



FRESH START

**Ho Sebetsana le Mathata
a Pelo ea Hao**



Khoasolla New Start App



Fumana Leqephe le Lecha la Tšebetso ea ho Qala

Scripture taken from the New King James Version®.
Copyright © 1982 by Thomas Nelson. Used by permission. All rights reserved.

Scripture quotations taken from the (NASB®)
New American Standard Bible®, Copyright © 1960, 1971, 1977, 1995, 2020 by The Lockman
Foundation—Used by permission. All rights reserved. www.lockman.org

Scripture quotations taken from The Holy Bible, New International Version®, NIV®.
Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc. Used with permission of Zondervan.
All rights reserved worldwide. www.zondervan.com



FRESH START

HO SEBETSANA LE MATHATA A PELO EA HAO

Mokhoa oa ho u thusa ho rarolla mathata
ya kgopiso, bohloko le tahlehelo

**"Ka holim'a tsohle, lebela pelo ea hao, hobane ke eona seliba sa
bophelo." Proverbs 4:23 ^(NIV84)**

Haeba pelo ea hao e ne e le eona feela seliba (mohloli oa seno) oo ba bang ba neng ba ka noa ho oona, ba ne ba tla "phela hantle" hakae?

Ke potso e tebileng, na ha ho joalo? Empa, ke pelo ea mang e so kang ea angoa ke motho kapa ntho e itseng? Le haeba seliba sa hau se "silafalitsoe" ke ho se tsoarele kapa ho hlona, u ntse u ka ba le "qalo e ncha" bakeng sa pelo ea hau!

Ke thapelo ea rona hore ha u ntse u sebetsana le litaba tsa pelo ea hau ka ho ngola likarabo tsa hau lipotsong tse maqepheng a latelang, hore u lokolohe bophelong ba hau ba nako e fetileng, eseng feela ho phela, empa u atlehe hona joale, 'me u lebelle bokamoso bo tletseng tšepo!

Hape, ka kopo ela hloko The Ultimate Fresh Start leqepheng la 20. Bakeng sa ts'ebetso ea hau e lebisang tokolohong ea 'nete, le mokhoa oa bophelo o tsoaretsoeng le o tsoarelang, ho tla hloka hore u be le Qalo e Ncha ea ho Qetela pele ho Karolo ea 5-TŠOARELO. Ho seng joalo, u ke ke ua khona ho fana ka seo u sa kang ua se fumana.

Hopola, HA E KILE E FETILENG FELA!

Forgiven, forgiving and free,
Pastor Steve and Mindy Peterson
Founders of Fresh Start for All Nations

Karolo Ea 1: T'SITO /BOHLOKO/ TAHLEHELO

Ke mang kapa eng e sekheong sa hao?

Sekheo ke phapang lipakeng tsa moralo oa Molimo ka likamano le tseo motho a kopaneng le tsona bophelong hae.

KE MANG EA U SITETSOENG, KAPA KE ENG E U UTLUISITSENG BOHLOKO? KAPA U LAHLEHETSOE KE ENG/KE MANG?

“Û ntekole, Jehova,u batlisise ho nna! U leke letheka la ka le pelo ea ka!...” Pesaleme 26:2 ^(NIV)

Qala ka ho fumana maemo a t'sito, bohloko kapa tahlehelo bophelong ba hau.

(a) Thathamisa ka ho khetheha lit'sito, bohloko, le motho (batho) ba entseng liketso tseo. Ke mang kapa eng e sekheong sa hau:

- Batho ba o khesitseng ka tsela tse itseng, hape joang
- Batho kapa boemo moo e bang o ile oa hatelloa kapa oa hlekefetsoa
- Qabang e kenyelletsang lelapa, metsoalle, mosebetsi, kereke kapa batho ba bang
- Tlhalano kapa karohano lenyalong
- Tse ling tse sieo lethathamong le ka holimo

(b) Bonts'a tahlehelo eo u kileng oa kopana le eona bophelong

- tahlehelo ea mosebetsi
- bophelo bo khoehlang
- tahlehelo likamanong ka lebaka la ho se utloane, karohano, tthalano kapa lefu
- ho soahlamana hoa litoro/litebello tsa Bophelo kapa bokamoso ba hau, tse amang lenyalo, bana, bokamoso
- tse ling

(c) Ho tsoa likarabong tsa hau tse ka holimo, khetha motho/tahlehelo e le ngoe eo u tla sebetsana le eona.

Ngola lethathamo la lit'sito, bohloko tahlehelo tse amangoang le motho/tahlehelo

Karolo 2: KAMEHO

Ke eng se ka pelong ea hau?

U AMEHILE JOANG?

“Molimo, u ntlhohlotse, u bone pelo ea ka” Pesaleme 139:23 ^(NIV)

**Ka ho khetholoha, e kaba t'sito, bohloko kapa tahlehelo
ee e o amme ka tsela e joang?**

(a) O bile le mehopolo efe?

**(b) U ile oa ba le menahano e joang mabapi le motho ea
amehang (mohlala ha ho hlokahala)?**

(c) U bile le maikutlo a joang?

Lethathamo le ka tlaase la mantsoe ke ho u thusa ho fumana hore na nakong e fetileng, le hona joale, maikutlo a amanang ka kotloloho le t'sito, bohloko kapa tahlehelo eo u bileng le eona a joang.

Etsa selikalikoe tse u amang haholo:

Ho lahloa	Bothoto	Ho se natsehe	Ho tswa taolong
Ho koata	Hlakoloa	Ho se natsehe	Ho hloka matla
Ho ferekana	Ho hloleha	Ho nyenyefala	Khalefo
Ho phoqa	Ho nona	Ho hloka boitshepo	Ho khesoa
Ho koata	Letsoalo	Mona	Ho nytseha
Ho hapeha maikutlo	Ho se Phuthulohe	Ho ahloloa	Ho hlomoha
Ho rohakeha	Ho ba molato	Bolutu	Ho soaba
Khatello ea maikutlo	Lehloeo	Ho hloleha	Ho tsieleha
Litshila	Ho seballoa	Ho qhekelloa	Setthoto
Ho tsieleha	Ho hloka tshepo	Ho hloka Boleng	Ho tiiseletsa

U sebelisa mantsoe a t'soailoeng ka holimo, ngola hore na ka ho khetholoha t'sito, bohloko kapa tahleho ena e o amme joang.

Karolo Ea 3: KARABO

U ile oa etsa geto efe?

**U ILE OA ARABA KA HO KHETHOLOHA T'SITO,
BOHLOKO KAPA TAHLEHELO EO JOANG?**

“U nteke, u tsebe mehopolo ea ka, u talime hoba a tsela ea bokhopo e tengho nna, mme u ntsamaisa tseleng e isang bophelong bo sa feleng.”
Pesaleme 139:24 ^(NIV)

**(a) U ile ua bua eng, ua nahana eng ho arabela t'sitso,
bohloko kapa tahlehelo ee?**

U ka kenyeletsa lintho tseo ileng oa li bua kapa ua li nahana ka motho ea amehang, uena, Molimo kapa boemo.

(b) U ile oa etsa eng ho arabela t'sito, bohloko kapa tahlehelo?

(c) U ile oa entse qeto efe?

Kenyeletsa kahlolo le boikano/boitlamo bo u bo entseng mabapi le moetsi oa t'sito, uena, Molimo le tahlehelo ho latela ketsahalo e etsahaletseng.

Karolo Ea 4: TS'OLLA PELO EA HAU

Sheba Holimo!

T'SOLLELA PELO EA HAU HO MOLIMO.

“Lona, sechaba, le itshepise ka oona kamehla, le tshollele lipelo tsa lona pelá oona! Molimo ke set'sabelo sa rona.” Pesaleme 62:8 ^(NIV)

“Ke bitsa ho Jehova ka lentsoe la ka, ke rapela Jehova ka lentsoe la ka la thapelisiso. Ke t'sela molumaelo oa ka pelá hae, ke mo beela tsieleho ea ka.” Pesaleme 142:1-2 ^(NIV)

(a) Tsollela Molimo pelo ea hao. Ngola ka tlaase sekheong hore hantle o ikutloa joang.

Molimo, ke ikutloa...

(b) Hlalosetsa Molimo litakatso tsa hau tse sa arabehang.

Molimo, ha kea khotsofala kapa ke koatile, kapa ke ne ke lakalitse hore ho etsahale (ho se etsahale)...

(c) Bolella Molimo takatso ea hau ea hona joale.

Morena, takatso ea ka ke...

(d) Khetha ho leboha Molimo.

“..lebohang maamong ohle, hobane ke thato ya Modimo ho lona ho Krete Jesu.” 1 Thessalonians 5:18 ^(NIV)

“...le ntse le leboha Modimo Ntate ka baka la tsohle, ka lebitso la Morena wa rona Jesu Krete.” Ephesians 5:20 ^(NIV)

“Hlabela Molimo sehlabelo sa teboho, 'me u phethe boitlamo ba hao ho Ea Holimo-limo; o mpitse ka letsatsi la matshwenyeho; Ke tla u pholosa, 'me u tla ntlhompha Ya hlabang sehlabelo sa teboho o a ntlotlisa; + Ho ea lokisetsang tsela ea hae hantle ke tla bontša poloko ea Molimo.” Psalm 50:14-15, 23 ^(NASB)

“Ke tla u etsetsa sehlabelo sa teboho, 'me ke bitse lebitso la Jehova.” Psalm 116:17 ^(NIV)

“Hobane molaetsa oa sefapano ke booatla ho ba timelang, empa ho rona ba bolokehang ke matla a Molimo.” 1 Corinthians 1:18 ^(NIV)

“Rea tseba hore Molimo o sebelisana hammoho molemong oa ba ratang Molimo, e leng ba bitsitsoeng ho ea ka morero oa hae. Bakeng sa bao A ba tsebileng pele, O boetse O ba reretse esale pele hore ba tšoane le setšoantšo sa Mora oa Hae...” Romans 8:28-29 ^(NASB)

Ngola, u joetse Molimo hore o mo fa sehlabelo sa teboho ka boemo le ketsahalo, le hore o ikemselitse ho ikokobetsa ka hohle ka moo Eena a batlang ho sebelisa seo bophelong ba hau bakeng sa morero oa HAE, molemomg oa hau, le ho halaletsa Eena.

Morena, ke khetha ho o nehela sehlabelo sa teboho bakeng sa...

Karolo Ea 5: TS'OARELO

Hlakolo ea molato!

TS'OARELA EA U SITETSOENG KAPA EA U UTLOISITSENG BOHLOKO.

Set'soant'so sa mohlanka ea sa t'soareleng

“Eaba hona Petrose a mo atamelang, a re: ngoane'so ha ntse a nts'itelo, ke tla mo t'soarella ha kae na? E tla ba ha supa na? Jesu a re ho eena: Ke re ho uena: E se ke ea e-ba ha supa, e mpe e be ha mashome a supileng a baloang ha supa. Ka baka leo, 'muso oa maholimo o ts'oana le morena ea ratileng ho hlahloba bahlanka ba hae. E itse ha a qala ho bala, ha tlisoa ho eena e mong ea nang le molato oa litalenta tse likete tse leshome; 'me ka hobane a hlokile seo a ka lefang ka sona, morena a laela a re, ho rekisoe ka eena, le mosali oa hae, le ka bana, le ka tsohle tseo a nang le tsona, molato o tle o phethoe joalo. Empa mohlanka eo a khumama pelá morena oa hae, a mo rapela, a re: Morena, a ko nthekolohele, 'me ke tla u lefela hohle. Morena oa mohlanka eo a mo utloela bohloko, a mo lesa, a mo leballa molato.’

monga mohlanka eo a mo hauhela, HLAKOLA MOLATO mme a mo lokolla.

Ēmpa mohlanka eo, ha a tswela kantle, a teana le molekane oa hae oa bohlinka, ea nang le molato le eena oa lidenare tse lekholo; eaba oa mo ts'ara, a mo khama, a mo kharameleisa teronkong, hore a be a lefe molato. Balekane ba bohlinka, ha ba bona ho entsoeng, ba soaba haholo, 'me ba ea bolella morena tsohle tse etsahetseng. Eaba morena oa hae oa mo laetsa, a re hoe eena: Mohlanka ea lonya, ke ne ke o leseletse molato oohle oa hao, ka hobane o no nthapetse. A na e ne se ts'oanelo ea hao le uena ho hauhela molekane oa hau le uena ua bohlinka joalo ka ha le uena ke ne ke u hauhetse na? Morena oa hae a ba bohale, 'me a mo neela bahlokotsi, ho re a be a lefe molato oohle oa hae. Le tla etsoa joalo ke Ntate oa maholimo, ha e mong le e mong oa lona a sa ts'oarele ngoanäbo litlolo tsa hae ka pelo ea hae eohle.”

Matthew 18:21-35 ^(NIV)

(a) Nka boikarabelo bakeng sa sebe se tsoang likarabong tsa hau. Ngola boipolelo bah au ba ho se t'soarele ho Mlimo, ha mmoho le le semelo kapa likrabotse sa nepahalang.

“Haeba re bolela libe tsa rōna, oa tšepahala le ho loka ho re tšoarela libe tsa rōna le ho re hlatswa bokgopo bohle.” 1 John 1:9 ^(NKJV)

Morena, ke kopa o nt'soarele ketso ea sebe le semelo...

Morena, ke kopa o nt'soarele likahlolo le likano tsa ka...

(b) Etsa khetho ea ho ts'oarela motho ea o sitetsoeng kapa ea u utloisitseng bohloko.

Ngolla Molimo thapelo o hlalose qeto ea hao ea ho tsoa'rela. Kenyeletsa u hlakise ka ho khetholoha bohloko kapa lit'sito tse etsahetseng hore na li ile tsa o ama joang nakong e fetileng, li u amme joang nakong ea joale hape li ka ama joang bokamosong ba hau.

Morena, ke khetha ho tšoarela...

(c) Phatlalatsa ho Morena:

“Ke hlakola molato! Molemong oa ka, ha ba nkolote letho!”

Karolo Ea 6:TOKOLOHO

Lesa Molimo a nke taolo!

TLOHELLELA LIT'SITO, BOHLOKO KAPA TAHLEHELO HO JEHOVA!

"Jarisa Jehova phahlo tsa hao, 'me o tla u t'sehetsa; a ke ke a lumela hore ea lokileng a 'ne a sisinnngoe. Hobane uena, Molimo, u tla ba lihela tlaase-tlaase sehokong; batho bao ba mali, ba tletseng mano, ba ke ke ba phela ho fihlela lehare la matsatsi a bona. Empa 'na ke behile t'sepo ea ka ho uena." Pesaleme 55:22-23 ^(NIV)

"Khomarelanang hammoho ka pelo e le 'ngwe; le se ke la lakatsa tse phahameng, le mpe le ipapise le tse nyenyane. Le se ke la ipona bohloke. Le se ke la busetsa bobele ka bobele, le ha ekaba ho mamg le mang. Batlang tse leng ntle mahlom a batho bohle. Ha ho ka etswa, mme ha e le ka lona, le lule ka khotso le batho bohle. Baratuo, le se ke la iphetetsa e le lona, le mpe le etsetse bohale sebaka; hobane ho ngoliloe ho thoe: Phetsetso ke ea ka; ke 'na ea tlang ho busetsa, ho rialo Morena. Ka baka leo, eo e leng sera ho uena, e ka re ha a lapile, u mo fepe; ha a nyoriloe, u mo nose; hobane ha u ntse u etsa joalo, e tla ba u 'mokella mashala a mollo hloohong. U se ke ua hloloa ke bobele, u mpe u hlole bobele ka botle." Baroma 12:16-21 ^(NIV)

"...e ne e re ha a rohakoa, o na sa rohake; ha a na utloisoa bohloko, o na sa bope; empa o na ts'epa ea ahlolang ka ho loka;" 1Petrose 2:23 ^(NASB)

(a) Nehelana ka motho/boemo ho Molimo.

Ngola, ka mokhoa oa thapelo eo, seo o se nehelang ho Molimo.

(b) Hlohonolofatsa o bo rapelle motho ea ileng a o fosetsa kapa a u hlokofatsa.

“Jesu are, Ntate, ba tswarele, hobane ha ba tsebe seo ba se etsang...”
Luka 23:24 ^(NIV)

“Empa 'na, ke re ho lona: Ratang bao e leng lira ho lona, le hlohonofatse ba le rohakang; ba le hloileng le ba etse hantle, le rapelle ba le tsohelang matla le ba le hlorisang....” Matheu 5:44 ^(NKJV)

Morena, ke khetha ho hlohonofatsa le ho rapella...

(c) Itlhalose ka thapelo seo e leng takatso ea ho nka khato ea ho phela ka nnete eo Molimo a o bontsitseng eona boithutong bona.

“Re liha ka tsona merero le liphahamo tsohle tse phahamelang ho loants’a tsebo ea Molimo, ’me re hapa mehopolo eohle, e tle e utloe Krete.” 2 Bakorinthe 10:5 ^(NASB)

“Hape le se ke la ipapisa le lefatshe lena, le mpe le fetohle ka nchafalo ea keello, le tle le lemohe ho ratoang ke Moimo, hore na ke ho fe, ho molemo, ho khahlehang, ho phethehileng.” Romans 12:2 ^(NASB)

“U amohele mantswe a molomo oa ka, u khahlisoe ke ho nahana ha pelo ea ka, uena, Jehova, lefika la ka le monamoleli oa ka!”
Pesaleme ea 19:14 ^(NIV)

Morena, nthuse ke hapele mehopolo ea ka ho ikokobeletsa Uena. Ho tloha nakong ena ho ea pele, ke ikhethela ho nchafala kelellong ho ea ka Lentsoe la Hau.

LINTLHA

U KA TS'OARELOA

Ho TS'OARELOA ke MOLIMO ke taba ea ho FETOHA ha pelo – Ho khutla ho “na pele” e be “Jesu Pele.”

Tšoarello ke mpho ea Molimo ho uena, ho hlakola molato oa sebe sa hao - e seng hobane u se u se u se fumane, empa ka lebaka la lerato le mohau oa hae. Empa pelo ea Molimo ha se feela ho u tšoarella - ke ho u khutlisa le ho tliša pholiso le bottle sebakeng se seng le se seng sa bophelo ba hau. 'Me tsosoloso eo e qala ka ntho ea bohlokoa: **Pako.**

“Empa ha le sa bake, le tla timela joalo kaofela.” Luke 1:3 ^(NIV)

Pako e mabapi le phetoho e felletseng ea pelo - ho furalla takatso ea ho etsa Thato ea HAO ho ea ho takatso ea ho etsa thato ea HAE, ho tloha bophelong ba “na pele” ho ea bophelong ba “Jesu pele”.

Phetoho ena hangata e tšoauroa ka masoabi. Empa ho na le phapang e khōlō pakeng tsa ho ikutloa u soabile ka lebaka la liphello tse bohloko tsa khetho ea hao le kholiseho mabapi le liqeto ka botsona. Bangoli ba Lengolo ba bitsa ea pele “masoabi a lefatše”, a isang masisa-pelong a mangata le ho ikoahlaea. Ea bobeli ke “masoabi a bomolimo,” a lebisang pakong—ho bula monyako oa tšoarello le tokoloho ea sebele.

“Masoabi a bomolimo a tliša pako e isang polokong, e sa sieeng masoabi; empa ho swaba ha lefatše ho tliša lefu.” 2 Corinthians 7:10 ^(NIV)

Motho o TS'OARELOA joang

- **Ipolele** maikutlo a “na pele” a busitseng bophelo ba hao – boikhohomoso, lehloeo, poulelo, ho se tšoarele, taolo...ho lumela hore lintho tsena ke sebe, eseng mekhoha e mebe feela kapa liphoso, empa ho fetohela Molimo.
- **Bakang**, mme le sokolohe dibeng tsena. Kōpa Molimo hore a u tšoarele bakeng sa e 'ngoe le e 'ngoe eo u e buileng ka monahano, lentsoe, kapa liketso bophelong ba hao, 'me u mo lebohe ka ho romela Mora oa hae, Jesu, ho tla shoela libe tsa hao kaofela.
- **Nehela** bophelo ba hao ho Jesu e le Morena. Mo bolelle hore u inehela matleng a hae a phahameng ka ho fetisisa le bolaoli, le hore u itokiselitse hore A ka etsa liphetho leha e le life tseo a batlang ho li etsa bophelong ba hao.

“Haeba re bolela libe tsa rōna, oa tšepahala 'me o lokile hore a re tšoarele libe le ho re hlatswa bokgopo bohle.” 1 John 1:9 ^(NKJV)

“Ekare ha u bolela ka molomo ua hau hobane Jesu ke Morena, 'me u lumela ka pelong ea hau hobane Molimo o motsositse bafung, u tla bolokeha. Hobane motho o lumela ka pelo, hore a beoe ea lokileng, mme a bolela ka molomo, hore a bolokehe.”

Baroma 10:9-10 ^(NIV)

Joale, u ka TS'OARELA...joalo ka ha le uena u TS'OARETSE!

“Le rekolohelane, le hauhelane, joalo ka ha Molimo le oona u le ts'oaretse ka Jesu Krete.” Baefese 4:32 ^(NIV)



For more on The Ultimate Fresh Start go to
www.TheUltimateFreshStart.org



FRESH START

Sesotho - Version 021626

PO Box 540373 Omaha, NE 68154 USA
(855) 968-4448

www.freshstartforallnations.org