1. **Vai ua faamamāina (Esoto 15:22-27)**
   * Afai e faatasi le Atua ma i tatou, e mafai faapefea ona tupu o se mea leaga i a’i tatou? E foliga mai o le filosofia lea a tagata Isaraelu ina ua uma ona sopoia atu le Sami Ulaula.
   * Sa latou faitio ina ua maua le vai ae le mafai ona latou inu ai, “Se a se mea a matou inu ai?” (Esoto 15:24). E mafai e le Atua ona faamamaina le vai ao lei taunuu atu i latou, ae na Ia faatali mo se taimi fetaui lelei.
   * Sa Ia fetalai atu foi ia Mose ia fesoasoani i le faatinoina o le vavega, ona fetalai atu lea ia lafoina se laau ia magalo a’i le vai (Esoto 15:25).
   * E finagalo le Atua ia tatou nofouta i Lona afio ai, e faatali i Ana poloaiga, ma ia galulue faatasi ma Ia.
   * Pe afai e faataunuuina e Isaraelu mana’oga o le Atua, ia usita’ia tulafono na tuuina atu e le Atua i a’i latou, ona mafai lea ona latou mautinoa o le a puipuia i latou mai le leaga (Esoto 15:26).
2. **O le areto mai le lagi (Esoto 16:1-36)**
   * O le mananao e aai i aano o manu na mafua ai ona muimui Isaraelu ia Mose ma Arona (Esoto 16:2-3). Ae o le mea moni lava, o lo latou muimui, sa faasaga tonu atu lava lea i le Atua lava ia (Esoto 16:8). O le a so latou faafitauli?
     + Ua galo i a’i latou le taimi ua tuanai
     + Sa taula’i la latou vaai i faigata o loo i ai i le taimi nei
     + Ua galo i a’i latou folafolaga mo lo latou lumanai
   * Ina ua uma ona tuuina atu o salu e aai ai, ona saunia lea e le Atua o areto e lava ma totoe e fafagaina a’i i latou i aso uma… mo le 40 tausaga! (Esoto 16:35)
   * **O lenei areto e mai le lagi o se faavavega moni lava:** 
     + Pe a oso ae le la ona liusuāvai lea (Esoto 16:21)
     + E tutusa lava le aofaiga na pa’u mo aso e lima (Esoto 16:16)
     + I lona aso ono ia ao mai ai ta’ilua (Esoto 16:22)
     + I le aso Toonai e leai se mea e pa’u mai ai (Esoto 16:26
     + Mai le tasi aso i le isi aso, ua faatumulia ai i anufe (Esoto 16:20)
     + Mai le aso Faraile i le aso Toonai e lei faaleagaina (Esoto 16:23-24)
3. **O le Papa o Horepa (Esoto 17:1-7)**
   * “Ua i a’i tatou ea IEOVA, pe leai?” (Esoto 17:7). E lei avatua ea e le Atua i a’i latou areto mai le lagi i aso uma? Pe le’i mafai ea ona latou vaaia le toulu mai ao o le lagi?
   * O le lē talitonu na faaalia e Isaraelu e ofoofogia lava. Ae na lapata’ina i tatou e Paulo ia ‘alo’ese ne’i o tatou pa’uū atu i lea faataitaiga e tasi o le lē talitonu (Eperu 3:12).
   * E ui i lo latou lē talitonu, ae na vaeluaina e Iesu lava ia le papa ma faaauau pea ona saunia o vai mo i latou a’o faimalaga. O Ia lava o le “papa faale-agaga sa mulimuli atu ia tei latou” (1Korinito 10:4). O lena papa foi o Keriso lea.
   * Mo i latou e faapea foi i a’i tatou, o Keriso o le Puna ia o le ola ma Le Na te aumaia le ola e faavavau.
4. **O lima na sisii (Esoto 17:8-16)**
   * A’o latou agai atu pea i luma i le toafa, sa osofa’ia ai e sa Amalekā o Isaraelu, ma ua talosaga atu ai Mose ia Iosua ina ia puipuia i latou a’o o atu o ia, o Arona, ma Huro i luga o le tumutumu o le mauga ma le “tootoo o le Atua i lo’u lima” (Esoto 17:8-10).
   * Aisea na osofa’ia ai e sa Amaleka? Sa latou faalogo i mea na faia e le Atua i Aikupito. Ae, e lei fefefe i latou e pei o isi tagata Kanana. O lea sa latou tauemu ai i le Atua ma latou tetee atu ia te Ia i le osofa’ia lea o Ona tagata, ina ia faamaonia ai e sili atu lo latou malolosi nai lo Ia (Esoto 17:16).
   * O le umi lava o le taimi e sii ai e Mose le tootoo o le Atua, e manumalo ai foi Isaraelu. Ae pe a vaivai ona lima, ona faatoilaloina ai lea o Isaraelu (Esoto 17:11).
   * Ua oo i le taimi e faasoa atu ai le faatinoina o le avega i isi ta’ita’i. O Arona ma Huro sa tutū malosi e lagolagoina Mose ma fesoasoani ia te ia ‘ia manuia le galuega a le Atua, ma ia faapea ona faatoilaloina le fili (Esoto 17:12).

**E**  **O se fautuaga lelei (Esoto 18:1-27)**

* + I le vaai atu i le faailoga na fetalai mai ai le Atua ia Mose, na o atu ai Ietero faatasi ma Sepora ma ona atalii, e feiloai ma ia i Horepa (Esoto 3:12; 18:1-5).
  + O Ietero, sa tapuai atu i le Atua, e ui lava e le’o ia o se Isaraelu. O le mea lea, ina ua maua e Mose le ripoti i le mea na tupu i Aikupito, sa ia vivii atu ai i le Atua ma ofoina atu taulaga ia te Ia (Esoto 18:8-12).
  + I le aso na sosoo ai, ina ua ia vaava’ai atu i le faamasinoina toatasi e Mose o le nuu atoa, ona ia tuuina atu ai lea ia te ia o se fautuaga atamai: ia tofia nisi e matata’u i le Atua e faasoa atu i ai ou tiute tauave (Esoto 18:17-23).
  + Na talia ma le lotomaulalo e Mose le afioga a le Atua i lenei fautuaga. O lea, na ia fausa’ia ai lea fautuaga mai le tamā o lana avā ma filifili ai loa ni tagata e mafai ona latou tauaveina ia tiute tauave
  + **O ni amioga e tatau ai (Esoto 18:21):**
    - E Matata’u i le Atua
    - E Faamaoni
    - E Ino’ino i le manumanu

**F O le areto ma le vai o le ola: o Iesu lava lea**

* + O loo ta’u mai e Paulo i a’i tatou, o tala o le o ese mai (Esoto) na tusia mo le faatonutonuina o’i tatou, o lona uiga, o loo i ai ni a’oa’oga faale-agaga mo o tatou olaga (1Korinito 10:1-11).
  + O nei tala o loo lapata’ina ai i tatou e uiga i le matape’ape’a; o le ifo i tupua; o le faita’aga; ma le tautala e uiga i nisi tagata.
  + E le gata i lea, o tala o le vai mai le papa ma le areto mai le lagi, o loo faasino faapitoa lava lea e Iesu ia te Ia lava.
  + O Ia lea o Le o loo aumaia le vai o le ola, o le faatusa lea o le Agaga Paia (Ioane 4:14; 7:37-39). Ua na’o Ia lava e toatasi e mafai ona faamalieina lo tatou galala i totonu mo se filemu, olioli, ma le fiafia moni.
  + Na fetalai Iesu, o Ia o le areto moni na afio ifo mai le lagi. O lea areto o Lona lava lea tino (Ioane 6:51). O Lona tino lea, na tu’imomomoina i luga o le satauro, e aumaia ai le faaolataga i tagata uma o le a “aai” ai—o lona uiga, ia talia o Ia o se Faaola ma ia i ai se fesoota’iga ma Ia i aso uma e le aunoa. Ua na’o Keriso e mafai ona faamalieina o tatou agaga galala ma le fia-aai