

Auala e Pulea ai Au Masaniga

Ala Mai!



3 MATAUPU AUTŪ Auala e Pulea ai Au Masaniga

*O le suia o masaniga leaga i
masaniga lelei e alu ai le taimi,
ae pe e iai se tāua?*

Ua ta'ua i le Tusi Paia:

*“E sili ona lelei le faai’uga o se
mataupu nai lo o lona amataga.”
—Failauga 7:8.*

*O nei mataupu o loo talanoaina ai
mataupu silisili o le Tusi Paia, o loo
faaalii ai pe faapefea i tagata ona
pulea a latou masaniga ina ia aogā
iā i latou.*

0 LOO IAI FO’I I LENEI LOMIGA

7 Le Manatu o le Tusi Paia i
Faiga Faatauatane ma Tauafafine

10 FESOASOANI MO LE AIGA
Auala e Feagai ai ma Suiga

12 ATUNUU MA TAGATA
Se Asiasiga i Kyrgyzstan

14 LE MANATU O LE TUSI PAIA
Aulelei Faaletino

16 PE NA TE’I LAVA UA IAI?
Faagasologa o le Ola o se Ituaiga Alisi



ISI MATAUPU I LE INITANETI

MATAUPU



ULUGALII MA MĀTUA **How to Stop Arguing**

Pe e te lagona le popole ona e te iloina,
o le tala o le a e fai atu e ita ai lou to’alua
ma lua misa ai? Pe afai o lea, e mafai ona
fesoasoani lenei mataupu iā te oe!

(O loo maua i le faa-Peretania: Taga’i i le BIBLE
TEACHINGS > COUPLES & PARENTS)

VITIŌ



TALAVOU **Tala a Isi Talavou Belief in God**

Aiseā e talafeagai ai ona talitonu e iai Lē
na faia i tatou?

(O loo maua i le faa-Peretania: Taga’i i le BIBLE
TEACHINGS > TEENAGERS)



MATAUPU AUTŪ

Auala e Pulea ai Au Masaniga



E TATAGI le utati a Aokuso o loo fia moe pea. Ae ua nofo vave i luga ma fai ona ofu toleni ia na sauni i le pō a o le'i moe, ma alu loa e tamoe mo se taimi puupuu. O lana masani lea e faatolu i le vaiaso mai i le tausaga ua mavae.



Faatoā uma lava le misa a Lori ma lona to'alu. Ua ita ma lē fiafia, ua televave atu i le umukuka, ma aumai le pepa sukalati ma 'ai uma, e pei ona ia masani ai i taimi uma e ita ai.

O le ā se mea e tutusa ai Aokuso ma Lori? E tusa po o la iloina pe leai, ae ua aafia i la'ua uma i se aafiaga sili, o a la'ua masaniga.

Ae faapefea oe? Po o iai ni masaniga lelei o e mana'o e atia'e i lou olaga? Atonu o lou sini ia faamalositino e lē aunoa, ia lava le moe, pe ia fesoota'i pea ma ē e pele iā te oe.

I le isi itu, atonu o loo e mana'o e taofia se masaniga leaga, e pei o le ulaula, soona 'ai i mea'ai e lē maua ai se malosi, po o le faaalu fo'i o le tele o le taimi i le Initaneti.

O le mea moni, e lē faigofie ona fo'ia se masaniga leaga. E masani ona faatusa se masaniga leaga, e pei o se moega māfanafana i se aso mālūlū, e faigofie ona oso ai i luga ae e faigatā ona alu ese mai ai!

E mafai la faapefea ona e pulea au masaniga ma avea o ni mea e aogā iā te oe nai lo o le faaleagaina ai? Se'i iloilo auala e tolu o loo mulimuli mai, e faavae mai i mataupu sili-sili o le Tusi Paia.

1

Ia Fuafua Lelei

Atonu e te mana’o e vave ona suia mea uma lava i lou olaga. Ua e faapea ifo, ‘O le vaiaso lenei ou te lē toe ulaula ai, ou te lē toe palauvale, ou te lē toe ala umi i le pō, amata ona ou faamalositino, ‘ai mea-‘ai paleni, ma vili atu i mātua o o’u mātua.’ Peita’i, o le taumafai e ausia ou sini uma i le taimi e tasi, e mautinoa e uma ane ai e **leai ma se mea** e ausia!

MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA: “*E iai le atamai i ē e faamaulalo.*”—Faataoto 11:2.

O le tagata faamaulalo e fuafua lelei. E na te amana’ia e tapulaa lona taimi, malosi, ma ana meafaitino. O lea, nai lo o le taumafai e suia mea uma i le taimi e tasi, e faasolosolo ona ia faia ni suiga.

O le taumafai e ausia ou sini uma i le taimi e tasi, e mautinoa e uma ane ai e **leai ma se mea** e ausia!

MEA E MAFAI ONA E FAIA

Ia faasolosolo ona galue i se masaniga se tasi pe lua. E ono fesoasoani laasaga nei iā te oe:

- 1 Ia fai ni lisi se lua, o le lisi o masaniga **lelei** e te mana’o e atia’e, ma le lisi o masaniga **leaga** e ao ona e ‘alofia. Aua le gata ai i inā mea e tusia i au lisi; ia tusi i lisi uma e lua le tele o mea e te mafaufau i ai.
- 2 Ia faatulaga lelei au lisi e amata mai i mea e tāua iā te oe.
- 3 Filifili ni masaniga e tusa pe na o se tasi pe lua mai i lisi uma e lua, ma ua’i patino atu i na masaniga. Pe a uma, ona faasolo lea i isi masaniga o loo sosoo ai i au lisi.

Ia vave ona galue i nei lisi e ala i le suia o se masaniga leaga i se masaniga lelei. O se faata’ita’iga, afai o loo i lau lisi o masaniga leaga le tele o le taimi e matamata ai i le TV, ae o loo i lau lisi o masaniga lelei le fesoata’i pea ma ē e pele iā te oe, e te ono filifili la: ‘Ou te taunuu loa i le fale i aso uma mai i le galuega, vili loa sa’u uō po o so’u tauaiga e talanoa i ai, nai lo o le ki o le TV.’

ISI MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA

‘Ia outou faamautinoa mea e sili ona tāua.’
—Filipi 1:10.

‘E sili ona lelei le faai’uga o se mataupu nai lo o lona amataga.’—Failauga 7:8.

2

Filifili Lelei Lou Si'omaga

- Na e filifili e 'ai mea'ai paleni, ae ua taufaaosooso tele mai le aisakulimi iā te oe.
- Na e filifili e lē toe ulaula, ae ua tuu mai e sau uō e iloa o loo e taumafai e taofia lau ulaula, se sikareti iā te oe.
- Na e fuafua e faamalositino nei, ae e oo lava i le su'eina o ou seevae toleni ua pei o se galuega mamafa iā te oe.

Pe e te mātatauina le mea e tutusa ai nei tulaga? Ua iloa mai i mea e tutupu, e aafia lo tatou taulau e atia'e masaniga lelei ma taofia masaniga leaga, i le si'omaga po o tulaga e tatou te i ai ma tagata e tatou te faifaimea faatasi.

MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA: *“O lē ua iai le utaga mamao e na te iloa atu le mala ma lafi ai, a o lē ua leai se poto masani e alu atu pea o ia ma malaia ai i āuga leaga.”—Faataoto 22:3.*

Ua fautuaina i tatou i le Tusi Paia ia mafafau muamua. O le faia faapea e tatou te 'alofia ai tulaga e lē ausia ai o tatou sini, ae tuu i tatou i tulaga e maua ai i'uga aogā. (2 Timoteo 2:22) Pe a faafaigofie, e atamai ona filifili lelei lo tatou si'omaga.

MEA E MAFAI ONA E FAIA

- la **faafaigatā** ona fai le mea sesē. O se faata'ita'iga, pe afai o e taumafai e 'alofia mea'ai e leai se malosi e maua ai, ia taumafai e aua ne'i tuuina i lou umukuka ni mea'ai e lē lelei mo oe. O le faia faapea, pe a faaosoosoina oe, o le a tele au galuega e fai pe a e lolo i ai, ae o le a leai sau galuega e faia pe a e lē lolo i ai.
- la **faafaigofie** ona fai le mea sa'o. O se faata'ita'iga, pe afai e te fuafua o lau mea muamua e fai i le taeao o le faamalositino, ia tuu ou ofu toleni i autafa o lou moega i le pō a o le'i moe. O le faifaigofie ona amata, o le faifaigofie fo'i lenā ona faatino.
- la filifili lelei au uō. E masani ona tatou pei o tagata e tatou te faifaimea faatasi. (1 Korinito 15:33) O lea, ia faaititia le faifaimea faatasi ma tagata e uuna'ia masaniga o loo e taumafai e taofia, ae faauō iā i latou e uuna'ia masaniga lelei.

la faafaigatā ona fai le mea sesē, ae faafaigofie ona fai le mea sa'o

ISI MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA

“O lē e savali ma tagata atamamai, e atamai ai o ia.”—Faataoto 13:20.

“O fuafuaga a le tagata to'aga e manuia ai o ia.”—Faataoto 21:5.

3

Ia Maumau'ī



Ua ta'ua e se tasi tagata atamai, e 21 aso e mana'omia ina ia faatumau ai se masaniga fou. Ae ua iloa mai i su'esu'ega, o nisi tagata e itiiti ifo le taimi e mana'omia, ae o isi e tele atu le taimi e mana'omia ina ia faia ai ni suiga tāua. Pe e avea lenā manatu ma itu e lotovaivai ai?

Se'ī mafau'au i le tulaga lenei: Se'ī faapea ua e mana'o e atia'e se masaniga o le faamalositino faatolu i le vaiaso.

- I le vaiaso muamua, ua ausia lou sini.
- I le vaiaso lona lua, ua misi le aso e tasi.
- I le vaiaso lona tolu, ua toe ausia lou sini.
- I le vaiaso lona fā, toetiiti uma le vaiaso e te le'i faamalositino.
- I le vaiaso lona lima, ua toe ausia lou sini ma ua faaauau ai lava i vaiaso ta'itasi.

E lima vaiaso na faaalu ina ia faatumau ai lau masaniga fou. E foliga mai o se taimi umi, ae e ausia loa lou sini o le a e fiafia ona ua e atia'e se masaniga fou lelei.

MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA: *“E faafitu ona pa'ū o lē e amiotonu ma o le a toe tula'i o ia.”—Faataoto 24:16.*

O loo faalaeiau mai le Tusi Paia ia mau-maua'ī. O le mea e sili ona tāua o taimi e te toe tula'i ai ma faaauau, ae e lē o taimi e te pa'ū pe lē taulau ai.

MEA E MAFAI ONA E FAIA

- Aua ne'i manatu afai ua e lē taulau o lona uiga o le a e lē taulau ai pea. Ia faatalitalia e iai taimi e te lē taulau ai a o taumafai e ausia lou sini.
- Ia tula'i atu i taimi na **sa'o** ai mea. O se faata'ita'iga, pe afai o e taumafai e faaleleia le auala e te fesoota'i ai i lau fanau, ia fesili ifo: 'O fea le taimi mulimuli na ou fia avaavau ai i la'u fanau ae ou te le'i faia faapea? O le ā la'u mea na fai? E faapefea ona ou toe faia faapea?' O fesili faapena e fesoasoani e te faia ai pea mea na e taulau ai, nai lo o le mafau'au i mea na e lē taulau ai.

O le mea e sili ona tāua o taimi e te toe tula'i ai ma faaauau, ae e lē o taimi e te pa'ū pe lē taulau ai

Pe e te fia iloa pe faapefea i mataupu silisili o le Tusi Paia ona fesoasoani iā te oe i isi vala o le olaga, e pei o le feagai ai ma popolega, atia'e se aiga fiafia, ma le mauaina o le fiafia moni? Ia talanoa atu i se Molimau a leova pe taga'i i la matou Upega tafa'ilagi o le jw.org/sm. ■



ISI MATAUPU SILISILI O LE TUSI PAIA

“O ou mata e ao ona pulato'a i luma.”—Faataoto 4:25.

‘Faagalo mea ua tuana'i, ae tepa tula'i atu i mea o i le lumana'i, ua ou tausinio i le sini.’—Filipi 3:13, 14.

Le Manatu o le Tusi Paia i Faiga Faatauatane ma Tauafafine



E LĒ o talia lava i le tele o atunuu faaipoipoga i le itupā e tasi. Peita’i, i le 2015, na faailoa mai ai e le Faamasinoga Maualuga i Amerika, le aloa’ia faaletulafono o faaipoipoga i le itupā e tasi i le atunuu atoa. Mulimuli ane e tele sa’ili’iliga na faia e tagata i le Initaneti i lenei mataupu. O se tasi o fesili sa tele ina lāgā, “O le ā le manatu o le Tusi Paia i faaipoipoga i le itupā e tasi?”

E lē o iai se faamatalaga patino a le Tusi Paia e faatatau i aiā tatau e tusa ai o **faa-**

ipoipoga i le itupā e tasi. Ae o le fesili e sili ona tāua, O le ā le manatu o le Tusi Paia e faatatau i faiga faatauatane ma tauafafine?

E to’atele tagata e mafaufau ua latou iloa le tali, e aunoa ma le su’esu’eina toto’a o le Tusi Paia. Peita’i e feteena’i a latou tali! Ua faapea mai nisi o loo manino e inosia i le Tusi Paia faiga faatauatane ma tauafafine. Ae ua faapea mai isi o le poloa’iga i le Tusi Paia ia “alofa atu i lou tuaoi,” e lagolagoina ai so o se faiga taufeousua’iga.—Roma 13:9.

O LE Ā LE MANATU O LE TUSI PAIA?

O fea o faamatalaga nei e te faapea mai e sa’o?

1. E ta’usalaina i le Tusi Paia faiga faatauatane ma tauafafine.
2. E faataga i le Tusi Paia faiga faatauatane ma tauafafine.
3. O loo uuna’ia i le Tusi Paia le ‘ino’ino po o le faailogatagata i ē e tauatane ma tauafafine.

TALI:

1. **SA’O.** Ua ta’ua i le 1 Korinito 6:9, 10: “O tane e momoe ma isi tane . . . e lē fai mo latou tofi le malo o le Atua.” E faatatau fo’i lenei manatu i tama’ita’i ma fafine.—Roma 1:26.
2. **SESĒ.** Ua a’oa’oina i le Tusi Paia e na o se tane ma se fafine ua faaipoipo e tatau ona faia feusua’iga.—Kenese 1:27, 28; Faataoto 5:18, 19.
3. **SESĒ.** E ui lava e ta’usalaina i le Tusi Paia faiga faatauatane ma tauafafine, ae e **lē o** faalaeiauina ai le faailogatagata, faiga faasolitulafono, po o so se auala lē lelei lava e faia i ē e tauatane ma tauafafine.—Roma 12:18.^[1]

O le ā le Talitonuga o Molimau a leova?

E talitonu Molimau a leova o ta’iala tau amio a le Tusi Paia, o le auala aupito i sili lea ona lelei e ola ai, ma ua latou filifili e tausisi i na ta’iala. (Isaia 48:17)^[2] O lea e teena ai e Molimau a leova amioga lē mamā uma tau-feusua’iga, e aofia ai faiga faatauatane ma le tauafafine. (1 Korinito 6:18)^[3] O le itu-aiga olaga lenā ua filifilia e Molimau a leova, ma o la latou lava lenā filifiliga sa’oloto.

I le taimi e tasi, e taumafai Molimau a leova e “tausisi i le filemu ma tagata uma.” (Eperu 12:14) E latou te teena faiga faatauatane ma tauafafine, ae e latou te lē faama-losia isi ia talitonu i o latou manatu, e latou te lē faia fo’i ni soligatulafono e faaalua ai le ‘ino’ino i tagata e faia ia faiga, pe fiafia pe a faalogo i ni faiga solitulafono na faia iā i latou. E taumafai Molimau a leova e mulimuli i le Tulafono Faaauuro, e ala i le feutaga’i ma isi i le auala e latou te manana’o e feutaga’i mai ai isi iā i latou.—Mataio 7:12.

Pe e Lagolagoina i le Tusi Paia le Faailogatagata?

O isi ua faapea mai e lagolagoina i le Tusi Paia le faailogatagata i ē e tauatane ma tauafafine, ma o ē e mulimuli i ta’iala tau amio a le Tusi Paia e faailogatagata. Ua latou faapea mai, ‘E le’i fetuutuuna’i mafau-fau o tagata i le taimi na tusia ai le Tusi Paia. Ae i aso nei ua tatou talia tagata uma po o le ā lava le tupuaga, atunuu, po o faiga tau feusua’iga e manana’o i ai.’ E latou te manatu o le teena o ē e tauatane ma tauafafine, e tutusa lenā ma le teena o tagata e ese o latou lanu. Pe e sa’o lenā faatusatusaga? E leai. Aiseā?

Talu ai e eseese le teena o **amioga** faatauatane ma tauafafine, ma le teena o **tagata** e tauatane ma tauafafine. Ua ta’ua i le Tusi Paia e tatau i Kerisiano ona faaloalo i ituaiga uma o tagata. (1 Peteru 2:17)^[4] Peita’i e lē uiga atu lenā manatu e tatau ona talia e Kerisiano ituaiga uma o **amioga**.

Se’i manatu i se faatusatusaga: Se’i faapea e te manatu i le ulaula e leaga ma matuā ‘ino’ino i ai. Ae faapefea pe afai o se tasi e te lua faigaluega e ulaula? Po o le a avea oe ma sē e lē fetuutuuna’i ona e ese lou manatu e faatatau i le ulaula? Po o le a faapea ai e te faailogatagata iā te ia ona e te lē ulaula? Afai e tauanau oe e lē e te lua faigaluega e sui lou manatu i le ulaula, po ua lē avea ai o **ia** ma sē e lē fetuutuuna’i ma faailogatagata?

Ua filifili Molimau a leova e ola e tusa ai ma ta’iala tau amio a le Tusi Paia. E latou te lē taliaina **gaoioiga** e ta’usalaina i le Tusi Paia. Ae e latou te lē faifai pe faileagaina **tagata** e ese a latou faiga mai iā i latou.

Po ua Faasāsā Na’uā le Tusi Paia?

Ae faapefea tagata e iai o latou faanau-nauga tauatane ma tauafafine? Pe na fananau mai ma na faanau-nauga? Pe afai o le tulaga lenā, po ua faasāsā na’uā pe a faapea atu e sesē ona latou gaoioi e tusa ai ma o latou tu’ina-nauga?

E leai se faamatalaga i le Tusi Paia e faapea na fananau mai nisi e tauatane ma tauafafine, e ui o loo ta’ua ai o nisi tagata e iai ni uiga ua matuā maua iā i latou. Peita’i, ua ta’ua i le Tusi Paia pe afai e tatou te manana’o e faafiafia le Atua, e tatau ona matuā teena amioga e aofia ai faiga faatauatane ma tauafafine.—2 Korinito 10: 4, 5.

Ua faapea mai nisi ua faasāsā na’uā le Tusi Paia. Peita’i o o latou manatu e faavae mai i le manatu e faapea, e **tatau** ona tatou gaoioi e tusa ma o tatou tu’ina-nauga. Pe faapea mai fo’i e tāua tele tu’ina-nauga i feusua’iga, e lē tatau la ona taofiofia ma **e lē mafai** lava ona pulea. Peita’i, ua faamaluina i le Tusi Paia tagata e faapea e **mafai** ona latou teena na tu’ina-nauga. I le lē pei o meaola, e mafai ona filifili tagata e lē gaoioi e tusa ma o latou tu’ina-nauga.—Kolose 3:5.^[5]

E taumafai Molimau a leova e mulimuli i le Tulafono Faaauuro, e ala i le feutaga'i ma isi i le auala e latou te manana'o e feutaga'i mai ai isi ia i latou

Se'i manatu i se faatusatusaga: Ua fai mai nisi tagata atamamai, o uiga e pei o le ita, e ono tuufaasolo mai i mātua. E leai se faamatalaga patino a le Tusi Paia o le ita e tuufaasolo mai i mātua, ae o loo faapea mai o nisi tagata e "itaitagofie" ma "ita leaga." (Faataoto 22:24; 29:22) Peita'i ua tā'ua fo'i i le Tusi Paia: "Inā tuu ia le ita ma soia le lotoa."—Salamo 37:8; Efeso 4:31.

E to'aitiiti i latou e lē ioe i lenei fautuaga pe faapea mai ua soona faasāsā mo ē o loo iai faanaunauga ita. O le mea moni, e oo lava i na tagata atamamai o ē e talitonu o le ita o se uiga e fanau mai ma se tasi, o loo taumafai malosi fo'i e fesoasoani i tagata ina ia pulea na faanaunauga.

O le tulaga fo'i lenā o loo faia e Molimau a leova i **so o se** amioga e feteena'i ma tapu-laa a le Tusi Paia, e aofia ai feusua'iga i le va o se alii ma se tama'ita'i e le'i faaiipo. O nei tulaga uma e faatatau i ai le fautuaga i le 1 Tesalonia 4:4, 5: "Ia tā'itasi outou ona iloa pulea o lona lava tino ina ia paia ma mamalu, ae e lē o le tu'inanau o le mana'o tele i feusua'iga."

"Sa Faapena Fo'i Nisi o Outou"

E eseese uma talaaga ma olaga na ola ai i latou na manana'o e avea ma Kerisiano i le ulua'i senituri, ma na faia e nisi ni suiga mata'ina i o latou olaga. O se faata'ita'iga, o loo tā'ua i le Tusi Paia "ē e faitaaga, o ē e ifo i tupua, o ē e mulilulua, o tauatane, o tane e momoe ma isi tane," ona faapea atili mai lea: "**Sa faapena fo'i nisi o outou.**"—1 Korinoto 6:9-11.

Ina ua faapea mai "sa faapena fo'i nisi o outou," po o uiga atu le Tusi Paia o le a lē toe iai lava ni **tu'inauga** faapena i ē ua lē toe faia faiga faatauatane ma tauafafine? E

lē o le tulaga lenā, auā ua lapata'i mai fo'i le Tusi Paia: "Ia outou savavali pea i la le agaga, ona outou lē faia lea o tu'inauga o le tino."—Kalatia 5:16.

Ia mātua, e lē o faapea mai le Tusi Paia o le a lē iai lava i se Kerisiano se tu'inauga lē talafeagai. Nai lo o lea, o loo faapea mai o le a filifili se Kerisiano e **lē faatinoina** lenā tu'inauga. Ua a'oa'oina Kerisiano ia pulea na tu'inauga, nai lo o le mafaufau pea i ai ma i'u ai ina faatino.—Iakopo 1:14, 15.^[6]

O lea, o loo faeseese mai i le Tusi Paia **tu'inauga** ma **gaoioiga**. (Roma 7:16-25) O se tagata e iai ni tu'inauga faatauatane pe tauafafine, e mafai ona ia pulea mea e mafaufau i ai, e pei lava fo'i ona ia pulea so o se tu'inauga sesē, e aofia ai faanaunauga matape'ape'a, ita, ma le mulilua.—1 Korinoto 9:27; 2 Peteru 2:14, 15.

E ui e tausisi Molimau a leova i tā'iala tau amio o loo i le Tusi Paia, ae e latou te lē faamalosi atu o latou manatu i isi. E latou te lē taumafai fo'i e suia tulafono ia e pui-puia aiā tatau a ē e ese le auala e ola ai mai ia i latou. O le fe'au o loo tala'ia e Molimau a leova o se fe'au lelei, ma e latou te naunau e faailoa atu i ē uma o le a faalogo mai.—Galuega 20:20. ■

FAAOPOPOGA:

1. Roma 12:18: "Ia nonofo filemu ma tagata uma."
2. Isaia 48:17: "O a'u o leova, Iou Atua, o Lē o loo a'oa'o oe i mea e aogā ia te oe."
3. 1 Korinoto 6:18: "Ia sosola ese i le faitaaga."
4. 1 Peteru 2:17: "Ia āva i ituaiga uma o tagata."
5. Kolose 3:5: "O le mea lea, ia fasiotia tu'inauga i o outou itutino, o le faitaaga, o amioga lē mamā, le tu'inanau i feusua'iga."
6. Iakopo 1:14, 15: "Ua faaosoosoina tagata tā'ito'atasi ona ua tosina ma maileia i ona lava tu'inanau. Auā a tō le tu'inanau, ona fanau mai ai lea o le agasala."



Auala e Feagai ai ma Suiga



LE LU'I

- Ua mana'omia ona siitia le tou aiga ona o le galuega a lou tamā.
- E mamao le mea ua siitia i ai lau uō mamae.
- Ua alu ese lou tei matua mai i le tou aiga ina ia faaiipoipo.

E faapefea ona e feagai ma nei suiga?

O se laau e falala i le itu e agi aga'i i ai le matagi, e tele lava ina tū pea pe a uma se afā. I le pei o lenā laau, e mafai fo'i ona e fetuuna'i pe a tula'i mai suiga e itiiti se mea e mafai ona e faia i ai, pe e lē mafai fo'i ona e pulea. Ae a o le'i talanoaina auala e te faia ai faapea, se'i ilo-ilo muamua nisi o mea e tatau ona e iloa e faatatau i suiga.



MEA E TATAU ONA E ILOA

E lē mafai ona 'alofia suiga. Ua ta'ua i le Tusi Paia se mea moni e faatatau i tagata: "E tutupu faafuase'i mea iā i latou uma i le taimi e le'i faatalitalia." (Failauga 9:11) E iai le taimi o le a e iloa ai le moni o nei upu. Peita'i e lē o mea uma e tutupu faafuase'i e leaga. O nisi suiga e **foliga mai** i le taimi muamua e leaga, ae atonu e uma ane e aogā. E ui i lea, o le to'atele o tagata e fiafia i se faasologa masani, ae e tula'i mai loa suiga e tusa pe lelei pe leaga, e faigatā tele ona latou fesaga'ia.

E sili ona faigatā i talavou pe a tutupu mai suiga.

Aiseā? Ua faamatala e se alii talavou e igoa iā Aleki*: "O lea ua e tofo i āuga o suiga ua tutupu **iā te oe lava**, ae ua atili ai ona faigatā pe a tutupu nisi suiga i lou **si'omaga**."

O le isi māfuaaga lenei: Pe a feagai tagata matutua ma se suiga, e mafai ona latou toe manatunatu i mea na tutupu iā i latou, ina ia iloa ai le auala na feagai ai ma ni suiga faapena i taimi ua mavae. Peita'i, e lē lava se poto masani o talavou i suiga i le olaga.

E mafai ona e fetuutuuna'i. O nisi talavou ua latou atia'é le tomai ia toe lelei o latou faalogona mai i se tulaga lē lelei na tupu, pe fetuuna'i e tusa ai ma suiga. E lē gata e mafai ona latou **onosa'ia** se tulaga fou e tupu, ae a tula'i mai fo'i se tulaga e foliga mai e faigatā, e latou te vāai i itu lelei o lenā tulaga. O talavou e iai lenei tomai, e ono lē lolo atu i fualaau faasāina po o le 'ava malosi pe a lagona le lofituina i suiga.

* Ua suia nisi igoa i lenei mataupu.



MEA E MAFAI ONA E FAIA

Talia le tulaga moni. E mautinoa e te mana’o ia sologa lelei lou olaga, peita’i e lē mafai ona tupu lenā tulaga. O le a siitia ese pe faaipopo au uō; o le a faasolo ina matutua ou tei ma tuua le aiga; o tulaga e tutupu mai e ono mana’omia ai ona siitia le tou aiga, ma tuua ai uō ma mea uma na masani ai. E sili pe a talia le tulaga moni o mea nai lo o le lofitūina i mafauauga lē sa’o.—*Mataupu silisili o le Tusi Paia: Failauga 7:10.*

Taula’i i le lumana’i. O le taula’i i le taimi ua te’a ua pei o le aveina o se taavale ae o loo e pulato’a i le faata e iloa atu ai mea i tua. E aogā le fai ma tepa i le faata e iloa atu ai tua, ae e matuā mana’omia ona e taula’i i luma i le auala. E faapena fo’i pe a e feagai ma se suiga. Ia taumafai e taula’i i le lumana’i. (Faataoto 4:25) O se faata’ita’iga, o le ā sou sini e mafai ona faataatia mo le masina fou po o le ono masina o i luma?

Taula’i i mea lelei. Ua faapea mai se tama’ita’i talavou e igoa iā Laura: “O le fetuutuuna’i e faalagolago i lau vaai. Ia vaai po o ā itu lelei o le mea ua tupu iā te oe.” Pe e mafai ona e mafau fau i se itu lelei o le suiga fou ua e oo iai? —*Mataupu silisili o le Tusi Paia: Failauga 6:9.*

E manatua e se tama’ita’i talavou e igoa iā Victoria le taimi a o a’oga, na siitia ese uma ai ana uō mamae. Ua faapea mai o ia: “Sa ou lagona le matuā tuuato’atasi, ma na ou moomoo ma’imau pe ana tumau pea mea i le tulaga na iai. Ae pe a toe mafau fau i tua, o le taimi tonu lava lenā na amata ai ona ou faatagata matua. Na ou iloa ai i inā e **mana’omia** suiga ina ia tuputupu a’e ai faatagata matua. O le taimi fo’i lenā na ou iloa ai o loo iai isi e mafai ona ou faauō i ai.”—*Mataupu silisili o le Tusi Paia: Faataoto 27:10.*

O le taula’i i le taimi ua te’a ua pei o le aveina o se taavale ae o loo e pulato’a i le faata e iloa atu ai mea i tua

Ia fai mea mo isi. Ua ta’ua i le Filipi 2:4: “Ia vaavaai ma le naunau e lē gata i au lava mea, ae i mea fo’i e lelei ai isi.” O se vaifofō lelei lava e te feagai ai ma lu’i, o le fesoasoani lea i isi i o latou faafitauli. Ua faapea mai Ana e 17 tausaga: “A o faasolo ina ou matua, na ou iloa ai e ma’eu le faamalieina pe a ou fesoasoani i se tasi atonu e tutusa tulaga o loo ma fesaga’ia, pe e sili atu fo’i ona faigatā!” ■

MAU AUTŪ

“Aua le faapea ane: ‘Aiseā ua sili ai ona lelei aso ua mavae nai lo o nei aso?’”—*Failauga 7:10.*

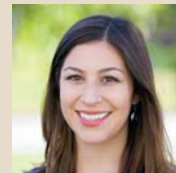
“E sili ona vaai i ai mata nai lo o le mana’ona’o o le loto.”—*Failauga 6:9.*

“E sili le tuaoi e lata mai, nai lo o le uso e nofo i se mea mamao.” —*Faataoto 27:10.*



JUAN

“E mafai e talavou ona atia’e le fetuutuuna’i e ala i le iloilo o tulaga o loo feagai ma i latou, ma amana’ia o suiga o se vaega o le olaga. O le vave lava ona talia e se tasi o lenā mea moni, o le faigofie fo’i lenā ona faauau i le olaga. E toe sologa lelei lava mea.”



CARISSA

“E te’a atu loa se tulaga faigatā, ou te taumafai e aua le toe mafau fau i ai. Ou te sauni e fesaga’ia le isi lu’i o le olaga. Ou te talitonu o le isi vala o le fetuutuuna’i, o le taula’i lea i le lumana’i nai lo o le toe tepa i tua.”



Se Asiasiga i Kyrgyzstan



KYRGYZSTAN e si'omia e mauga maualuluga e lilofia i aisa, e tu i Asia Tutotonu ma e tuaoi ma Kazakhstan, Uzbekistan, Tajikistan, ma Saina. E toe-toe o le 90 pasene o le atunuu o mauga. O Kyrgyzstan e iai le mauga e sili ona maualuga mai i le faaputuga o mauga e ta'ua o Tian Shan, lea e 24,406 futu (7,439 mita) lona maualuga a'e mai i le fogātai. Pe tusa o le 4 pasene o le laufanua o le atunuu e vaomatu. O lea, o Kyrgyzstan o se tasi lea o vaega o le lalolagi e tele ai le laau e ta'ua o le *walnut*, lea e tupu tele ma e pei o se pinati lona fua.

E lauiloa tagata Kyrgyz i le agaga talimālō ma le faaaloalo. I Kyrgyzstan, e ao ona faaaogā le upu faaaloalo mo le "oe" pe a faasino atu i se tagata matua, ma faaavanoa atu i ai lou nofoa e alaala ai i auala o femalagaa'iga i nofoaga faitele, ma e nofo fo'i lenā tagata i le vaega e sili ona aloa'ia o se laulau.

E masani lava e to'atolu pe sili atu ni tamaiti o se aiga. O le atalii la'itiiti e nonofo ma mātua, e tusa po



O le *koumiss* o se vaiinu e pei e oā e faia mai i le suāsusu o le solofanua fafine e faamafu



O loo a'oa'o atu e Molimau a leova le Tusi Paia i le faitau afe o tagata i Kyrgyzstan

Le meafaifaaili lauiloa o le *komuz*



Fale'ie lapotopoto e ta'ua o *yurts* i le vanu o Tash Rabat

ua uma ona faaipoipo, ma e na te tausia i la'ua se'ia oo ina matutua.

E a'oa'o ina fanau teine a o lāiti i tomai aogā e mana'omia ina ia avea ai ma avā lelei. E atoa ane le 15 i le 17 tausaga o se teine talavou, ua saunia lelei o ia e faia galuega i le fale. E masani ona saunia ni mea e avatu e le teine faaipoipo i le tama faaipoipo. O nei mea atonu e aofia ai so o se ituaiga 'ie moega, so o se ituaiga ofu, ma se kapeta e lalaga. E totogi atu e le tama faaipoipo se tupe ma ni manu i le teine faaipoipo.

I aso faapitoa ma maliu, e fasi ai se mamoe po o se solofanua. E pena i ni vaega ma ua tuumatamaga tagata e ave i ai vaega ta'itasi. E faasoa e fua i le matua ma le tulaga o le tagata, ma e tofu le tagata ma si ona inati; ae o le faaalalo e laualuga lava i la latou aganuu. Pe a uma, ona tufa loa lea o la latou mea'ai faaleaganuu e ta'ua o le *beshbarmak*. E tausami e faaaogā ai lima. ■

MEA MONI

Faitau Aofa'i o Tagata:
5,776,000

Laumua: Bishkek

Gagana: Kirghiz, Rusia

Oloa e Faatau Atu i Isi Atunuu: Vavae, fulufulu mamoe, auro, u'amea faasuavaia siliva, uranium

Lotu: Isalama (80 pasene)

Le tusi *O ā A'oa'oga Moni a le Tusi Paia?* ua lomia i le gagana Kirghiz ma e maua fo'i i le www.jw.org





AULELEI FAALETINO

Pe a paleni le vaaiga i le aulelei faaletino, o le a mafai ona iloa ai le eseesea o le fiafia ma le lē fiafia.

Aiseā e tatou te amana'ia ai le aulelei?

E lē o mafai lava ona faamatalaina pe aiseā e amana'ia ai e le mafaufau o le tagata le aulelei o se tasi ma le matagofie o se mea. E lē o faamatalaina i le Tusi Paia pe faapefea ona tupu lenei tulaga, peita'i o loo ta'ua mai ai e māfua ona tatou mātauina le aulelei o se isi po o le matagofie o se mea, ona na faia i tatou e le Atua i lona faatusa. (Kenese 1:27; Failauga 3:11) Na ia faia fo'i le tino lavelave o le tagata ma tuu i ai ona vaega mata'ina eseese ma o latou aogā. O le pogai lenā na tusi ai se tusi pese anamua: “Ou te faaneene atu iā te oe [Atua], auā ua e faia a'u i se auala mata'utia ma ofoofogia.”—Salamo 139:14.

Peita'i o aso nei ua masani ona lē paleni le vaaiga a tagata i le aulelei faaletino, o se tulaga ua faaauiluma e pisinisi e faia la'e'i ma teuga, faapea faasalalauga lauiloa. E tusa ai ma le tusi *Body Image*, i ni su'esu'ega na faia i aganuu a atunuu i Sisifo, “ua ta'ua e faapea e tusa pe lelei uiga o se tagata, ae e faato'ā aulelei lava pe a aulelei foliga vaaia.”

Peita'i o lea vaaiga pū moomoo ua lē amana'ia ai le mea e sili ona tāua, o le loto lea o le tagata.—1 Samuelu 16:7.

E lē gata i le taula'i atu i le aulelei i le tino, ae ua faatupula'ia fo'i le faatāua na'uā o foliga faatosina, aemaise lava i tama'ita'i. Ua ta'ua i se lipoti a le American Psychological Association i le 2007 (APA): “E toetoe o ituaiga faasalalauga uma na iloiloina, ua matuā faamaonia mai ai le faatāua o foliga faatosina o tama'ita'i.” Peita'i ua matuā uuna'ia i tatou i le Tusi Paia ia 'alofia le taa'ina i na faanaunauga, ona o se māfuaaga lelei!—Kolose 3:5, 6.

“Aua fo'i ne'i faia a outou teuga e tusa ai ma le vaaiga a tagata . . . , ae o le tagata lilo i totonu, ia teu i le mea e lē pala o le agaga agamalu ma le filemu, o le mea tautele lava lea i le silafaga a le Atua.”—1 Peteru 3:3, 4.

Aiseā e atamai ai ona iai se vaaiga paleni?

Ua faapea mai nisi e tusa ai ma le aulelei faaletino: “Pe afai e te aulelei, aua le nanāina!” Ua ta'ua i se lipoti a le APA, i atunuu e taatele ai lenei manatu, e mafaufau teine talavou ma teineiti ua lata i na tausaga, o i

latou 'o le taula'iga o faanaunauga o isi, e vaavaai atu tagata iā i latou ma mātauina lo latou aulelei.' E matuā lē lelei lava lenā manatu. I le lipoti a le APA, ua avea lenā tulaga o se popolega autū i le soifua mālōlōina ma



le auala e vaai ai i tagata, ona e ono i'u ai i le "tele o aafiaga lē lelei i le itu tau faalogona." E ono aofia ai le 'popole ma faalogona lē fiafia o le tagata iā te ia lava, lē lelei le 'ai, lē mautinoa iā te ia lava, ma uiga faanoanoa pe mafatia.'

"Inā faatē'a ese ia mai i lou loto o mea e te tigā ai, ma puipuia lou tino mai i mala; auā o lou talavou ma lou tau-le'ale'a e faatauvaā ia."—Failauga 11:10.

O le ā le vaaiga e atagia mai ai se mafaufau lelei?

I le Tusi Paia e fesoota'i le "mafaufau lelei" ma le onomea. (1 Timoteo 2:9) Se'i manatu: O tagata e onomea e lē soona popole na'uā i le aulelei o o latou foliga vaaia, ae e paleni la latou vaaiga e faataatau iā i latou lava. E latou te amana'ia faalogona o isi, e faaalologia ma fiafia mai isi iā i latou, ae sili ai e latou te maua le finagalo malie o le Atua. (Mika 6:8) E latou te maua fo'i ni uō moni ma ni paaga faaipoipo lelei, o ē e lē tau ina manana'o i le māfana i le itu faaletino, ae ia maua se faaipoipoga e tumau ma fiafia.

O lea, e tele māfuaaga lelei ua apoapoa'i mai ai le Tusi Paia iā i tatou ia taula'i i le tagata i totonu, "o le tagata lilo i totonu." (1 Peteru 3:3, 4) O le aulelei i foliga vaaia e faifai muta, ae e lē mafai ona suia le ta-

gata lilo po o uiga lelei o se tagata. E mafai ona faaleleia uiga lelei a o faasolo taimi! Ua ta'ua i le Faataoto 16:31: "O le ulusinā o le pale matagofie lea pe a iai i le ala o le amio-tonu." O lea, o i latou uma e utagia le fautuaga sili ona aogā a le Tusi Paia, e tusa pe lā-iti pe matutua, e lē gata o le a latou maua le aulelei tumau, ae e faamamaluina fo'i ma faamalieina. ■

"O le amio tauagafau e pepelo, e lē aogā fo'i le aulelei; a o le fafine e mata'u iā leova, e viia lava o ia."
—Faataoto 31:30.



E tele aganuu e soona faatāua ai foliga vaaia ma le aulelei mai i le itu tau feusua'iga



Faagasologa o le Ola o se Ituaiga Alisi

O LE alisi o se iniseti e ola i atunuu uma se'i vaganā ai le Anetatika. Peita'i e na o le itu i mātū i sasa'e o Amerika e maua ai le alisi lea e ola faavaitaimi (periodical cicada), ma ua umi taimi o maofa ai saienitisi e su'e-su'eina meaola.

Ia Mātau: E faitau miliona alisi e ola faavaitaimi e te'i lava ua alia'e mai i le tau e totogo ai mea, mo na o ni nai vaiaso. I lea taimi puupuu i le ao, e pa'u'ū ese ai o latou pa'u mu'amu'a, e fetagisi leotetele, felelei solo, fananau, ona mamate lea. O le mea e mata'ina ai, e faato'ā toe alia'e mai le isi tupulaga i le 13 po o le 17 tausaga mulimuli ane, e faalagolago lava i le ituaiga alisi. O le ā le mea e tupu i nei iniseti i lea taimi atoa?

Ina ia tali le fesili, e mana'omia ona tatou malamalama i le faagasologa mata'ina o le ola o le alisi faavaitaimi. E pe ā ma le vaiaso talu ona alia'e mai, ona feusua'i lea o alisi matutua tane ma fafine, ma tuufua ai i lālā o laau le 400 i le 600 fuāalisi. E lē umi ae mamate loa alisi matutua. I ni nai vaiaso mulimuli ane, e fofoa ai fuāalisi ma pa'u'ū i le palapala, ona lalafi lea ma ola ai i inā. E latou te mimitiina sua mai i aa o laau mo ni tausaga. I le 13 po o le 17 tausaga mulimuli ane, ona alia'e mai fo'i lea o le tupulaga fou o alisi ua matutua ma toe amata lea faagasologa.

Ua ta'ua i le mekasini o le *Nature*, o le lavelave o le faagasologa o le ola o nei alisi, 'ua matuā iso ai saienitisi i le tele o tausaga. E oo lava i aso nei o loo taumafai saienitisi e faapitua i le su'esu'eina o iniseti, e malamama



© Doug Webster/Agfotostock

lama pe faapefea ona tupu le faagasologa mata'ina o le ola o nei iniseti.' O se tulaga e latou te le'i iloina muamua e faatatau i meaola.

O le ā sou manatu? Pe na te'i lava ua iai le faagasologa o le ola o lenei ituaiga alisi? Pe na foafoaina? ■



E maua leni mekasini ma isi lomiga i le Initaneti e aunoa ma se totogi



Ua maua le Tusi Paia i le Initaneti i le pe ā ma le 130 gagana

Faaaogā le code pe taga'i i le www.jw.org/sm



916.4-SM
160516