

LOTU FAKATAHA—FAKALOLOTO ANGE—Tu'apulelulu 31 Ma'asi 2023

TALATEU

'Oku fiefia 'a e Kau Tau Fakamo'ui 'o Ha'amoā ke teuteu 'a e la'ipepa lotu ko eni'. 'I Ha'amoā, 'oku fakahoko 'a e lotu fakafāmilī 'i he efiāfi kotoa pē, 'aho 'e 7 'i he uike, 'i he kolo kotoa pē. Ko e lahi taha 'o e ngaahi fāmilī 'oku nau fakataha he taimi 6 efiāfi ke fai 'enua fakafāmilī. Ko e hokohoko 'o 'enua fakafāmilī 'oku fa'a anga pehe' ni:

- **Himi/hiva:** Ko ha fo'i hiva ke kamata'aki 'a e fakafāmilī.
- **Ako ma'uloto 'a e Folofola:** 'Oku ako ma'uloto 'e he fānau 'a e ngaahi veesi folofola pea 'oku nau lau ma'uloto ia 'i he efiāfi kotoa pē.
- **Kakai lalahi:** Ko e taimi lahi ko e Tangata'eiki' te ne 'eke ha ngaahi fehu'i ki he fānau, koe'uhi ke nau toe fakaloloto ange ki he 'uhinga 'o e potu folofola.
- **Taimi lotu:** 'Oku nau lotu fakataha kātoa.
- **Faka'osi:** Ko ha fo'i hiva ke faka'osi 'aki 'a e taimi fakafāmilī.

NGĀUE FAKALAUMĀLIE Ako Ma'uloto

Ko e hoholi ia ke te to'oto'o 'a e ngaahi lea fa'u mo'ui 'a e 'Otua' mo kita 'i he feitu'u kotoa pē pea mo e taimi kotoa pē. 'Oku malava ke te fe'ao ma'u pē mo Sīsū 'i he'ete fufū 'ene Folofola 'i hoto loto'.

Ko e Ngāue ko eni' 'oku kau ai 'a e:

- Ako ma'uloto 'a e Folofola, ngaahi himi, ngaahi mau mo e ngaahi lea mahu'inga 'o ha kakai.
- Toutou lau 'a e ngaahi potu Folofola 'e ni'ihī kae'oua kuo' ke ma'uloto kinautolu.
- Ako ma'uloto 'a e ngaahi veesi Folofola 'oku hā mahino ai 'a e palani faifakamo'ui 'a e 'Otua'.
- Ako ma'uloto ha ngaahi potu folofola te nau fakalotolahi' koe 'i he taimi 'e 'ahi'ahi' ai koe.

(Ko e to'o ia mei he tohi ko e "Spiritual Disciplines Handbook: Practices that Transform Us" ko e fa'u 'a Adele Ahlberg Calhoun.)

NGAAHI FAKAKAUKAU KI HO'O FAKALAUULOTO'

- Feinga ke ke fakamanatu'i ha ngaahi folofola manako mei ho'o manatu', PE kapau 'oku fo'ou kiate koe 'a e lau Folofola, hiki'i ha fo'i veesi 'e 1 pe 2 pea ke ako ma'uloto ia 'i he uike ni: **Saame 23:1, Saame 119:11, Kolose 3:16.**
- Hiki hifo ha ngaahi potu Folofola 'oku' ke feinga ke ke ako ma'uloto 'i he fanga ki'i la'ipepa, 'o fakapipiki kinautolu 'i ha feitu'u 'i homou 'api' te ke sio ma'u pē ki ai, hangē ko e sio'ata' pe ko e 'aisi tu'u'. 'I he taimi kuo' ke ma'uloto ai 'a e ngaahi veesi ko ia, toe tākaki atu ki ai ha ngaahi veesi fo'ou.
- Fakakaukau ki ha potu Folofola pē 'e taha, 'o fai'aki ia ho'o lotu. Ko e ki'i fakatātā eni: "'Otua, 'oku ou fakamālō kiate koe koe'uhi ko hoku Tauhi Lelei koe, 'oku ke fakaai mai 'a e me'a kotoa pē 'oku ou fiema'u'" (Saame 23:1). Pe: "Sīsū 'oku ou fakamālō atu koe'uhi 'oku nofo'ia ho'o folofola' 'iate au 'i he'eku ako ma'uloto ho'o Folofola, tokoni mai ke u hoko ma'u pē ko e fakalotolahi ki he kakai kehe'" (Kolose 3:16).
- Kapau 'oku te'eki ke ke fai 'a e me'a' ni, tuku ha taimi makehe ke fai ho'omou fakafāmilī mo ho fāmilī, pe ko ha taimi lotu makehe mo ha'o ngaahi kaungāme'a, tu'o taha 'i he uike, pe toe lahi ange.
- Hiva'i fakataha mo ha ni'ihī ha fo'i himi pe hiva fakalotu 'iloa, ke faka'osi'aki ho'omou taimi lotu' pe fakafāmilī.

LOTU

'E Sīsū, lolotonga 'eku lotu he 'aho ni', fakamanatu'i mai kiate au ha ngaahi potu Folofola na'a' ku lau mo ako ki ai 'i he kuohili'. 'Eiki, 'oku ou vete atu kiate Koe, 'oku 'i ai 'a e ngaahi taimi 'oku fu'u mo'umo'ua ai hoku 'atamai', 'o ngalo ho'o Folofola ma'ongo'onga' 'iate au. Fakamolemole'i ange au. 'Oku ou fiema'u ke u 'unu'unu ke ofi kiate Koe he 'aho' ni, fakafou 'i he ngāue fakalaumālie ko ia ko e ako ma'uloto. 'Omi mu'a ha mālohi mo ha lotu-mapule'i ke u fufū ho'o folofola' 'i hoku lotu' pea ke u 'utu ai 'i hono ngaahi mālohinga' 'o a'u pē ki he ngaahi taimi 'oku 'ikai ke ofi mai ai 'eku Tohitapu' kiate au'. Kapau 'oku fo'ou kiate au ho'o Folofola, 'oku ou lotu 'o kole atu ha tokotaha ke u talanoa mo ia, ke ne fakalotolahi' au 'i he'eku fononga fakalaumālie. Fakatauanage ke mau fetokoni'aki 'o lava ke mau 'ilo' ho'o ngaahi mo'oni' 'i lotu 'i homau laumālie, 'i he tataki, fakahinohino mo e fakanonga 'o ho Laumālie Mā'oni'oni fakafo'. 'Oku mau lotu, mālō Sīsū. 'Ēmeni.