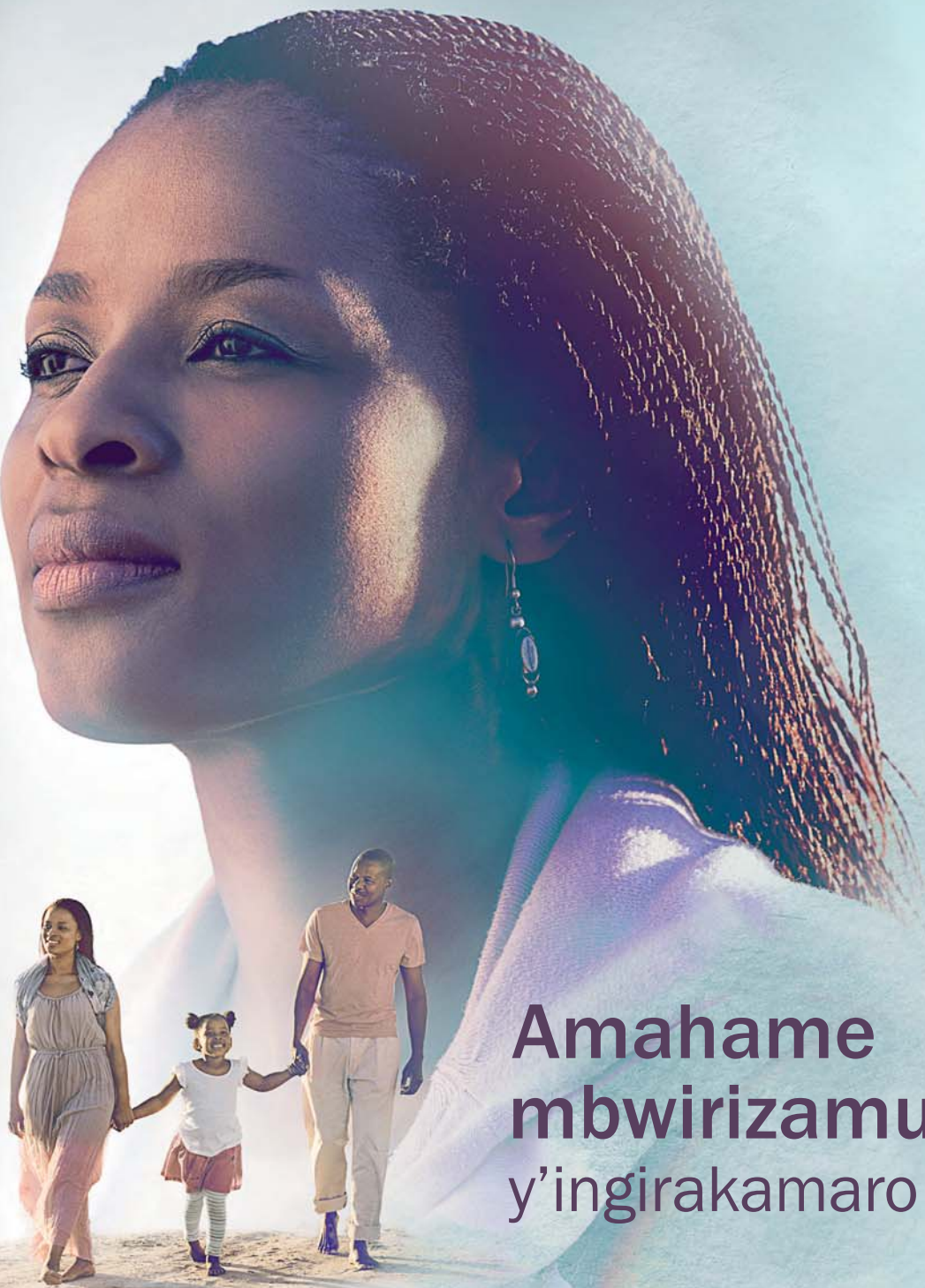


# Nimukanguke!

UGUSHYINGO 2013



**Amahame  
mbwirizamuco  
y'ingirakamaro**

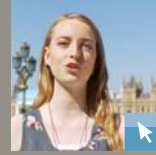


## Amahame mbwirizamuco y'ingirakamaro

IPAJI YA 6-9

- 3 HIRYA NO HINO KU ISI
- 4 INAMA ZIGENEWE UMURYANGO  
**Kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina**
- 10 IKIGANIRO  
**Umuhanga mu gucuranga piyano asobanura imyizerere ye**
- 12 UBUZIMA  
**Uko wahangana n'ibibazo bijyana no gucura**
- 14 ICYO BIBILIYA IBIVUGAHO  
**Ishyingiranwa**
- 16 AMAGAMBO Y'UBWENGE  
**Ese 'uhora mu birori'?**

## URUBYIRUKO



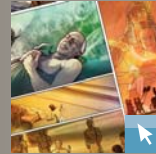
Reba ibisubizo bishingiye kuri Bibiliya by'ibibazo urubyiruko rwibaza. Urugero:

- “Ese mpangayikishwa n'isura yanjye?”
- “Nahangana nte n'ikibazo cy'uburwayi?”
- “Kuki nikebagura?”

Nanone reba videwo ifite umutwe uvuga ngo “Icyo bagenzi bawe bavuga ku birebana no kurazika ibintu.”

(Reba ahanditse ngo INYIGISHO ZA BIBILIYA > URUBYIRUKO)

## ABANA



Soma inkuru zo muri Bibiliya zishushanyije. Ifashishe amapaji ariho iyo myitoto kugira ngo ufashe abana bawe kongera ubumenyi bwabo ku birebana n'abantu bavugwa muri Bibiliya, hamwe n'amahame mbwirizamuco.

(Reba ahanditse ngo INYIGISHO ZA BIBILIYA > ABANA)



## ISI

Ubushakashatsi bwakozwe ku madini yo ku isi, bwagaragaje ko abantu batagira idini bagera kuri 1.100.000.000. Abo bantu si ko byanze bikunze batemera Imana. Ni aba gatatu mu bwinshi nyuma y'Abakristo bagera kuri 2.200.000.000 n'Abisilamu bagera kuri 1.600.000.000. Abahindu baza ku mwanya wa kane, bakaba bafite abayoboke bagera kuri 1.000.000.000.

## U BUDAGE

Mu mwaka wa 2012, rumwe mu nki-ko nkuru zo mu Budage rwemeje ko nta muntu ushobora gusezera mu idini ryemewe na leta, ngo akomeze kwitwako ari umuyoboke waryo. Hari Abagatolika basezera mu idini ryabo, bityo bagasonerwa amaturo, ariko bagakomeza kwifatanya mu bikorwa bimwe na bimwe by'idini. Abo kiliziya ishobora kubahagarikira isakaramentu ry'ukarisitiya n'irya penetensiya, ikabaka inshingano zimwe na zimwe zo mu rwego rw'idini, hakaba nubwo yanze kubasomera misa igihe hari uwapfuye cyangwa agapfusha.



## U BUTALIYANI

Mu bushakashatsi bwakozwe, Abataliyani bavuze ko bakina n'abana babo nibura iminota 15 ku munsi. Hari iki-nyamakuru cyavuze ko "umubyeyi umwe kuri batanu ari we wagaragaje ko gukina n'umwana ari uburyo bwo kumwigisha" (*La Repubblica*). Umuhanga mu byo guhanga imikino y'abana witwaga Andrea Angiolino, yavuze ko iyo ababyeyi bakina n'abana babo, abo bana bibongerera ubushobozi bwo gutekereza, kandi bikabatoza "gukurikiza amategeko."

Tax form: ollo/E+/Getty Images; police: Photo by Jose Luis Quintana/LatinContent/Getty Images



## U BUYAPANI

Abahanga muri siyansi b'Abayapani bagaragaje ko "gushimira umuntu bikangura igice cye cy'ubwonko gituma yumva ko ibyo akora bifite akamaro." Ibyo bituma "yumva yishimye." Ubwo bushakashatsi bwashimangiyeye igitekerezo cy'uko gushimira umuntu ari uburyo bwiza bwo kumufasha kunonosora ibyo akora.



## BOLIVIYA

Mu mpera z'umwaka wa 2012, muri icyo gihugu habaye ibarura rusange ry'abaturage. Kugira ngo imibare yari kuzasohoka muri iryo barura ibe ihuje n'ukuri, abaturage basabwe kuguma mu ngo zabo ku munsi w'ibarura. Nanone impaka yarafunzwe, imodoka z'abantu ku giti cyabo zibuzwa kugenda, kandi abantu babuzwa kunywa inzoga.





# Kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina



## AHO IKIBAZO KIRI

Tuvuge ko umaze kumenya ko kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina byogeye mu rubyiruko. Ushobora kwibaza uti 'ese aho umwana wanjye ntiyaba abikora?'

Ushobora kumva wifuzza kubiganiraho n'umwana wawe, ariko ukibaza uti 'ndaheha he?' Mbere yo gusubiza icyo kibazo, banza usuzume ibikubiyemo mu kohererezanya ubwo butumwa buvuga iby'ibitsina hamwe n'impamvu bikwiriye kuguhangayikisha.\*

\* Ubwo butumwa bwohereza hakoreshejwe telefoni, kandi bukaba bukubiyemo ubutumwa bwanditse, amafoto cyangwa videwo bivugaga iby'ibitsina mu buryo bweruye. Niba wifuzza ibindi bisobanuro, jya kuri [jw.org/rw](http://jw.org/rw) usome ingingo ivuga ngo "Ibibazo urubyiruko rwibaza—Namenya iki ku birebana no kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina?" —Reba ahanditse ngo INYIGISHO ZA BIBILIYA > URUBYIRUKO.



## IKIBITERA

- Hari urubiruko rwohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina mu buryo bweruye, mu rwego rwo **kwiganirira gusa** n'abo bakunda.
- Hari nubwo umukobwa yohereza umuhungu ifoto ye yambaye mu buryo bubyutsa irari ry'ibitsina, bitewe n'uko umuhungu **ahora ayimusaba**.
- Hari igihe umuhungu yohereza abandi ifoto y'umukobwa bafitanye ubucuti wambaye mu buryo bubyutsa irari ry'ibitsina, agira ngo **bihere ijisho** cyangwa agamije **kumwihimuraho** mu gihe bamaze gushwana.

Uko impamvu ibitera yaba iri kose, umwana w'ingimbi cyangwa umwangavu utunze telefoni igendanwa ashobora guhura n'ibibazo byinshi. Hari igitabo cyagize kiti "koherereza ubutumwa byonyine, bishobora guhindura burundu ubuzima bw'abantu."—*CyberSafe*.

Abantu benshi bibagirwa ko iyo bamaze koherereza ifoto bakoresheje interineti, biba birangiye. Ntibashobora kumenya uko izakoreshwa. Hari ikinyamakuru cyasohotsemo raporo y'ibiro bishinzwe iperereza muri Amerika, yavuze ko hari umwana w'umukobwa w'imyaka 18 "wiyahuye, bitewe n'ifoto yifotoje yambaye ubusa akayohereza umusore w'incuti ye, uwo musore na we akayohereza abasore babarirwa mu magana bo ku kigo yigaho. Hari abandi banyeshuri bavugwaho ko bamubujije amahwemo, bakomeza koherereza abandi iyo foto."

Ubutumwa buvuga iby'ibitsina bushobora no gutuma abantu baregwa mu nkiko. Urugero, mu duce tumwe na tumwe, hari abana batarageza ku myaka y'ubukure bagiyeho boherereza abandi bana bari mu kigero kimwe amafoto abyutsa irari ry'ibitsina. Abo bana bagiyeho bashinjwaga icyaha cyo gukwirakwiza porunogariya y'abana, bituma banashyirwa ku rutonde rw'abantu bonona abana. Kubera ko uri umubyeyi, nawe ushobora gukurikiranwa mu gihe waba uri mu biyandikishije kuri numero za telefoni umwana wawe akoresha, cyangwa ukaba nta cyo wakoze ngo ubuze umwana wawe kohererezanya n'abandi ubutumwa buvuga iby'ibitsina.



## ICYO WAKORA

**Mushyirireho amategeko asobanutse neza.** Nubwo utagenzura ikintu cyose umwana wawe akoresha telefoni, *byaba byiza* umusobanuriye neza amategeko washyizeho n'ingaruka zishobora kumugeraho mu gihe ayarenzeho. Nanone ujye uzirikana ko ufite uburenganzira bwo kugenzura ibibera kuri telefoni y'umwana wawe bitewe n'uko uri umubyeyi we.—*Ihame rya Bibiliya: Abefeso 6:1.*

**Mufashe kubitekerezaho.** Ushobora nko kuvuga uti 'kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina bivugwa kwinshi. Wowe ubyumva ute? Ubona ari nk'ayahe mafoto adakwiriye?' Ushobora gukomeza ugira uti "mu bihugu bimwe na bimwe, kohererezanya ifoto y'umwana wambaye ubusa ni icyaha gihanwa n'amategeko. Ese wowe wumva ibyo byagombye kuba icyaha? Kuki bidashoboka ko umuntu yohererezanya n'abandi ubutumwa nk'ubwo ngo akomeze

## Jya utekereza ku ngaruka zo kohererezanya n'abantu ubutumwa buvuga iby'ibitsina

kuba indakemwa?" Jya umutega amatwi witonze wumve uko abona ibintu, kandi umufashe gutekereza ku ngaruka bishobora kumugiraho.—*Ihame rya Bibiliya: Abaheburayo 5:14.*

**Mufashe gutekereza ku bintu bishobora kubaho.** Ushobora kubwira umukobwa wawe uti "tuvuge ko umukobwa abuzwa amahwemo n'umusore w'incuti ye, amusaba kujya amwoherereza ubutumwa buvuga iby'ibitsina? Uwo mukobwa yagombye gukora iki? Ese yakora ibyo uwo musore yifuza kugira ngo ubucuti bwabo budahagarara? Ese yakwanga gukora ibyo amusabye, ariko ubucuti bugakomeza? Yahagarika burundu ubucuti bari bafitanye se? Urumva se yagombye kugisha inama umuntu mukuru?" Jya ufasha umukobwa wawe kubitekerezaho. Birumvikana ariko ko ushobora no gukoresha ubwo buryo ku mwana wawe w'umuhungu.—*Ihame rya Bibiliya: Abagalatiya 6:7.*

**Jya umuganiriza uherye ku cyifuzo cye cyo gukora ibyiza.** Ushobora kumubaza ibibazo nk'ibi bigira bita "kuvugwa neza ubiha agaciro kangana iki? Imico wifuza kumenyekanaho ni iyihe? Wakumva umeze ute uramutse utesheje umuntu agaciro, woherereza abandi ifoto ye yambaye ubusa? None se uramutse wihagazeho ugakora ibikwiriye, wakumva umeze ute?" Jya ufasha umwana wawe 'kugira umutimanama utamucira urubanza.'—1 Petero 3:16.

**Jya umubera urugero rwiza.** Bibiliya ivuga ko ubwenge buva ku Mana bubonye kandi ko butagira uburyarya (Yakobo 3:17). Ese amahame ugenderaho agaragaza ko ufite ubwenge buva ku Mana? Hari igitabo cyagize kiti "tugomba gutanga urugero rwiza niturebe amafoto y'urukozasoni, cyangwa ngo tuye ku mbuga za interneti zigaragaza amafoto abandi babona ko adakwiriye cyangwa ko atemewe."—*CyberSafe.* ■

## IMIRONGO Y'INGENZI

"Bana, mwumvire ababyeyi banyu."—*Abefeso 6:1.*

"Abakuze mu buryo bw'umwuka, bafite ubushobozi bwo kwiyumvisha ibintu bwatojwe gutandukanya icyiza n'ikibi."—*Abaheburayo 5:14.*

'Ibyo umuntu abiba ni na byo azasarura.'—*Abagalatiya 6:7.*

## IGITEKEREZO

Niba kuganira n'umwana wawe ibirebana no koherereza ubutumwa buvuga iby'ibitsina bikubangamira cyangwa bikaba byabangamira umwana wawe, uzabigenze utya:

Uzamusabe kugira icyo avuga ku byo *abandi* bakora, noneho umubwire uti "numvise abantu bavuga byinshi ku birebana no kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina. Ese birageye?"

Hanyuma, uzamubaze icyo atekereza kuri ibyo bintu abandi bakora. Ushobora kumubaza uti "ese ubona abantu bazi ingaruka ziterwa no kohererezanya ubutumwa buvuga iby'ibitsina?"

Noneho wungurane na we ibitekerezo ku birebana n'icyo yagombye gukora. Mubwire uti "reka tuganire ku birebana n'icyo wakora, umuntu aramutse akohereje ubwo butumwa buvuga iby'ibitsina."

**INAMA:** Ushobora kuganira na we wifashishije ibyavuzwe mu makuru. Urugero, ushobora kumubwirira uti "nasomye inkuru ivuga ukuntu ifoto y'umukobwa wambaye ubusa yohererejwe abanyeshuri bose bo ku kigo yigaho. Ese koko ibyo bijya bibaho?"



## Amahame mbwirizamuco y'ingirakamaro

Christina yatoraguye ishashi y'umukara yuzuye amafaranga menshi ahwanye n'ayo yahembwa mu gihe cy'imyaka 20 yose! Yagize ngo ararota! Gusa yari azi uwayataye. Yari gukora iki? Ari nkawe wari gukora iki? Igisubizo utanze kigaragaza niba uha agaciro umuco wo kuba inyangamugayo, kandi kigaragaza niba ubihararira.

**A** mahame ni iki? Ni amabwiriza dukurikiza mu mibereho yacu, bitewe n'uko tubona ko ari meza kandi ko ari ay'ingenzi. Muri yo hakubiyemo kubabarira abandi, kuba inyanga-mugayo, umudendezo, urukundo, kwifata no kubaha ubuzima. Ubwo rero, amahame tuge-nderaho ni yo agenga imyifatire yacu, ibyo duha agaciro, imibanire yacu n'abandi hamwe n'uburere duha abana bacu. Nyamara nubwo ayo mahame ari ingirakamaro, aragenda ateshwa agaciro.

### AMAHAME MBWIRIZAMUCO NTAGIHABWA AGACIRO

Mu mwaka wa 2008, urubwiruko rubarirwa mu magana rwo muri Leta Zunze Ubumwe za Amerika rwabajijwe uko rubona amahame mbwirizamuco. Mu kinyamakuru kimwe, uwitwa David Brooks yavuze ko "ikibabaje ari uko abantu batagishishikazwa no gutekereza cyangwa kugira icyo bavuga ku mahame mbwirizamuco." Abenshi bavuze ko gufata ku ngufu no kwica ari bibi. icyakora "uretse ibyo bikorwa by'agahomamunwa, ntibajya bibaza niba ikintu iki n'iki ari cyiza cyangwa ari kibi, urugero nko gutwara imodoka wasinze, gukopera cyangwa guca inyuma uwo mwashakanye."

## Isi ikeneye “amahame igenderaho”

Hari ikinyamakuru cyavuze ko kugira ngo ikiremwamuntu gikomeze kubaho, kigomba kugira “amahame kigenderaho. Birashoboka ko ihame abantu bose bemera ko riruta ayandi ari ugukorera abandi ibyo twifuza ko badukorera” (*Counseling and Values*). Iryo hame ni irihe? Ni ihame Yesu Kristo yigishije rigira riti “ibintu byose mushaka ko abantu babagirira, ni byo namwe mugomba kubagirira.”—Matayo 7:12.

Hari umukobwa wabivuze mu yandi magamba agira ati “jye ibyo kumenya ngo iki ni cyiza cyangwa ni kibi simbitindaho.” Abenshi baravuga bati “wowe jya ukora icyo wumva ko gikwiriye, ukore icyo umutima ukubwira.” Ese iyo mitekerereze irakwiriye?

Nubwo umutima w’umuntu ufite ubushobozi bwo kugira urukundo n’impuhwe, ushobora no ‘kurusha ibindi byose gushukana, kandi ukaba mubi cyane’ (Yeremiya 17:9). Ibyo bigaragarira mu bantu b’iki gihe bataye umuco, bikaba byari byarahanuwe muri Bibiliya. Bibiliya ivuga ko “mu minsi y’imperuka . . . abantu bazaba bikunda, bakunda amafaranga, birarira, bishyira hejuru, . . . bafite ubugome, bakunda ibyiza, . . . bakunda ibinezeza aho gukunda Imana.”—2 Timoteyo 3:1-5, *Good News Translation*.

Ibyo byagombye gutuma tutemerera umutima wacu kutuyobora buhumyi. Ni na yo mpamvu Bibiliya ivuga yeruye iti “uwiringira umutima we ni umupapfa” (Imigani 28:26). Uwo murongo ugaragaza ko umutima wacu ukeneye kuyoborwa n’amahame meza kugira ngo ukore neza. Ni he twasanga ayo mahame? Abantu benshi bayashakira muri Bibiliya, kandi bishimira ubwenge bukubiyemo no kuba idaca ku ruhande.

## AMAHAME DUKWIRIYE KWIRINGIRA

Byamaze kugaragara ko amahame mbwirizamuco yo muri Bibiliya, aberanye neza neza n’abantu. Reka dusuzume amwe muri yo, urugero nko gukunda abandi, kugwa neza, kugira ubuntu no kuba inyangamugayo.

■ **Gukunda abandi.** Hari igitabo cyagize kiti “niba ukunda abandi, uzagira ibyishimo byanze bikunze” (*Engineering Happiness—A New Approach for Building a Joyful Life*). Biragaragara rwose ko dukeneye gukunda no gukundwa. Tudafite urukundo ntitwagira ibyishimo nyakuri.

**Icyo Bibiliya ibivugaho:** “Mwambare urukundo, kuko ari rwo rwanga abantu mu buryo bwuzuye” (Abakolosayi 3:14). Nanone hari umwanditsi wa Bibiliya wavuze ati ‘ntafite urukundo, nta cyo naba ndi cyo.’—1 Abakorinto 13:2.

Urwo rukundo si rumwe umuntu akunda uwo badahuje igitsina cyangwa rushingiye ku byiyumvo gusa; ahubwo rugengwa n’amahame. Ni rwa rukundo rudutera gufasha umuntu tutazi uri mu makuba, nta kindi tumwitezeho. Mu 1 Bakorinto 13:4-7 haravugaga ngo “urukundo rurihangana kandi rukagira neza. Urukundo ntirugira ishyari, ntirwirarira, ntirwiyemera, ntirwitwara mu buryo buteye isoni, ntirushaka inyungu zarwo, ntirwivumbura. Ntirubika inzika y’inabi rwagiriwe. Ntirwishimira gukiranirwa, ahubwo rwishimira ukuri. Rutwikira byose, rwizera byose, . . . rwhanganira byose.”

Iyo urukundo rubuze mu muryango, buri wese arahababarira, cyane cyane abana. Umugore witwa Monica yavuze ko akiri muto yahuye n’ibibazo by’ihohoterwa rishingiye ku byiyumvo, ku gitsina n’iryo mu buryo bw’umubiri. Yaravuze ati “abantu baranyangaga, kandi nta byiringiro nari mfite.” Igihe yari afite imyaka 15 yagiye kubana na sekuru na nyirakuru b’Abahamya ba Yehova.

Monica yagize ati “nubwo nagiraga amasonisoni, mu myaka ibiri namaranye na bo bantowe gusabana n’abandi, kubakunda, kubitaho no kwiyubaha.” Ubu Monica

yarashatse, arishimye, kandi we n’umugabo we n’abana babo batatu bagaragariza abandi ko babakunda, babagezaho ubutumwa bwo muri Bibiliya.

Ikintu cyihariye kandi giffitse gituma abantu badakunda abandi, ni ugukunda ubutunzi. Abantu bumva ko gutunga ibintu byinshi no gushaka ibinezeza, ari byo bagomba guharanira. Ariko kandi, ubushakashatsi bwagiye bugaragaza ko igitangaje ari uko abantu badakeneye amafaranga menshi kugira ngo bagire ibyishimo. Bibiliya ubwayo ishyigikira igitekerezo cy’uko abantu biruka inyuma y’ubutunzi badashobora kugira ibyishimo. Mu Mubwiriza 5:10 hagira hati “ukunda ifeza ntahaga ifeza, n’ukunda ubutunzi ntahaga inyungu. Ibyo na byo ni ubusa.” Nanone Bibiliya igira iti “imibereho yanyu ntikarangwe no gukunda amafaranga.”—Abaheburayo 13:5.

■ **Kugwa neza no kugira ubuntu.** Ikigo cy’ubushakashatsi mu bya siyansi cyo muri kaminuza ya Kaliforuniya, muri Leta Zunze Ubumwe za Amerika, cyarabajije kiti “ese ntibyarushaho kuba byiza haramutse hariho iduka ujyamo ukagura ibyishimo birambye? Nubwo ibyo bisa n’ibidashoboka, uramutse ugiye ugura buri kintu cyose ugamiye kugiha abandi, waba ubigezeho.” Ibyo bishatse kuvuga iki? Iyo dutanze ni bwo tugira ibyishimo kuruta guhabwa.

**Icyo Bibiliya ibivugaho:** “Gutanga bihesha ibyishimo kuruta guhabwa.”  
—Ibyakozwe 20:35.

Ahanini uburyo bwiza bwo gutanga, ari na bwo butuma tubona ingororano, ni ukwitanga twe ubwacu, tugatanga igihe cyacu n’imbaraga zacu. Urugero, umugore witwa Karen yabonye umubyeyi w’umugore ari kumwe n’abakobwa be babiri, bari mu modoka yapfuye. Uwo mubyeyi n’umukobwa we umwe bari bagiyeye gufata indege, ariko imodoka yabo yari yanze kwaka kandi tagisi bari bahamagaye yatinze kuza. Karen yabasabye kubajyanayo, nubwo ku kibuga hari urugendo rw’iminota 45, maze barabyemera. Agarutse yabonye wa mukobwa wasigaye akiri muri ya modoka ategereje.

## Amahame aduhesha agaciro

“Ukunda mugenzi wawe nk’uko wikunda.”—Mariko 12:31.

“Ntimukiture umuntu wese inabi yabagiriye.”—Abaroma 12:17.

“Mukomeze . . . kubabarirana rwose igihe umuntu agize icyo apfa n’undi.”  
—Abakolosayi 3:13.

‘Gukunda amafaranga ni umuzi w’ibibi by’ubwoko bwose.’  
—1 Timoteyo 6:10.

Yabwiye Karen ati “umugabo wanjye agiye kuza.”

Karen na we ati “nshimishijwe n’uko uri amahoro. Ubu ngiye gukora isuku mu busitani bwo ku Nzu y’Ubwami, aho dusengera.”

Yabajije Karen ati “none se uri Umuhamya wa Yehova?”

Karen yaramushubijye ati “ni byo,” maze ikiganirira kiba kiratangiyeye.

Nyuma y’ibyumweru bike, Karen yabonye ibaruwa. Yarimo amagambo agira ati “jye na mama ntizubagirwa ukuntu watugiriye neza. Burya watumye indege itadusiga! Mukuru wanjye yatubwiye ko burya uri Umuhamya wa Yehova; twamenye ko ari yo mpamvu watugiriye neza. Mama ni Umuhamya wa Yehova, kandi nanjye ndi we nubwo ntakibwiriza. Ariko icyo kibazo ngiye kugikemura *mu maguru mashya.*” Karen yashimishijwe cyane no kuba yarafashijwe bagenzi be bahuje ukwizera babiri. Yaravuze ati “naraturitse ndarira.”

Umwanditsi witwa Charles D. Warner, yaravuze ati “kimwe mu bintu byiza cyane . . . mu buzima, ni uko iyo ufashije abandi ubivanyeye ku mutima nawe uba wifashije.” Ibyo ni ukuri, kuko Imana yaremanye abantu ubusho-







bozi bwo kugaragaza imico yayo myiza, aho kurangwa n'ubwikunde.—Intangiriro 1:27.

■ **Kuba inyangamugayo.** Iryo hame ni ingenzi cyane ku bantu bose muri iki gihe. Ubuhe mu butuma abantu bahorana ubwoba, bakishishanya kandi imibanire yabo ikarushaho kuzamba.

**Icyo Bibiliya ibivugaho:** ‘Ni nde uzakirwa mu ihema ry’[Imana]?’ Bibiliya isubiza igira iti “ni ugendera mu nzira iboneye, . . . kandi akavuga ukuri *mu mutima we*” (Zaburi 15:1, 2). Koko rero, kuba inyangamugayo, kimwe n’indi mico twasuzumye, ni umwe mu mico iranga kamere muntu. Umuntu ntawugaragaza bitewe n’imimerere cyangwa kumva ko abisabwa gusa.

Ibuka ibyabaye kuri Christina wateraguye ishashi irimo amafaranga. Icyo yifuzaga si ukugira ubutunzi; ahubwo ni ugushimisha Imana. Ku bw’ibyo, igihe uwari wataye ayo mafaranga yagarukaga yahangayitse, yamubwiye ko amafaranga ye yari yabonetse. Uwo mugabo yatangajwe n’ukuntu Christina ari inyangamugayo. Umukoresha wa Christina na we yaratangaye cyane, ku buryo yamuzamuye mu ntera, akamuha umwana wo guhagararira

ububiko bw’ibikoresho, uwo mwanza ukaba uhabwa umuntu wiringirwa. Ibyo bigaragaza ko ibivugwa muri 1 Petero 3:10 ari ukuri. Aho hagira hati “ushaka kukunda ubuzima no kubona iminsi myiza . . . narinde iminwa ye ngo itavuga ibinyoma.”

### “UJYE UGENDERA MU NZIRA Z’ABANTU BEZA”

Amahame mbwirizamuco aboneka muri Bibiliya agaragaza urukundo rwinshi Umuremyi wacu adukunda, kuko ayo mahame adufasha ‘kugendera mu nzira z’abantu beza’ (Imigani 2:20; Yesaya 48:17, 18). Iyo dukurikije ayo mabwiriza, natwe tuba tugaragaje ko dukunda Imana, kandi biduhesha imigisha myinshi. Koko rero, Bibiliya itanga isezerano rigira riti “ugume mu nzira y’[Imana], na yo izagushyira hejuru kugira ngo uragwe isi; ababi bazarimbuka ureba.”—Zaburi 37:34.

Mbega imigisha ihebuje abantu bakurikiza amahame y’Imana bazabona! Bazabaho mu isi y’amahoro itarangwamo ibibi. Birakwiriye rwose ko dusuzuma amahame aboneka muri Bibiliya. ■



## Umuhanga mu gucuranga piyano asobanura imyizerere ye

Eldar Nebolsin wo muri Uzubekisitani ni umucuranzi wa piyano uzwi ku rwego mpuzamahanga. Yacuranze solo ari kumwe n'amatsinda y'abacuranzi atandukanye mu migi ya Londres, Moscou, St. Petersburg, New York, Paris, Roma, Sydney, Tokyo na Vienne. Eldar yakuriye mu cyahoze ari Leta Zunze Ubumwe z'Abasoviyeti, akura atemera Imana. Ariko nyuma yaho yaje kwemera ko abantu baremwe n'Umuremyi wuje urukundo. Igazeti ya *Nimukanguke!* yagiranye na we ikiganiro, imubaza ibibazo bifitanye isano n'umuzika no kwizera kwe.

### Ni iki cyatumye uba umucuranzi?

Ababyeyi banjye bombi bacuranga piyano. Batangiye kuyinyigisha mfite imyaka itanu. Nyuma yaho naje kwiga mu ishuri rikuru ry'umuzika ryo mu mugwi wa Tashkent.

### Tubwire ingorane zo gucurangira mu itsinda ry'abacuranzi.

Amatsinda y'abacuranzi aba atandukanye. Ayo matsinda aba

ameze nk'ibikoresho by'umuzika bya rutura "bicurangwa" n'ababiyobora. Urebye, kimwe mu bintu bigora umuntu ucuranga solo ni ukujyana neza n'umuyobozi w'itsinda ry'abacuranzi. Nabigereranya n'abantu babiri bafitanye ubucuti. Aho kugira ngo umwe yiharire ijamba, buri wese aba agomba guha mugenzi we umwanya. Ubusanzwe kugira ngo umuntu agere kuri icyo ntego, aba afite igihe cyo kwitoza incuro imwe cyangwa ebyiri.

### Umara igihe kingana iki witoza?

Mara nibura amasaha atatu ku munsu, kandi ubwo sinyamara nitoza gusa ibice bikomeye by'indirimo. Nanone niga imiterere y'indirimo ndimo nitoza, ariko ntacyi curanga. Ikindi nkora ni ukumva izindi ndirimbo zahimbwe n'umuhanzi wahimbye indirimbo ndimo nitoza. Ibyo bituma ndushaho kuyisobanukirwa.

### None se ubuhanga bw'umuntu ucuranga piyano bugaragarira he?

Bugaragarira mu bushobozi afite bwo gucuranga piyano. Ibyo rero bisobanura iki? Ubundi, piyano ni nk'ingoma. Iyo ucuranze inota runaka, ubunini bw'ijwi bugenda bugabanuka. Si kimwe n'ibindi bikoresheho bahuhamo cyangwa amajwi y'abantu, kuko byo amajwi yabyo ashobora kugenda umujyo umwe,

# Bibiliya ni nk'umuzika unogeye amatwi, urimo ubutumwa bugenewe abantu bose, wacuranzwe n'umuhanzi w'umuhanga

cyangwa ubunini bwayo bukiyongera. Ubwo rero umucuranzi wa piyano aba arwana no kugira ngo ijwi ry'inota runaka ritagabanuka. Kugira ngo abigereho, akoresha intoki n'ubujana abigiranye ubuhanga ari na ko akandagira ku cyuma cya piyano. Ibyo bituma ijwi rimara igihe kirekire kurushaho kandi ubwiza bwaryo bukagenda buhindagurika. Iyo umucuranzi wa piyano amaze kugira ubwo buhanga, aba ashobora gucuranga piyano ku buryo wagira ngo ni umwirongi, ikondera cyangwa yacuranga ukagira ngo ni itsinda ry'abacuranzi. Nanone ashobora kuyicuranga ku buryo wagira ngo ni ijwi ry'umuntu, dore ko ari ryo ryiza cyane kuruta andi yose.

## **Yewe, biragaragara ko ukunda umuzika cyane.**

Jye mfata umuzika nk'ururimi rugaragaza kandi rukumvikanisha ibiyumvo bigoye cyangwa bitanashobora gusobanurwa mu magambo.

## **None se ni iki cyatumye ushishikazwa n'iby'Imana?**

Iwacu hahoraga huzuye ibitabo data yavanaga i Moscou. Igatabo cyanshishikaje cyane ni ikirimo inkuru za Bibiliya zivuga iby'amateka y'abantu n'ibyabaye ku Bisirayeli. Ikindi gitabo nabonye ni icyitwa *Ushobora Kubaho Iteka ku Isi Iza-hinduka Paradizo*, cyanditswe n'Abahamya ba Yehova.\* Nashimishi-

\* Ubu Abahamya ba Yehova bakoresha igitabo cy'imfashanyigisho ya Bibiliya cyitwa *Ni iki mu by'ukuri Bibiliya yigisha?* Ushobora kugisanga ku rubuga rwa [www.jw.org/rw](http://www.jw.org/rw).

jwe cyane n'ukuntu gisobanura neza inyigisho zo muri Bibiliya. Igihe nimukiraga muri Espanya mu wa 1991 ngiye kwiga umuzika, najyanye icyo gitabo kandi ngisoma incuro nyinshi. Icyo gihe nagize ukwizera kudashingiye ku byiyumvo gusa, ahubwo gushingiye no ku bimenyetso bifatika kandi byumvikana.

Inyigisho yo muri Bibiliya yanshishikaje cyane, ni isezerano ryo muri Bibiliya ry'uko abantu bazaba ku isi iteka ryose. Numvaga ibyo bishyize mu gaciro rwose. Ikindi nababwira ni uko nari ntarahura n'Abahamya ba Yehova. Ariko icyo gihe niyemeje ko ninongera guhura na bo, nza-basaba kunyigisha Bibiliya.

## **None se wahuye n'Abahamya ute?**

Nyuma y'iminsi mike niyemeje kubashaka, nahuye n'abagore babiri, buri wese afite Bibiliya mu ntoki. Naratekereje nti "aba bantu bameze nk'abo nasomye mu gitabo! Barimo barabwiriza nk'uko Abakristo bo mu bihe bya Bibiliya babwirizaga." Nyuma y'igihe gito, natangiye kwiga Bibiliya mbifashijwemo n'Umuhamya. Muri iki gihe, nshimishwa cyane no gufasha abandi kumenya Umuremyi wacu.

## **None se ko utemeraga Imana, ni iki cyakwemeje ko hariho Umuremyi?**

Umuzika ni wo wabimfashijemo. Abantu hafi ya bose bakunda umuzika, kandi inyamaswa zo ntizi-

shobora kugeza kuri urwo rwego. Mu muzika umuntu agaragarizamo ibyishimo, icyizere, ubwuzu n'ibindi byiyumvo hafi ya byose. Ubusanzwe iyo twumvise umuzika, dutangira kunyeganyega tukajyanirana na wo. Ariko se umuzika ni kamara kugira ngo umuntu ako-meze kubaho? Ese ugira uruhare mu gufasha ibinyabuzima bifite imbaraga gukomeza kubaho, naho ibifite intege nke bigapfa, nk'uko abashyigikira inyigisho y'ubwihindurize babyigisha? Ntekereza ko ibyo atari ukuri. Jye uko mbibona, nti-byaba bihuje n'ubwenge kuvuga ko ubwonko bw'umuntu bufite ubushobozi bwo guhimba indirimbo no kuzishimira, urugero nk'iza Mozart na Beethoven, bwabayeho biturutse ku bwihindurize. Ahubwo ibisobanuro byumvikana ni ibivuga ko ubwonko bwacu bwaremwe n'Umuremyi ufite ubwenge kandi wuje urukundo.

## **Ni iki cyatumye wemera ko Bibiliya yakomotse ku Mana?**

Bibiliya yanditswe n'abantu bagera kuri 40. Igizwe n'ibitabo bito 66, byanditswe mu gihe cy'imyaka 1.600. Naribajije nti "ni nde waba yarandikishije icyo gitabo cyandikanywe ubuhanga kandi ibivugwamo bikaba bihuza?" Birumvikana ko nta wundi wabikora uretse Imana. Numva ko Bibiliya ari nk'umuzika unogeye amatwi, urimo ubutumwa bugenewe abantu bose, wacuranzwe n'umuhanzi w'umuhanga. ■

# Uko wahangana n'ibibazo bijyana no gucura



*“Nagiraga ntya nkumva mfite agahinda nta mpamvu ifatika ibiteye. Narariraga bika-gera nubwo nibaza niba ngiye gufatwa n’ibisazi.”—Rondro,\* ufite imyaka 50.*

*“Hari igihe ubyuka mu gitondo ugasanga mu nzu ni akajagari, washaka ikintu ntukibone. Ibyo wari umaze imyaka n’imyaka ukora bitakugoye, birahinduka bikakubera umutwaro, ukibaza impamvu ikakuyobera.”—Hanta, w’imyaka 55.*

\* Amazina yarahinduwe.

**A**BA bagore nta cyo bari barwaye. Ahubwo bari mu gihe cyo gucura, ni ukuvuga cya gihe ubuzima bw’umugore butangira guhinduka, maze ubushobozi bwe bwo kororoka bugahagarara. None se niba uri umugore, waba uri hafi gucura? Ese uri muri icyo gihe? Uko waba uri kose, wowe n’incuti zawe nimubisobanukirwa, bizagufasha kuba witeguye guhangana n’ibibazo bijyana no gucura, igihe uzaba ugeze muri icyo gihe.

## Igihe cyo gucura

Icyo gihe gikubiyemo igihe kibanziriza icyo gucura nyirizina, kigakomeza kugeza ku gihe umugore aba amaze gucura.\* Icyakora, ubusanze ijamba gucura ryumvikanisha ibiba muri ibyo bihe byombi.

Abagore benshi batangira gucura bageze

\* Abaganga bavuga ko umugore yacuze, iyo amaze amezi 12 atajya mu mihango.

mu myaka 40, uretse ko hari n’ababatangira bageze mu myaka 60. Incuro nyinshi imihango igenda ishira buhoro buhoro. Umugore ashobora kumara amezi runaka atabona imihango, akajya ava amaraso make make, cyangwa akava cyane, bitewe n’uko umubiri we uba uvubura imisemburo mu buryo budasanzwe. Hari abagore bagira batya bakabura imihango burundu mu buryo butunguranye.

Hari igitabo cyavuze kiti “ibiba ku bagore bageze mu gihe cyo gucura biba bitandukanye.” Cyongeyeho kiti “ariko ikintu abagore bageze muri icyo kigero bakunze guhuriraho ni ukugira icyokere, gishobora gukurikirwa n’imbeho nyinshi” (*Menopause Guidebook*). Ibyo bimenyetso bishobora gutuma umugore adasinzira neza kandi agacika intege. None se ibyo bimara igihe kingana iki? Cya gitabo cyagiye kiti “hari abagore banyuzamo bakagira icyokere mu gihe cy’umwaka cyangwa ibiri, muri



icyo gihe cyo gucura. Abandi bamara imyaka myinshi, uretse ko hari n'abandi bamara gucura, bagakomeza kujya bagira icyokere, kandi ibyo bikababaho ubuzima bwabo bwose.”\*

Nanone umugore ashobora kurwara indwara yo kwiheba cyangwa akagira ibiyumvo bihindagurika, bitewe n'ihindagurika ry'imisemburo. Ibyo bishobora gutuma akunda kurira, ubushobozi bwe bwo kwerekeza ibitekerezo hamwe bukagabanuka kandi agakunda kwibagirwa. Ariko nubwo bimeze bityo, icyo gitabo kigira kiti “ntibikunze kubaho ko umugore yahura n'ibyo bibazo byose icyarimwe.” Hari abahura n'ibibazo bike muri ibyo, cyangwa ntibahure na byo rwose.—*The Menopause Book*.

### Uko wahangana n'icyo kibazo

Umugore ugeze mu gihe cyo gucura aramutse agize ibintu bimwe na bimwe byoroheje ahindura, bishobora kugabanya bimwe mu bibazo bijyana no gucura. Urugero, abagore banywa itabi baramutse bariretse bishobora gutuma icyokere kigabanuka. Nanone abagore benshi iyo bagize ibyo bahindura mu mirire yabo bibagirira akamaro. Urugero, bashobora kugabanya cyangwa bakareka burundu inzoga, ibinyobwa birimo kafeyine, ibyokurya birimo ibirungo byinshi cyangwa isukari, kuko bishobora kongera icyokere. Birumvikana ariko ko kurya neza na byo ari iby'ingenzi. Ibyo byumvikaniye ko bagomba kurya indyo yuzuye kandi bagahinduranya.

Gukora siporo na byo bishobora kugabanya ibibazo bijyana no gucura. Urugero, bishobora kugabanya ibibazo byo kubura ibitotsi, bikagabanya umushiha, bigatuma amagufwa akomera, kandi bigatuma umugore arushaho kugira amagara mazima.#

\* Hari uburwayi bumwe na bumwe, urugero nk'indwara ya tiroide, izindi ndwara ndetse n'imiti imwe n'imwe biteza icyokere. Ku bw'ibyo, mbere yo kwemeza ko icyo cyokere giterwa no gucura, byaba byiza usuzumye ibyo bintu byose.

# Kugira ngo abaganga bafashe abarwayi guhangana n'ibibazo bahura na byo mu gihe cyo gucura, bashobora kubaha imiti itandukanye, urugero nk'imisemburo imwe n'imwe, inyunganiramirire n'imiti irwanya indwara yo kwiheba. Igazeti ya *Nimukanguke!* ntiyamamaza uburyo ubwo ari bwo bwose bwo kwivuzza cyangwa imiti runaka.

### Jya ubwira abandi uko umerewe

Uwitwa Rondro twigeze kuvuga, yaravuze ati “nta mpamvu yo kubabara wenyine. Iyo ubiganiriyeho n'incuti zawe, ntizihangayika cyane iyo zibonye ibikubaho.” Ibyo bishobora kuzifasha kukwihanganira no kukumva. Mu 1 Abakorinto 13:4 hagira hati “urukundo rurihangana kandi rukagira neza.”

Abagore benshi harimo n'abababazwa n'uko batagishobora kubyara, bafashijwe n'isengeho. Bibiliya igira iti “[Imana] iduhumuriza mu makuba yacu yose” (2 Abakorinto 1:4). Nanone kumenya ko icyo gihe cyo gucura kimara igihe gito, birahumuriza. Iyo abagore bamaze gucura, ariko bagakomeza kwita ku buzima bwabo, bongera kugira imbaraga kandi bakamara indi myaka myinshi bafite ubuzima bwiza. ■





# ISHYINGIRANWA

## Ese gushyingiranwa ni ukwibanira gusa?

*“Icyo Imana yateranyirije hamwe ntihakagire umuntu ugitandukanya.”*

—Matayo 19:6.

**ICYO BIBILIYA IBIVUGAHO.** Imana ibona ko gushyingiranwa birenze kwibanira gusa. Ishyingiranwa ni iryera. Bibiliya igira iti “kuva mu ntangiriro y’irema, ‘Imana yabaremeye ari umugabo n’umugore. Ni cyo gituma umugabo azasiga se na nyina, maze bombi bakaba umubiri umwe.’ . . . Ku bw’ibyo rero, *icyo Imana yateranyirije hamwe* ntihakagire umuntu ugitandukanya.”\*—Mariko 10:6-9; Intangiriro 2:24.

Amagambo ngo “icyo Imana yateranyirije hamwe” ntashatse kuvuga ko Imana ari yo ihuza umugabo n’umugore. Ahubwo ayo magambo yo muri Bibiliya yumvikanisha ko Umuremyi wacu ari we watangije ishyingiranwa, bityo ishyingiranwa akaba ari ikintu kigomba gufatanwa uburemere. Iyo umugabo n’umugore babona ishyingiranwa batyo, bari-fata nk’iryera, bakumva ko ridapfa guseswa bityo bagakomera ku mwanzuro bafashe wo gushimangira ishyingiranwa ryabo. Nanone iyo umugabo n’umugore bisunze Bibiliya ngo ibafashe gusohozza inshingano zabo, bibongerera uburyo bwo kugira icyo bageraho mu ishyingiranwa ryabo.

\* Bibiliya yemera ko abashakanye batana ari uko gusa umwe yaciye inyuma mugenzi we. —Matayo 19:9.



## Inshingano y'umugabo

**ICYO BIBILIYA IBIVUGAHO.** Kugira ngo ibintu birusheho kugenda neza mu muryango, bisaba ko habaho umuntu wo kujya afata umwanzuro wa nyuma. Bibiliya ivuga ko iyo nshingano ari iy'umugabo. icyakora ibyo ntibimuha uburenganzira bwo gutwaza igitugu. Ariko nanone ntibikwiriyeye ko umugabo yihunza inshingano, ku buryo byatuma umugore we kumwubaha bimugora, cyangwa akavunisha umugore we. Ahubwo Imana iba yiteze ko akora uko ashoboye kose ngo yite ku mugore we kandi akamwubaha, yumva ko ari incuti ye magara na mugenzi we wizerwa (1 Timoteyo 5:8; 1 Petero 3:7). Mu Befeso 5:28 havuga ko “abagabo bakwiriyeye gukunda abagore babo nk'imibiri yabo bwite.”

Umugabo ukunda umugore we by'ukuri aha agaciro ubushobozi bwe n'ubuhanga bwe, kandi akubaha ibitekerezo bye, cyane cyane mu bibazo bireba umuryango. Ntiyagombye gutsimbarara ku bitekerezo bye, yitwaje gusa ko ari we mutware w'umuryango. Igihe umugabo wubahaga Imana witwa Aburahamu yangaga inama nziza umugore we yari amugiriyeye ku kibazo cyari cyavutse mu muryango, Yehova Imana yaramubwiye ati “ibyo akubwira umwumvire” (Intangiriro 21:9-12). Aburahamu yicishije bugufi yumvira umugore we kandi byatumye umuryango we urangwa n'ubumwe, amahoro n'imigisha.

*‘Umugabo ni umutware w'umugore we.’*

—Abefeso 5:23.

## Inshingano y'umugore

**ICYO BIBILIYA IBIVUGAHO.** Mbere y'uko Imana iremera umugabo wa mbere umugore, yaravuze iti “si byiza ko uyu muntu akomeza kuba wenyine. Ngiye kumuha umufasha wo kumubera icyuzuzo” (Intangiriro 2:18). icyuzuzo ni cyo gituma ibyaburaga byuzura, mbese ibintu bikagenda neza. Bityo rero, igihe Imana yaremaga umugore ntiyashakaga ko aba ameze kimwe n'umugabo cyangwa ngo ahangane na we, ahubwo yashakaga ko aba mugenzi we buzuzanya. Bombi basohoza inshingano Imana yabahaye yo kubyara abana, bakuzuzanya isi urubyaro rwabo. —Intangiriro 1:28.

Kugira ngo umugore asohoze neza iyo nshingano, Imana yamuhaye imiterere yihariye, haba ku mubiri, mu bwenge no mu byiyumvo. Iyo ibyo byose abikoresheje neza kandi abigiranye urukundo, atuma umuryango we urushaho kumererwa neza, umugabo we akumva anyuzwe kandi aguwe neza. Uwo ni we mugore ubonwa ko ari uw'agaciro mu maso y'Imana.\*—Imigani 31:28, 31. ■

*“Bagore, mugandukire abagabo banyu.”*

—1 Petero 3:1.

\* Abagabo n'abagore bashobora kubona inama nyinshi zirebana n'ishyingiranwa hamwe n'umuryango mu ngingo ivuga ngo “Inama zigenewe umuryango,” isohoka muri *Nimukanguke!*



## Ese ‘uhora mu birori’?

*“Iminsi yose y’imbabare iba ari mibi, ariko ufite umutima unezerewe ahora mu birori.”*  
—Imigani 15:15.

**A**YO magambo asobanura iki? Yerekeza ku mitekereze y’umuntu n’uko ziyumva. “Imbabare” ntirangwa n’icyizere, kandi ibyo bituma iminsi yayo iba “mibi,” cyangwa ikaba yuzuyemo agahinda. icyakora umuntu “ufite umutima unezerewe” agerageza kwibanda ku bintu byiza, bigatuma agira ibyishimo byo mu mutima, ari na byo bituma “ahora mu birori.”

Twese duhura n’ibibazo bishobora kutuvutsa ibyishimo. icyakora hari icyo twakora kigatuma dukomeza kugira ibyishimo no mu bihe bigoye. Dore icyo Bibiliya ibivugaho.

- Ntukemere guhangayikishwa n’iby’ejo. Yesu yaravuze ati “ntimugahangayikishwe n’iby’umunsi w’ejo, kuko umunsi w’ejo uzaba ufite imihangayiko yawo. Buri munsi uba ufite ibibi byawo bihagije.”—Matayo 6:34.
- Gerageza kwibanda ku bintu byiza byakubayeho. Ubundi se niba wumva ubabaye, kuki utakora urutonde rw’ibintu byiza byakubayeho maze ukabitekereza ho? Nanone kandi, jya wirinda guhora utekereza ku makosa wakoze cyangwa ibintu bibi wigeze gukora. Ahubwo ujye ubukuramo amasomo, maze uhangame ibiri imbere. Ujye uba nk’umushoferi ucishamo agaterera akajisho mu ndorerwamo ireba ibiri inyuma ariko *akibanda* ku biri imbere. Nanone ujye uzirikana ko Imana ‘ibabarira by’ukuri.’—Zaburi 130:4.
- Mu gihe wumva uhangayitse, byaba byiza ugize uwo ubibwira kugira ngo agufashe kugira akanyamuneza. Mu Migani 12:25 hagira hati “umutima usobetse amaganya uriheba, ariko *ijambo ryiza* rirawunezeza.” Iryo ‘jambo ryiza’ rishobora kuba rivuzwe n’uwo mu muryango wawe cyangwa incuti wizera, mbese wa wundi uguhangayikira cyangwa urangwa n’icyizere, kandi ‘ugukunda igihe cyose.’—Imigani 17:17.

Inama zihuje n’ubwenge zo muri Bibiliya zafashije abantu benshi kugira ibyishimo, ndetse no mu bihe bigoye. Nawe iyemeze kuyoborwa n’ayo magambo y’agaciro kenshi. ■



Vana iyi gazeti kuri interneti ku buntu, uvaneho n’andi yasohotse mu gihe cyashize



Ubu Bibiliya iboneka ku rubuga rwacu mu ndimi zigera kuri 50

Jya kuri [www.jw.org/rw](http://www.jw.org/rw), cyangwa utunge kamera ya telefoni yabigenewe kuri izi kode



913 11-YW  
130830