 'ikai fiema'u ia ke tau fakamatala fakaikiiki ki he ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā kitautolú. Ka 'oku totonu ke tau vahevahe ha fakaikiiki fe'unga ke tokoni ke mahino

lelei ange kiate kinautolu 'a e 'uhinga 'oku fiema'u ai ke tau talanoa mo kinautolú.

'Oku tau fakahaa'i 'etau fehalāki mo 'eke 'a e me'a te tau lava 'o fai ke fakalelei'i ai 'a e ngaahi me'á. Ko e me'a pē ia 'a nautolu pe te nau fakamolemole'i kitautolu pe 'ikai. Mahalo 'oku 'i ai ha ngaahi fehu'i 'a e kakai 'oku tau fetu'utaki ki aí 'e taau ke tau tali. Manatu'i ke tali 'enau ngaahi fehu'i 'i ha founa he 'ikai ke ne toe uesia ai 'a e vā fetu'utaki. Kapau 'oku 'i ai ha 'o veiveiua, talaange pē te ke loto ke fakakaukau lahi ange ki he me'á ni pea te ke toki fetu'utaki atu kiate kinautolu. Te ke lava leva 'o alea'i mo ho taha faifakahinohinó pe faifale'i falala'angá 'a e founa mo e taimi ke tali ai e ngaahi fehu'i ko 'ení.

Mahalo te tau ma'u ha ngaahi ongo fakaeloto he taimi 'e ni'ihi lolotonga e ngāue ko 'ení. 'Oku tau lotu 'o kole tokoni ki he 'Eiki ke tau nonga mo tokanga taha ki he taumu'a 'o 'etau 'a'ahi. Mahalo 'e 'ahi'ahi'i kitautolu ke tau fakatonuhia'i pe fakamatala'i 'etau ngaahi angafaí 'aki hono toe 'ohake pe nofotaha 'i ha me'a ne fakahoko 'e ha taha kehe, ka 'oku totonu ke tau fakafepaki'i e 'ahi'ahi ko 'ení. 'Oku fiema'u ke tau tokanga taha ki hono fai ha fakalelei ki he'etau ngaahi angafaí.

'Oku tau alea'i e me'a te tau lava 'o fai ke fakalelei ai mo e tokotaha kuo tau faihala ki aí. Hangē ko 'ení, kapau 'oku fiema'u ke tau fakalelei 'i hono totongi fakafoki ha pa'anga, mahalo 'e fakamolemole'i 'e he tokotahá 'a e mo'ua, 'eke 'a e sino'i sēnití, pe 'eke 'a e tupú. Mahalo he 'ikai fiema'u ke tau feau 'enau fiema'ú; ka 'oku mahu'inga ke mahino kiate kitautolu e ongo 'oku ma'u 'e he tokotahá ki he me'a 'oku fiema'u ke tau fai ke fakalelei aí, pea 'oku totonu ke tau fakakaukau'i ia 'i he fa'a lotu.

Hili 'a e fakalelei, te tau fakakakato e ongo kōlomu faka'osi 'i he saati na'a tau fa'u 'i he sitepu 4 (vakai ki he fakamatala fakalahí ki ha sipinga 'o ha saati). 'Oku tau fakahū e 'aho 'o e fetu'utaki takitaha, fakalelei na'a tau fakahokó, pea mo e olá. 'Oku tau alea'i leva e ngaahi olá pea mo 'etau kau

faifakahinohinó. 'Oku tau 'ilo'i 'oku tau fāifeinga ke fakahoko e me'a kotoa te tau lavá ke feohi melino ai mo e kakai 'i he'etau lisí. Kuo tau fai hotau lelei tahá ke fakalelei'i e ngaahi me'á, pea te tau lava 'o falala ki he 'Eikí ke Ne faito'o e me'a 'oku 'ikai ke tau lava 'o faito'ó. 'Oku ma'u 'a e melinó fakafou 'i hotau vā fetu'utaki mo e 'Eikí. 'Oku ma'u 'e he kakai kehé 'enau tau'atāina ke fakafeangai 'i he founga 'oku nau loto ki aí.

Fakatokanga'i 'a e ngaahi tāpuaki 'o e fakaakeaké

'I he'emaui ma'u e loto-lahi ke fai ha fakalelei, na'e fakalotolahi ke hiki e ngaahi tāpuaki na'a mau ma'u mei hono ngāue'i e ngaahi sitepú 'o a'u mai ki he tu'unga ko 'ení. Na'e kamata ke mau fakatokanga'i na'e ope atu e ngaahi tāpuaki 'o e fakaakeaké 'i he me'a ne mau 'amanaki ki aí. 'Oku mau fokotu'u atu ke ke kamata ha lisi 'o e ngaahi liliu 'i ho'o mo'uí. Ko ha ni'ihí 'eni 'o e ngaahi liliu ne mau fakatokanga'i 'iate kimautilu 'i he'emaui a'u mai ki he tu'unga ko 'eni 'o 'emaui fakaakeaké:

- 'Oku mau ongo'i e 'ofa haohaoa 'a e 'Otuá 'iate kimautilú.
- 'Oku mau ongo'i ha nēkeneka, fiefia, mo e tau'atāina fo'ou 'i he'emaui mo'uí.
- 'Oku mahino kiate kimautilu e kakaí, ngaahi vā fetu'utakí, mo e ngaahi tūkungá 'i ha fakakaukau loloto ange pea kuo tupulaki 'emaui kaungā ongo'i mo e ni'ihí kehé.
- 'Oku mau ma'u ha tataki mo e taumu'a fo'ou ki he'emaui mo'uí.
- 'Oku loloto ange 'emaui tali mo ongo'i 'ofa 'iate kimautilu pea 'i he ni'ihí kehé.
- 'Oku si'i ange 'emaui fakakaukau kiate kimautilu pea tokanga lahi ange ki he tokoni ki he kakai 'oku nau fiema'u 'emaui tokoní.

- 'Oku mau ongo'i lahi mo fakataautaha ange 'a e Fakalelei ta'e-fakangatangata 'a Sisū Kalaisí.
- 'Oku mau ma'u ha 'amanaki lelei mo ha tui lahi ange ki homau kaha'u ta'engata.
- 'Oku si'isi'i ange 'emaui manavasi'i ki he mo'uí mo e ngaahi tūkunga fakapa'angá.
- 'Oku mau ongo'i kuo fakamolemole'i kimautilu, pea te mau lava 'o fakamolemole'i ange 'a e ni'ihí kehé.
- 'Oku tau falala te mau lava 'o fai e ngaahi me'a he 'ikai ke mau lava 'iate kimautilu pe'e 'i he mālohi 'o e 'Otuá.

Mahalo 'e 'i ai ha ngaahi liliu lahi ange 'i ho'o mo'uí. Kātaki 'o hiki ho'o lisí pea vahevahe ia mo ha taha...

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea fakamatala pau 'i he'etau tohí ke ma'u e me'a 'aonga taha mei aí.

Tākiekina e ni'ihī kehé ki he lelei

“Oku folofola 'e he Laumālie 'o e 'Eikí kiate au: Fekau ki ho'ou fānaú ke failelei telia na'a nau fakahee'i 'a e loto 'o e kakai tokolahi ki he 'auhá; ko ia 'oku ou fekau kiate koe, 'e hoku foha, ko e me'a 'i he manavahē ki he 'Otuá, ke ke tuku ho'ou ngaahi fai hiá;

“Ke ke tafoki ki he 'Eikí 'aki ho 'atamaí, iví, mo e mālohí kotoa; koe'uhi ke 'oua na'á ke toe fakahee'i 'a e loto 'o ha ni'ihī ke fai angahala; kae kehe ke ke foki atu kiate kinautolu, 'o fakamo'oni'i 'a ho'ou ngaahi angahalá mo e me'a hala 'a ia kuó ke fai” (Alamā 39:12–13).

Ko e taha 'o e ngaahi nunu'a fakatu'utāmaki taha 'o 'emau tō'onga ma'unimaá ko e malava ko ia ke mau tākiekina e ni'ihī kehe ke fakatupulaki ha ma'unimā 'iate kinautolú.

- Ko hai 'i he'eku mo'uí kuó u tākiekina pehení?

- Fakatatau ki he ngaahi akonaki 'a 'Alamā 'i he ngaahi veesi ko 'ení, te u ma'u nai mei fē 'a e loto-lahi ke fakalelei mo e kakai ni?

Fakalotoa, kae 'ikai fakamālohi'i

“Ilonga ia 'e ha'ú tuku ke ne ha'u 'o inu ta'etotongi 'i he ngaahi vai 'o e mo'uí; pea 'ilonga ia 'oku 'ikai ha'ú 'oku 'ikai fakamālohi'i ia ke ha'u; ka 'i he 'aho faka'osí 'e fakafoki kiate ia 'o fakatatau ki he'ene ngaahi ngāue” (Alamā 42:27).

'Oku lahi ha ngaahi 'uhinga mālohi ke ngāue'i ai e sitepu 9, ka kuo pau ke 'oua na'a tau teitei mo'unofoa 'i he kumi 'uhinga pe loi ko ia 'oku 'ikai ke 'i ai ha'atau filí. Ko e Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá ko ha polokalama fakalotoa ia kae 'ikai fakamālohi'i.

- 'Oku ou ongo'i nai 'oku fakaloto'i pe fakamālohi'i au ke fai ha fakalelei?

- Fakatatau ki he veesi ko 'ení, ko e hā ha ngaahi 'uhinga 'e ala fakalotoa ai au?

Teuteu ke fe'iloaki mo e 'Otuá

“'Oku ou faka'amu ke mou ha'u 'o 'ikai toe fakafefeka homou lotó; he vakai, ko 'eni 'a e taimi mo e 'aho 'o homou fakamo'uí; pea ko ia, kapau te mou fakatomala 'o 'ikai fakafefeka homou lotó, 'e faka'aonga leva 'a e palani lahi 'o e huhu'í kiate kimoutolu.

“He vakai, ko e mo'uí ni ko e taimi ia ki he tangatá ke teuteu ai ke fe'iloaki mo e 'Otuá; 'io, vakai ko e 'aho 'o e mo'ui ní ko e 'aho ia ke fai ai 'e he kakai 'a 'enau ngaahi ngāuē” (Alamā 34:31–32).

- Ko e hā e me'a 'oku ou ikuna'í 'i he'eku fakamolū hoku lotó mo fai ha fakalelí?

- 'Oku tupulaki fēfē 'eku loto-fiemālie ke fai ha fakalelí 'i he'eku 'ilo'í 'oku ou teuteu foki ke fe'iloaki mo e 'Otuá?

Mālohi ‘i he Siasí

“Pea [na’e] fononga holo [‘a Alamā ko e Si’í mo e ngaahi foha ‘o Mōsaiá] ‘i hono kotoa ‘o e fonuá, . . . ‘o nau feinga fakakukafi ke fakatonutonu ‘a e ngaahi maumau kotoa pē kuo nau fai ki he siasí, pea nau vete ‘enau ngaahi angahala kotoa pē, mo fakamafola ‘a e ngaahi me’a kotoa pē kuo nau mamata ki aí, mo fakamatala’i ‘a e ngaahi kikité mo e ngaahi folofola tapú kiate kinautolu kotoa pē na’e fie fanongo kiate kinautolú” (Mōsaia 27:35).

Koe’uhí ko e ma’unimaá, ‘oku tokolahi ha kakai ‘oku ‘ikai ke nau toe ‘alu ki he lotú. ‘Oku faka’aonga’i ‘e ha kakai ‘e ni’ihi e ngaahi fehalaaki ‘a ha ni’ihi kehe ke fakatonuhia’i ‘aki e si’isi’i ‘enau kau ki he ngaahi me’a ‘a e Siasí.

- Ko e hā ‘eku a’usia ‘i he tu’unga mālohi ‘i he Siasí ‘o Sisū Kalaisi ‘o e Kau Mā’oni’oni ‘i he Ngaahi ‘Aho Kimui Ní?

- Kuo tokoni fēfē ‘a e ha’u ofi ange ki he Fakamo’uí ‘o fakafou ‘i he fakaakeaké, ke u ongo’i ‘oku ou toe kau ki Hono Siasí?

- ‘Oku tokoni fēfē ‘a e mālohi ‘i he Siasí ke u fai ha ngaahi fakalelei mo fakaakeake kakato angé?

Fakalelei loto-fiemālié

“Kuo pau ke ke fakafoki ki he lahi taha ‘e lavá ‘a e me’a kotoa pē na’á ke kaiha’asi, maumau’i,

pe fakamele'í. Ko e fakalelei loto-fiemálié ko ha fakamo'oni ta'eue'ia ia ki he 'Eikí 'okú ke tukupā ke fakahoko e me'a kotoa te ke lavá ke fakatomala” (Richard G. Scott, “Finding Forgiveness,” *Ensign*, May 1995, 76).

- 'Oku hoko fēfē 'a e fakalelei ko ha fakamo'oni 'o 'ikai ngata pē ki he 'Eikí ka kiate au foki pea mo e ni'ihi kehé 'oku ou tukupā ki ha mo'ui loto-fakatōkilalo mo faitotonu?

Ko e ngaahi taumu'a hotau lotó

“Ilonga ia 'oku fakatomala pea fai ki he ngaahi fekau 'a e 'Eikí 'e fakamolemole'í ia” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 1:32).

'I he'etau fakalelei, te tau ala fehangahangai mo e kakai he 'ikai ke nau fakamolemole'í kitautolu. Mahalo 'oku kei fefeka pē honau lotó kiate kitautolu, pe mahalo 'oku 'ikai ke nau falala ki he'etau taumu'á.

- 'Oku tokoni fēfē ke 'ilo'í 'oku mahino ki he 'Eikí 'a e taumu'a mo'oni 'o hoku lotó pea te Ne

tali 'eku loto ke fakatomala mo fai ha fakalelei, neongo kapau he 'ikai tali ia 'e he kakai kehé?

Ko e me'a 'e lava 'e he Fakamo'uí 'o fakahoko ma'atautolú

“He 'ikai lava e tangatá 'o fakamolemole'í 'enau angahalá; he 'ikai ke nau lava 'o fakama'a kinautolu mei he nunu'a 'o 'enau ngaahi angahalá. 'E lava e tangatá 'o ta'ofi 'ene fai angahalá pea fai lelei 'i he kaha'ú, pea 'e tali lelei 'enau angafaí 'e he 'Eikí pea fe'unga ke fai hano fakakaukau'í. Ka ko hai te ne fakalelei'í e ngaahi fehalaaki na'á ne fai kiate ia mo e ni'ihi kehé, he 'oku 'ikai ke ne malava 'o fakalelei'í ia? Ka 'e fakama'a 'e he fakalelei 'a Sīsū Kalaisí e ngaahi angahala 'a e tokotaha 'oku fakatomalá, pea neongo 'ene kula 'aho'ahó 'e hinehina ia 'o hangē ha fulufulu'í sipí. Ko e palōmesi 'eni 'oku tuku kiate kimoutolú” (Joseph F. Smith, in Conference Report, Oct. 1899, 41).

'I ho'o fai ha ngaahi fakalelei, 'oua te ke loto-fo'í 'i he ngaahi fakakaukau hangē ko e, “Oku 'ikai malava 'eni! He 'ikai ha founga 'e fe'unga ke u totongi fakafoki ai e faihala kuó u fakahoko ki he tokotahá ni.” Neongo 'e ala mo'oni ia, ka

ke fakakaukau ki he mālohi 'a Sisū Kalaisi ke fakalelei'i e ngaahi me'a ko ia 'oku 'ikai ke ke lava 'o fakalelei'í. Kuo pau ke tau falala 'e fakahoko 'e Sisū Kalaisi e me'a 'oku 'ikai ke tau lavá.

- Te u lava fēfē 'o fakahā ki he 'Eiki 'oku ou falala kiate Iá? Te u lava fēfē 'o fakatupulaki 'a e falala ko iá?

Two columns of horizontal lines for writing, corresponding to the text and list above.



Sitepu 10: Hokohoko atu hono fakatokanga'i e ngaahi 'ulungaanga fakatāutahá, pea tala taimi totonu 'a e taimi 'oku tau fehalaaki aí.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Ha'isia Faka'ahó

'Oku tokoni e sitepu 10 ke tau tupulaki 'i he'etau tō'onga mo'ui fo'ou 'o e fakakaukau fakalaumālié. 'Oku fekau'aki ia mo 'etau ha'isia he 'aho kotoa pē fakafou 'i he vakai'i fakatāutahá, 'o tali e me'a 'oku tau 'iló, mo e fakatomala taimi totonú. 'Oku 'ikai ke tau haohaoa pea 'e hokohoko atu ke tau fehalaaki 'i he'etau mo'uí pea pehē foki ki he'etau fakaakeaké. Mahalo 'e hoha'a hotau ni'ihī he 'ikai ke tau lava 'o fakalalaka 'i he'etau fakaakeaké kae 'oua kuo haohaoa 'etau fakakakato e sitepu takitaha pe mo'ui 'o 'ikai ha toe fehālāki. 'Oku malu'i kitautolu 'e he sitepu 10 mei he teke mālohi ke mo'ui haohaoá. 'Oku fakamanatu mai kiate kitautolu 'oku tau fiema'u ma'u pē 'a e 'Eikí 'i he'etau fakalalaka 'i he'etau fakaakeaké.

Na'e ako 'i 'e 'Alamā 'i he Tohi 'a Molomoná, 'oku fiema'u ki ha fu'u liliu lahi 'o e lotó 'a e tui ki he Huhu'i mo e Toetu'u 'a Kalaisí (vakai, 'Alamā 5:14–15). 'I hono faka'aonga'i e tūkunga 'o e 'Aho

'o e Fakamāu mo 'omi ha ngaahi sipinga lahi 'o e ngaahi fehu'i te tau lava 'o fehu'i pē kiate kitautolú, na'e fakamamafa 'i 'e 'Alamā e fatongia mahu'inga 'o e mahu'inga fakatāutahá 'i hono faka'atā kitautolu ki he mālohi huhu'i 'a Kalaisí. Te tau lava 'o faka'aonga'i e tefito'i mo'oni ko 'ení 'aki hono 'eke e ngaahi fehu'i fekumi ne fokotu'u mai 'e 'Alamā fekau'aki mo 'etau ngaahi ongó, fakakaukau, 'uhingá, mo e tō'ongá. 'E lava 'a e vakai'i fakatautaha faka'ahó mo e tokoni huhu'i 'a e 'Eikí 'o ta'ofi kitautolu mei he fakahehema ki he faka'ikai'i, fakafiefiemālié, mo e toe foki.

Ko e founga fakafofo 'o e fakaakeaké 'oku fekau'aki ia mo hono faka'atā e 'Eikí ke Ne liliu 'etau fakakaukau, ongó, mo hotau lotó. Ko hono olá, 'e liliu 'etau tō'ongá. Na'e poupu'i kimaotolu 'e kinaotolu ne mu'omu'á ke mau tokanga telia e fōtunga kotoa 'o e hikisiá pea ke loto-fakatōkilalo 'o 'ave homau ngaahi vaivái ki he Tamai Hēvaní. 'Oku tokoni e ha'isia faka'ahó ke tau fakatokanga'i e taimi 'oku tau fiema'u tokoni aí mo ta'ofi kitautolu mei he toe foki ki he ngaahi tō'onga motu'á.

'Oku angamaheni ke ma'u ha ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo 'oku 'ikai lelei. 'I he'etau hoha'a pe ongo 'i faka'ofa'ia pē 'iate kitá, loto-tailiili, 'ita, holi, pe ilifía, te tau lava 'o tafoki he taimi pē ko iá ki he Tamai 'o kole ke Ne tāpuekina kitautolu 'aki e nonga mo e fakakaukau. Te tau lava foki 'o 'ilo' 'oku tau kei pikitai pē ki he ngaahi tui 'oku 'ikai lelei. Te tau lava 'o kole ki he'etau Tamai Hēvani ke tokoni mai ke tau fai ha feinga mo'oni ke liliu. 'I hono ngāue'i e sitepu 10, he 'ikai ke tau toe ongo'i e fiema'u ke tuli tonuhia, kumi 'uhinga, pe tukuaki'i. Ko 'etau taumu'á ke fakaava hotau lotó pea tukutaha hotau 'atamaí 'i he Fakamo'uí mo 'Ene 'alo'ofá.

'Oku tau ngāue 'i he sitepu 10 'aki hono fakahoko ha vakai'i fakatautaha faka'ahó. 'I he'etau palani hotau 'ahó, 'oku tau vakai'i 'i he fa'a lotu 'etau ngaahi angafái mo e makatu'ungá: 'Oku fu'u tōtu'a nai pe fu'u si'isi'i 'etau me'a 'oku fai? 'Oku tau tokanga'i nai 'etau ngaahi tefito'i fiema'u fakalaumālie, fakaeloto, mo fakatu'asinó? 'Oku tau tokoni nai ki he ni'ihi kehé? 'Oku 'i ai nai ha ngaahi tūkunga 'i hotau 'ahó 'oku faingata'a pe fakatupu mafasia? 'Oku tau fiema'u tokoni nai mei he ni'ihi kehé ke matu'uaki e ngaahi me'a faingata'a ko 'ení? 'Oku tau vakai nai ki ha fa'ahinga tō'onga pe sipinga fakakaukau motu'a? 'Oku tokoni e ngaahi fehu'i pehení ke fakataumu'a 'etau mo'uí, fakamālohia 'etau fakaakeaké, mo tau 'unu ke ofi ange kia Sisū Kalaisi.

Te tau lava 'o vakai'i kitautolu 'i ha fa'ahinga taimi pē, 'aki hono tuku ha taimi ke fakakaukau, fakalaululoto, mo faka'aonga'i ai e nagahi sitepu kuo tau akó. 'I he'etau fepaki mo ha momeniti 'o e faingata'á, te tau lava 'o fehu'i loto pē pea ki he 'Otuá, "Ko e hā hoku vaivai'anga ne hokó? Ko e hā ha me'a kuó u fai ke tokoni ki he palopalema ko 'ení? 'Oku 'i ai nai ha me'a te u lava 'o lea 'aki pe fakahoko 'o 'ikai fakangalingali 'e iku ki ha solova'anga faka'apa'apa kiate au pea mo e tokotaha 'e tahá?" Te tau lava 'o fakamanatu kiate kitautolu, "'Oku ma'u 'e he 'Eikí 'a e mālohi kotoa pē. Te u tuku 'eni kiate Ia pea falala kiate Ia."

'I he'etau fakatokanga'i 'oku tau angakovi ki ha taha kehé, te tau lava 'o fakalelei'i he vave taha 'e malavá. 'Oku mahu'inga ke tukuange 'etau hikisiá pea manatu'i ko e lea mo'oni ko ia, "Na'á ku fehalaaki" 'oku fa'a mahu'inga tatau pē ia ki hono fakalelei'i ha vā fetu'utakí mo 'etau pehē, "'Oku ou 'ofa atu."

'I he faka'osinga 'o e 'ahó, 'oku tau vakai'i pe na'e fēfē 'a e ngaahi me'á. Na'e fēfē 'etau fakafeangai? 'Oku tau kei fiema'u nai ke fealea'aki mo e 'Eikí fekau'aki mo ha ngaahi tō'onga, fakakaukau, pe ngaahi ongo 'oku 'ikai lelei? Te tau lava foki 'o talanoa ki ha mēmipa 'o e fāmilí, kaungāme'a, tokotaha faifakahinohino, pe faifale'i falala'anga ke tokoni ke lelei ange 'etau vakai ki he ngaahi me'á.

Ko e mo'oni, 'e hokohoko atu ke tau fai ha fehalaaki neongo 'etau ngaahi feinga lelei tahá. Ka ko e ha'isia faka'ahó ko ha tukupā ia ke tali lelei ko hotau fo'ui 'a e ngaahi fehalaaki ko 'ení. 'I he'etau vakavakai'i 'etau ngaahi fakakaukau mo e angafái 'i he 'aho takitaha, fakalelei'i kinautolu, mo fakatomala fakafou 'i he Fakamo'uí, 'e mōlia atu e ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo 'oku 'ikai lelei.

"'Oku hala ha me'a 'e toe fakatau'atāina ange, faka'e'i'eiki ange, pe toe mahu'inga ange ki he'etau fakalalakaka fakafo'ituituí ka ko e tokanga taha faka'aho ma'u pē ki he fakatomalá. Ko e fakatomalá 'oku 'ikai ko ha me'a pē 'oku hoko; ko ha ngāue. Ko e ki ia ki he fiefiá mo e nonga 'o e 'atamaí. Ko e taimi 'oku fakataha'i ai mo e tuí, malava leva 'e he fakatomalá 'o 'ai ke tau ma'u 'a e mālohi 'o e Fakalelei 'a Sisū Kalaisí [vakai, 2 Nifai 9:23]" (Russell M. Nelson, "Te Tau Lava 'o Fai Lelei Ange pea Toe Lelei Ange," *Liahona*, Mē 2019, 67).

'Oku tokoni e ha'isia faka'ahó, pe fakatomala faka'ahó, ke tau a'usia e fiefia mo e tau'atāina 'oku 'omi 'e he Fakamo'uí. 'Oku 'ikai ke tau toe nofo mavahe mei he 'Eikí pe ko e ni'ihi kehé. Te tau lava 'o ma'u e mālohi mo e tui ke fepaki mo e ngaahi faingata'á pea ikuna'i kinautolu. Te tau lava 'o fiefia 'i he'etau fakalalakaká pea falala 'e fakapapau'i 'e he ngāué mo e fa'a kātakí 'a e hokohoko atu e fakaakeaké.

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'emau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke tau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Teuteu fakalaumālie ki he 'aho takitaha

Ko ha kongā mahu'inga 'o e ha'isia faka'ahó ko e palani hotau 'ahó, muimui'i 'etau palaní, pea toe vakai'i leva e tu'unga ne 'i ai e ngaahi me'a ne hokó 'i he faka'osinga e 'ahó. 'I he'etau fakahoko fakamātoato 'ení, 'oku malu'i kitautolu mei he toe foki ki he ngaahi tō'onga motu'á.

'Oku akonaki mai 'a 'Eletā Tēvita A. Petinā ke tau teuteu hotau 'ahó mo e 'Eikí 'i he pongipongí: "'Oku mahu'inga 'a e lotu 'oku mahu'ingamālie he pongipongi taki taha, ko ha kongā mahu'inga ia 'o e teuteu fakalaumālie fakafō'ituitui ki he 'aho takitaha—pea 'oku hoko ia kimu'a pea kamata e ngāue 'o e 'ahó" ("Lotu Ma'u Ai Pē," *Liahona*, Nōvema 2008, 41).

'I he'etau ngāue 'i he 'ahó, 'oku tau lotua 'i hotau lotó ke hokohoko atu 'a hono tokoni'i mo fakahinohino'i kitautolú. Taimi 'e ni'ihī 'oku 'ikai hoko e ngaahi me'á 'o hangē ko 'etau palaní, pea 'oku fiema'u ke tau lava 'o feliliuaki mo fekumi ma'u pē ki he tokoni 'a e Tamai Hēvaní.

'Oku toe akonaki mai 'a 'Eletā Petinā 'o pehē: "'I he faka'osinga e 'ahó, 'oku tau toe tū'ulutui pea fai ha fakamatala ki he'etau Tamai. 'Oku tau fakalau e ngaahi me'a ne hoko he 'ahó" ("Lotu Ma'u Ai Pē," 42). 'I he'etau muimui'i mo e 'Eikí mo toe vakai'i hotau 'ahó, te tau lava 'o fakafiefia'i 'etau ngaahi lavame'á mo fakatokanga'i e feitu'u kuo tau tōnounou aí. 'Oku tau fealea'aki mo e 'Eikí fekau'aki mo e me'a 'oku fiema'u ke tau fai ke fakatomala aí

pe fai ha ngaahi fakaleleí mo e founa te tau lava 'o fakahoko lelei ange ai he kaha'ú.

Fakatomala faka'ahó

'Oku 'uhinga e kupu'i lea angamaheni ko e "'aho 'e taha he taimi" ke mo'ui he fo'i mōmeniti 'e taha he taimi. 'I he hokohoko atu hono fakatokanga'i 'etau ngaahi fakakaukaú, ngaahi ongó, mo e tō'ongá, 'oku tau ma'u ai ha faingamālie ke fakatomala pea 'unu ofi ange ai ki he'etau Tamai 'i Hēvaní. 'I he'etau fakatomalá, 'oku tau 'ilo'i ai e mo'oni ko ia ko e fakatomalá 'oku 'ikai ko ha me'a fakamamahi pe fakangatangata ia, ka ko ha a'usia fakafiefia mo fakatau'atāina ia 'oku tau hanganaki atu ki ai.

'I he'etau fakatomala faka'ahó, te tau lava 'o 'ilo'i ha toe ngaahi tōnounou pe manatu'i ha ngaahi angafai he kuohilí 'oku fiema'u ke tokanga ki ai, pea 'i he ngaahi tūkunga 'e ni'ihī, ke fakalele'i. 'E lava ke hoko ia ko e kongā 'o 'etau fakatomala faka'ahó ke toe tokanga ki he ngaahi sitepu kimu'a ne fokotu'u ke to'o ai 'etau ngaahi tōnounou pe fai ha fakaleleí. 'E lava 'e he toe vakai'i mo 'etau kau faifakahinohinó e me'a kuo tau ako mei he'etau feinga ke fakatomala faka'ahó, 'o fakamahino'i ha toe me'a kehe 'oku fiema'u ke tau fai ke fakatomala kakato ai. 'E ala fie ma'u foki ke tau vete-hia ki he mafai totonu 'o e lakanga fakataula'eikí.

'Oku tapou mai 'a Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni ke tau "foua e mālohi fakaiuia 'o e fakatomala faka'ahó—'o e fakahoko mo toe ki'i lelei ange 'i he 'aho takitaha" ("Te Tau Lava 'o Fai Lelei Ange pea Toe Lelei Ange," *Liahona*, Mē 2019, 67). 'I he'etau fakavaivai'i kitautolu mo fāifeinga ke faitotonu he 'aho takitaha, 'oku faka'au ke tau ofi ange ai ki he Fakamo'uí. Na'e fakahinohino'i 'e he Fakamo'uí 'Ene kau ākongá 'o pehē, "Kapau 'e muimui ha taha kiate au, tuku ke si'aki ia 'e ia, pea to'o hake 'ene 'akau mafasiá 'i he 'aho kotoa pē, pea muimui 'iate au" (Luke 9:23). 'Oku teuteu'i kitautolu ki he sitepu 11 'i he fakatomala mo to'o 'etau 'akau mafasiá pea muimui ki he Fakamo'uí he 'aho takitaha.

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga 'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu 'i ke faitotonu pea fakamatala pau 'i he'etau tohi ke ma'u e me'a 'aonga taha mei ai.

Tokanga 'i 'etau ngaahi fakakaukaú, leá, mo e ngāué

“Kapau 'oku 'ikai te mou 'ilo 'i 'oku mou faitotonu ma'u pē, mo ho'omou ngaahi fakakaukaú, mo ho'omou ngaahi leá, mo ho'omou ngaahi ngāué, pea tauhi 'a e ngaahi fekau 'a e 'Otuá, 'o tui ma'u pē ki he ngaahi me'a kuo mou fanongo ai 'o kau ki he hā'ele mai 'a hotau 'Eikí, 'o a'u ki he ngata'anga 'o ho'omou mo'uí, pehē kuo pau ke mou mala'ia. 'Oiauē 'e tangata, manatu, pea 'oua 'e mala'ia” (Mōsaia 4:30).

'E lava pē ke fakatu'utāmaki pe iku ki he maté 'o kapau he 'ikai ke tau tokanga ki he me'a 'oku tau fai lolotonga 'etau faka'uli 'i ha me'alelé. Tohi fekau'aki fakatokanga 'i pē kiate kitá.

- 'Oku tokoni fēfē 'a e mahu'inga'ia pē 'iate kitá ke u faka'ehi'ehi mei he toe foki ki he ngaahi me'a 'okú ne ma'unimā aú (pea 'auhá)?

Loto-fakatōkilaló mo e mapule'í kitá

“Oku monū'ia 'a kinautolu 'oku nau fakavaivai 'i 'a kinautolu ta'e-fakamālohi 'i ke nau loto-fakatōkilaló” (Alamā 32:16).

Ko e loto-fiemālie ke tukuange e ngaahi fakakaukau 'ikai lelé kimu'a pea iku ki he tō'onga fakamamahí ko ha founga ia ke fakavaivai 'i ai kinautolu 'o 'ikai fakamālohi 'i. Tohi fekau'aki mo ho'o loto-fiemālie ke fakavaivai 'i koé. 'Ahi'ahi ha 'aho ke tukuange e ngaahi fakakaukau 'oku 'ikai lelé.

- Ko e hā ha ngaahi tāpuaki 'oku ou ma'u?

Mo'ui 'i he lolotongá

“Ko e lahi ange hono fakamāma 'i ha tokotaha, ko e lahi ange ia 'ene fekumi ki he me'a 'ofa 'o e fakatomalá, pea faingata'a ange 'ene feinga ke fakatau'atāina 'i ia mei he angahalá 'i he tu'o lahi

Fa'a kātaki

“Ko hoku lotó ke mou loto-fakatōkilalo, mo anganofo mo angavaivai; pea ako'ingofua; pea mohu 'i he kātaki mo e fa'a kātaki fuoloa; pea anga-fakapotopoto 'i he me'a kotoa pē” (Alamā 7:23).

Ko hai pē na'á ne fa'u e kupu'i lea motu'a ko ia “Oku iku e akoakó ki he haohaoá” na'e 'ikai ke ne fakamatala'i e lahi 'o e kātaki 'oku fiema'u ke hokohoko atu e akoakó. 'I he'etau fa'a kātaki mo hokohoko atu ke fai e ngaahi fakalelei faka'ahó mo e vakai'i fakatautaha faka'ahó, te tau fakalalakaka 'i he'etau fononga ki he fakaakeaké.

- 'Oku fakapapau'i fēfē 'e he mahu'inga'ia pē 'iate kitá mo hono fakahoko e fakalelei faka'ahó 'e hokohoko atu 'eku loto-fakatōkilaló mo e tupulaki fakalaumālié?

- 'Oku tokoni fēfē 'a e vakai'i fakatautaha he faka'osinga 'o e 'aho takitahá, ke u ikuna'i e fakahehema ke pukenimā e 'itá pe ngaahi ongo fakamamahi kehé?

Fakalalakaka 'i he kotoa 'o e mo'uí

“Oku ou kei ongo'i pē ke tapou ki he Kāingalotu 'o e Siasí 'a e fiema'u hono faka'aonga'i tonu e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e Ongoongoleléi 'i he'etau mo'uí, tō'ongá mo e leá pea mo e me'a kotoa pē 'oku tau faí; pea 'oku fiema'u ki ai e tangata kakató, ke lí'oa e mo'uí kakato ki he fakalalakaká kae lava ke 'ilo'i e mo'oní 'o hangē ko ia 'ia Sisū Kalaisí” (*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 11).

'E lava 'o fakamatala'i hono fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení ko ha “faka'aonga'i tonu” 'o e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongoleléi.

- 'Oku tokoni fēfē 'a e loto-fiemālie ke vakai'i faka'aho au he tapa kotoa pē (ngaahi angafaí, leá, fakakaukaú, ongó, mo e tuí) ke u lí'oa ki he fakalalakaka 'i he kotoa 'o e mo'uí?



Sitepu 11: Fekumi 'i he lotu mo e fakalaululoto ke 'ilo'i e finangalo 'o e 'Eikí pea ma'u e mālohi ke fakahoko ia.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Fakahā Fakatāutahá

'Oku tau fakahoko 'i he sitepu 11 ha tukupā faka'aho ke feinga ke 'ilo'i e finangalo 'o e 'Eikí pea lotu ke ma'u e mālohi ke fakahoko ia. Na'a mau 'ilo ai 'oku finangalo e 'Otuá ke folofola mai kiate kimautilu pea te mau lava 'o ako e founa ke fanongo ai kiate Iá. Na'e pehē 'e Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni: "'Oku *fema'u* koā 'e he 'Eikí ke folofola atu kiate koe? 'Io!" ("Fakahā ma'á e Siasí, Fakahā ki He'etau Mo'uí," *Liahona*, Mē 2018, 95). Ko e taumu'a 'o e sitepu ko 'eni ke fakatupulaki 'etau malava ke fanongo kia Sisū Kalaisí, ma'u e fakahā fakatāutahá, mo ma'u e mālohi ke mo'ui 'o fakatatau mo iá. 'Oku fehangahangai lahi e holi ko 'eni ki he fakahā fakatāutahá pea mo e ngaahi holi ne mau a'usia 'i he'emaui hē 'i hono ma'unimā kimautilu.

Na'a mau fakakaukau he kuohilí 'e ma'u e 'amanaki leleí, fiefiá, melinó, mo e fiemālié mei he ngaahi ma'u'anga tokoni fakamāmani hangē ko e kava mālohí, faito'o konatapu, holi koví, kai 'ikai mo'ui

leleí, pe ngaahi tō'onga ma'unimā pe fakamālohi kehé. Ko 'emaui sīpingá ke faka'ehi'ehi mei he ngaahi ongo 'oku 'ikai leleí 'o fakaongonoa 'aki e ngaahi me'a ne ma'unimā kimautilu. Na'e feinga homau ni'ihi ke fakafonu e me'a ne mole mei he'emaui mo'ui 'aki ha fa'ahinga me'a pē kae 'ikai ko e 'Otuá. 'I he fakalau 'a e taimí na'a mau 'ilo'i ai ko ha fa'ahinga nunu'a leleí pē 'o 'emaui ma'unimā, ko ha ngaahi solova'anga taimi nounou mo loi ia na'a mau ongo'i li'ekina ai.

Ko e fekumi ki he fakahaá ko ha sitepu mahu'inga ia ki hono ma'u e fakaakeake 'oku tu'uloá. Na'e pehē 'e Palesiteni Nalesoni: "'Oku ou poupu'i atu ke fakalahi ho'omou tu'unga malava fakalaumālie lolotonga ke ma'u e fakahā fakatāutahá, he kuo tala'ofa 'e he 'Eikí 'kapau te ke [fekumi], te ke ma'u ha fakahā hoko mo e fakahā, pea mo ha 'ilo hoko mo e 'ilo, koe'uhí ke ke 'ilo'i 'a e ngaahi me'a liló mo e ngaahi me'a fakamelinó—'a e me'a 'oku 'omi 'a e fiefiá, 'a e me'a ko ia 'oku 'omi 'a e mo'ui ta'engatá' [Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 42:61]" ("Fakahā ma'á e Siasí, Fakahā ki He'etau 'Etau Mo'uí," 95).

Kuo kamata ke mau fakahounga 'i 'emau fiema' u 'a e Fakamo'ui ko Sisū Kalaisí, mo mahino Hono fatongia 'i he' emau mo' uí. Na' e ongo' i ngali kehe mo ta' e' ilo homau ni' ihi 'i he' emau lotú, ka na' e kamata ke mau lotu ki he Tamaí 'i he huafa 'o Sisū Kalaisí ke ma' u ha vā fetu' utaki vāofi mo Ia. 'Oku tau 'ilo 'oku lahi ange e me' a te tau lava mo Iá 'i he me' a te tau lava ta' e te Ne kau aí. Na' e kamata ke mau ako 'o 'ilo 'oku 'ikai nofotaha pē 'a e fakaakeaké 'i he ma' unimáá pe ko e tuku e inú; 'oku kau ai hono fakaafé' i mai e tataki 'a e 'Eikí ki he tafa' aki kotoa pē 'etau mo' uí.

'Oku mahu' inga 'a e lotú, fakalaulaulotó, mo e ako folofolá ki he ha' u kia Kalaisí. Te nau lava 'o tokoni ke tau fanongo ki Hono le' ó pea ma' u e mālohi ke fakahoko Hono finangaló. 'Oku tau feinga ke lotu 'i he loto-fakatōkilalo, 'o 'ilo' i 'oku tau falala ki he fakahinohino mo e mālohi fakalangi 'o e 'Eikí. 'Oku tau ki' i tu' u 'o fakakaukauloto 'i he lolotonga e 'ahó, 'o fāifeinga ke fakanonga 'etau fakakaukaú pea fanongo ki he kihí' i le' o sí' i. 'Oku tau ako e folofolá, tautautefito ki he Tohi 'a Molomoná, koe' uhi 'oku nau fakamo' oni ki he finangalo 'a e 'Eikí ke 'omi ha fakahinohino pea mo e mālohí. 'I he' etau fakahoko e ngaahi me' á ni, 'oku tau a' usia ai e fakahā fakatāutahá mo ma' u e tāpuaki ke "'iate [kitautolu] ma' u ai pē 'a hono Laumālié" ke fakahinohino, tataki, mo fakafiemālié' i kitautolú (Molonai 4:3).

Ki homau tokolahi, na' e faingata' a e fakakaukau ki hono ma' u 'o e fakahā fakatāutahá koe' uhi na' a mau tui na' e 'ikai ke mau taau mo e 'ofa 'a e 'Otuá. 'I hono ma' unimā kimautilú, na' a mau fakakaukau 'oku 'ikai tokanga fe' unga mai e Tamai Hēvaní mo Sisū Kalaisí ke fetu' utaki mo kimautilu pe na' e mole meiate kimautilu e totonu ke ma' u fakahaá koe' uhi ko homau kuohilí. Na' e fakakaukau homau ni' ihi kuo te' eki ke mau teitei ma' u ha fakahā fakatautaha. Na' a mau lotu pe fakakaukauloto, pea hangē ne 'ikai hoko ha me' á. Na' e 'ikai ke mau ongo' i ha me' a makehe pe ma' u ha fa' ahinga tali mahino. 'I he taimi ne hoko ai 'ení, na' e toe hoko 'emau tō' onga fakakaukau motu' á: "Mahalo 'oku

tokoni' i 'e he 'Otuá e ni' ihi kehé, ka 'oku 'ikai ke Ne tokoni' i au."

'Oku kei fefa' uhi pē homau tokolahi mo e ngaahi ongo ko 'ení. Ka 'i he faka' au ke mau 'ilo' i 'Ene 'ofá mo e 'alo' ofá, na' e mole atu e ngaahi tui hala ko 'ení. 'E lava ke tupulaki 'etau loto-falala 'okú Ne 'ofa fe' unga 'iate kitautolu ke fetu' utaki mo kitautolú, 'i he' etau faka' aonga' i e sitepu 11 ki he' etau mo' uí.

'Oku fiema' u 'i he' etau ngāue ki he sitepu 11 ke tau tui te Ne tali mai kiate kitautolu, pea te tau lava 'o ako ke 'ilo' i Hono le' ó. Mahalo he 'ikai hoko vave pe 'i ai ha faka' ilonga fakaofa mei he langí. Ka te tau lava 'o fakafanongo pea fa' a kātaki. 'Oku tau fanongo kotoa kiate Ia 'i ha ngaahi founga kehekehe. Taimi 'e ni' ihi 'oku 'ikai ke tau ma' u ha fakahinohino pau he taimi pē ko iá. 'Oku 'ikai 'uhinga 'eni 'oku 'ikai ke Ne 'ofa 'iate kitautolu. Kae mahalo 'e 'uhinga ia 'okú Ne finangalo ke tau ako ke falala kiate Ia mo faka' aonga' i e ngaahi mo' oni kuó Ne 'osi tuku mai kiate kitautolú. 'Oku tokoni 'etau falala kiate Iá ke tau loto-fiemālie ke tatali kiate Ia mo tupulaki 'i he malava ke fanongo ki Hono le' ó (ki ha fakamatala lahi ange, vakai ki he Richard G. Scott, "Learning to Recognize Answers to Prayer," *Ensign*, Nov. 1989, 30).

'Oku fa' a tali 'e he 'Eikí 'etau lotú 'o fakafou mai 'i he ni' ihi kehé. Na' e ako' i 'e Palesiteni Sipenisā W. Kimipolo: "'Oku 'afio' i kitautolu 'e he 'Otuá, pea 'okú Ne tokangaekina kitautolu. Ka 'okú Ne fa' a feau 'etau ngaahi fiema' u 'o fakafou mai 'i ha taha kehe" ("Small Acts of Service," *Ensign*, Dec. 1974, 5). 'Oku mahu' inga ke tau fehokotaki mo e ni' ihi kehé, tautautefito kiate kinautilu 'oku poupu mai kiate kitautolú. Te tau lava 'o fanongo ki Hono le' ó 'o fakafou 'i he' etau kau taki 'i he Siasí, kau mēmipa 'o e fāmilí, mo e ngaahi kaungāme' á pea pehē foki ki hono lau e folofolá, ako e ngaahi lea 'i he konifelenisí, mo e fanongo ki he hiva toputapú. Te tau lava foki 'o ma' u ma' u pē e tākiekina fakalaumālié mo e fakahinohinó 'i he' etau 'alu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké mo ngāue' i e

ngaahi sitepu 'o e fakaakeaké fakataha mo 'etau kau faifakahinohinó.

'Oku fiema'u e akoako mo e fa'a kātaki ki hono fakatupulaki 'etau malava ke kumi mo ma'u e fakahaá. "Ko e mo'oni 'e 'i ai ha ngaahi taimi te ke ongo'i ai 'o hangē kuo tāpuni 'a e ngaahi langí. Ka 'oku ou palōmesi atu 'i ho'o hokohoko atu ke talangofuá, fakahā ho'o hounga'ia koe'uhi ko e tāpuaki kotoa pē kuo foaki atu 'e he 'Eikí, pea 'i ho'o faka'apa'apa'i 'i he fa'a kātaki 'a e taimitēpile 'a e 'Eikí, 'e foaki atu kiate koe 'a e 'ilo mo e mahino 'okú ke kumiá. 'E muiaki atu 'a e tāpuaki kotoa pē 'a e 'Eikí—na'a mo e ngaahi maná—'iate koe. Ko e me'a ia 'e fakahoko 'e he fakahā fakatāutahá ma'áú" (Russell M. Nelson, "Fakahā ma'á e Siasí, Fakahā ki He'etau 'Etau Mo'uí," 95–96).

Ngaahi Sitepu Ngāu'é

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino pea mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Ha'u kia Sīsū Kalaisi 'o fakafou 'i he lotú, 'aukaí, mo e fakalaulaulotó

Ko kitautolu ko ia 'oku si'i 'etau a'usia 'i he lotú, 'oku fakapapau'i mai 'e he ngaahi lea 'a 'Eletā Lisiate G. Sikotí: "Oua 'e hoha'a ki hono fakaha'a'i ho'o ngaahi ongó. Talanoa pē ki ho'o Tamaí. 'Okú Ne fanongo ki he lotu kotoa pē mo tali ia 'i He'ene founḡá" ("Learning to Recognize Answers to Prayer," *Ensign*, Nov. 1989, 31). Na'e tokoni foki ke toe vakai'i e ngaahi kongá 'o e lotú. 'Oku tau fakataufolofola ki he Tamai Hēvaní 'i Hono huafá, 'o fakahā kiate Ia e me'a 'oku tau fakamālō aí, kolea e ngaahi tāpuaki 'oku tau fiema'ú, pea faka'osi leva 'i he huafa 'o Sīsū Kalaisí. 'Oku tau tū'ulutui 'o

kapau 'oku tau malava fakaesino. 'Oku tau fa'a lotu le'olahi ki he Tamaí, 'o kumia 'Ene fakahinohinó 'o fakafou 'i he Laumālie Mā'oni'oni (vakai, Loma 8:26). 'Oku 'ikai fiema'u ia ke tau faka'aonga'i ha ngaahi lea mālie. Te tau lava 'o lea mo'oni mo vahevahe hotau lotó mo e Tamai Hēvaní.

Na'e ako homau tokolahi ke 'ā pongipongi pea faka'aonga'i ha ki'i taimi fakalongolongo ki he akó mo e lotú. 'Oku tau fakataimi-tēpile'i ha taimi ki he lotú mo e fakalaulaulotó, ko e angamahení ki he pongipongí. Lolotonga e taimi ko 'ení, te tau lava 'o fakamu'omu'a 'a e 'Otuá 'i ha taha pē pe ko ha toe me'a 'i he 'ahó. 'Oku tau ako leva, 'o faka'aonga'i e ngaahi folofolá mo e ngaahi akonaki 'a e kau palōfita 'i onopōní ke tatakí 'etau fakalaulaulotó. 'E lava ke hoko 'a e 'aukaí ko ha me'angāue mālohi ke tānaki ki he ngāue ni. Pea tau fakafanongo leva ki hotau lotó mo e 'atamaí ke feinga ke fanongo pe ongo'i Ia. 'Oku tau hiki 'etau ngaahi fakakaukaú mo e ngaahi ongo 'i he'etau lotú mo e fakalaulaulotó.

'I he 'osi 'a e taimi mahu'inga mo fakafou'ituitui ko 'ení, 'oku 'ikai tuku 'etau lotú. 'Oku hoko 'a e lotu fakalongolongo, 'i hotau lotó mo e 'atamaí, ko e sipinga ia 'o 'etau fakakaukaú 'i he lolotonga e 'ahó. 'Oku tau fealēlea'aki mo e 'Eikí 'i he'etau feohi mo e ni'ihī kehé, fai ha ngaahi filí, mo fe'ao mo e ngaahi ongo fakaelotó pea mo e ngaahi 'ahi'ahí. 'Oku hokohoko atu ke tau fakaafe'i mo feinga ke 'iate kitautolu Hono Laumālie, ke lava 'o tatakí kitautolu ke fakahoko e me'a 'oku totonú (vakai, Saame 46:1; 'Alamā 37:36–37; 3 Nifai 20:1).

Fakalaulauloto 'i he fakalongolongo mo e lōngonoa

'Oku 'ilo hotau tokolahi 'oku tokoni e fakalaulaulotó 'i he'etau fekumi ki he fakahaá mo e fakahinohino mei he 'Eikí. 'Oku tau kumi ha feitu'u lōngonoa, 'oku 'atā mei he fakahoha'á. Kuo pehē 'e Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni, "Ko e taimi fakalongolongo ko ha taimi toputapu" ("Ko e Me'a 'Oku Tau Lolotonga Ako pea He 'Ikai Teitei Ngáló," *Liahona*, Mē 2021, 80). 'E ala tokoni ke

ma'u ha tu'unga fakafiemalie. 'Oku tau faka'ata'atā hotau 'atamaí mo mālōlō. 'Oku tau mānava lōloa mo māmālie.

Ko hono hokó, 'oku tau fakakaukau mo fakalaulauloto ki he me'a 'oku mahu'inga kiate kitautolú pea fakafanongo ki he ngaahi fakakaukau 'oku ha'u ki hotau 'atamaí. Te tau lava 'o fakakaukau ki he ngaahi faingata'a 'oku tau fepaki mo íá, tautautefito ki he me'a 'i he'etau fakaakeaké pe ngaahi vā fetu'utakí. Te tau lava 'o fakakaukau ki he ngaahi veesi folofola pe lea 'i he konifelenisi lahi 'oku tau akó. Te tau lava 'o tomu'a fakakaukau 'i e 'ahó mo e fakahinohino 'oku tau fiema'u. Te tau lava foki 'o lekooti e ngaahi fakakaukau 'oku tau ma'u 'i ha tohinoa ke ma'u ha mahino lahi ange. Hili e taimi fakalongolongo ko 'ení, 'oku tau hokohoko atu ke fekumi ki he tataki mo e mālohi 'o e 'Eikí 'i he lolotonga e 'ahó 'i he'etau fāifeinga ke “sio pē kiate [Ia] 'i he fakakaukau kotoa pē” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 6:36).

Kuo akonaki 'a Palesiteni M. Lāsolo Pālati 'o pehē: “Oku mahu'inga ke tau fakalongolongo mo fakafanongo pea muimui ki he Laumālié. 'Oku fu'u lahi fau 'a e ngaahi me'a 'okú ne tohoaki'i 'etau tokangá, 'o mahulu ange ia 'i ha toe me'a 'i he hisitōlia 'o e māmaní. 'Oku fiema'u 'e he tokotaha kotoa pē ha taimi ke fakalaulauloto mo fakakaukau ai. . . 'Oku tau fiema'u kotoa pē ha taimi ke tau fehu'i loto ai pe fakahoko ma'u pē ha 'initaviu fakataautaha. 'Oku tau fa'a femo'uekina, pea 'oku fu'u longoa'a 'a e māmaní 'oku faingata'a ai ke tau fanongo ki he ngaahi lea fakalangi ke 'longo pē, pea 'ilo ko au ko e 'Otuá' [Saame 46:10]” (“Be Still, and Know That I Am God” [Church Educational System devotional for young adults, May 4, 2014], broadcasts.ChurchofJesusChrist.org).

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufofolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga'i ia ke

fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea fakamatala pau 'i he'etau tohi ke ma'u e me'a 'aonga taha mei aí.

'Unu ofi ange ki he 'Eikí

“Unu'unu mai kiate au pea te u 'unu'unu atu kiate kimoutolu; fekumi faivelenga kiate au pea te mou 'ilo'i au; kole, pea te mou ma'u; tukituki pea 'e to'o ia kiate kimoutolu” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 88:63).

'Oku faka'apa'apa'i 'e he 'Eikí hotau lotó mo 'etau tau'atāina ke fili. 'Okú Ne faka'atā ke tau fili ke ha'u kiate Ia 'o 'ikai fakamālohi'i. 'Okú Ne 'unu'unu ofi mai kiate kitautolu 'i he'etau fakaafe'i Iá.

- 'E founga fēfē ha'aku 'unu'unu ofi kiate Ia he 'ahó ni?

Fakahaa'i ha loto-hounga'ia

“Loto ta'e tuku. Fakafeta'i 'i he me'a kotoa pē: he ko e finangalo ia 'o e 'Otuá 'ia Kalaisi Sisū kiate kimoutolú. 'Oua na'a fu'ifu'i 'a e Laumālié” (1 Tesalonika 5:17–19).

'I he'etau manatu'i ke hounga'ia 'i he me'a kotoa pē 'i he'etau mo'uí, na'a mo e ngaahi me'a 'oku 'ikai mahino kiate kitautolú, te tau lava 'o pukepuke 'a e fetu'utaki hokohoko atu mo e 'Otuá 'a ia na'e ui 'e Paula ko e "lotu ta'e tukú." Feinga ke fakamālō ki he 'Otuá 'i he 'ahó kotoa.

- 'Oku uesia fēfē nai 'e he fakahaa'i ko 'eni 'o e hounga'ia 'a 'eku vāofi mo e Laumālié?

Keinanga 'i he ngaahi folofola 'a Kalaisí

“'Oku lea 'a e kau 'āngeló 'i he mālohi 'o e Laumālie Mā'oni'oní; ko ia, 'oku nau lea 'aki 'a e ngaahi folofola 'a Kalaisí. Ko ia, na'á ku pehē kiate kimoutolu, keinanga 'i he ngaahi folofola 'a Kalaisí; he vakai, 'e fakahā kiate kimoutolu 'e he ngaahi folofola 'a Kalaisí 'a e ngaahi me'a kotoa pē 'oku totonu ke mou fái” (2 Nifai 32:3).

Na'e ako'i 'e Nifai 'i he veesi ko 'ení, 'i he taimi ko ia 'oku tau keinanga ai he ngaahi folofola 'a Kalaisí, 'e tataki kitautolu 'e he ngaahi folofolá ni 'i he me'a kotoa 'oku fiema'u ke tau 'ilo'i mo fakahokó. Fakakaukau angé pe 'e fēfē nai ke 'a'eva mo talanoa mo Sisū Kalaisi he 'ahó kakato.

- Ko e hā 'oku ou ongo'i 'i he taimi 'oku ou fakalaulauloto ai ki he fakatātā ko 'ení?

Ma'u 'a e fakahā fakatāutahá

“Na'e folofola 'a e Fakamo'uí, 'Te u fakahā kiate koe 'i ho 'atamáí pea 'i ho lotó, 'i he Laumālie Mā'oni'oní' (T&F 8:2, tānaki atu e mata'itohi fakahihifi). . . . Ko ha ongo ki he 'atamáí 'oku pau 'aupito. 'E lava pē ke ongona pe ongo'i pea tohi ha fakamatala fakaikiiki 'o hangē pē na'e tala hangatonu mai e fakahinohinó. Ko ha fetu'utaki ki he lotó ko ha ue'i anga'ofa ange ia” (Richard G. Scott, “Helping Others to Be Spiritually Led” [address given at the Church Educational System Symposium, Aug. 11, 1998], 3–4).

'I he tupulaki 'etau mahino ki he fakahā fakatāutahá, te tau 'ilo'i lahi ange ia pea 'i ha ngaahi founga kehekehe mo ma'ongó'onga ange.

- Kuó u ma'u fēfē ha ngaahi ongo mo e fakahā mei he 'Eikí?

“Oku ou pehē kiate kimoutolu [ko e ngaahi me’á ni ‘a ia kuó u lea ki aí] kuo fakahā ia kiate au ‘e he Laumālie Mā’oni’oni ‘o e ‘Otuá. Vakai, kuó u ‘aukai mo lotu ‘i he ngaahi ‘aho lahi koe’uhi ke u ‘ilo’i ‘a e ngaahi me’á ni ‘e au. Pea ko ‘eni ‘oku ou ‘ilo’i ‘e au ‘oku mo’oni ia; he kuo fakahā ia ‘e he ‘Eiki ko e ‘Otuá kiate au ‘aki hono Laumālie Mā’oni’oní; pea ko e laumālie ia ‘o e fakahā ‘oku ‘iate aú” (Alamā 5:46).

‘E lava ‘e he ‘aukai ‘i he founa kuo fokotu’u ‘e he ‘Eiki ‘o ‘omi ‘a e mālohi lahi he ‘ikai ke tau lava ‘o ma’u ‘i ha toe founa kehe (vakai, Mātiu 17:14–21). Ko hono mo’oní, te tau lava ‘o ‘aukai tautautefito ke ikuna ‘i e ma’unimaá. Na’e ako ‘i ‘e ‘Īsaia, “Ikai ko ‘eni ‘a e ‘aukai kuó u filí? ke vete ‘a e ngaahi no’o ‘o e angahalá, ke vete ‘a e ngaahi kavenga mamafá, pea ke tukuange ‘a e kau tamaio’eiki, pea ke motumotuhi ‘a e ngaahi ha’amonga kotoa pē?” (Īsaia 58:6).

- Kuo fakatupulaki fēfē ‘e he ‘aukai mo e lotú ‘eku malava ke ma’u fakahaá?

“Ko e fakakaukau ko ia ‘e lava ke iku e lau folofolá ki he ue’i fakalaumālié mo e fakahaá, ‘okú ne fakaava e matapā ki he mo’oni ko ia ‘oku ‘ikai fakangatangata ha potufolofola ki he ‘uhinga ‘i he taimi na’e hiki aí ka ‘e lava foki ke kau ai mo e ‘uhinga ‘o e folofolá ki ha tokotaha laukonga ‘i he ‘aho ní. ‘Ikai ngata aí, ‘e lava foki ke iku e lau folofolá ki he fakahā lolotonga ‘i ha me’a pē ‘oku finangalo e ‘Eiki ke fakahā ki he tokotaha laukongá he taimi ko iá. ‘Oku ‘ikai ke tau fakamatala ‘i ‘o fu’u tōtu’á ‘a e taimi ‘oku tau pehē ai ‘e lava ke hoko ‘a e folofolá ko ha ‘Ūlimi mo ha Tūmemi ke tokoni ‘i kitautolu takitaha ke ma’u ha fakahā fakataautaha” (Dallin H. Oaks, “Scripture Reading and Revelation,” *Ensign*, Jan. 1995, 8).

‘Oku hangē tofu hono ako e lea ‘o e ngaahi folofolá ko hono ako ha lea mulí. Ko e founa lelei taha ke akó ke tau faka’utumauku ai—ke lau mo ako ia ‘i he ‘aho kotoa pē.

- Ko e fē ha taimi kuó u ma’u ai ha fakahā mei ha potufolofola?



Sitepu 12: 'I hono fakaake fakalaumālie kitautolu fakafou 'i he Fakalelei 'a Sīsū Kalaisí ko ha ola 'o hono fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení, 'oku tau vahevahe 'a e pōpoakí ni mo e ni'ihí kehé pea faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he me'a kotoa 'oku tau faí.

Tefito'i Mo'oni Mahu'ingá: Ngāue Tokoní

'I he 'etau fakaofi atu ki he sitepu 12, 'oku tau fakahaa'i ai 'oku 'ikai ko e ngata'anga 'eni 'o 'etau fonongá. Ko ha ola 'o hono ngāue'i e ngaahi sitepu ko 'ení, 'oku tau fiefia 'i ha mo'ui fakaakeake 'o fakafou 'i he 'alo'ofa mo e manava'ofa 'a e 'Otuá. 'Oku mau fakamo'oni 'oku 'ikai teitei fe'unga 'a hono ngāue'i tu'o taha e ngaahi sitepú. Na'a mau ako 'o 'ilo na'e mahu'inga ke hokohoko atu hono ngāue'i e ngaahi sitepu ko 'ení, akoako e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he tapa kotoa pē 'o e mo'uí, pea 'ave 'a e pōpoaki 'o e 'amanaki lelei ki he ni'ihí kehé.

'Oku 'i ai ha'amau pōpoaki 'o e 'amanaki lelei ki he ni'ihí kehe 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá pea mo e

kakai kotoa pē 'oku fepaki mo e ngaahi faingata'a 'o e mo'ui fakamatelié: Ko e 'Otuá ko ha 'Otuá ia 'o e ngaahi maná, 'o hangē ko ia kuó Ne fakahoko ma'u peé (vakai, Molomona 9:11, 16–19). 'Oku fakamo'oni'i ia 'e he'ema mo'uí. 'Oku ngaohi kitautolu takitaha 'o fo'ou 'o fakafou 'i he Fakalelei 'a Sīsū Kalaisí. Te tau lava 'o vahevahe lelei taha 'a e pōpoakí ni 'aki 'etau tokoni ki he ni'ihí kehé. Ko hono vahevahe 'etau fakamo'oni ki He'ene 'alo'ofá mo e manava'ofá ko e taha ia 'o e ngaahi ngāue tokoni mahu'inga taha te tau lava 'o fakahokó. Na'e pehē 'e Palesiteni Sipenisá W. Kimipolo, "Ko e taha 'o e ngaahi me'a mahu'inga taha te tau lava 'o fakahokó ko hono fakahā 'etau ngaahi fakamo'oni 'o fakafou 'i he ngāue tokoní, pea 'e tupu ai ha tupulaki fakalaumālie, toe lahi ange 'a e tukupā ke ngāué, pea malava ange ke tauhi e ngaahi fekaú"

(*Ngaahi Akonaki 'a e Kau Palesiteni 'o e Siasī: Sīpenisā W. Kīmipolo* [2006], 107).

Ko hono fefua'aki 'etau ngaahi kavengá 'o fakafou 'i he ngaahi ngāue anga'ofá mo e ngāue tokoni ta'esiokitá ko ha kongá ia 'o 'etau mo'ui fo'ou 'i he'etau hoko ko e kau muimui 'o Kalaisí (vakai, Mōsaia 18:8). Ko e holi ke tokoni'i e ni'ihi kehé ko ha ola fakangatula ia 'o e fakaake fakalaumālié. Hangē pē ko e loto-holi 'a e ngaahi foha 'o Mōsaia ke vahevahe e ongoongolelei mo e kau Leimaná hili 'enau uluí, 'oku tau loto-holi foki ke vahevahe 'a e 'amanaki lelei mo e fakamo'ui kuo tau a'usia 'o fakafou 'i he Fakalelei 'a Kalaisí (vakai, Mōsaia 28:1–4). Mahalo te tau fie tāpuaki'i, tokoni'i, mo hiki hake 'a kinautolu 'oku tau feohí. 'Oku tau fakatokanga'i e mo'oni ne ako'i 'e he Tu'i ko Penisimaní 'i he'ene pehē, "O ka mou ka 'i he tauhi 'o homou kāingá, 'oku mou 'i he tauhi pē 'o homou 'Otuá" (Mōsaia 2:17).

Ko ha founga fakangatula ke tokoni'i ai e ni'ihi kehé ko e hoko ko ha faifakahinohino pe tokoni'i e ni'ihi kehe 'oku fo'ou ki he founga fakaakeaké. (Kātaki 'o toe vakai'i e fakamatala ki he "Ko hono Fili ha Tokotaha Faifakahinohinó" ke 'ilo ha me'a lahi ange.) 'Oku tau fakahā ki he ni'ihi kehe mei he ngaahi kulupu fakaakeake 'oku tau kau ki aí pe ko 'etau kau taki fakalotofonua 'i he Siasī te tau fie tokoni ko ha tokotaha faifakahinohino pe taha tokoni. 'I he'etau 'ilo'i ha taha 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá, 'oku tau vahevahe e fakamatala fekau'aki mo e Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá. 'Oku tau talanoa kiate kinautolu fekau'aki mo e 'amanaki lelei ki ha fakaakeake 'o fakafou 'i he Fakamo'ui ko Sīsū Kalaisí, pea 'oku tau fakaafe'i kinautolu ke tau kau fakataha ki ha fakataha.

Makehe mei hono tokoni'i 'a kinautolu 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá, 'oku tau toe tokoni foki ki he kau mēmipa honau fāmilí mo e ni'ihi 'oku nau 'ofa aí. Ko e taimi 'e ni'ihi 'oku fa'a fakatahataha e kakaí 'o tokoni ki he tokotaha 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá pea 'ikai tokanga ki he ni'ihi 'oku nau 'ofa aí. Te tau

lava 'o fakamo'oni'i mo fakahaa'i e ngaahi faingata'a 'oku nau fepaki mo iá. Te tau lava 'o vahevahe 'a e 'amanaki lelei ko ia te nau lava 'o tafoki ki he Fakamo'uí pea ma'u e nonga mo e fakamo'ui, 'o tatau ai pē pe 'oku fili e ni'ihi 'oku nau 'ofa aí ke fakaakeake pe 'ikai. Te tau lava 'o vahevahe e *Support Guide: Help for Spouses and Family of Those in Recovery* pea fakaafe'i ke nau kau ki ha fakataha 'a e kulupu ki he hoa malí mo e fāmilí.

'I he'etau tokoni'i e ni'ihi kehé 'aki hono poupou'i kinautolu 'i he fakaakeaké, 'oku fiema'u ke tau tokanga ke 'oua te tau faka'atā e ni'ihi kehé ke nau fu'u fakafalala mai kiate kitautolu. Ko hotau fatongiá ke poupou'i kinautolu ke tafoki ki he Tamai Hēvaní mo e Fakamo'uí ke ma'u ha fakahinohino mo e mālohi. 'Ikai ngata aí, 'oku totonu ke tau poupou'i kinautolu ke nau kumi tokoni mei he ni'ihi kehé. 'Oku ma'u ha ngaahi tāpuaki ma'ongo'onga mei he 'Eikí 'o fakafou 'i he kau taki 'o e Siasí, kau faifakahinohinó, kau mēmipa 'o e fāmilí, kaungāme'a, mo e ni'ihi kehé. Te tau lava 'o vahevahe mo kinautolu e fakamatala "Poupou 'i he Fakaakeaké" 'a ia 'oku ma'u 'i he fakamatala fakalahi 'o e tohi fakahinohino ko 'ení.

'I he'etau feinga ke tokoni'i e ni'ihi kehé, mahalo he 'ikai ke nau mateuteu ke fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení. 'I he'etau vahevahe e pōpoaki 'o e fakaakeaké mo e 'amanaki lelei fakafou 'i he Fakamo'uí, kuo pau ke tau fa'a kātaki mo angavaivai. 'Oku 'ikai ha feitu'u 'i he'etau mo'ui fo'ou ki he siokitá pe ko ha ongo'i 'okú te lelei ange 'i he ni'ihi kehé. 'Oku tokoni ke manatu'i 'etau nofo ha'isiá mo e founga kuo huhu'i ai kitautolu 'e Sīsū Kalaisí 'o fakafou 'i He'ene 'alo'ofá mo e manava'ofá (vakai, Mōsaia 29:20).

'I he'etau vēkeveke ke tokoni'i e ni'ihi kehé, 'oku tau fāifeinga ai ke potupotutatau hono vahevahe e pōpoakí pea mo e hokohoko atu hono faka'aonga'i e ngaahi sitepu ko 'ení 'i he'etau mo'uí. Kuo pau ke tau tokanga taha ki he hokohoko atu hono faka'aonga'i e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'eni 'o e fakaakeaké kiate kitautolú. 'E toki 'aonga pē 'a 'etau

feinga ke vahevahe e ngaahi fakakaukau ko 'ení mo e ni'ihí kehé 'i he'etau pupepuke 'etau fakaakeaké.

Kapau 'oku tau lotó ki ai, te tau ma'u ha ngaahi faingamālie lahi ke vahevahe e ngaahi tefito'i mo'oni fakalaumālie kuo tau ako 'i he polokalama ko 'ení. 'I he'etau faitāpuekina e mo'ui 'a e ni'ihí kehé, 'oku faitāpuekina ai 'etau mo'uí. Kuo tau a'usia e tefito'i mo'oni ne ako'i 'e Palesiteni 'Eselā Tafu Penisoni: "Ko e tangata mo e fefine kuo momoi 'enau mo'uí ma'á e 'Otuá te [nau] fakatokanga'i 'a e toe lahi ange 'a e me'a te Ne lava ke fai 'aki 'enau mo'uí ['i he me'a te nau lava 'iate kinautolú]. Te Ne toe fakalahi ange 'a 'enau fiefiá, fakalahi e mahino 'oku nau ma'ú, fakamāma'i honau 'atamaí, fakamālohia honau ngaahi uouá, hiki hake honau laumālié, liuliunga honau ngaahi tāpuakí, fakalahi honau faingamālié, fakafiemālie'i 'enau mo'uí, fokotu'u ha ngaahi kaungāme'a, pea mo lilingi atu 'a e melinó. Ko ia ia 'e mole 'ene mo'uí 'i he ngāue ma'á e 'Otuá te ne ma'u 'a e mo'ui ta'engata'" (*Ngaahi Akonaki 'a e Kau Palesiteni 'o e Siasí: 'Eselā Tafu Penisoni* [2014], 50).

Ngaahi Sitepu Ngāue

Ko ha polokalama ngāue 'eni. 'Oku makatu'unga 'emau fakalalakaká 'i hono faka'aonga'i ma'u pē e ngaahi sitepú 'i he'etau mo'ui faka'ahó. 'Oku 'iloa 'eni ko hono "ngāue'i 'o e ngaahi sitepú." 'Oku tokoni e ngaahi ngāue ko 'ení ke mau ha'u kia Kalaisi pea ma'u e fakahinohino mo e mālohi 'oku fiema'ú ke fakahoko e sitepu hono hoko 'i he'etau fakaakeaké.

Tokoni'i e ni'ihí kehé

Ko e holi ke ngāue ko ha ola fakanatula ia 'o 'etau ngāue ki he fakamo'uí 'o fakafou 'i he 'Eikí. Fakafou 'i he'etau fakaakeaké, kuo tau a'usia ha fu'u liliu lahi 'o e lotó kiate kinautolu pea mo e ni'ihí kehé (vakai, 'Alamā 5:14). Na'e akonaki 'a Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni 'o pehē: "'Oku [tau] fekumi mo'oni ke mo'ui 'aki 'a e fekau lahi 'uluakí mo hono uá. 'I he taimi 'oku tau 'ofa ai ki he 'Otuá 'aki e kotoa hotau

lotó, 'okú Ne fakatafoki hotau lotó ki he lelei 'a e ni'ihí kehé 'i ha founga faka'ofa'ofa mo ma'á'" ("Ko e Fekau Lahi Hono Uá," *Liahona*, Nōvema 2019, 97).

Ka 'oku 'ikai faingofua ma'u pē 'a e ngāue tokoní. Neongo te tau lotó ki ai, ka he 'ikai ke tau lava 'o tokoní'i e tokotaha kotoa pē 'oku faingata'a'ia. Te tau kei fiema'u pē ha tataki mo e mālohi mei he 'Eikí ke tokoní'i e ni'ihí kehé. Te tau lava 'o lotua ha tokoni ke fakatokanga'i mo 'ilo'i ha ngaahi founga te Ne finangalo ke tau tokoní ai. Te tau lava 'o 'eke kiate kinautolu 'oku tau feohí ha ngaahi faingamālie mo ha ngaahi fiema'u. Mahalo te tau 'ohovale 'i he lahi 'o e ngaahi faingamālie 'oku 'atā mai kiate kinautolú. 'E lava ke faingofua e tokoní'i ki he ni'ihí kehé 'o hangē ko ha malimalí, pe 'e lava ke fiema'u ki ai ha ngāue lahi ange 'o hangē ko ha polōseki lahí. 'Oku totonu ke tau fakakaukau fakapotopoto 'i he'etau tokoní ke faka'ehi'ehi mei he fakalaka atu 'i hotau mālohí pe me'a 'oku tau malavá.

Ko e taha 'o e ngaahi founga lelei taha ke tau tokoní ai ko e vahevahe 'etau ngaahi talanoa 'o e fakaakeaké. 'E lava ke hokohoko atu 'etau 'alu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké pea fakamo'oni ki he 'alo'ofa mo e mālohi faifakamo'ui 'a Sisū Kalaisí. 'I he taimi ne mau kei fo'ofa'ou ai, na'a mau ma'u e 'amanaki lelei meiate kinautolu ne nau ngāue'i e ngaahi sitepú mo ma'u e fakaakeaké 'i mu'a 'iate kinautolú. 'Oku mau ma'u he taimí ni 'a e faingamālie ke vahevahe 'a e pōpoaki 'o e fakaakeaké 'aki hono fakahoko 'emau ngaahi talanoá. 'Oku mau vahevahe foki 'emau fakamo'oni ki he mālohi 'o e Fakamo'uí 'i he taimi 'oku mau 'i he lotú ai pea mo homau fāmílí mo e ngaahi kaungāme'a.

Kau 'i he ngāue fakatemipalé mo e hisitōlia fakafāmílí

Ko e founga mahu'inga mo mālohi 'e taha te tau lava ai 'o tokoní 'oku fakafou 'i he ngāue fakatemipalé mo e hisitōlia fakafāmílí. 'Oku 'ikai ngata pē 'i hono faitāpuekina 'e he ngāue ni 'a kinautolu kuo pekiá, ka 'oku tāpuekina foki ai mo kinautolu. Na'e

fakamanatu mai 'e Palesiteni Lāsolo M. Nalesoni: “Neongo 'oku ma'u 'e he ngāue fakatemipalé mo e hisitōlia fakafāmilí 'a e mālohi ke faitāpuekina 'a kinautolu 'i he tafa'aki 'e taha 'o e veilí, ka 'okú ne ma'u 'a e mālohi tatau pē ke faitāpuekina 'a e kakai mo'uí. 'Oku 'i ai hono ivi tākiekina ke fakama'a 'a kinautolu 'oku ngāue ki aī” (“Ngaahi To'u Tangata Fehokotaki 'i he 'Ofá,” *Liahona*, Mē 2010, 93). Ki he tokolahi 'o kitautolu, ko e ngāue fakatemipalé mo e hisitōlia fakafāmilí ko ha kongā mahu'inga ia 'o 'etau fakaakeaké.

Mahalo he 'ikai ongo'i 'e ha ni'ihi 'o kitautolu 'oku nau mateuteu ke ngāue 'i he temipalé. Mahalo 'oku 'ikai ke tau ongo'i fakalotoa pe 'ilo'i e feitu'u ke kamata ai 'i he ngāue hisitōlia fakafāmilí. Ka te tau lava 'o fili ke kamata. Te tau lava 'o talanoa mo 'etau pīsope pe kau palesiteni fakakoló 'o fekau'aki mo 'etau loto-holi ke ngāue. 'E lava 'e he'etau loto-holi ke fakahoko e finangalo 'o e 'Eikí mo hokohoko atu 'i he'etau fakaakeaké 'o faka'ai'ai kitautolu. Mahalo 'e fiema'u ke tau fakahoko ha ngaahi liliu 'i he'etau mo'uí ke hū ki he temipalé. Mahalo he 'ikai ke tau 'ilo e founga ke fakahoko ai e ngāue hisitōlia fakafāmilí, ka te tau lava 'o kole ha tokoni. 'E lava 'e he kau palesiteni Fine'ofá mo e kōlomu kaumātu'á 'o tokoni ke tau 'ilo'i e feitu'u ke kamata aī. 'Oku 'i ai foki ha ngaahi ma'u'anga tokoni he 'initaneti ke tokoni'i kitautolu 'i he FamilySearch.org mo e ChurchofJesusChrist.org.

'Oku 'omi 'e he ngāue fakatemipalé mo e hisitōlia fakafāmilí ha mālohi mo e ivi ki he'etau fakaakeaké. “He 'ikai ngata pē 'i ho'o ma'u e malu'i mei he 'ahi'ahi mo e ngaahi ha'aha'a 'o māmaní, ka te ke ma'u foki e mālohi fakatāutahá—mālohi ke liliú, mālohi ke fakatomalá, mālohi ke akó, mālohi ke fakamā'oni'oni'í, mo e mālohi ke feliliu'aki e loto 'a e kau mēmipa ho fāmilí pea fakamo'ui 'a ia 'oku fiema'u ke fakamo'uí” (Dale G. Renlund, “Hisitōlia Fakafāmilí mo e Ngaahi Tāpuaki 'o e Temipalé,” *Liahona*, Fēpueli 2017, 39). 'Oku taki kitautolu 'e he ngaahi tefito'i mo'oni 'i he fakahinohino ko 'eni ke tau muimui ki he Fakamo'uí pea fiefia 'i he

ngaahi tāpuaki kotoa pē 'okú Ne ma'u ma'atautolú, tautautefito ki he ngaahi tāpuaki 'oku ma'u 'i he temipalé.

Ako mo Mahino

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi potufolofola mo e ngaahi lea ko 'eni mei he kau taki 'o e Siasí 'i he'etau fakaakeaké. Te tau lava 'o faka'aonga 'i ia ke fakakaukauloto ki ai, ako, mo hiki e tohinoá. Kuo pau ke tau manatu'i ke faitotonu pea fakamatata pau 'i he'etau tohi ke ma'u e me'a 'aonga taha mei aī.

Fakauluí mo e fakaakeaké

“Oku mahulu hake e ului mo'oni 'i hono 'ilo pē 'o e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelei pea 'oku mahulu hake ia 'i hono ma'u pē ha fakamo'oni ki he ngaahi tefito'i mo'oni ko iá. . . . 'Oku 'uhinga e ului mo'oni ki he'etau ngāue'i e me'a 'oku tau tui ki aī pea faka'atā ia ke ne fakatupu 'ha fu'u liliu lahi 'i loto 'iate [kitautolu], pe 'i [hotau] lotó' [Mōsaia 5:2]. . . . 'Oku fiema'u ki [he uluí] e taimí, feingá, mo e ngāue” (Bonnie L. Oscarson, “Ke Ke Ului,” *Liahona*, Nōvema 2013, 76–77).

'I hono liliu 'e he 'Eikí hotau lotó 'o fakafofu 'i he uluí mo e fakaakeaké, 'oku tau hoko ai ko e ma'u'anga ivi ki he ni'ihi kehe 'oku toki kamata pē 'i he hala fononga ko 'eni. Na'e folofola 'a e Fakamo'uí kia Pita, “Pea 'o ka ke ka toe liliu, ke ke tokoni ki ho kāingá” (Luke 22:32).

- 'Oku kaunga fēfē e faka'uhinga 'a Sisitā 'Osikāsoni ki he uluí ki he'eku a'usia 'i he fakaakeaké?

- 'Oku fēfē 'eku ongo'i ki hono fakamālohia e ni'ihī kehé 'i he'enau fakaakeake mei he ngaahi tō'onga ma'unimaá?

- 'Oku fēfē 'eku ongo'í 'i he'eku fakakaukau ki hono mo'ui 'aki e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'i he tapa kotoa pē 'o 'eku mo'uí?

- 'Oku tokoni'i fēfē au ke 'ilo'i 'oku fakahoko e ngaahi ngāue lalahí 'i ha fanga ki'i sitepu iiki?

Fakalalaka lahi mei he fanga ki'i sitepu ikí

“Ko ia, 'oua na'á mo fiu 'i he fai leleí, he 'okú mo 'ai 'a e tu'unga 'o ha ngāue lahi. Pea 'oku tupu mei he ngaahi me'a ikí 'a e ngaahi fu'u me'a lalahí”
(Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 64:33).

Vahevahe 'etau fakamo'oni mo fakafiemālie'i e ni'ihi kehé

“Ko hono 'uhinga 'eni 'o 'eku vīkivikī, ke u lava 'apē 'o hoko ko ha me'angāue 'i he to'ukupu 'o e 'Otuá ke 'omi ha taha ki he fakatomalá; pea ko 'eku fiefiá 'eni.

“Pea vakai, 'i he'eku sio ki he tokolahi 'o hoku kāingá 'oku loto-fakatomala mo'oni, pea nau há'u ki he 'Eiki ko honau 'Otuá, 'oku toki fonu ai hoku laumālie 'i he fiefia; pea 'oku ou toki manatu 'i 'a e me'a kuo fai 'e he 'Eiki ma'akú, 'io, kuó ne 'afio mai ki he'eku lotú; 'io, 'oku ou manatu ai ki hono to'ukupu 'alo'ofa 'a ia kuó ne hapai mai kiate aú” (Alamā 29:9–10).

Kuo mau ako 'oku mahu'inga 'i he'emaufakaakeaké ke loto-fiemālie ke vahevahe 'emaufakaakeaké fakamo'oni ki he ngaahi tefito'i mo'oni ko 'eni.

- 'E tokoni'i fēfē au 'i hono vahevahe 'eku a'usía ke u kei faimālohi 'i he'eku fakaakeaké?

“[I ho'omou] loto ke tangi fakataha mo kinautolu 'oku tangi; 'io, pea fakafiemālie'i 'a kinautolu 'oku

'aonga ki ai 'a e fakafiemālie, pea tu'u ko e kau fakamo'oni 'o e 'Otuá 'i he taimi kotoa pē pea 'i he me'a kotoa pē, pea 'i he feitu'u kotoa pē te mou 'i ai, 'o a'u ki he mate, koe'uhi ke huhu'i 'a kimoutolu 'e he 'Otuá, pea mou kau fakataha mo kinautolu 'oku 'o e 'uluaki toetu'ú, koe'uhi ke mou ma'u 'a e mo'ui ta'engatá—

“Ko 'eni 'oku ou pehē kiate kimoutolu, kapau ko e faka'amu 'eni 'o homou lotó, ko e hā há'amou 'uhinga ke 'oua na'a papitaiso 'a kimoutolu 'i he huafa 'o e 'Eiki, ko e fakamo'oni kiate ia kuo mou fai ha fuakava mo ia te mou tauhi kiate ia mo tauhi 'ene ngaahi fekaú, koe'uhi ke ne hua'i hifo 'a hono Laumālie 'o lahi 'aupito kiate kimoutolu?” (Mōsaia 18:9–10).

'Oku tokoni ho'o a'usia mo e ma'unimaá ke ke kaungā ongo'i mo kinautolu 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá; 'oku tokoni ho a'usia 'i he fakaakeaké ke ke fakafiemālie'i kinautolu.

- Kuo tupulaki fēfē 'eku holi ke tu'u ko ha fakamo'oni 'a e 'Otuá, talu 'eku muimui ki he ngaahi sitepu 'o e fakaakeaké?

Tokoni neongo 'a e ta'e-haohaoá

“Na'e ngāue 'a e 'Otuá mo ha kakai ta'ehaohaoa, talu mei he kamata'anga 'o taimí, tuku kehe pē Hono 'Alo haohaoa 'e Taha na'e Fakatupú” (“Eiki, 'Oku ou Tui,” *Liahona*, Mē 2013, 94).

“Oku 'ikai ke tau haohaoa pe ko hotau ngaahi fāmílí; 'oku 'ikai ke u hao mo au. 'I he'etau feinga ke manava'ofa ki he ni'ihi kehe 'oku nau foua *foki* e ngaahi faingata'a mo e tōnounou, 'e lava 'o tokoni ia ke nau ongo'i 'oku 'ikai ke nau tuenoa 'i *he'enu* ngaahi faingata'a'ia. 'Oku fiema'u 'e he *taha kotoa* ke ne ongo'i 'oku kau *mo'oni* mo fiema'u *mo'oni* 'i he sino 'o Kalaisí” (J. Anette Dennis, “Oku Faingofua pē 'Ene Ha'amongá, pea Ma'ama'a 'Ene Kavengá,” *Liahona*, Nōvema 2022, 81).

'Oku tau fa'a fifili pe 'oku tau mateuteu ke vahevahe e fakaakeaké mo e ni'ihi kehé koe'uhí 'oku te'eki ke haohaoa 'etau fakahoko e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení.

- 'Oku tokoni fēfē hono 'ilo'i ko ia 'oku ngāue 'a e Fakamo'uí 'i he kakai 'oku 'ikai haohaoá, ke u loto-fiemālie ange ai ke vahevahe 'eku a'usia 'i he fakaakeaké?

Ko e mālohi 'o e 'Otuá ki he fakamo'uí

“He 'oku 'ikai te u mā 'i he ongoongolelei 'o Kalaisí: he ko e mālohi ia 'o e 'Otuá ki he fakamo'uí kiate kinautolu kotoa pē 'oku tuí” (Loma 1:16).

- Ko e hā e ngaahi fakakaukau mo e ngaahi ongo 'oku ou ma'u 'i he'eku toe vakai ki he'eku liliu fakalaumālie lolotonga e ngāue ki he fakaakeaké?

- 'Oku ou momou nai ke vahevahe 'eku a'usia 'i he fakaakeaké? Kapau 'oku 'io, ko e hā hono 'uhingá?

Faka'osí

'I he'etau a'u mai ki he ngata'anga 'o e fakahinohino ko 'ení, 'oku mau fakamo'oni kuo te'eki ai ke tau a'u ki he ngata'anga 'o e fononga toputapú ni. 'I he'emaui fuofua ha'u ki he ngaahi fakataha fakaakeaké, na'a mau fakakaukau ko e mana ma'ongo'onga taha te mau teitei a'usiá ko 'emaui fakaakeake mei he ma'unimaá. Ko kitautolu ko ia 'oku tau a'usia e tāpuaki ko 'ení 'oku tau 'ilo'i 'oku 'i ai ha me'a lahi ange—ha ngāue lahi ange ke fakahoko mo ha ngaahi mana mo e 'alo'ofa lahi ange ke a'usia. “'Oku te'eki ai mamata 'e ha mata, pe fanongo 'e ha telinga, pea 'oku te'eki ai hū ki he lotu 'o ha tangata, 'a e ngaahi me'a 'a ia 'oku teuteu 'e he 'Otuá ma'anautolu 'oku 'ofa kiate iá” (1 Kolinitō 2:9).

Ko kimautilu kuo mau fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení mo ma'u e fakaakeaké, 'oku mau faka'amu mo lotua 'e tāpuekina foki koe 'aki ha fakaakeake kakato, 'o tñaki atu ki ai 'a e ngaahi tāpuaki 'o e kau faka'aufuli ki he Siasí. Ko e ma'á mo e tau'atāina mei he fakaakeaké ko e kamata'anga ia 'o hono tali e me'a kotoa 'oku ma'u 'e he 'Eikí ma'atautolú.

'Oku kau hotau ní'ihí ki he polokalamá, 'o fakakaukau kuo fakamo'ui kitautolu, pea 'ikai toe kau ki ai, pea toe foki leva ki he anga motu'á. 'Oku ma'u 'e ha ní'ihí e fakaakeaké ka 'oku nau ta'ofi 'oku te'eki ke nau ma'u e ngaahi tāpuaki 'o e mālohi kakato 'i he Siasí. Kuo mau 'ilo 'oku kau 'i ha fakaakeake faka'aulilikí hono kumi ha potupotutatau mo e fehokotaki 'i he vaha'a 'o e ngaahi sitepu 'e 12 'o e fakaakeaké pea mo e ongoongolelei 'o Sisū Kalaisí.

'Oku tau hoko ko e kakai fo'ou 'ia Kalaisi, pea 'i he'ene peheé, te tau lava 'o hoko ko ha ngaahi me'angāue ma'ongo'onga ke tokoni ki he 'Eikí 'i he ongo tafa'aki fakatou'osi 'o e veilí (vakai, 2 Kolinitō 5:17). 'Oku mau fakamo'oni ki he ivi lahi ange 'oku tau ma'u 'i he hokohoko atu 'etau fakahoko e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení 'o e ongoongolelei 'i he

tapa kotoa 'o 'etau mo'ui, kau ai 'etau mālohi 'i he Siasí. 'Oku tokoni e ngaahi tefito'i mo'oni 'oku tau mo'ui 'aki 'i he fakaakeaké, ngaahi lēsoni 'oku tau akó, mo e ngaahi a'usia 'oku tau ma'ú, ke tau ha'u kakato ange kia Kalaisi pea taki kitautolu ke tau ngāue 'o fakatatau ki he palani 'a e 'Eikí. 'Oku tau hoko ko e kau mēmipa 'o e Siasí 'o Sisū Kalaisi 'o e Kau Mā'oni'oni 'i he Ngaahi 'Aho Kimui Ní 'oku “femo'uekina . . . 'i he holi lahi” (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 58:27).

Kuo tāpuekina kitautolu 'e he 'Eikí 'i he'etau faka'aonga'i e ngaahi me'angāue ne fokotu'u mai 'i he fakahinohino ko 'ení. Ka neongo ia, ko e Siasí 'o Sisū Kalaisí ko e fale tuku'anga koloa ia ki he ngaahi me'angāue kotoa 'oku fiema'u ke pukepuke 'aki 'etau tau'atāina mei he ma'unimaá pea tupulaki mo fakalalakala 'i he hala 'o e fuakavá. 'I he'emaui aofangatuku e fakahinohino ko 'ení, 'oku mau fakaafe'i 'a kinautilu kotoa pē 'oku kau ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá 'a e Siasí ke mou “vivili atu ki mu'a 'i he tui mālohi kia Kalaisi, pea ma'u 'a e 'amanaki 'oku mālohi haohao, mo ha 'ofa ki he 'Otuá mo e kakai fulipē” (2 Nifai 31:20). 'I he'etau fai iá, 'oku foaki mai kiate kitautolu 'a e ma'ongo'onga taha 'i he ngaahi tala'ofa kotoa 'a e 'Eikí: “Te mou ma'u 'a e mo'ui ta'engatá” (veesi 20).

Ko hono faka'osí, 'oku mau tuku atu 'emaui fakamo'oni 'oku 'i ai e 'amanaki lelei ki he fakaakeaké 'o fakafou 'i he Fakamo'ui ko Sisū Kalaisí pea mo e ngaahi tefito'i mo'oni ko 'ení. Kuo mau kau ki he ongoongolelei mo fakahoko e ngaahi sitepu ko 'ení, pea 'oku mau 'ilo 'oku ngāue ia. 'Oku mau fakaafe'i kimoutolu ke mou lotua 'a e lotu-holi mo e lotu-fiemālie ke hokohoko atu e ngāué ni, 'o faka'atā e 'alo'ofa ta'efakangatangata 'a Sisū Kalaisí ke ne fakakakato ho'ofa fakaakeaké. Fakatauange ke tāpuekina koe 'e he 'Otuá 'i ho'ofa fonongá.

Fakamatala Fakalahí

- Poupou 'i he Fakaakeaké
- Ko hono Fili ha Tokotaha Faifakahinohinó
- Ngaahi Tefito'i Mo'oni ke Tohi ha Vakai'i
Fakataautaha Lelei
- Ko Hono 'Ilo'i mo Talitali Lelei e Hū Fo'ou

Poupou 'i he Fakaakeaké

Ko e Mahu'inga 'o hono Kumi ha Poupou

'Oku mahu'inga 'a e poupou mei he ni'ihiki kehé ke tokoni'i kitautolu ke tau ma'u 'a e fakaakeaké mo e fakamo'uí. 'Oku fa'a mo'oni 'a e mahu'inga hono ma'u ha taha te tau lava 'o tafoki ki ai 'i he ngaahi taimi 'o e vaivaí. Ko e faka'ikai'i mo e fie nofo toko tahá ko ha ngaahi faka'ilonga ia 'o e ngaahi 'ulungaanga fakamālohi mo ma'unimaá. 'Oku faingofua ke toe foki ki he ngaahi 'ulungaanga ko 'ení 'i he 'ikai ha poupou mo e fakakaukau 'a e ni'ihiki kehé. 'Oku mahu'inga ke tau ma'u ha poupou 'i he vave taha 'e lavá, 'i he'etau fakaakeaké.

'Oku 'ikai ngata pē 'i hono 'omi 'e he fetu'utaki mo e ni'ihiki kehé 'a e fakalotolahi 'oku tau fiema'ú ka 'oku tokoni foki ia ke tau manatu'i 'oku tau taau ke 'ofa'i kitautolu 'i he'etau hoko ko e fānau 'a e 'Otuá. 'I he'etau fetu'utaki ki he ni'ihiki kehé ke ma'u ha poupou, 'oku tāpuekina ai kitautolu, pea tāpuekina foki mo kinautolu 'oku nau poupou'i kitautolú. 'I he'etau faka'aonga'i 'a e sitepu 'e 12 mo kumi tokoni mei he ni'ihiki kehé, 'e lava ke 'aonga kiate kitautolu 'a e ngaahi ma'u'anga tokoni ko 'ení:

- **Ko e Tamai Hēvaní, Sisū Kalaisi pea mo e Laumālie Mā'oni'oní.** 'Oku hoko 'a e Tamai Hēvaní, Sisū Kalaisi, mo e Laumālie Mā'oni'oní ko hotau ma'u'anga poupou lahi tahá. 'Oku malava 'a e liliú 'o fakafou 'ia Sisū Kalaisi mo 'Ene Fakalelé. 'Oku vahevahe 'e he palōfita ko 'Alamaá, 'i he Tohi 'a Molomoná 'e hanga 'e Kalaisi 'o "to'o kiate ia 'a honau ngaahi vaivaí, koe'uhí ke fonu hono lotó 'i he 'alo'ofa, 'o fakatatau ki he kakanó, koe'uhí ke ne 'afio'i 'o fakatatau ki he kakanó 'a e founa ke tokoni'i ai 'a hono kakaí 'o fakatatau ki honau ngaahi vaivaí" ('Alamá 7:12). Te tau ongo'i kuo tokoni'i mo lehilehi'i kitautolu 'i he taimi 'oku tau 'alu loto-fakatōkilalo ai ki he'etau Tamai Hēvaní mo Hono 'Alo ko Sisū Kalaisí.

'Oku mahu'inga ke 'oua ná'a ngalo 'a e tokoni 'a e Fakamo'uí 'o fakafou 'i he Fakalelé. Kuó Ne ako'i kitautolu, "Ko au ko e hala, mo e mo'oni, pea mo e mo'ui" (Sione 14:6). 'E lava ke 'omi 'e he Laumālie Mā'oni'oní ha fakafiemālie, nonga, mo ha ivi fakalaumālie ke hokohoko atu 'etau laka ki mu'á.

- **Kau mēmipa 'o e fāmilí.** 'E lava ke hoko 'a e kau mēmipa 'o e fāmilí ko ha ma'u'anga tokoni 'o e poupou 'aki 'enau 'oatu 'a e 'ofa mo e talitali lelé. Te nau lava 'o fakatupulaki 'enau malava ke tokoni 'aki hono faka'aonga'i 'a e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelé 'oku ako'i 'i he *Support Guide: Help for Spouses and Family of Those in Recovery*. Neongo he 'ikai ma'u 'e he kau mēmipa kotoa 'o e fāmilí ha tu'unga fakaeloto ke fai ha fakafiemālie, ka ko kinautolu 'oku nau lava 'o fakahoko iá 'oku nau fa'a hoko ko e ngaahi ma'u'anga tokoni mālohi tahá.
- **Ngaahi kaungāme'á.** 'E lava ke 'omi 'e he ngaahi kaungāme'á ha 'ofa mo ha poupou 'i he taimi 'oku tau talanoa ai mo kinautolu fekau'aki mo hotau ngaahi faingata'á iá, 'o tatau ai pē pe 'oku tau falala ke talanoa kiate kinautolu fekau'aki mo hono fakaikiiki pe 'ikai. 'I he taimi 'oku loto-to'a ai 'a e ngaahi kaungāme'á ke fakamahino'i mai 'a e ngaahi tō'onga 'oku fiema'ú ke tau ta'ofi, pe 'i he taimi 'oku nau poupou'i ai kitautolu ke fekumi ki ha tokoni, te tau lava 'o laka ki mu'a 'i he'etau fakalalakaka ki he fakaakeaké. 'I he'etau a'usia 'a e 'ofa mo e poupou mei hotau ngaahi kaungāme'á, te ne lava 'o fakamanatu mai kiate kitautolu hotau tu'ungá mo hotau mahu'ingá.
- **Kau taki faka-Siasí.** 'E lava ke 'oatu 'e he kau taki faka-Siasí ha poupou mahu'inga 'i he founa 'o e liliú. 'E lava ke tokoni'i kitautolu 'e he kau taki ni ke tau ongo'i e 'ofa 'a e Fakamo'uí pea 'oku nau fakahoko ha fatongia mahu'inga 'i hono tokoni'i kitautolu ke tau fakatomala pea hoko 'o ma'a fakalaumālie mei he ngaahi tō'onga fakamālohi mo ma'unimaá.

- **Kau Faifakahinohinó.** Ko e kau faifakahinohinó ko ha kakai ia kuo nau ma'u ha fakaakeake 'i hono ngāue'i kotoa 'a e ngaahi sitepu 'e 12. Koe'uhí ko e me'a kuo nau a'usiá, 'oku nau 'ilo 'a e founa ke tokoni'i ai kitautolu ke tau ngāue'i mo faka'aonga'i 'a e ngaahi sitepú. 'Oku nau fa'a lava pē 'o fakatokanga'i 'a e ta'efaitotonú pea mahino kiate kinautolu 'a e ngaahi faingata'a kehé neongo 'a e taimi 'oku 'ikai ke tau 'ilo'i ai kinautolú.
- **Ngaahi fakataha fakaakeaké.** Ko e ngaahi fakataha fakaakeaké ko ha feitu'u malu ia 'e lava ke tau ma'u ai 'a e talitali lelei, 'ofá, mo e poupou. 'Oku tau vahevahe 'i he ngaahi fakatahá ni 'etau a'usiá kae pehē ki he'etau tui mo e 'amanaki lelei ki ha fakaakeake 'o fakafo'u 'i he Fakamo'ui ko Sisū Kalaisi pea 'i hono faka'aonga'i 'a e ngaahi sitepu 'e 12 'i he'etau mo'uí. 'E ala tokoni hono vahevahe 'etau ngaahi a'usiá ke tau ngāue'i 'a e ngaahi liliu 'oku fiema'ú mo ma'u ha 'amanaki lelei 'e malava ke hoko 'a e fakaakeaké mo e fakamo'uí.
- **Mo'ui lelei fakae'atamaí mo e kau mataotao fakafaito'ó.** 'Oku fa'a lava 'e he kau mataotao 'i he mo'ui lelei fakae'atamaí mo fakafaito'ó 'o 'omi ha 'ilo mo ha ngaahi taukei makehe 'oku fiema'u ki he fakaakeaké mo e fakamo'ui mei he ngaahi tō'onga fakamālohí mo ma'unimāá. Kapau 'oku tau kei fefa'uhi mo ha ngaahi 'ulungaanga fakamālohi mo ma'unimā 'o a'u pē ki he'etau kau atu ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimāá, 'oku totonu ke tau fakakaukau ke fekumi ki ha tokoni fakapalōfesinale mei ha mataotao 'i he mo'ui lelei fakae'atamaí pe fakafaito'ó. 'I he taimi 'oku fekumi ai 'a e kāingalotu 'o e Siasí ki ha tokoni fakapalōfesinalé, 'oku totonu ke nau fili ha taha 'okú ne poupou'i 'a e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e ongoongolelei.

Ko Hono Fili 'o e Kakai ke Poupou'i Koé

'I he Polokalama Fakaakeake 'a e Siasí mei he Ma'unimāá, 'oku 'ikai vahe atu ha taha ke ne fakahinohino'i koe pe ko ha kau poupou. Ko e fili fakafo'ituitui 'a hono fakapapau'i 'o e taimi mo e tokotaha ke kole tokoni ki aí. Fakakaukau'i 'i he fa'a lotu ki he ni'ihí 'oku mou feohi 'okú ke ongo'i fiemālie taha ke kole tokoni ki aí, pe 'e tokoni lelei taha kiate koé. Ko e angamahení, ko e tokolahi ange 'a e kakai 'okú ke ma'u ko ha poupou, ko e lelei ange ia ho faingamālie ke fakaakeaké. Ko ho'o 'ilo pē 'a kinautolu te ke fiema'u 'i ho'o kau poupou, 'e lava ke hoko ia ko ha a'usia loto-fakatōkilalo mo fakamanavahē ke kole 'enau tokoní. Ka neongo ia, te ke 'ohovale 'i he lahi 'o e 'ofa mo e talitali lelei te ke ongo'i. Ko e lahi ange ho'o fetu'utaki mo e ni'ihí kehé, ko e lahi ange ia 'a e ngaahi faingamālie te ke ma'u ke ma'u ai 'a e 'ofá.

Fakapapau'i 'okú ke fili ha kakai falala'anga 'aupito ke nau poupou'i koe. Ko e ni'ihí 'o e kakai lelei taha ke poupou'i koé ko kinautolu ia 'oku lolotonga 'i ai ha'o fehokotaki ki aí (hangē ko e ongomātu'á, hoa mali, kau mēmipa 'o e fāmilí, kau taki 'o e Siasí), 'oku nau fiema'u ke ke lavame'a, 'oku nau mālohi kakato 'i he Siasí, pea nau ma'u ha mahino pe holi ke mahino kiate kinautolu 'a e natula totonu 'o e faingata'a 'okú ke fehangahangai mo iá. 'Oku fa'a ma'u 'e ha taha kuó ne ikuna'i hono ngaahi faingata'a'ia ha ongo'i 'ofa lahi ange ki he ngaahi faingata'a 'oku a'usia 'e he ni'ihí kehé. Ko kinautolu 'oku 'i ai honau ngaahi faingata'a'ia tatau mo koé 'oku nau fa'a malava lahi ange ke manava'ofa ki ho'o faingata'a'ia.

'I ho'o kamata 'i he hala ki he liliú, mahalo te ke tu'u laveangofua fakaesino, fakaeloto, mo fakalaumālie. Tokanga ke 'oua na'á ke fakatupulaki ha vā fetu'utaki ta'efe'unga mo ha taha pē 'okú ne poupou'i koe.

Ko hono Fili ha Tokotaha Faifakahinohinó

‘E lava ke fakalelei‘i ho‘o fakaakeaké ‘i ho‘o ngāue mo e tokotaha faifakahinohinó. ‘E lava ke pou pou‘i koe ‘e ha taha faifakahinohino ‘i ho‘o tupulakí mo ho‘o loto-fakapapau ke ikuna‘i ‘a e ngaahi faingata‘a, ngaahi tō‘onga fakafalala, pe ngaahi tō‘onga ma‘unimā ‘okú ke fehanga hangai mo iá. ‘I ho‘o fononga ki he fakaakeaké, ‘oku ‘ikai ke ke tuenoa; ko e faifakahinohinó ko ha taha ia ‘oku “loto ke . . . fakafiemālie‘i ‘a kinautolu ‘oku ‘aonga ki ai ‘a e fakafiemālie, pea tu‘u ko e kau fakamo‘oni ‘o e ‘Otuá” (Mōsaia 18:9). Kātaki ‘o fakakaukau ke ngāue mo ha tokotaha faifakahinohino ‘i he vave taha ‘e lavá.

Ko e Hā ‘a e Tokotaha Faifakahinohino?

Ko e tokotaha faifakahinohinó ko ha taha ia kuó ne ma‘u ha fakaakeake ‘i he‘ene ngāue‘i e ngaahi sitepu ‘e 12. Mahalo ‘e mahino kiate kinautolu ha ngaahi faingata‘a pau fekau‘aki mo e fakaakeaké neongo ‘oku ‘ikai ke ke ‘ilo‘i kinautolu. ‘Okú ‘ikai fakataumu‘a ‘a e tokotaha faifakahinohinó ke hoko ko ha‘o kaungāme‘a lelei taha pe mataotao ‘i he mo‘ui lelei fakae‘atamaí. Ka ko e fatongia ‘o e tokotaha faifakahinohinó ke tokoni‘i koe ke ke ngāue‘i ‘a e ngaahi sitepu ‘o e fakaakeaké.

Ko hono Kumi ha Tokotaha Faifakahinohinó

‘I he Polokalama Fakaakeake ‘a e Siasí ki he Ma‘unimaá, ‘oku ‘ikai vahe atu kiate koe ha tokotaha faifakahinohino pau. Te ke lava ‘o fili ‘a e tokotaha faifakahinohinó ‘i ha founa ‘e fe‘unga mo ho a‘usia fakafo‘ituituí, ngaahi fiema‘ú, mo e ‘ulungāngá. Ko e faifakahinohinó ko ha fili fakataha ia ‘a koe, ko e tokotaha faifakahinohinó, pea mo e ‘Eikí.

Mahalo te ke ongo‘i faingata‘a‘ia ‘i hono kumi ha taha faifakahinohino, ka ‘e lava ‘a e ni‘ihi kehé ‘o tokoni‘i koe. Ko e founa lelei taha ke ma‘u ai ha tokotaha faifakahinohinó ko e ‘alu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké. Ko kinautolu ‘oku ‘i ai honau ngaahi faingata‘a‘ia tatau mo koé ‘oku nau fa‘a malava ke manava‘ofa lahi ange ki ho‘o faingata‘a‘ia. ‘E lava ke tokoni ‘a e ngaahi fakakaukau ko ‘eni ‘i hono fili ha tokotaha faifakahinohino ‘oku fe‘ungá:

1. Fekumi ki ha tataki fakalaumālie mei he Tamai Hēvaní ‘i he lotu mo e ‘aukai pe ko hai ‘e lava ‘o hoko ko ho faifakahinohinó.
2. Fakakaukau ke fili ha taha kuó ne faka‘aonga‘i ha taimi lahi ‘i he fakaakeaké pea kuó ne ngāue‘i kotoa ‘a e ngaahi sitepu ‘e 12.
3. Fakafanongo ki hono vahevahe ‘e he kakaí ‘enau ngaahi a‘usia ‘i he fakaakeaké mo fakakaukau‘i pe ko hai te ke lava ‘o fakafehokotaki mo iá.
4. ‘E lava ke fakafe‘iloaki koe ‘e he kau taki ‘o e kulupú mo e kau tokoní ki he kau kanititeiti taau mo loto-vēkeveké.
5. Kole ki ha taha ‘okú ke ongo‘i ‘oku fe‘unga.
6. ‘Okú totonu ke ke fili ha tokotaha faifakahinohino ‘okú mo tu‘unga tangata pe fefine tataú (tukukehe kapau ‘okú ke kāinga mo e tokotaha faifakahinohinó).
7. ‘I ho‘o kamata ‘i he hala ki he liliú, mahalo te ke tu‘u laveangofua fakaesino, fakaeloto, mo fakalaumālie. Tokanga ke ‘oua na‘á ke fakatupulaki ha vā fetu‘utaki ‘okú ke mo‘ui fakafalala ai ki he tokotaha faifakahinohinó.

8. Te ke lava ma'u pē 'o kole ki ha taha ke hoko ko ha faifakahinohino fakataimi. Te ke lava 'o fetongi ho'o tokotaha faifakahinohinó 'i ha fa'ahinga taimi pē.

Ko e hoko ko ha tokotaha faifakahinohino leleí

Ko e hoko ko ia ko ha tokotaha faifakahinohinó ko ha ngāue tokoni ma'ongó'onga ia 'i ho'o vahevahe ho'o a'usía, tuí, mo e 'amanaki lelei kuó ke ma'u 'i hono ngāue'i 'a e ngaahi sitepu 'e 12 'o e fakaakeaké mo e fakamo'ui 'o fakafou 'i he Fakamo'ui ko Sisū Kalaisí. 'Oku fai 'e he kau faifakahinohinó ha ngaahi fehu'i fakatupu fakakaukau, fakahinohinó'i kita ki he ngaahi ma'u'anga tokoní, vahevahe ha tokoni 'aonga ki he founa ke ngāue'i ai e ngaahi sitepú, pea poupou'i 'a kinautolu 'oku nau fakahinohinó'i ke nau kau atu ki he ngaahi fakataha fakaakeaké. 'Oku mahino ki he tokotaha 'okú ne fai 'a e fakahinohinó 'e lava ke fakahoko 'e he ni'ihí kehé ha fatongia 'i he fakaakeake 'a ha taha pea he 'ikai ke nau 'ita kapau 'e kumi tokoni 'a kinautolu 'oku nau fakahinohinó'i mei he ni'ihí kehé pe fili ke liliu 'enau kau faifakahinohinó. 'Oku 'oatu 'i lalo ha ngaahi tefito'i mo'oni ke hoko ai ko ha tokotaha faifakahinohino leleí:

1. Fakamu'omu'a 'a e 'Otuá 'i ha toe me'a.

Manatu'i ma'u pē 'a e 'Otuá mo tokoni'i 'a kinautolu 'okú ke fakahinohinó'i ke nau falala kiate Ia. Tokanga ke 'oua na'á ke tuku ke fu'u fakafalala atu kiate koe 'a kinautolu 'okú ke fakahinohinó'i. Ko ho fatongia ko e faifakahinohinó ke poupou'i 'a e ni'ihí kehé ke nau tafoki ki he Tamai Hēvaní pea mo e Fakamo'uí ke ma'u ha fakahinohino mo ha mālohi. Ko ho fatongiá ke vahevahe ho'o ngaahi a'usia 'o e tuí mo e 'amanaki leleí ke tokoni'i 'a e tokotaha 'okú ke poupou'i ke ne ongo'i 'oku 'ofa'i mo poupou'i ia 'e he 'Otuá.

2. **Hoko ko ha taha 'oku kau longomo'ui ki he polokalama fakaakeaké.** 'Oku fiema'u ke fakaakeake 'a e tokotaha faifakahinohinó 'i ha taimi lahi kimu'a peá ne toki fale'i ha taha (meimei māhina 'e 12 pe lōloa ange) pea kau longomo'ui atu 'i hono faka'aonga'i mo ako 'a e ngaahi tefito'i mo'oni 'o e fakaakeaké. Mahalo te ke ongo'i 'oku toe fakalahi atu ho'o ongo'i mafasiá 'i ho'o feinga fakaakeaké, 'i he taimi 'okú ke kamata ai ke fakahinohinó'i ha taha kehé. Tokanga ke 'oua na'á ke ta'ofi ho'o fakaakeaké 'aki ha'o hoko ko ha faifakahinohino ki ha taha kehe. 'Oku toutou fakahoko 'e he tokotaha faifakahinohinó 'a hono tokanga'i pē iá pea kole ha tokoni pe poupou 'i he taimi 'oku fiema'u ai.

3. **Loto-fakatōkilalo.** 'I ho'o hoko ko e tokotaha faifakahinohinó, ko ho fatongiá ke faka'aonga'i ho ngaahi mālohingá ke fai ha poupou mo ha fakahinohino.

4. **Faka'apa'apa'i 'a e tau'atāina ke fili 'a e ni'ihí kehé pea fa'a kātaki.** 'Oku ma'u 'a e faifakahinohino leleí "'i he feifeinga' 'i he fa'a kātaki fuoloa, 'i he angavaivai mo e angamalū pea mo e 'ofa ta'e-mālualoi; 'i he anga'ofa, mo e 'ilo haohao" (Tokāteline mo e Ngaahi Fuakava 121:41–42). Faka'ehi'ehi mei he feinga ke fakalelei'i 'a e ni'ihí kehé 'i ha fa'ahinga founa pē. Tokoni'i 'a e ni'ihí kehé ke nau fakakaukau ki he ngaahi tefito'i mo'oni mo e ngaahi founa ngāue pea poupou'i kinautolu 'i he'enau fai 'enau ngaahi filí. Faka'apa'apa'i 'enau tau'atāina ke filí pea 'amanaki 'e tokoni'i kinautolu 'e he 'Eikí 'i he'enau tafoki kiate Iá. Mahalo 'oku te'eki mateuteu 'a e tokotaha 'okú ke tokoni'i, ke laka ki mu'a. 'E lava ke ne toutou fakahoko 'a e ngaahi tō'onga 'oku 'ikai leleí pe fakatuotuai ke tali 'a e ngaahi tefito'i mo'oni mo e ngaahi tō'onga 'o e liliu fakamātoató. Kuo pau ke fa'a kātaki'i 'a e tokotaha faifakahinohinó ki he ni'ihí kehé 'i he'enau fononga ki he fakaakeaké.

5. **Tokoni ta'esioktá.** 'Oku fiema'u 'e he ngāue tokoni ta'esiokitá 'a e foaki 'o 'ikai 'amanaki ke ma'u mai ha me'a mei aí. 'Oku totonu ke ma'u 'e he tokotaha faifakahinohinó ha ivi lahi ke mahino mo loto-fiemālie ke tuku li'oa e taimí mo e ngāué kiate kinautolu 'oku nau fakahinohino'í. Faka'ehi'ehi mei he fekumi ki he fakahikihiki'í, tangane'ía, mateakí, pe ngaahi pale fakaeloto kehe meiate kinautolu 'okú ke fakahinohino'í.

6. **Faka'apa'apa'í ho'o ngaahi tukupā fakatāutahá.** 'Oku 'ikai 'uhinga 'a e hoko ko ha tokotaha faifakahinohinó ke ma'u ta'e fakangatangata ai 'e kinautolu 'okú ke fakahinohinó 'a ho taimí mo e ma'u'anga tokoní. Te ke lava 'o tā ha sipinga ki he mahu'inga 'o e ngaahi fakangatangata leleí 'aki hono tauhi ho'o ngaahi tukupā kehé, kau ai ho fāmilí, ko e Siasí, ko ho'o ngāue ma'u'anga mo'uí, mo ho taimi fakatāutahá. Manatu'í 'a e akonaki 'a e Tu'í ko Penisimaní 'i he Mōsaia 4:27: "Pea tokanga ke fai 'a e ngaahi me'á ni kotoa pē 'i he fakapotopoto mo e maau; he 'oku 'ikai fiema'u ke lele 'a e tangatá 'o vave ange 'i he mālohi 'okú ne ma'ú."

7. **Fa'a lotu.** Ko e taimi kotoa pē 'okú ke fili ai ke fakahinohino'í ha taha, fekumi ki he fakahinohino 'a e 'Eikí ke ke 'ilo'í pe ko e fē

'a e ngaahi tefito'í mo'oni pe founga ngāue 'e 'aonga taha ki he ngaahi fiema'u lolotonga 'a e fakafo'ituituí. Fa'a lotu 'i ho'o fakakaukau'í ha ngaahi founga ke tokoni aí, pea feinga ma'u pē ke tataki koe 'e he Laumālié.

8. **Fakamo'oni ki he mo'oní.** Mahalo te ke ongo'í 'oku ue'í koe ke ke vahevahe ha ngaahi a'usia ke 'ilo ai 'e he ni'ihiki kehé 'okú ke ongo'í tatau mo kinautolu. Te ke lava foki 'o fakamo'oni ki he Fakamo'uí mo Hono mālohi faifakamo'uí. 'Oku matu'aki mahu'inga 'a e mo'oni ko ia ko e 'Otuá ko ha 'Otua 'o e ngaahi maná (vakai, Molonai 7:29). Mahalo 'e hoko hono vahevahe ho'o fakamo'oni ki He'ene 'alo'ofá mo 'Ene manava'ofá ko e taha ia 'o e ngaahi tokoni mahu'inga taha te ke lava 'o faí.

9. **Tauhi 'a e ngaahi fefalala'akí.** 'I ho'o hoko ko e tokotaha faifakahinohinó, 'okú ke ma'u ai ha fatongia ke malu'í 'a e totonu fakafo'ituituí 'a e ni'ihiki kehé. Ko e malu'í mo e 'ikai fakahāhāholó ko e ngaahi tefito'í mo'oni mahu'inga ia ki hono fakamālohia ho'o malava ke fakahinohino'í mo tokoni'í 'a e ni'ihiki kehé.

Ngaahi Tefito'i Mo'oni ke Tohi ha Vakai'i Fakatautaha Lelei

I he kamata'anga 'o e sitepu 4, 'oku mahu'inga ke 'ilo'i 'oku 'ikai ha founa tonu ke fakahoko 'aki e vakai'i fakatautaha ko 'eni. Ko e vakai'i fakatautaha ko ha founa matu'aki fakafo'ituitui ia. 'Oku loto-si'i pe fo'i ha kakai tokolahi 'i he'enua feinga ke 'ilo'i e founa ke fa'u 'aki ha vakai'i fakatautaha, ka 'oku mau poupou atu ke mou kamata pe, neongo kapau 'oku 'uhinga ia ko hono hiki pe ha lisi 'o e ngaahi me'a 'oku hoko.

'Oku fiema'u ke tau fekumi ki he tatakai 'a e 'Eiki. Te Ne tokoni'i kitautolu ke tau lea mo'oni mo 'ofa 'i he'etau vakai'i 'etau ngaahi manatu melie mo e ngaahi ongo pea fakahoko faitotonu ha sivi'i fakaekita. Te tau lava foki 'o kumi fale'i ki he'etau kau faifakahinohino pe ko ha ni'ihiki kehe kuo nau 'osi fakahoko ha vakai'i fakatautaha. Te nau tokoni mai ke tau 'ilo'i e founa lelei taha ke hoko atu 'aki.

Ko e taumu'a 'o e vakai'i fakatautaha ke tokoni ke tau fakalelei mo e 'Otuá, mo kitautolu, pea mo e ni'ihiki kehe. 'Oku 'omi 'e he vakai'i fakatautaha ha faingamalie ke tau ki'i tu'u 'o vakai ki he'etau mo'ui. I he'etau fai ia, 'oku tau vakai ai ki he ngaahi sipinga 'i he founa kuo tau fakafeangai ai ki he ngaahi a'usia 'i he'etau mo'ui, 'o 'ilo'i ha ngaahi vaivai mo e mālohinga fakatou'osi 'i hotau 'ulungāngā. 'Oku 'oatu 'i lalo ha ngaahi tefito'i mo'oni faingofua 'e tokoni ke tau kamata'i 'etau vakai'i fakatautaha.

A. Teuteu ke Fakahoko 'Etau Vakai'i Fakatautaha

I he kamata 'etau vakai'i fakatautaha, 'oku mahu'inga ke hokohoko atu 'etau ngāue mo 'etau kau faifakahinohino. 'Oku tokoni 'etau kau faifakahinohino ke tau ngāue'i lelei e sitepu ko 'eni. Ko e fuofua fakahinohino 'oku fa'a 'omi 'e he kau

fakahinohino ke kamata e tafa'aki kotoa pe 'o e vakai'i fakatautaha 'aki ha lotu pea kole ki he 'Otuá ke tatakai kitautolu ki he mo'oni. Te tau lava 'o falala ki he ngaahi ongo mo e fakakaukau 'oku tau ma'ú.

'E toe tokoni foki 'a e lotu ke tau kei 'amanaki lelei 'i he lolotonga 'o e ngāue. Kuo tau fehengahangi kotoa mo e ngāue mafatukituki tatau pea mo e faingata'a tatau 'o e matu'aki faitotonu. 'Oku tau fakamo'oni ko e founa ni ko e hala pau ia kuó ne tatakai kitautolu ke foki ki ha vā fetu'utaki faitotonu mo fiefia mo kitautolu, ni'ihiki kehe, pea mo e 'Otuá.

E. Hiki 'Etau Ngaahi Vakai'i Fakatautaha

'E 'aonga taha 'etau vakai'i fakatautaha 'etau mo'ui 'o kapau te tau hiki ia. Te tau lava 'o puke 'i hotau nimá ha lisi kuo tohi, toe vakai'i ia, pea vakai ki ai 'i he taimi 'e fiema'u ai. 'Oku faingofua ke ngalo 'a e ngaahi fakakaukau 'oku 'ikai ke tohi. I he'etau hiki 'etau vakai'i fakatautaha, te tau lava ai 'o fakakaukau lelei ange ki he ngaahi me'a 'oku hoko 'i he'etau mo'ui pea tokanga taha ki ai 'o si'isi'i ha fakahoha'a.

'Oku momou ha ni'ihiki 'o kitautolu ke tohi 'etau vakai'i fakatautaha koe'uhí 'oku tau ongo'i mā pe tailiili ki he'etau malava ke tohi pe ki hano lau 'e ha taha kehe 'a e me'a kuo tau tohi. Ka 'oku 'ikai ke tau faka'atā ke ta'ofi kitautolu 'e he ngaahi tailiili ko 'eni. 'Oku 'ikai mahu'inga 'etau sipelá, kalamá, mata'itohi, mo e taukei 'i he taipé.

F. 'Ilo'i ha Ngaahi Me'a Mahu'inga Ne Hoko

'Oku tau tohi fekau'aki mo e ngaahi momeniti mahu'inga 'i he'etau mo'ui kuó ne tokoni'i

kitautolú. 'I he'etau ngāue ki he'etau vakai'i fakatāutahá, 'oku ope atu 'etau vakaí 'i he ngaahi me'a ne hokó pea sivilivi'i 'etau ngaahi fakakaukaú, ongó mo e tuí. Ko e ngaahi tupu'anga mo'oni 'eni 'o 'etau tō'onga ma'unimá. 'Oku tau 'ilo ai ko e fakamo'ui mo e fakaakeake kakató, 'oku fiema'u ke tau sivilivi'i 'etau tailiilí, hikisiá, mamahí, 'itá, loto-fefeká, mo e faka'ofa'ia pē 'iate kitá.

'Oku tau fa'a ongo'i 'oku lōmekina kitautolu 'i he'etau feinga ke fakakaukau'i e me'a ke 'uluaki tohí. 'Oku fakakulupu 'e he kakai 'e ni'ihí 'enau mo'uí 'o fakatatau ki he ta'u motu'á, ta'u 'i he akó, ngaahi feitu'u ne nau nofo aí, pe ngaahi vā fetu'utakí. 'Oku kamata e ni'ihí kehé 'aki hono tohi 'enau ngaahi fakakaukaú. Mahalo he 'ikai ke tau manatu'i faka'angataha 'a e me'a kotoa pē. 'Oku fiema'u ke hokohoko atu 'etau lotú mo faka'atā e 'Eikí ke 'omi ha ngaahi me'a ki he'etau manatú. 'Oku 'ikai ke tau aofangatuku e founa ko 'ení pea tñaki ki he'etau vakai'i fakatāutahá 'i he'etau manatu'i e ngaahi a'usiá mo e ngaahi tūkungá.

'Oku tau 'ilo'i 'e lava ke kehe pea 'ikai tonu ha ngaahi manatu 'e ni'ihí koe'uhí ko e uesia lahi 'e he lohiaki'i pē kitá mo e me'a fakamamahí 'a 'etau ngaahi manatú. 'Oku fu'u fakamamahi mo fakamā ha ngaahi manatu 'e ni'ihí pea mahalo te tau momou ke fakahaa'i mo tohi ia. 'E tatakí kitautolu 'e he Laumālié 'i he'etau lotu ma'u pē mo fekumi ki ha tokoni mei he'etau kau faifakahinohinó. 'E tokoni 'a e ngaahi ma'u'anga tokoni ko 'ení ke tau 'ilo'i 'a e mo'oni.

H. Faitotonu 'i he Loto-to'a 'i He'etau Sivi'i Fakaekitá

Ko e sitepu mahu'inga hono hoko 'i he'etau vakai'i fakatāutahá ko e ma'u ha mahino lelei ange ki hotau kuohilí. Ko hono fakamatala'i e me'a na'e hokó, ongo na'a tau ma'ú, 'uhinga na'e hoko aí, mo ha taha kehe ne uesia aí, ko ha founa ia ki hono 'ilo'i kitá. Fakafou 'i ha faitotonu loto-to'a 'i he'etau sivi fakaekitá, 'oku tau fakahaa'i ai e mo'oni ne hoko

'i hotau kuohilí pea mo 'ene 'uhinga ki he kaha'ú. Na'e tokoni 'etau faitotonu 'i he'etau sivi fakaekitá ke tau fakatomala, kumia ha kole fakamolemole, pea fakamo'ui kakato angé.

Mahalo ko e tu'unga faingata'a taha 'eni 'o e ngāue ki he vakai'i fakatāutahá. 'Oku fakamamahi ke vakai ki he'etau kaunga ki he ngaahi vā fetu'utaki 'oku 'ikai ngāué mo e ngaahi a'usia 'oku 'ikai leleí. Ka 'e lava 'etau kau faifakahinohinó 'o poupu'i kitautolu mo tokoni ke tau tokanga mo faitotonu. Te tau lava 'o vilitaki mo fakahaa'i 'oku mahu'inga e founa ko 'eni 'o e 'ilo'i kitá ki he'etau fakaakeaké. Hangē ko e lea 'a 'Eletā Pulusi D. Potá, "Ko e 'ilo'i kitá ko ha a'usia fakalaumālie mahu'inga ia, 'a ia 'oku malava ki ha taha pē 'oku loto-fiemālie ke akó. . . . Kapau 'oku tulifua faivelenga ki he taumu'á, te [tau] ma'u ha maka koloa 'i he ngata'anga 'o e fonongá" ("Searching Inward," *Ensign*, Nov. 1971, 63, 65).

Kātaki 'o vakai ki he kongá "Fakatātā 1—Sipinga 'o e Fehu'i" ki ha ngaahi sipinga 'o e ngaahi fehu'i ke tokoni ke tatakí koe 'i ha sivi'i fakaekita 'oku faitotonú.

I. Fakafiefia'i 'Etau Ngaahi Ngāué

'Oku tau fakatokanga'i ko ha vakai'i fakataautaha kuo tohi 'i he faitotonú ko ha ngāue hokohoko ia 'i he fakaakeaké. Na'a tau 'ilo'i na'e fiema'u ke tau toe vakai'i 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá pea tñaki atu ha ngaahi me'a ki ai. Na'e tokoni e founa ko 'ení ke fakamālohia 'a e mahino 'oku tau ma'ú mo e malava ke hokohoko atu 'a e fakaakeaké mo tokoni ke tau fakatupulaki ha ngaahi vā fetu'utaki lelei 'oku fo'ou mo fakalakalaka.

Ko e sitepu 4 ko ha founa ngāue ia. Te tau lava 'o fakafiefia'i 'etau ngaahi feinga kotoa pē 'i hono hiki 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá. Ko hotau 'ata te tau vakai ki ai 'i he'etau ngāue'i e sitepu ko 'ení te ne lava 'o ue'i kitautolu ke liliu e hu'unga 'o 'etau mo'uí 'o kapau te tau faka'atā ia. Koe'uhí ko e 'ofa mo e 'alo'ofa 'a e Fakamo'uí, 'oku 'ikai fiema'u ia ke tau hokohoko atu e tu'unga kuo tau 'i aí. 'I he'etau

ui ki he 'Eikí ke ma'u ha fakahinohino 'i he'etau sivilivi'i 'etau mo'uí, te tau fakatokanga'i 'etau ngaahi a'usía ko ha ngaahi faingamālie ke ako.

'Oku fakaivia kitautolu 'e he ngāue ke vakai'i kitá ke fakahaa'i fakatōkilalo 'etau ngaahi vaivaí pea ke fekumi ki he tokoni 'a e 'Otuá ke liliu ia ko ha ngaahi mālohinga. "Pea kapau 'e ha'u kiate au 'a e tangatá te u fakahā kiate kinautolu 'a honau vaivaí. 'Oku ou foaki ki he tangatá 'a e vaivaí koe'uhí ke nau loto-fakatōkilalo; pea 'oku fe'unga 'a 'eku 'ofá ki he tangata kotoa pē 'oku nau fakavaivai'i 'a kinautolu 'i hoku 'aó, he kapau te nau fakavaivai'i 'a kinautolu 'i hoku 'aó, pea tui kiate au, te u liliu 'a e ngaahi me'a vaivaí ko e mālohi kiate kinautolu" ('Eta 12:27).

K. Mahalo Te Tau Fiema'u ha Tokoni Fakapalōfesinale

Mahalo kuo tau foua ha ngaahi me'a faingata'a pe kuo hoko ha ngaahi me'a matu'aki faingata'a kiate kitautolu. 'E lava ke kau 'i he ni'ihí 'o e ngaahi me'a ko 'ení ha ngaahi a'usia fakamamahi, hangē ko e ngaohikoviá, fetá'akí, pe mamahi lahi fakae'atamaí. 'I he'etau tohi 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá, 'e lava 'e hono manatu'i e ngaahi a'usia faingata'a ko 'ení 'o toe fakafoki mai e mamahi, taiiili, mo e ngaahi ongo fakaeloto 'oku fekau'aki mo e ngaahi me'a ne ko 'ení hokó. 'E lava 'e hono toe manatua e ngaahi a'usia mo e ngaahi ongo fakamamahi ko 'ení 'o fakatupu ha toe mamahi lahi ange kiate kitautolu 'o ka 'ikai ha pou pou mo e tokoni 'oku totonú. 'Oku totonu ke tau fakakaukau ke fekumi ki ha tokoni fakapalōfesinale mei ha mataotao fale'i, faifale'i, pe toketā ke tau ma'u ha mahino ki he fa'ahinga me'a peheni 'oku hokó. 'E lava e kau palōfesinalé 'o tokoni ke mahino kiate kitautolu 'a e faingata'a 'i ha founa lelei. Kapau 'oku 'ikai te ke fakapapau'i pe 'okú ke fiema'u e fa'ahinga tokoni ko 'ení, kātaki 'o alea'i 'eni mo ha taha 'okú ke falala ki ai. Te ke lava foki 'o fakataha mo ha tokotaha palōfesinale ke fai ha sivi pea fakakaukau ki he'enua fokotu'ú.

Ngaahi Sīpinga 'o hono Tohi ha Vakai'i Fakataautaha 'i he Sitepu 4

'Oku lahi ha ngaahi founa lelei ki hono fa'u ha vakai'i fakataautaha 'i he sitepu 4. Ka neongo iá, kuo tau ako 'oku hoko e ngaahi 'elemēniti ko 'ení ke ola lelei taha ai 'a e vakai'i fakatāutahá ki he fakaakeaké.

1. **'Otuá**—Ko e ngāue lahi hono fakahoko ha vakai'i fakatāutahá, pea he 'ikai ke tau lava'i toko taha ia. 'Oku tau fiema'u e tokoni 'a e 'Otuá. Ko e lotú ko ha kongā mahu'inga ia 'o e ngāue mahu'ingá ni. 'I he'etau tafoki ki he 'Otuá 'i he lotú, te Ne fakamālohia kitautolu mo tokoni ke tau fakahoko e ngāue mahu'ingá ni.
2. **Faitotonú**—Ko e vakai'i fakatāutahá ko hano toe vakai'i fakalelei ia 'etau mo'uí pea 'oku totonu ke kau ai e ngaahi me'a ne hoko, ngaahi tūkunga, mo e ngaahi vā fetu'utaki 'oku ta'efakafiemālie pe fakatupu hoha'a e fakakaukau ki aí. Kuo pau ke tau faitotonu mo faka'auliliki 'i he lahi taha 'e ala lavá. Kuo mau 'ilo'i ko e lahi ange 'emau loto-fiemālie ke fakahaa'i mo tali e ngaahi me'a faingata'a mei he kuohilí, ko e ngāue lelei ange ia 'a e sitepu 4.
3. **Tohí**—'Oku 'omi 'e he tohí ha 'ilo, fakakaukau, mo e mahino lahi ange. 'Oku hanga 'e he'etau ngaahi tūkunga 'e ni'ihí 'o 'ai ke faingata'a hono tohi 'etau ngaahi vakai'i fakatāutahá. Neongo 'oku kehekehe e me'a 'oku tau malavá mo fakahema ki aí, ka 'e tāpuekina 'e he 'Eikí 'etau feinga kotoa pē ke tohi 'etau ngaahi a'usia faingata'a tahá 'i Hono 'aó. Kapau 'okú ke faingata'a ia 'i he tohí, kole tokoni ki ho'o tokotaha faifakahinohinó pe ko ha taha kehe.
4. **Tokotaha faifakahinohinó**—Ko e tokotaha faifakahinohinó 'oku totonu ko ha taha ia kuó ne ngāue'i e ngaahi sitepu 'e 12 mo fakakakato 'ene vakai'i fakatāutahá. 'E lava ke hoko 'etau

kau faifakahinohinó ko e tokoni lahi taha 'i hono tatakí kitautolu 'i he founga ngāué mo 'ai ke mahu'ingamālie 'etau mo'uí. Kapau kuo te'eki ai ke ke fai ia, 'oku mau fokotu'u atu ke ke kamata ngāue mo ha tokotaha faifakahinohino.

Hili hono tohi 'etau vakai'i fakatāutahá, 'oku tau tauhi ia ko ha ma'u'anga tokoni ki he ngaahi sitepu hono hoko 'i he fakaakeaké. 'Oku tokoni 'etau vakai'i fakatāutahá ke tau 'ilo'i e ngaahi vaivai mo e mālohinga 'i hotau 'ulungāngá 'i he sitepu 6 mo e 7, pea ko e kakai pe ngaahi kautaha 'oku tau fakamatala ki ai 'i he 'etau vakai'i fakatāutahá ko kinautolu ia 'e fiema'u ke tau fakamolemole'i pe fakalelei mo ia 'i he sitepu 8 mo e 9. 'I he hokosia 'a e taimi totonú, te tau lava 'o faka'auha ha ngaahi kongá 'o 'etau vakai'i fakatāutahá 'oku kau ai ha ngaahi fakamatala 'oku 'ikai lelei pe 'itá, fakamatala ki he maumafono fakatāutahá, mo ha toe me'a pepepengesi kehe pē 'oku 'ikai totonu ke tau vahevahe mo e ni'ihí kehé. 'E lava ke hoko hono faka'auha e ngaahi tohi ko 'ení ko ha fakataipe 'o 'etau fakatomalá pea mo ha founga ma'ongo'onga ke tukuange ai hotau kuohilí.

Hangē ko ia ne 'osi lave ki ai kimu'á, 'oku lahi ha ngaahi founga ke tohi 'aki e vakai'i fakatāutahá. 'Oku 'oatu 'i lalo ha sipinga 'e tolu. 'Oku lahi mo ha ngaahi founga kehe ki hono tohi ha vakai'i fakatāutahá 'oku 'ikai hiki atu heni. 'E tokoni e ngaahi sipinga ko 'ení ke tau kamata ai. Tatau ai pē pe ko e hā e founga pe ngaahi founga kuo fakataha'i 'oku tau faka'aonga'í, 'oku mahu'inga ke tau faka'atā e 'Otuá ke Ne fakahā mai e founga 'okú Ne 'afio mai ai kiate kitautolú pea mo e tūkunga takitaha. Kapau te tau fai ia, 'e 'omi 'e he 'Otuá ha ivi mo e 'amanaki lelei lahi ange 'i he founga ko 'ení.

'Oku founga fēfē 'etau kamata? 'Oku ngāue fakahokohoko ha kakai 'e ni'ihí 'i he'enu mo'uí 'o fakatau ki he ta'u motu'á, ta'u 'i he akó, ngaahi feitu'u ne nofo aí, pe ngaahi vā fetu'utakí. 'Oku kamata e ni'ihí kehé 'aki hono tohi 'enu ngaahi fakakauká. He 'ikai ke tau manatu'i faka'angataha 'a e me'a kotoa pē, ko ia ai 'oku hokohoko atu ke tau

lotu pea faka'atā e 'Eikí ke Ne fakamanatu mai ha ngaahi me'a. Te tau lava ma'u pē 'o tånaki ki he'etau vakai'i fakatāutahá 'i he'etau manatu'i e ngaahi tūkunga mo e ngaahi a'usiá.

Sipinga 1—Fõtunga 'o e Fehu'í. 'Oku faka'aonga'i 'e he founga ni ha ngaahi fehu'i ke vakavakai'i 'aki ha ngaahi me'a faingata'a ne hoko 'i he mo'uí. 'Oku tokoni ia ke tau fakakaukau loloto ki he tūkunga takitaha.

Sipinga 2—Fõtunga 'o e La'ipepa Ngāué. 'Oku tokoni 'a e founga ni ke tau fá'u ha saati mo fokotu'utu'u e kakai pe ngaahi kautaha na'a tau fakamamahi'í. 'Oku tokoni ia ke tau 'ilo'i e ngaahi vaivai 'i hotau 'ulungāngá mo 'omi ha fakamatala mahu'inga ki he ngaahi sitepu hoko mái.

Sipinga 3—Fõtunga 'o e Tohinoá. 'E lava ha founga 'o e tohinoá 'o 'omi ha maama ki he'etau mo'uí. 'Okú ne 'omi 'a e faingamālie ke fakalaululoto ai mo mahino e ngaahi fakaikiiki 'o 'etau mo'uí.

Sipinga 1—Fõtunga 'o e Fehu'í

'I he'etau toe vakai'i 'etau mo'uí, ko e pole 'uluakí ke tau 'ilo'i e ngaahi tūkunga he kuohilí mo e lolotonga 'oku tau ongo'i ta'efiemālie aí. Ko hono aofangatukú, 'oku tau feinga ke vakai ki he ngaahi vaivai 'i hotau 'ulungāngá pea ke 'ilo'i e kakai 'oku fiema'u ke tau fakamolemole'í pe fiema'u ke tau fakalelei mo iá. 'Oku faka'aonga'i 'e he sipinga ko 'ení ha ngaahi fehu'i ke tokoni ke tau fai ha fakahoko ha sivi fakaekita loto-to'a mo faka'auliliki. 'Oku tokoni 'a e ngaahi fehu'i ko 'ení ke tau 'ilo'i 'a e kakai mahu'inga, ngaahi tūkunga, tefito'i mo'oni, kautaha, pe ngaahi me'a na'e hokó. 'Oku nau tokoni ke tau fakamatala'i e me'a na'e hokó, ongo na'a tau ma'ú, 'uhinga na'e hoko aí, pea mo e tokotaha na'e uesiá. 'Oku tau tuku ha peesi 'e taha ki he tokotaha pe tūkunga takitaha. 'I he peesi takitaha, 'oku tau tohi ai 'etau tali ki he ngaahi fehu'í. 'Oku tau feinga

ke 'i lalo pē 'etau talí 'i he fo'i lea 'e 15—'oku fe'unga pē 'a e ngaahi kupu'i lea nounou.

'Oku fekau'aki e sipinga ko 'ení mo ha me'a 'e taha na'e hoko, ko e mate fakafokifā ha fefine.

Ngaahi 'Uluaki Fehu'i

1. Ko e hā e me'a na'e hokó? Fai ha ki'i fakamatala nounou ki he tūkunga.

Na'e mate hoku tuofefinē 'i ha fakatu'utāmaki he hala pule'angá.

2. Ko e hā e 'uhinga ne fakahoha'asi ai au 'e he me'a ni?

Ko e me'a kovi taha ia kuo hoko kiate au.

3. Na'e uesia fēfē 'e he me'a na'e hokó au mo hoku ngaahi vā fetu'utakí (fakapa'anga, fakaeloto, fakatu'asino)? Na'e iku fēfē 'a e me'a ko 'eni na'e hokó ke u kafo aí?

Na'a ku fakamama'o mei he ni'ihí kehé. 'Oku ou kei ongo'i veiveiua pē. Na'e kamata ke u faka'aonga'i e kava mālohí ke fakaongonoa 'aki e mamahí, pea na'e faka'au ke u sino. Na'e mole 'a e loto-holi ke hoko atu 'eku akó. 'Oku 'ikai ke u fie vāofi mo ha taha. 'Oku ou ilifia ke fokotu'u ha vā fetu'utaki fakamātoato.

4. Ko e hā e ngaahi ongo ne u fuofua ma'u 'i he taimi na'e hoko aí? Ko e hā ha ngaahi ongo 'oku ou kei ma'u fekau'aki mo e me'a ko 'eni ne hokó?

Na'a ku ongo'i 'ohovale mo loto-mamahi 'i he taimi na'e hoko aí. Na'a ku ongo'i 'ita ki he 'Otuá. 'Oku ou kei ongo'i lavea pē.

5. 'I he'eku manatu ki aí, ko e hā ha ni'ihí 'o hoku ngaahi vaivaí ne toe fakautuutu ange ai e tūkunga ko 'ení? (Kuo pau ke tau fekumi 'i he fa'a lotu ki he tokoni 'a e 'Otuá ke tau loto-fakatōkilalo pea fehangahangai

mo e mo'oní, neongo 'e malava ke matu'aki fakamamahi 'aupito ia.)

- Na'a ku ta'e-faitotonu nai? Ko hai na'a ku loi ki aí?

Ko e lahi tahá na'a ku loi pē kiate au. Na'a ku tukuaki'i 'a e 'Otuá mo hoku fāmilí 'i he 'ikai ke u lava 'o tui kia Sisū Kalaisí.

- Na'a ku ilifia nai?

'Io, na'e 'ikai mahino kiate au 'a e 'uhinga na'e 'ikai ke malu'i ai ia 'e he Tamai Hēvaní. Kapau 'e lava 'o hoko tu'o taha ha me'a fakamamahi pehē, 'e malava pē ke toe hoko ia.

- Na'a ku loto-sāuni nai?

'Io, ko e lahi tahá ki he 'Otuá kae pehē foki ki hono husepānití mo e faka'uli 'o e kā na'a ne tui'i iá. Na'a ku fakakaukau na'e ta'etotonu 'ene maté.

- Ko e hā ha fakamo'oni 'o e hikisiá 'oku ou mamata ki ai 'i he'eku mo'uí? 'Oku ou sio nai ki ha ngaahi faka'ilonga 'o e lohiaki'i pē kitá, tuli tonuhiá, pe faka'ofa'ia pē 'iate kitá 'i he'eku tō'onga fakakaukau mo e ngaahi angafaí?

Na'a ku 'amanaki ke fiefia ma'u pē 'eku mo'uí. Na'e 'ikai ke u fakakaukau 'oku totonu ke hoko ha ngaahi me'a 'oku kovi kiate au pe ko hoku fāmilí. Ne u ongo'i faka'ofa'ia mo'oni 'iate au.

6. Na'e fakamamahi'i pe uesia kovi nai 'e he'eku ngaahi tō'ongá ha taha kehe? Kapau ko ia, ko hai?

Na'e fakamamahi'i 'e he'eku ngaahi tō'ongá ha ni'ihí kehe 'i hoku fāmilí, hangē ko hoku tokoua 'i he fonó. Na'e feliliuaki e ngaahi ongo fakaeloto

ne u ma'ú pea na'á ku angakovi ki hoku fāmilí 'i he'eku 'itá. Na'e 'ikai ke u fakamolemole'i e faka'uli 'e tahá. Na'e fakamamahi kiate au 'eku 'ita ki he 'Otuá.

7. Ko e hā e me'a na'á ku fai ke mapule'i 'aki e tūkunga? Ko e hā ha ngaahi tō'onga ne u fai pe ta'ofi ke ma'u ai e me'a na'á ku fiema'ú?

Na'e hala pē ha'aku fakamama'o mei he ni'ihī kehé ne u lea 'ita ki he ni'ihī kehé. Na'á ku 'ite'ita. Na'e 'ikai pē ke u loto ke hoko mo'oni ia. Na'á ku loto ke toe fakafoki e taimí. Na'á ku loto ke fakamo'ui ia 'e he 'Otuá. Na'e a'u 'o u kole ki he'eku ongomātu'á ke na lotua ke ne foki mai. Na'e mātu'aki puputu'u 'eku fakakaukau!

8. Na'e founa fēfē 'eku hoko ko e tokotaha ne mamahí ke pule'i 'aki e ni'ihī kehé (hangē ko 'ení, fiema'u e tokangá, faka'ofa'ia, mo e alā me'a pēhē)? Na'á ku vilitaki nai 'oku ou mo'oni? Na'á ku ongo'i nai ne faka'ita'i pe 'ikai fakatokanga'i au?

Na'á ku 'ite'ita, fakamama'o mei he kakaí, pea 'ikai fie talanoa ki ha faifale'i ki he loto-mamahí. Na'á ku sio pē ki he ngaahi ongo na'á ku ma'ú mo 'eku mamahí. Na'á ku fiema'u mo'oni pē ha taha ke ne 'ai e me'a kotoa ke lelei ma'aku.

9. Na'e 'i ai nai ha'aku kaunga ki ai? Ko e ngaahi ongo 'a hai na'á ku tukunoa'i 'i he'eku fakakaukau pē kiate aú?

Na'e 'i ai 'eku kaunga ki ai. Ko hoku tuofefine ia, pea na'á ku ongo'i ha mamahi lahi 'aupito. Ka neongo ia, na'e 'ikai ke u teitei ki'i ta'ofi 'o fakakaukau ki he mamahi ne ongo'i 'e he ni'ihī kehé—ko 'eku ongomātu'á, ko hoku ngaahi tokouá mo e tuofāfiné, ko homau ngaahi kaungāme'á, mo hono husepānití.

10. Na'á ku fakasitu'a'i nai 'a e tokoni mei he 'Otuá mo e ni'ihī kehé?

'Io, na'á ku 'ita ki he 'Otuá, ko ia ai na'e 'ikai ke u lotu. Na'e 'ikai ke u talanoa ki ha taha pe tali ke fakafiemālie'i au.

Sīpinga 2—Fōtunga 'o e La'ipepa Ngāué

Ko e founa 'e taha ki hono fa'u ha vakai'i fakatautahá ko e fakafonu e saati 'i laló. 'Uluakí, fakafonu e kōlomu 'uluaki 'i he to'ohemá, pea fakafonu leva e kōlomu ua, tolu, fā, 'o fai pēhē ai pē. 'E lava 'i hono fakafonu e saati ko 'ení 'o fakahaa'i e ngaahi sīpinga 'oku fiema'u ke tau tokanga ki ai 'i he'etau vakai'i fakatautahá. 'Oku tau fakakaukau ki he ngaahi 'ulungaanga lelei 'oku fiema'u ke tau fakatupulakí pe kuo tau 'osi ma'ú, 'o manatu'i ma'u pē 'e lava 'e he 'Eikí 'o liliu hotau ngaahi vaivaí ki he ngaahi mālohinga (vakai, 'Eta 12:27). 'Oku tau tuku ha taimi ke lau mo fakalaululoto ai ki he fale'i 'a e 'Eikí.

Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a ne hoko, pe tefito'i mo'oni 'oku ou ma'u ai ha ngaahi ongo 'oku 'ikai leleí

Ko e hā e me'a na'e hokó pea ko e hā e me'a ne u faí? Fai ha ki'i fakamatala nounou ki he me'a na'e hokó. Fakakaukau ke lisi fakahokohoko ha ngaahi me'a mei he'eku mo'uí, mahalo 'o vahevahe fakata'u 5 ki he 10.

Olá

Ko e hā e 'uhinga na'e fakahoha'asi ai au 'e he tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito'i mo'oni ko 'ení? Na'á ne uesia nai hoku tu'unga malu fakaelotó, fakatu'asinó, pe fakapa'angá? Na'á ne uesia nai hoku ngaahi vā fetu'utakí, mahu'inga fakatautahá, pe ngaahi taumu'a ki he kaha'ú?

Ngaahi ongó

Ko e hā e ngaahi ongo ne u ma'u he taimi ko iá? Ko e hā ha ngaahi ongo 'oku ou kei ma'u fekau'aki

mo ia? 'Oku ou ongo 'i faka'ise'isa nai 'i he'eku kaunga ki he palopalemá pe 'ita ki ha taha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito 'i mo'oni?

Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá

Ko e hā ha fakamo'oni 'o e hikisiá 'oku ou mamata ki ai 'i he'eku mo'uí? 'Oku ou sio nai ki ha ngaahi faka'ilonga 'o e lohiaki 'i pē kitá, tuli tonuhiá, faka'ofa'ia pē 'iate kitá, pe loto-fefeká 'i he'eku tō'onga fakakaukáu mo e ngaahi angafái? Ko e hā ha ngaahi tailiili siokita na'e fakautuutu ai 'a e tūkungá ni pe me'a na'e hokó pe ko 'eku ngaahi ongo ki he tokotahá ni, kautahá, pe tefito 'i mo'oni?

Fakamolemole'i pea fai ha ngaahi fakalelei

Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i? Ko hai 'oku fiema'u ke u fakalelei mo iá? Manatu 'i ke tånaki hoku hingoá ki he kōlomu ko 'ení.

Ngaahi 'ulungaanga lelei

'I hono fakahoko 'eku vakai 'i fakatāutahá, 'e lava ke u nofotaha 'i he ngaahi me'a faingata'a 'o 'eku mo'uí. Ka neongo ia, 'oku totonu foki ke u fakakaukau ki hoku ngaahi mālohingá mo e ngaahi 'ulungaanga lelei. Ko e hā e ngaahi mālohinga 'i hoku 'ulungāngá? Ko e fē 'a e ngaahi mālohinga 'i hoku 'ulungāngá 'oku fiema'u ke u fakatupulakí? 'E lava 'a e tokanga taha ki hoku ngaahi mālohinga lelei 'o fakamanatu mai hoku mahu'inga fakalangi ta'e-fakangatangata mo 'ikai lava 'o 'auhá.

Ta'u 0 ki he 10

Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito 'i mo'oni (Ko e hā e me'a na'e hokó? Ko hai na'e mamahí? mo e alā me'a pehē)	Olá (tu'unga malu fakaeloto, fakatu'asino, pe fakapa'angá; vā fetu'utakí, mahu'inga fakatāutahá, pe ngaahi taumu'á)	Ngaahi ongó ('ita, tailiili, faka'ise'isa, mamahi, mo e alā me'a pehē)	Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá (loto-fefeka, hikisia, ta'e-faitotonu, tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, lohiaki 'i pē kita, mo e alā me'a pehē)	Fakamolemole'i mo fai ha ngaahi fakalelei (Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i pe fakalelei mo iá?)	Ngaahi 'ulungaanga lelei (manava'o-fa, loto-fakatōkilalo, faitotonu, loto-lahi, tui kia Sīsū Kalaisí, mo e alā me'a pehē)	Ko e fē 'a e ngaahi 'ulungaanga 'oku fiema'u ke u fakatupulakí?
Na'e fakakata 'aki au 'e Samu, ko ha ki'i leka he akó, mo ui 'aki au ha ngaahi hingoa.	Na'e uesia heni e ongo ne u mā'u kiate aú pea mo hoku vā fetu'utaki mo e ngaahi kaungāme'á. Na'á ku loto ke u loto-to'a, ka na'e 'ikai ke u lava.	Na'á ku manavasi'i, peá u ongo'i mā foki 'i he lahi 'eku ilifiá. Na'á ku faka'amu na'á ku taa'i ia.	faka'ofa'ia pē 'iate kita, tuli tonuhia	'Oku fiema'u ke u fakamolemole'i 'a Samu. 'I he ka-ha'ú, 'oku ou fie hoko ko ha tokotaha anga'ofa kae faitotonu foki.	Ko ha tokotaha angalelei au. 'Oku angamaheni ke u sio ki he lelei 'i he ni'hi kehé.	fa'a fakamolemole, loto-lahi

<p>Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito'i mo'oni (Ko e hā e me'a na'e hokó? Ko hai na'e mamahi? mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Olá (tu'unga malu fakaeloto, fakatu'asino, pe fakapa'angá; vā fetu'utakí, mahu'inga fakatāutahá, pe ngaahi taumu'á)</p>	<p>Ngaahi ongó ('ita, tailiili, faka'ise'isa, mamahi, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá (loto-fefeka, hīkisia, ta'e-faitotonu, tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, lohiaki'i pē kita, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Fakamolemole'i mo fai ha ngaahi fakalelei (Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i pe fakalelei mo iá?)</p>	<p>Ngaahi 'ulungaanga leleí (manava'ofa, loto-fakatōkilalo, faitotonu, loto-lahi, tui kia Sīsū Kalaisí, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Ko e fē 'a e ngaahi 'ulungaanga 'oku fiema'u ke u fakatupulakí?</p>
<p>Na'á ku ngaohi ha kí'i fakaneifua 'i ha 'ekitiviti 'a e Palaimelí. Na'á ku fie 'ave ia ki 'api ke faka'alí'ali kia Mami mo Teti, ka na'á ku toutou u'u pē ia lolotonga 'eku luelué. Ne faifai peá u kai e toengá.</p>	<p>Na'e uesia heni 'eku ongo'i mahu'inga fakatāutahá. Na'á ku fie vahevahe 'eku lavame'á mo 'eku ongomātu'á, ka na'e 'ikai ke u lava.</p>	<p>Na'á ku faka'ise'isa 'i he'eku me'a na'e faí lolotonga 'eku fononga ki 'apí. Na'á ku ongo'i mā, fu'u sino, mo vaivai. Ne u ongo'i na'e 'ikai ke u lavame'a.</p>	<p>hīkisia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, mānu-manu, 'ikai mapule'i kita</p>	<p>ko au</p>	<p>'Oku ou fie fai e me'a 'oku totonú. 'Oku ou tui 'oku ou ma'u ha loto 'oku lelei.</p>	<p>loto-fakatōkilalo, tui kia Sīsū Kalaisi, mapule'i kita 'i he me'akaí</p>

Ta'u 10 ki he 20

<p>Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito'i mo'oni (Ko e hā e me'a na'e hokó? Ko hai na'e mamahi? mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Olá (tu'unga malu fakaeloto, fakatu'asino, pe fakapa'angá; vā fetu'utakí, mahu'inga fakatāutahá, pe ngaahi taumu'á)</p>	<p>Ngaahi ongó ('ita, tailiili, faka'ise'isa, mamahi, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá (loto-fefeka, hīkisia, ta'efaitotonu, tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, lohiaki'i pē kita, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Fakamolemole'i mo fai ha ngaahi fakalelei (Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i pe fakalelei mo iá?)</p>	<p>Ngaahi 'ulungaanga lelei (manava'ofa, loto-fakatōkilalo, faitotonu, loto-lahi, tui kia Sīsū Kalaisí, mo e alā me'a pehē)</p>	<p>Ko e fē 'a e ngaahi 'ulungaanga 'oku fiema'u ke u fakatupulakí?</p>
<p>Na'á ku 'ilo ki he ngāue fakatongá 'i he fakakata 'aki he tamaikí 'i he akó. 'I he'eku fehu'i ki he'eku fa'eé fekau'aki mo iá, na'á ne hoha'a peá ne talamai ke 'oua na'á ku teitei fai ia pea 'oua na'á ku toe talanoa ki ai.</p>	<p>Na'á ku fāinga mo hoku lotó koe'uhí na'e ifo ia ka na'á ku hoha'a ai. 'I he'eku feohi mo hoku ngaahi kaungāme'a 'i he lotú, na'á ku ongo'i ne hangē ko au pē ne u fefa'uhi mo iá koe'uhí na'e 'ikai ha taha ia 'e fakatalanoa fekau'aki mo ia.</p>	<p>Na'á ku ongo'i mā, 'ikai fie lea mai 'eku fa'eé kiate au, tuenoa, ta'efaitotonu, mo 'uli.</p>	<p>loto-fefeka, ta'efaitotonu, ta'ema'a, 'ikai lava 'o mapule'i kita</p>	<p>ko au, ko 'eku fa'eé</p>	<p>Mahalo 'oku ou ma'u ha konisēnisi lelei. 'Oku ou fie hoko ko ha taha lelei.</p>	<p>loto-fiemālie ke vahevahe tau'atāina ki he nī'ihī kehé, faitotonu, angama'a, fakatomala</p>
<p>'I ha māhina nai 'e 14, na'á ku kaiha'asi ma'u pē ha pa'anga mei he mīsini 'a e faifakataú pe faka'aonga'i ha koloa 'o 'ikai totongi 'i he feitu'u ne u ngāue aí.</p>	<p>Na'á ku tailiili ma'u pē 'i he'eku ofi ki he'eku pule ngāué. 'Oku ou ongo'i halaia ai he taimí ni ka 'oku 'ikai ke u 'ilo'i e founga ke fakalelei'i ai iá koe'uhí he kuo 'osi mate e pisinisi ko iá.</p>	<p>tailiili, mānumanu, siokita</p>	<p>ta'efaitotonu, loto-fefeka, lohiaki'i pē kita</p>	<p>feitu'u na'á ku ngāue aí, ko 'eku pule ngāué</p>	<p>Ko ha tokotaha ngāue mālohi au.</p>	<p>faitotonu, ha'isia ki he ngaahi angafaí</p>

Ta'u 20 ki he 30						
Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito'i mo'oni (Ko e hā e me'a na'e hokó? Ko hai na'e mamahí? mo e alā me'a pehē)	Olá (tu'unga malu fakaeloto, fakatu'asino, pe fakapa'angá; vā fetu'utakí, mahu'inga fakatāutahá, pe ngaahi taumu'á)	Ngaahi ongó ('íta, tailiili, faka'ise'isa, mamahi, mo e alā me'a pehē)	Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá (loto-fefeka, hīkisia, ta'e-faitotonu, tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, lohiakí'i pē kita, mo e alā me'a pehē)	Fakamolemole'i mo fai ha ngaahi fakalelei (Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i pe fakalelei mo iá?)	Ngaahi 'ulun-gaanga leleí (manava'ofa, loto-fakatōkilalo, faitotonu, loto-lahi, tui kia Sīsū Kalaisí, mo e alā me'a pehē)	Ko e fē 'a e ngaahi 'ulun-gaanga 'oku fiema'u ke u fakatupulakí?
Na'á ku koná 'i ha paati peá u ake hake mo ha taha na'e 'ikai ke u loko 'ilo'i.	Na'e uesia heni 'eku loto-falalá, ongo'í malú, mo e mahu'inga fakatāutahá. Na'á ku loto ke mali 'i he tempalé, ka 'oku hangē he 'ikai hoko iá.	'Oku ou ongo'í 'uli, siva e 'amanakí, mo loto-mamahi. 'Oku ou fakatomala lahi 'i he'eku 'alu ki he paati ko iá. Ko e hā e 'uhinga ne hoko ai 'eni kiate aú?	ta'efalala, fehí'a 'iate au mo e ní'ihine u pehē ko hoku ngaahi kaungāme'á, faka'ofa'ia 'iate kita	ko au, ko hoku ngaahi kaungāme'á	Ko ha tokotaha angalelei au. 'Oku ou faka'amu 'e 'i ai ha founga ke u ikuna'í ai 'eni. Kuó u ngāue mālohi ke fakatupulaki hoku ngaahi talēnití.	tau'atāina mei he ma'unimaá, fatongia 'aki, talangofua, fakamu'omu'a e 'Otuá, angama'a
Na'e mate hoku tuofefiné 'i ha fakatu'utā-maki he hala pule'angá. Na'á ku ongo'í ofi ki hono husepānití mo e fānaú, ka na'á ne fakamotumotu mai ki homau fāmilí.	Kuo hoko 'eni ko ha fu'u fakamamahi lahi 'i he'eku mo'uí. 'Oku ou ongo'í veiveiua fakatu'asino mo fakaeloto. Kuo motuhia 'aupito hoku vā fetu'utaki mo hoku tuofefiné mo hono fāmilí.	'Oku ou ongo'í loto-mafasia he taimi lahi. 'Oku ou 'ilo'í 'oku 'ikai tokoni e kava mālohí ki he tūkungá, ka 'oku tokoni ia ke u fakangalo'í 'i ha kí'i taimi sí'i.	loto-hoha'a, manavasí'i, ta'efiemālie, faka'ofa'ia pē 'iate kita	'Otuá, ko au, ko e husepāniti hoku tuofefiné, ko e kakai na'á ku fakamamahí'i 'i he'eku konaá	Ko ha tokotaha ako lelei au mo ngāue mālohi. 'Oku ou 'ofa 'i he kakaí mo feohi lelei mo e ní'ihikehe 'i he ngāué.	tui kia Sīsū Kalaisí, 'amanaki leleí, tau'atāina mei he ma'unimaá

Ta'u 30 ki he 60

Tokotaha, kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe tefito'i mo'oni (Ko e hā e me'a na'e hokó? Ko hai na'e mamahi? mo e alā me'a pehē)	Olá (tu'unga malu fakaeloto, fakatu'asino, pe fakapa'angá; vā fetu'utakí, mahu'inga fakatāutahá, pe ngaahi taumu'á)	Ngaahi ongó ('ita, tailiili, faka'ise'isa, mamahi, mo e alā me'a pehē)	Ngaahi vaivai 'i he 'ulungāngá (loto-fefeka, hīkisia, ta'e-faitotonu, tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, lohi-aki'í pē kita, mo e alā me'a pehē)	Fakamolemole'i mo fai ha ngaahi fakalelei (Ko hai 'oku fiema'u ke u fakamolemole'i pe fakalelei mo iá?)	Ngaahi 'ulungaan-ga lelei (manava'ofa, loto-fakatōkilalo, faitotonu, loto-lahi, tui kia Sīsū Kalaisí, mo e alā me'a pehē)	Ko e fē 'a e ngaahi 'ulun-gaanga 'oku fiema'u ke u fakatupulakí?
'Oku ou fehi'a 'i hoku foha 'i he fonó. 'Okú ne fiema'u pa'anga ma'u pē, ka 'oku 'ikai ke ne lava 'o nofo fuoloa 'i ha ngāue. 'Okú ne ta'etokanga. 'Oku ou manavasí'í na'a 'okú ne fakamamahi'i hoku 'ofefiné.	'Oku ou hoha'a ki he ngaahi me'a fakapa'angá. 'I he taimi 'oku 'ikai lelei ai 'eku ngaahi ongo kiate iá, 'oku uesia ai hoku vā fetu'utaki mo hoku 'ofefiné.	'Oku ou ongo'í 'ita. 'Oku ou ongo'í tāufehi'a, pea 'oku ou 'ita 'iate au pē 'i he'eku ongo'í tāufehi'á. 'Oku ou ongo'í 'oku ou fihia pea 'ikai lava 'o fakakaukau ki ha solova'anga lelei.	tuli tonuhia, faka'ofa'ia pē 'iate kita, hīkisia, loto-tāufehi'a	ko hoku foha 'i he fonó, ko hoku 'ofefiné, ko hoku malí	'Oku ou fa'a anga'ofa 'aupito. 'Oku ou ngāue mālohi 'i 'api pea 'i he Siasí.	manava'ofa, fa'a fakamolemole, ma'u e fakahā fakatāutahá
'Oku talanoa hoku malí fekau'aki mo e māvaé pe vete-malí. 'Oku ou 'ilo'í kuo te'eki ke u haohaoa, ka 'oku 'ikai ko au pē 'oku fakatupu ma'u pē e palopalemá.	'Oku fakamamahi hoku ngaahi vā fetu'utakí. 'Oku uesia hoku mahu'inga fakatāutahá pea pehē ki hoku tu'unga malu fakapa'anga mo fakaelotó.	'Oku ou fu'u ilifia 'aupito. Fēfē kapau he 'ikai ke u toe sio ki he fānaú? 'Oku 'ikai ke u 'ilo pe te u lava'í ha vete-mali.	tailiilí, faka'ofa'ia 'iate kitá, loto-tāufehi'á, loto-hoha'a	ko au, ko hoku malí, mo 'eku fānaú	Kuó u feinga mālohi 'aupito ke liliu. Na'e a'u 'o u 'alu ki he faifale'í.	manava'ofa, 'ofa, melino, falala lahi ange ki he 'Otuá

Sīpinga 3—Fōtunga 'o e Tohinoá

'E lava ke hoko 'a e tohí ko ha me'angāue mālohi ke ma'ú e mahinó mo e fakamo'uí. 'E lava ke tokoni 'aupito 'a hono hiki e tohinoá 'i he fa'a lotu kimu'a pe hili 'a e vakai'i fakatāutahá. 'I he'etau toe vakai'i 'etau mo'uí, 'oku tau kamata tohi fekau'aki mo e ngaahi tūkunga na'a tau 'iló mo e ongo 'oku tau ma'ú. 'Oku 'ikai ha founa tu'u pau ki he me'á ni. 'Oku tau to'o hake pē ha peni, fai ha lotu, pea kamata tohi leva. Tohi ha fa'ahinga me'a pē 'okú ke fakakaukau ki ai! 'I he'etau fakakaukau ki he'etau mo'uí 'o faka'aonga'i e tauhi ha tohinoá, 'oku tau kumi e kakai, ngaahi kautaha, tūkunga, me'a na'e hoko, pe ngaahi tefito'i mo'oni kuo tau ma'ú ai ha ngaahi ongo 'oku 'ikai leleí. 'Oku tau tohi fekau'aki mo e founa 'oku uesia ai 'etau ngaahi ongo fakaelotó, pea 'oku tau feinga ke mahino e ngaahi vaivai 'i hotau 'ulungāngá mo e ngaahi mālohinga te tau lotu ke fakatupulakí. 'Oku tau lotua foki ke 'ilo'i pe ko hai 'oku fiema'u ke tau fakamolemole'i pea mo e tokotaha 'oku fiema'u ke tau fakalelei mo iá. Ko ha sīpinga 'eni 'e ni'ihi 'o e ngaahi tohi 'i he tohinoá:

- Kuó u fakakaukau kimuí ni mai ki he'eku ngaahi a'usia 'i he'eku kei si'í. 'Oku ou manatu'i e ki'i tamasi'i ko iá—'oku 'ikai ke u lava 'o manatu'i hono hingoá—ka na'á ne tupu lahi ange 'iate au, pea na'á ne fu'u angakovi. Na'á ne ui ma'ú pē au ko ha pēpē pea mo ha ngaahi hingoa ne toe kovi ange. Na'e pau ke u lele ki 'api mei he akó he vave taha te u lavá 'i he 'aho kotoa pē. 'Oku ou fifili pe ko e taimi ia na'e kamata ai ke u ongo'i 'oku 'ikai ha'aku ngaahi kaungāme'a pea he 'ikai ke u lava 'o fakakaungāme'á. 'Oku ou fehi'a 'i he'eku hola mei he ngaahi palopalemá. 'Oku ou fehi'a ke u ilifia, ka 'oku 'ikai totonu ia he 'oku tupu lahi mo angakovi ange ha kakai 'e ni'ihi. 'Oku ou feinga ma'ú pē ke u anga fakakaume'a. Mahalo 'oku ou faka'ofa'ia pē 'iate au. 'Oku 'ikai mahino kiate au e 'uhinga 'oku 'ikai angalelei mai ai e kakai kiate aú. Ko ha tokotaha angalelei au.
- Na'á ku ki'i sino 'i he'eku kei si'í. 'Oku ou kei fu'u sino pē, ka 'oku faingata'a kiate au ke ta'ofi 'eku kai ha me'a 'oku ou sai'ia ai. Na'a mo e taimi na'á ku 'i he Palaimelí aí, na'e 'ikai ke u lava 'o 'alu mo ha fakaneifua ki 'api ke vahevahe mo hoku fāmilí. Na'á ne 'ai ke u ongo'i hangē 'oku ou tōnounou. Kuó u mā ma'ú pē 'i he'eku kai mo 'eku fu'u sinó. 'E lava ha kakai 'e ni'ihi 'o kai ha me'a pē 'oku nau fiema'u, pea 'oku 'ikai uesia ai honau sinó. 'Oku ou 'ita 'aupito ai!
- 'Oku 'i ai ha'aku palopalema 'i he holi fakasekisuale. 'Oku 'ikai ko ha'aku fo'ui 'eku faingata'a'ia aí. Na'á ku 'ilo ki he ngāue fakatonga 'i he fakakata 'aki he tamaikí 'i he akó. 'I he'eku fehu'i ki he'eku fa'éé fekau'aki mo iá, na'á ne hoha'a peá ne talamai ke 'oua na'á ku teitei fai ia pea 'oua na'á ku toe talanoa ki ai. Kae fēfē 'a e taimi na'e 'initaviu ai au 'e he pīsope kimui ange Na'e totonu nai ke u talaange kiate iá?
- Na'á ku ongo'i mā 'aupito he me'a na'e hoko 'i hoku 'api 'i he vā 'eku ongomātu'á pea ko e me'a pē na'á ne 'ai ke u ongo'i fiemālie ange ko e ifi. Na'á ku ma'ú ha fanga fo'i sikaleti pea na'á ne 'ai ke u ongo'i fiemālie ange, ko ha ongo fakafiefia na'e tokoni 'i he ongo fakamamahi ne u ma'ú. Na'e 'i ai pē ha'aku mo'ui fakapulipuli 'i he taimi ne u 'ā hake ai he po'ulí pea 'ikai ke u lava 'o mohé. Na'á ku fakakaukau te u lava 'o ta'ofi ia 'i ha fa'ahinga taimi pē, ka na'e 'ikai ke u lava. Pea na'e 'osi leva e sikaleti na'á ku ma'ú, pea na'e pau ke u kaiha'a ke ma'ú e pa'anga ke toe kumi 'aki ha me'a lahi ange. Na'á ku kaiha'a ha ngaahi me'a mei he feitu'u na'á ku ngāue aí. Na'á ku manavasi'i 'aupito na'a ma'ú au 'e ha taha 'i hoku fāmilí pe toe kovi ange, ko e kau polisí. Na'á ku fehi'a he ta'efaitotonú, ka na'á ku fiema'u e taimi ifi toko taha ko iá—ko ha me'a pē ma'aku. Mahalo na'á ku faka'ofa'ia pē 'iate au.
- Na'e hoko ha manatu kovi 'e taha 'i he taimi na'á ku 'i he 'univēsiti aí. Na'á ku lotu ke u hangē ko hoku kaungā lokí, ka na'e lahi e ngaahi paati ne fakaafe'i au ki aí. 'Oku ou manatu'i e pō

ne faifai peá u 'alu ai ki ha paati na'e lahi ai 'a e kava mālohí. "Ko e hā ka tuku aí?" Ko 'eku fakakaukaú ia. Na'á ku loto ke u tatau mo e toengá. Na'á ku loto ke u ki'i fiefia tu'o taha pē. 'Oku 'ikai ke u manatu'i e me'a na'e hokó, ka 'i he'eku ake haké, na'á ku mohe mo ha taha na'e 'ikai ke u loko 'ilo'i. Na'e 'alu ia mei he kovi ki he kovi 'aupitó. Ko e hā e 'uhinga 'oku 'ikai ke 'ai pē mo hoko ha ki'i lelei kiate aú? 'Oku 'ikai teitei hoko ha me'a lelei kiate au.

- Ne hangē ko e ngata'anga ia 'o e māmaní 'i he'eku ma'u e ongoongo ko ia na'e mate hoku tuofefiné. Na'á ne luelue pē 'i he halá pea tui'i ia 'e ha me'alele. Na'e loto-mamahi hoku fāmilí, pea 'ita fakahāhā ha ní'ihī 'o laka ange 'i ha toe taimi kimu'a. Na'e fu'u 'ita 'aupito hono husepānití 'o 'ikai ai ke ne toe fakangofua 'ena fānaú ke nau toe lea mai kiate kimautolu. 'Okú ne pehē 'oku fakatupu 'e hoku fāmilí 'a e palopalema 'i he'enu mo'uí.
- Hangē 'oku hoko atu 'e he'eku fānaú 'a e tukufakaholo fakafāmilí. Na'e mali hoku 'ofefiné mo ha taha na'e 'ikai ke ne lava'i ha me'a. Na'e 'ikai ke na teitei ma'u ha pa'anga fe'unga, pea ko hono mo'oní, na'e 'ikai foki ke u kei lava 'o tokoni'i kināua. Ko e hā e 'uhinga 'oku 'ikai ke ne 'alu ai 'o kumi ha'ane ngāue pea nofo ma'u aí? 'Oku ou 'ita 'aupito. 'Oku ou fie hoko ko ha mātu'a lelei ki hoku 'ofefiné, ka 'oku fakatupu 'e he ngaahi palopalema fakapa'angá ha ngaahi palopalema 'i homa vaá. 'Oku ou faka'amu ke u lava pē 'o tali hono husepānití, ka 'oku 'ikai pē ke u lava 'e au. Fakamolemole atu.

- 'Oku totonu ke hoko 'a e Sāpaté ko ha 'aho lelei ma'á e fāmilí, ko ia? Na'e 'ikai ke u teitei fakakaukau 'e hoko 'eni. Na'e talamai 'e hoku malí kiate au 'anepō 'oku fiema'u ke ma māvahevahe, hangē ha'ama māvaé. 'A e hā? 'Oku 'ikai ke u tui ki ai. 'Io, ko e mo'oni 'oku 'ikai ke u haohaoa, ka 'oku 'ikai ha taha 'e haohaoa. 'E 'Otua, ko e hā e me'a te u faí?
- Na'á ku talanoa ki he'eku taha faifakahinohinó fekau'aki mo e fakakaukau ke vakai'i fakatautaha 'eku mo'uí. Na'e fakamahino'i mai 'e he'eku faifakahinohinó ha sippinga 'o e ngaahi ongo 'oku ou ma'ú pea na'e 'i ai ha ngaahi me'a na'e fiema'u ke u talanoa ki ai mo 'eku pīsope. 'I he'eku toe lau 'eku tohinoá 'i he ngaahi uike si'i kuohilí, 'oku ou sio ai 'oku ou fakahehema ke u faka'ofa'ia pē 'iate au. 'Io kuo hoko ha ngaahi me'a kovi kiate au, ka 'oku kamata ke u sio ko e taimi 'oku ou tafoki ai ki he 'Eikí, te Ne lava 'o to'o ha kongá 'o hoku mamahí. 'Oku 'ikai fiema'u ia ke u kei hokohoko atu 'i he me'a 'okú ne ma'unimā aú. 'Oku 'ikai ke u ma'u e mālohi ke ta'ofi, ka 'oku ma'u 'e he 'Eikí 'a e mālohi ko iá.
- 'Oku kamata ke 'uhingamālie ange kiate au he taimí ni 'a e folofolá mo e ngaahi lea 'a e kau palōfitá. 'Oku ou sio ki he founga 'oku nau kaunga ai ki he'eku mo'uí. 'Oku ou fakatokanga'i lahi ange 'a e ngaahi vaivai 'i hoku 'ulungāngá na'e 'ikai ke u fa'a sio ki aí. 'Oku ou fifili he taimi 'e ní'ihī pe 'oku faka'au ke kovi ange ia koe'uhí ko 'eku 'ilo lelei ange ki aí. 'Oku ou 'ilo'i 'oku fiema'u ke u hokohoko atu 'i he ngaahi sitepu hono hokó kae lava ke u fakaakeake mo'oni.

Ko Hono 'Ilo'i mo Talitali Lelei e Hū Fo'ou

Ko e hū fo'ou ko ha taha ia 'oku fo'ou ki he ngaahi fakataha fakaakeaké. Ko ha taha ia 'oku fa'a kamakamata 'ene liliú, ko ha taha 'oku foki mai hili ha'ane toe fai e tō'onga ma'unimaá, pe ko ha kaungāme'a pe mēmipa 'o e fāmilí 'a ha taha 'oku fefa'uhi mo e ma'unimaá. 'E lava ha taha pē 'oku 'ikai ke tau 'ilo'i 'o hoko ko ha taha hū fo'ou, pea koe'uhí 'oku fa'a mahu'inga e ngaahi fuofua fakataha 'oku kau ki ai e kau hū fo'ou, 'oku mātu'aki mahu'inga ia ke feinga ke ongo'i 'e he ni'ihi ko 'ení 'oku nau fiamālie mo talitali lelei kinautolu.

'Oku fa'a veiveiua mo manavasi'i 'a e kau hū fo'ou. Manatu'i 'oku fiema'u ha loto-lahi ki he ni'ihi fakafo'ituitui ke nau fakahā 'oku nau fakahoko e ngaahi tō'onga fakatupu maumaú, 'oku 'ikai lava 'o mapule'i 'enau mo'uí, pea 'oku nau fiema'u tokoni. 'Oku fiema'u foki ha loto-lahi ki he ngaahi kaungāme'a pe kau mēmipa 'o e fāmilí ke talanoa ki he ngaahi nunu'a 'o e ma'unimaá 'i he mo'ui 'o honau ngaahi 'ofa'angá pea mo 'enau mo'uí. Ko 'etau taumu'a ke tokoni'i e kau hū fo'ou ke nau fie foki mai.

'Oku 'i ai hotau fatongia ke fokotu'u ha 'atakai 'oku talitali lelei mo tali lelei kimu'a, lolotonga, pea mo e hili 'a e fakataha takitaha. Falala 'e tatakí 'e he Laumālié e kau hū fo'ou 'i he ngāue ki he liliú. Manatu'i 'oku fa'a ongo'i lōmekina 'a e kau hū fo'ou, ko ia, ke ke 'ofa mo angamalū 'i ho'o founḡa. Ko e 'ofá, poupou, mo e fakalotolahí ko ha ngaahi 'elemēniti mahu'inga ia 'o e

Kuo tau ma'u ha fakahinohino mei he Siasí ko e ngaahi fakataha fakaakeaké ma'anautolu 'oku ta'u 18 mo motu'a angé. Kapau 'oku si'i hifo 'a e tokotahá 'i he ta'u 18, poupou'i ke talanoa ki he'ene mātu'á, pīsopé, mo e toketā mo'ui lelei faka'atamai pe fakaesinó ki ha ngaahi founḡa kehe 'e lava ke tokoni. Kapau 'oku nau fiema'u ha fakamatala fakaikiiki ange, poupou'i ke nau fetu'utaki ki he pule fakalotofonua 'i he Tafa'aki Tokoni ki he

Fāmilí. 'I ho'o fakahā pē ke nau 'ilo'i e laó, kapau te nau kei kau mai pē, 'oua 'e toe fakamanatu ange e laó pea 'oua 'e fai ha me'a ke fakamālohia e laó.

'E ala tokoni e ngaahi fokotu'u ko 'ení 'i ho'o tokoni ki he kau hū fo'ou kimu'a pea mo e hili e ngaahi fakatahá:

1. 'I ho'o fakalea ki ha taha 'oku 'ikai ke ke 'iló, fakafe'iloaki ange koe mo 'eke ange pe kuó ne 'osi kau ki ha fakataha fakaakeake kimu'a.
2. Fakapapau'i ange ki he kau hū fo'ou 'oku nau 'i ha faitu'u malu. Fakamatala'i ange 'oku tau muimui ki he tefito'i mo'oni 'o e 'ikai fakahāhāholó pea 'oku fiema'u ke nau faka'aonga'i pē honau hingoa 'uluakí. 'Ai foki ke nau 'ilo'i kapau 'oku 'ikai ke nau fiamālie he laukonga pe vahevahe 'i he ngaahi fakatahá, te nau lava pē 'o fanongo.
3. Tuku ke vahevahe 'e he kau hū fo'ou 'a e me'a pē 'oku nau fie vahevahé. Fakatokanga'i 'oku nau fa'a ongo'i ta'efiamālie 'i hono fakamatala'i e 'uhinga 'oku nau kau ai ki he ngaahi fakatahá.
4. Fokotu'u ange ki he kau hū fo'ou ke nau fakafanongo ki he ngaahi me'a 'oku nau faitatau ai mo e ni'ihi kehe 'oku kaú. 'E ongo'i lahi ange 'e he kau hū fo'ou ke nau foki ki he ngaahi fakatahá 'i he'enau lava 'o fakafelāve'i kiate kinautolu 'oku vahevahé. Fakamatala'i ange koe'uhí 'oku 'atā 'etau ngaahi fakatahá ki he ni'ihi fakafo'ituitui 'oku fefa'uhi mo ha tō'onga faka'auha kehekehé, he 'ikai ma'u ma'u pē 'e he kau mēmipa 'o e kulupú 'a e ngaahi a'usia tatau ka te nau fa'a a'usia ha ngaahi ongo tatau, 'o hangē ko kinautolu 'oku uesia 'enau mo'ui 'e he ngaahi fili pe tō'onga 'a e ni'ihi kehé. Fakaafe'i 'a e kau hū fo'ou ke nau nofo pē 'i he 'osi e fakatahá 'o kapau 'oku 'i ai ha'anau ngaahi fehu'i.

5. Falala 'e faka'au ke mahino ki he kau hū fo'ou e polokalamá 'o 'ikai fanongo ki he tafa'aki kotoa pē. Faka'ali'ali ki he kau hū fo'ou 'a e *Fakamo'ui fakafou 'i he Fakamo'ui: Ko e Fakahinohino Sitepu 'e 12 ki he Polokalama Fakaakeake mei he Ma'unimaá* pe ko e *Support Guide: Help for Spouses and Family of Those in Recovery* pea pou pou' i ke nau faka'aonga 'i e ngaahi ma'u'anga tokoni ko 'eni ('oku ma'u 'i he Gospel Library 'i he konga "Addiction" 'i he Life Help). Fakamatala 'i ange ki he kau hū fo'ou 'i fakafanongo ki he Laumalié, kau ki he ngaahi fakatahá, mo hono ako e fakahinohinó, te nau lava 'o ma'u ha mahino lelei ange mo faka'aonga 'i e ngaahi tefito 'i mo'oni mo e ngaahi founga 'oku iku ki he liliú.
6. Fakafe'iloaki e kau hū fo'ou ki he tokotaha tokoní. 'Oku manatu 'i 'e he kau tokoní 'a e ongo 'o e ha'u ki he fuofua fakatahá. 'Oku nau hoko ko ha fa'ifa'itaki'anga kiate kinautolu 'oku kaú pea te nau lava 'o fakamo'oni fakataautaha ki he founga kuo 'omi ai 'e he polokalamá 'a e liliu ki he'enu mo'uí.
7. Kapau 'oku 'i ai ha palopalema fekau'aki mo hono vahevahe 'e he kau hū fo'ou 'enu ngaahi a'usiá, tali anga'ofa 'i he lahi taha te ke lavá. Ko e lahi taha 'o e ngaahi palopalemá mo e ngaahi fehu'í 'oku alea 'i lelei ange ia 'i he hili 'a e fakatahá kae 'ikai ko e lolotonga e fakatahá. 'I he fakalau 'a e taimí, 'e mahino ki he tokotaha hū fo'ou 'a e tu'unga 'o e fakatahá.
8. Vahevahe mo e kau hū fo'ou 'a ia ko e kau mēmipa 'o e fāmilí pe ngaahi 'ofa'anga 'o kinautolu 'oku faingata'a'ia 'i he faka'aonga 'i e ponokalafí pe me'a fakatupu 'auhá 'oku 'i ai ha ngaahi fakataha fepou pou'aki fakakulupu ma'a e hoa malí mo e fāmilí.
9. Hili 'a e fakatahá, fakamālō fakataautaha ki he ni'ihí fo'ou 'i he'enu ha'ú.
10. Manatu 'i ko e kau hū fo'ou ko ha tāpuaki ia ki he kulupú. 'Oku 'omi 'e he kau hū fo'ou ha ngaahi faingamālie ke hokohoko atu 'a e fetokoni'akí, fepou pou'akí, mo e feako'akí.



SIASI 'O
SĪSŪ KALAI SĪ
'O E KAUI MĀONTONI
THE NGA'HI 'AHO KIMUI NĪ

TONGAN



19120 900