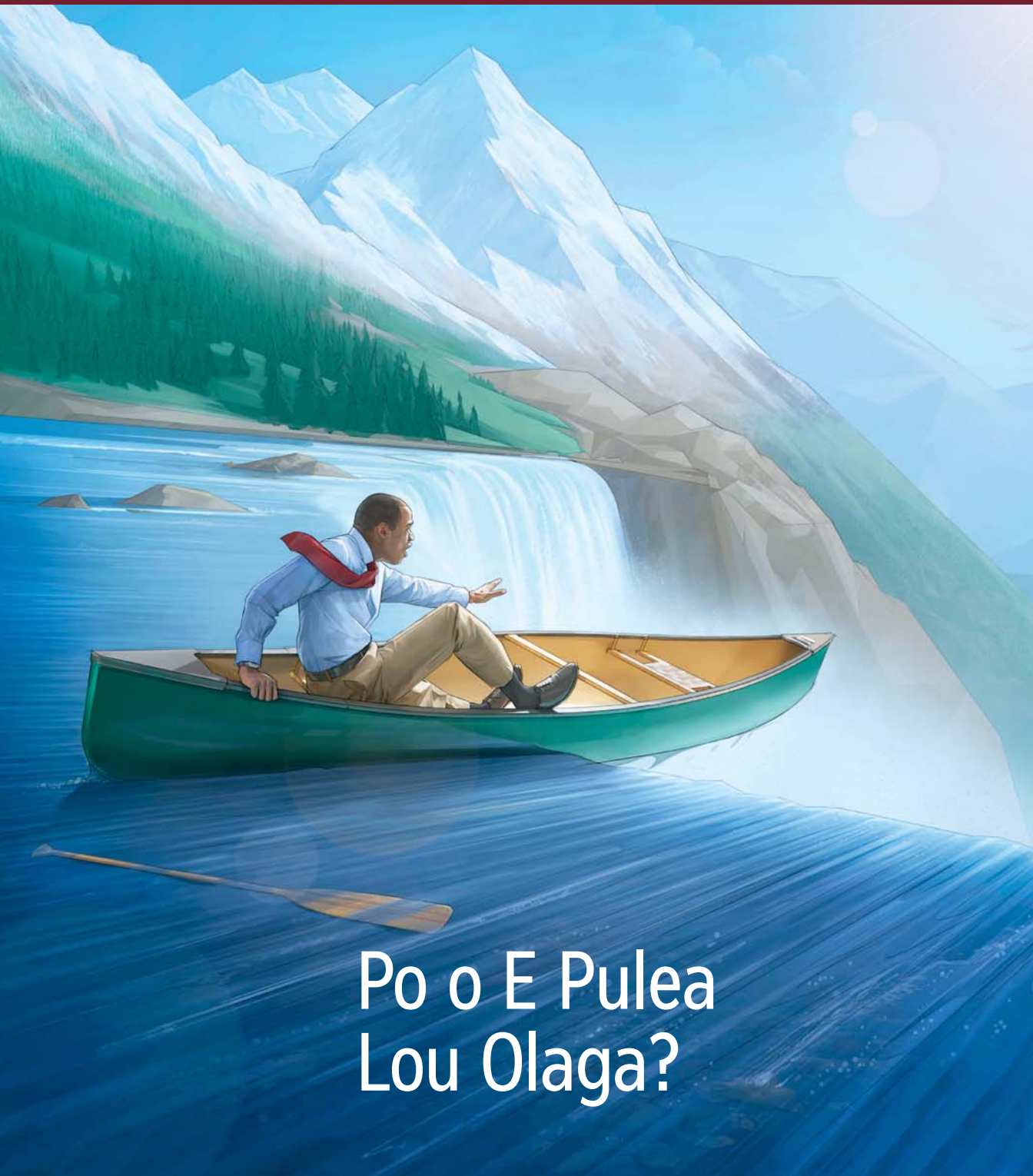


Ala Mai!

IULAI 2015



Po o E Pulea
Lou Olaga?

Ala Mai!

O LOO IAI I LENEI LOMIGA

- 3 MATAUPU AUTŪ
Po o E Pulea Lou Olaga?
- 8 ATUNUU MA TAGATA
Se Asiasiga i Mongolia
- 10 FESOASOANI MO LE AIGA
Pe a Fauma se Faigāuō
- 12 LE MANATU O LE TUSI PAIA
Galuega
- 14 SOIFUA MĀLŌLŌINA
Mea e Tatau Ona E Iloa e
Faataau i le Malalia
- 16 PE NA TE'I LAVA UA IAI?
Gutu o le Kolokotaila

JW .ORG ISI MATAUPU I LE INITANETI

MATAUPU



UA FESILI MAI TALAVOU

How Can I Stop Being So Sad?

O loo talanoaina i lenei mataupu fautuaga e tolu o le a fesoasoani iā te oe e onosaia ai faalogona lē sa'o.

(O loo mau i le faa-Peretania: Taga'i i le BIBLE TEACHINGS > TEENAGERS)

VITIŌ



AVEA OE MA UŌ A IEOVA

E Leaga le Gaoi

I le vitiō, o loo mana'o Kalepo i se mea e lē o ia e ana. O le ā e fesoasoani iā Kalepo ina ia faia ai le faai'uga sa'o?

(Taga'i i le vaega VITIŌ)

Vol. 96, No. 7 / Monthly / SAMOAN

Lomia Lomiga Ta'itasi: 51,788,000 i Gagana e 103

E lē faatauina lenei tusi. Ua saunia e a'oa'oina ai le Tusi Paia i le lalolagi aoao, ma ua lagolagoina e ala i foa'i tauofo. Se'i vaganā ua faailoa atu, ae o mau uma o loo i lenei tusi ua sii mai i le faaliliuga *O le Tusi Paia—O le Faaliliuga a le Lalolagi Fou*.

Awake! (ISSN 0005-237X) is published monthly by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.; L. Weaver, Jr., President; G. F. Simonis, Secretary-Treasurer; 25 Columbia Heights, Brooklyn, NY 11201-2483, and in Australia by Watchtower Bible and Tract Society of Australia, 12-14 Zouch Road, Denham Court, NSW 2565. Periodicals Postage Paid at Brooklyn, N.Y., and at additional mailing offices.

POSTMASTER: Send address changes to *Awake!* 1000 Red Mills Road, **Walkill, NY 12589-3299**.

© 2015 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in Australia.

Pe e te mana'omia ni faamatalaga atili po o se su'esu'ega faale-Tusi Paia i le aiga e aunoa ma se totogi?

Taga'i i le www.jw.org/sm pe e tusi atu i se tuatusi o loo ta'ua iinei.

JEHOVAH'S WITNESSES: SAMOA: PO Box 673, Apia. NIU SILA: PO Box 75142, Manurewa, Auckland 2243. Mo tuatusi uma taga'i i le www.jw.org/en/contact.



MATAUPU AUTŪ

Po o E Pulea Lou Olaga?

O Ā OU sini sa iai a o e la'itiiti? Atonu sa e mana' o e faaipoipo, ia matuā faaleleia sou tomai, pe su'e se galuega e te fiafia i ai. Peita'i, e lē o taimi uma e tau-nuu ai mea na tatou fuafua i ai i le olaga. E iai tulaga e le'i faatalitalia e tutupu ma suia atoa ai au fuafuaga. O le mea lenā na tupu iā Anja, Delina, ma Gregory.



O Anja e sau mai i Siamani. Na maua o ia i le kanesa ina ua 21 ona tausaga, ma o le tele o taimi e faataotolia ai o ia i le fale.



O Delina mai i le Lunaite Setete, e maua o ia i le ma'i e faalētonu maso o le tino, e ta'u o le *dystonia*. E na te tausia fo'i nai ona tei e to'atolu e lē atoatoa le malosi o le tino.



O loo tauivi Gregory mai i Kanata ma le ma'i o le matuā lē mafai ona fai o se mea pe a oo ina matuā popole.

E ui lava i o latou tulaga, ae ua mafai e Anja, Delina ma Gregory ona pulea o latou olaga. E faapefea?

Ua ta'ua i le Faataoto 24:10: "Po ua e lotovaivai ea i le aso o le puapuaga? O le a itiiti lou malosi." E manino lona faatatau: **E tāua tele le auala e te vaai ai i le tulaga o mea.** O tagata e soona popole i o latou tulaga, e lē mafai ona latou faia ni filifiliga ia e semanū e mafai ona fesoasoani iā i latou. Ae o ē e sa'o la latou vaaiga, o le a faigo-fie ona latou faia ni filifiliga lelei ma maua le fiafia e ui lava i tulaga o loo tutupu.

Se'i iloilo pe na faapefea ona faamaonia le moni o lenei manatu iā Anja, Delina ma Gregory.

LE LU'I:

Lē Mafai Ona Suia Tulaga ua Tutupu

PO O e aafia i se ma'i faaumiumi, tatala lau faaipoipoga, pe maliu sē e pele iā te oe? Pe a feagai ma tulaga e lē mafai ona suia, e te ono lagona ua leai se mea e mafai ona e faia, ma moomoo talosia ia suia le tulaga ua tupu iā te oe. E mafai faapefea ona e toe pulea lou olaga?

FAAA'OA'OGA FAALE-TUSI PAIA: PAULO

Sa tele ina faimalaga solo le aposetolo o Paulo o se misi-onare maelega i le ulua'i senituri. Peita'i, na muta ana faigāmalaga ina ua molia ma le lē tonu o ia, ma nofo vaa-vaaia i se fale mo le lua tausaga a o leoleo e ni fitafita. E le'i faavaivai ai Paulo, ae sa taula'i atu o ia i mea na **mafai** ona ia faia. Sa ia faamāfanafana ma avatu le fesoasoani faaleagaga i ē uma na asiasi atu iā te ia. Sa ia tusia fo'i nisi o tusi ia o loo iai i le Tusi Paia.—Galuega 28: 30, 31.

MEA UA FAIA E ANJA

Na ta'ua i le mataupu ua mavae ua faataotolia Anja i le fale ona o le ma'i. Ua faapea mai o ia: “Ua aafia vala uma o lo'u olaga ona o le kanesa. E lē mafai ona ou faigaluega pe alu e tafao ma fai mea ou te fiafia i ai, ona ou te popole ina ne'i faateteleina lo'u ma'i.” Ua faapefea ona onosaia e Anja nei tulaga e lē mafai ona suia? Ua ia ta'ua: “Ua matuā fesoasoani le fetuuna'i o la'u faasologa. Ou te faamuamua mea e sili ona tāua, ma fai se faasologa e tusa ai ma mea e mafai ona ou faia. O le faia faapea ua mafai ai ona ou pulea lo'u olaga.”

MEA E MAFAI ONA E FAIA

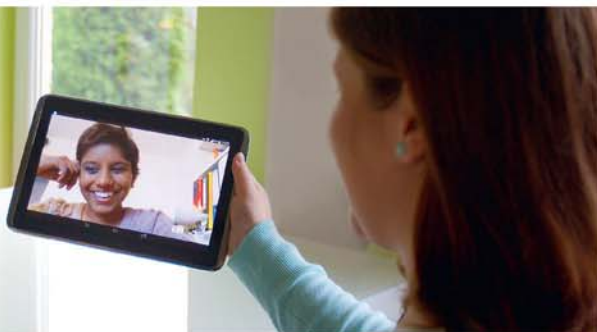
Pe afai e foliga mai ua pulea lou olaga e tulaga ua tutupu e lē mafai ona suia, ia taumafai e fai mea nei:

- Ia taula'i atu i mea e **mafai** ona e pulea. O se faaa'oa'oga, atonu e lē mafai ona e pulea atoatoa le tulaga o lou soifua mālōlōina, ae pe e mafai ona fai ni au faamalositino, taumafa i mea'ai e maua ai le soifua mālōlōina lelei, ma lava le mālōlō?
- Filifili po o ā sini e te mana'o e faataunuu. Vaai po o ā mea e mafai ona e faia faasolo-solo ina ia ausia ai na sini. Taumafai e faa-alu sina taimi i aso ta'itasi e galue ai ina ia faataunuu ou sini.
- Taumafai e fai ni fe'au faigofie e pei o le solo o le laulau'ai ma fufulu ipu, ma e lagona ai o loo mafai pea ona e faia nisi mea. Ia mamā ou lavalava, ma ia fai muamua i le taeao fe'au e sili ona tāua.
- Manatu i aogā o loo e maua mai i tulaga ua tutupu iā te oe. O se faaa'oa'oga, po ua avea le tulaga ua tupu iā te oe, ma itu ua atili ai ona e malamalama i auala e onosaia ai tulaga faigatā? Pe e mafai ona faaaogā lou malamalama lenā e te fesoasoani atu ai i isi?

Manatu Autū: Atonu e lē mafai ona e pulea tulaga ua tutupu iā te oe, ae atonu e mafai ona e pulea le auala e te tali atu ai i na tulaga.

“Ua a'oa'oina a'u, e tusa lava po o ā tulaga e oo iā te a'u, ae ia lotomalie i mea ua ou maua.”

—O upu a Paulo o loo i le Filipi 4:11



LE LU'I:

Tele Mea e Fai

O LEA e manana’o lau fanau e te ua’i atu. E faapena fo’i lau pule o le galuega. E iai se mea o loo mana’o lou to’a-lua e te faia. Ae o loo e taumafai fo’i e tausia lou tuua ua ma’i. E lē o le ituaiga olaga lea na e mana’o i ai, peita’i o mea ia e tatau ona e faia i aso uma. Ua e taumānatu, “O le ā se mea e mafai ona ou faia? O loo mana’omia a’u e tagata.” O le faia o mea uma o loo latou manana’o ai atonu e lē aogā iā te oe po o i latou. E mafai faapefa ona e toe pulea lou olaga?

FAAA’OA’OGA FAALE-TUSI PAIA: MOSE

I le avea ai na o ia ma faamasino i Israelu i taimi o le Tusi Paia, sa ono manatu Mose o loo ia faia mea sa mana’omia ona fai. Peita’i na faapea atu i ai le tamā o lana avā: ‘E lē lelei le auala o loo e taulimaina ai ia mataupu. E mautinoa e te lēlavā ai.’ Sa ia fautuaina Mose ia tofia ni tane agavaa e faamasinoina tagata, ae ia tuu atu iā Mose na o mataupu tetele e na te taulimaina. I le i’uga, sa faamautinoa atu e le tamā o le avā a Mose iā te ia e faapea: “E mautinoa e te gafatia le galuega, ma e ō atu fo’i tagata i le mea e nonofo ai ma le filemu.”—Esoto 18:17-23.

MEA UA FAIA E DELINA

E pei ona ta’ua i le mataupu amata, o Delina e maua i le ma’i e faalētonu maso o le tino. E na te tausia fo’i nai ona tei e to’atolu e lē atoatoa le malosi o le tino. Ua faapea mai Delina: “Ua ou iloa o le ‘alofia o le faimeatuu ma le popole e faatatau i le isi aso, e fesoasoani e faaitiitia ai le popole. O le talanoa atu i isi e faatatau i lo’u tulaga ua ou maua ai le fesoasoani mai i isi, e aofia ai la’u tane. Ou te faaalu fo’i sina taimi i taeao uma e fai ai la’u togālaau, o se mea ou te fiafia tele e fai.”

MEA E MAFAI ONA E FAIA

Pe afai ua pulea lou olaga i le tele o mea e fai, ia taumafai e fai mea nei:

- Sa’ili se tasi e fesoasoani iā te oe. O se faaa’oa’oga, po o iai sau fanau i le fale po o ni ou tauaiga ma uō e nonofo latalata ane, e mafai ona fesoasoani iā te oe?
- Faailoa atu i isi mea o loo e mana’omia. O se faaa’oa’oga, talanoa i lou pule i le galuega pe afai e te lē gafatia ona fai mea o loo mana’o e fai. E lē faapea e te taumafai e faamata’u lou pule o le a e lē toe faigaluega. Ae ia faailoa i ai tulaga faigatā o loo feagai ma oe, ma atonu o le a lotomalie ai o ia e faaitiitia au galuega.
- Tusi i lalo po o le ā le tele o au mea e fai i le vaiaso. Pe e mafai ona tuu atu nisi o na mea i isi e latou te faia?
- Ia faautauta i le taliaina o valaaulia mo ta-faoga ma evaevaga. Pe afai e lē mafai ona e auai ona e lē lava lou taimi po o le malosi, ia fai atu ma le agalelei i le tagata e leai.

Manatu Autū: Pe afai e te taumafai e fai mea uma, o le i’uga e ono lē mafai ona e faia se mea.

“E iai le taimi e atofaina mo mea uma.”

—Failauga 3:1

LE LU'I:

Faalogona Lē Sa'ō

PO O pulea oe i faalogona e pei o le faanoanoa, ita po o le ita faaumiumi? Pe afai ioe, atonu la ua itiiti lou taimi po o le malosi e faia ai mea e sili ona tāua. O le ā se mea e te ono faia e faatatau i lenei tulaga?*

FAAA'OA'OGA FAALE-TUSI PAIA: TAVITA

Sa feagai le tupu o Tavita ma le tele o faalogona eseese, e aofia ai le popole ma le faanoanoa. Peita'i, sa mafai ona ia faaauau pea ona sa ia tuu atu mataupu i aao o leova. (1 Samuelu 24:12, 15) Sa ia tusia fo'i ona faalogona, ma i le avea ai ma tane faatuatua, sa tatalo e lē aunoa o ia.[#]

MEA UA FAIA E GREGORY

E pei ona ta'ua i le mataupu amata, o loo tauivi Gregory ma le ma'i o le matuā lē mafai ona fai o se mea pe a oo ina matuā popole. Ua faapea mai o ia: "Pe a oo ina matuā ova lo'u popole, e matuā lē mafai ona pulea." Na faapefea ona toe pulea e Gregory lona tulaga? Ua ia ta'ua: "Ina ia ou toe maua se tulaga paleni, sa ou talia le fesoasoani a la'u avā ma a'u uō. Sa ou talanoa fo'i i se foma'i ma ou malamalama atili ai e faatatau i lo'u tulaga. Ina ua suia nisi o a'u masaniga i le olaga, sa amata loa ona ou lagona ua mafai ona ou pulea lo'u tulaga. E ui lava o loo o'u lagona pea sina popole, ae ua ou iloa mea e mǎfua ai ma le auala e fo'ia ai."

* O nisi faalogona lē sa'o e mǎfua ona o se faafitauli i le soifua mǎlōlōina, ma atonu e mana'omia ai se togafitiga faafoma'i. E lē o fautuaina e le *Ala Mai!* ni togafitiga faapitoa. E tatau i tagata ta'ito'atasi ona iloilo lelei togafitiga a o le'i faia sana faai'uga.

[#] O le tele o salamo i le Tusi Paia, o tatalo a Tavita sa ia tusia.

MEA E MAFAI ONA E FAIA

Pe afai o loo pulea lou olaga i faalogona lē sa'ō, ia taumafai e fai mea nei:

- la tusi i se api ou faalogona.
- Faailoa atu i sou tauaiga vavalalata po o sau uō ou faalogona.
- Aua e te lolo atu i ou faalogona lē sa'ō. la fesili ifo iā te oe lava, 'Pe e iai se faamaoniga e lagolagoina ai lenei faalogona lē sa'ō e faatatau iā te a'u?'
- Aua ne'i alu uma lou taimi ma le malosi i faalogona popole, ita po o le ita faaumiumi, ae ia faaaogā lou malosi i se mea e sili atu ona tāua.*

Manatu Autū: O le tulaga masani, e lē mǎfua faalogona lē sa'ō ona o mea e tutupu iā i tatou, ae ona o le auala e tatou te manatu ai i na mea.

* Mo nisi faamatalaga, taga'i i le faasologa o mataupu "Auala e Feagai ai ma Popolega," i *Le Olomatamata* o Iulai 1, 2015.

"O le loto e fiafia e aogā
aunā e mǎlōlō ai."

—Faataoto 17:22



Pe e Mafai Ona E Pulea Lou Olaga?

E LEAI se tasi i aso nei o feagai ma ni tulaga e lelei atoatoa. E masani lava, o le auala sili e pulea ai lou olaga, o le talia lea o tulaga ua tutupu iā te oe ma taumafai e fai le mea e gata ai lou mafai. Pe afai e mafai ona e pulea lou olaga e ui lava i tulaga e tutupu faafuase'i mai, o se mea lelei lenā. Pe afai o loo faasolosolo ona faaleleia tulaga ua tutupu iā te oe, o se mea e lelei tele lenā. Peita'i, i le lumana'i, o le a iai tulaga e sili atu ona lelei.

Ua folafola mai i le Tusi Paia se taimi o le a mafai ai e tagata ona pulea o latou olaga. O le a mafai ona latou ausia mea e manana'o e fai, ma sa'oloto mai i tulaga tigā, popolega i aso faisoo ma faalogona lē sa'o. (Isaia 65:21, 22) Ua ta'ua i le Tusi Paia lenei tulaga o "le ola moni."—1 Timoteo 6:19.

Pe e mafai ona e iai i lenā lumana'i? Pe e te mautinoa o le a oo mai lenā taimi? Mo nisi faamatalaga, taga'i i la matou upega tafa'ilagi i le www.jw.org/sm. ■



“O le a latou fausia fale ma nonofo ai; e latou te totō fo'i togāvine ma latou aai i ona fua. O le a latou lē fausia ae e nonofo ai isi; o le a latou lē totō ae e aai ai isi. Auā e pei o le umi o aso o le laau o aso o lo'u nuu; ma o le a matuā fiafia uma o'u tagata ua filifilia i galuega a o latou lima.”—Isaia 65:21, 22.



Se Asiasiga i Mongolia



O **GENGHIS KHAN**, o se toa malosi i le senituri lona 12, ma o ia na faavaeina le emepaea sili o Mongol. E na o se vaega o le laufanua o lenā emepaea o loo iai Mongolia i aso nei, e tau leai nisi o nonofo ai, ma o Mongolia e i le va o Rusia ma Saina.

E valevalenoa ma lanulau'ava laufanua o Mongolia, e iai mauga maualuluga, vaitafe, ma ālia. O loo iai i le itu i saute le toafa o Gobi, lea e lauiloa ona e maua ai toega o *dinosaur*. E ta'ua Mongolia e ona tagatānuu o le "Atunuu e Lagi Lelei," ona e silia i le 250 aso o le tausaga e lagi lelei ai Mongolia!

O le tau i Mongolia e matuā mālūlū ma matuā vevela. I le tau māfanafana, e oo atu le vevela i le 104 tikeri Fahrenheit (40°C), a o le tau mālūlū e pa'ū i le 40 tikeri Fahrenheit (-40°C) i lalo o le 0 tikeri. E toetoe tasi vaetolu o tagata e nonofo i Mongolia e maumau-solo. E amata a latou fe'au o le aso i le tatauina o susu



Nameri i le tau mālūlū

O le kamela o le *Bactrian* e lua patu i lona tua, ma e mafai ona ia tauaveina uta i le tau mālūlū



O keke (aaruul) e fai mai i suāsusu to’a, ma e faamago i le lā



E nonofo tagata Mongolia i fale e ta’u o gers, e pei o ni fale’ie ma e feavea’igofie

o ‘oti, povi, kamela, ma solofanua. O mea’ai a tagata Mongolia e tele ina fai mai i le susu ma aano o manu-fasi, ma o lo latou ma’oi o le mamoe.

O tagata Mongolia e talimālō tele. O o latou fale e tai pei o ni fale’ie e faalapopototo (gers), e feavea’igofie ma e lē lokaina ina ia mafai ona mālōlō atu i ai tagata femalagaa’i ma fai sina taumafataga. E masani ona avatu i mālō se iputī e faasusu ma tuu i ai sina masima.

O le lotu autū i Mongolia i aso nei o le lotu Puta. E iai fo’i faiga faataulāitu, le lotu Isalama ma le faa-Kerisiano, ae o le to’atele lava e lē lolotu. E silia i le 350 Molimau a leova i Mongolia, ma o loo latou a’oa’o atu le Tusi Paia i le silia ma le 770 tagata. ■

MEA MONI

Faitau aofa’i o tagata:
2,713,000

Laumua: Ulaanbaatar

Gagana: Faa-Mongolia, faa-Rusia, ma le faa-Turkey

Oloa autū e faatau atu i isi atunuu: Kopa, koale, auro, ma fulufulu ‘oti

Nameri: Image © Volt Collection/Shutterstock; kamela: Robert Harding/Tuul; suāsusu to’a: © imageBROKER/Alamy



Pe a Faauma se Faigāuō



LE LU'Ī

“Na ou faapea ua ou mau le tagata e fetai lelei mo a’u. Na ou manatu ‘o le a ma nonofo i le olaga atoa.’ Ae i le mavae ai o le lua masina talu ona ma feoa’i, na tatau loa ona faauma. Ou te lē talitonu ona sa lelei le ma faigāuō, ae o lea ua vave ona faauma!”—Ana.*

“Na foliga mai e tele mea e ma te tutusa ai. Sa ou matuā maunitino o le a ma faaipoipo. Peita’i, a o faagasolo taimi, na ou iloa ai e matuā esese lava i ma’ua. Ina ua ou iloa e sesē la’u filifiliga, na ou faauma loa le ma faigāuō.”—Elaine.

Pe na oo se tulaga faapea iā te oe? Pe afai ioe, o le a fesoasoani lenei mataupu iā te oe e feagai ai ma lenā tulaga.

* Ua suia igoa.

MEA E TATAU ONA E ILOA

E tigā pe a faauma se faigāuō, e tusa lava po o oe na faaumaina. E ono masina talu ona feoa’i Sara ma lana uō, ae faauma loa le la faigāuō. Na faapea mai Sara: “Sa matuā ootia o’u faalogona! Sa māfana ma aga’i i luma le ma faigāuō, ae o lea ua faauma. Pe a ou faalogo i pese sa ma fiafia uma i ai, ou te toe manatua ai taimi na ma fiafia faatasi ai. Ou te alu i nofoaga e pele iā i ma’ua, ma ou te lagona le māfatia ona ua lē toe iai o ia. O lagona uma nei na oo iā te a’u e ui o a’u na faaumaina le ma faigāuō!”

E ui e tigā le faauma o se faigāuō, ae o se mea lelei. Ua faapea mai Elaine, “E te lē mana’o e faatigā i le isi tagata. Peita’i ua e iloa, pe a faaauau pea le lua faigāuō ae e lē o sologa lelei, o le a **lua** tigā uma.” E ioe Sara i lenā manatu. Na faapea mai o ia, “Ou te iloa a e lē fiafia i lau uō, atonu o le a e lē fiafia fo’i pe a e faaipoipo i ai. O lea, e sili ai la le faauma.”

Pe a faauma le lua faigāuō, e lē faapea ai ua e lē taulau. O se faigāuō e taulau e i’u i le faia o se **faai’uga**, ae e lē faapea e na o se **faaipoipoga**. Pe afai e te lua lē o maunitonu uma, o le faai’uga sa’o la o le faauma. Pe afai e tupu lenā tulaga, e lē faapea ai ua e lē taulau. E **mafai** lava ona e aga’i i luma! E faapefea?

MEA E MAFAI ONA E FAIA

Amana’ia faalogona tigā. Na ta’utino mai Elaine lea na ta’ua i le amataga: “Ua lē toe iai la’u uō ma ua leai la’u uō



mamae.” Pe a faauma le lua faigāuō ma se tasi na e māfana i ai, o se mea masani le tigā o ou faalogona mo sina taimi. Na faapea mai Atamu, “Ua uma le faigāuō, ma e mautinoa e iai faalogona tigā, e tusa pe e te iloa o le mea tonu lea e tatau ona fai.” E ono tutusa ou faalogona ma le tupu o Tavita lea e ta’ua i le Tusi Paia. Na tusi o ia a o mafatia: ‘Ua lofia lo’u moega i le pō atoa i o’u loimata.’ (Salamo 6:6) O nisi taimi o le auala sili e fo’ia ai faalogona tigā, o le **fesaga’ia** lea o na tigā, nai lo o le taumafai e **sola** mai ai. O lou amana’ia o ou faalogona tigā, o se laasaga muamua lea e fesoasoani e toe faaleleia ai ou faalogona.—*Mataupu silisili o le Tusi Paia: Salamo 4:4.*

Faatasitasi ma i latou e alolofa iā te oe. O le mea moni e lē faigofie ona faia faapea. Ua faapea mai Ana lea na ta’ua muamua, “Ou te le’i toe fia **vaai** i se tagata. Sa ou mana’omia se taimi e toe faaleleia ai o’u faalogona, ma toe mafaufau ai i le mea ua tupu.” A o faagasolo taimi, na iloa ai e Ana le atamai o le faatasitasi ma ana uō mamae, o ē e faalaeiauina o ia. Na faapea mai o ia: “Ua toe lelei o’u mafaufauga, ma ua lē o toe mamafa le mea na tupu e pei o le taimi na faato’ā tupu ai.”—*Mataupu silisili o le Tusi Paia: Faataoto 17:17.*

A’oa’o se lesona mai i le mea na tupu. Ia fesili ifo iā te oe lava: ‘Po ua faaalii mai ai i le mea na tupu, e iai ni vala e mana’omia ona ou faaleleia? Pe e iai se isi auala ou te faia i se isi a’u faigāuō?’ Ua faapea mai se tama’ita’i e igoa iā Mati, “A o faagasolo taimi, sa mafai ona ou toe iloiloi le mea na tupu. Na umi se taimi faato’ā lelei o’u faalogona ma toe sagatonu ai o’u mafaufauga.” E faapena fo’i manatu o Atamu lea na ta’ua i luga. Na ia ta’ua: “E tausaga atoa faato’ā te’a mai i lo’u mafaufau la’u faigāuō ua uma. Na umi se taimi faato’ā ou a’oa’oina ni lesona mai i le mea na tupu. E tele ni lesona ua ou a’oa’oina mai ai e faatatau iā te a’u, o le isi itupā, ma faigāuō. Ua **faasolo inamou** atu le tigā o o’u faalogona.”

Ia tatalo e faatatau i ou popolega. Ua ta’ua i le Salamo 147:3, e ‘faamālōlō e le Atua ē ua loto momomo, ma fusi-fusia o latou manu’a tigā.’ E ui e na te lē filifilia se paaga mo i tatou, e lē tuua’ia fo’i o ia pe a faauma se faigāuō, ae e naunau mai le Atua mo lo tatou lelei. Ia sasaa atu ou faalogona iā te ia e ala i le tatalo.—*Mataupu silisili o le Tusi Paia: 1 Peteru 5:7.* ■

MAU AUTŪ

“Pe a outou atuatuvaile . . . ia outou fai ifo i o outou loto i luga o o outou moega.”—Salamo 4:4.

“O le uō moni . . . ua fanau mo taimi o puapuaga.”
—Faataoto 17:17.

‘Ia ta’u atu o outou popolega uma i le Atua, auā o loo manatu mamafa mai o ia iā te outou.’
—1 Peteru 5:7.

“E MAFAI ONA TOE LELEI OU FAALOGONA”

“Ina ua faauma e la’u uō tama la ma faigāuō, sa ou tuua’ia a’u lava, ma lagona le lē mautonu, tuua to’atasi ma le lē aogā. O le loto tigā o se tasi o tulaga e sili ona faigatā ona fesaga’ia. Peita’i, e finagalo le Atua ia ave le alofa i le tasi o se mea lelei. O lea, e tusa pe e faauma se faigāuō, ae e mafai lava ona toe lelei o tatou faalogona. E umi se taimi faato’ā e alofa i se tasi, ma e umi fo’i se taimi o tau faaleleia ou faalogona pe a faauma lau faigāuō. Ae e mafai ona faaleleia, ma e mafai ona toe lelei ou faalogona.”
—Mati.

Mo nisi faamatalaga, taga’i i le mataupu e 31 o le tusi *Questions Young People Ask—Answers That Work* Volume 1. O loo maua leni tusi i le www.jw.org. Taga’i i le faa-Peretania i le PUBLICATIONS > BOOKS & BROCHURES.



GALUEGA

E ui o le Tusi Paia o se tusi ua leva, ae e aogā pea i so o se taimi ta’iala o loo iai. O faamatalaga o loo i le Tusi Paia e faatatau i galuega, o loo aogā i aso nei e pei fo’i ona aogā i le vaitau na tusia ai.

O le ā le vaaiga talafeagai e tatau ona iai i galuega?

TALA A TAGATA Pe afai e te mana’o ia tumau lau galuega, e tatau ona avea lau galuega ma mea e sili ona tāua i lou olaga. O lenei manatu ua i’u ai ina alu uma le taimi o nisi i a latou galuega, ae lē amana’ia ai o latou aiga ma soifua mālōlōina.

LE MANATU O LE TUSI PAIA O loo faalaeiau i le Tusi Paia se vaaiga paleni i galuega. E viivii le galue mamafa ae e inosia le paie. (Faataoto 6:6-11; 13:4) I le taimi e tasi, e lē o faalaeiau mai le Tusi Paia ia faaalu uma lo tatou taimi ma le malosi i galuega.

Nai lo lea, o loo faalaeiau i tatou ia lava le mālōlō. Ua ta’ua i le Failauga 4:6: “E sili le luuga e tasi o le mālōlō, nai lo o luuga e lua o galuega mamafa ma le ‘ai a le matagi.” E lē tatau la ona alu uma lo tatou taimi i galuega, ae lē amana’ia ai o tatou aiga ma le soifua mālōlōina. E leai se aogā o le soona galue ae ma’imau ai le ola!

“E leai se mea e sili i le tagata nai lo o le ‘ai ma inu, ma iloa e ia mea lelei ona o lana galuega mamafa.”—Failauga 2:24.



“E pisi tele lo’u tamā. E ese mai i lana galuega totogi, e iai fo’i ona tiute tauave i le faapotopotoga a Molimau a leova lea e matou te auai ai. Peita’i, e tuu atoa le fai mea mafai o si o’u tamā i lana galuega. E na te faamāe’a mea e tatau ona fai, ma e faaavanoa mai lava lona taimi mo a’u, lo’u uso, ma lo’u tinā. E tele mea a lo’u tamā e fai, ae e paleni lana vaaiga i na mea uma.”—Alana .



Pe e afāina le ituaiga galuega e te faia?

TALA A TAGATA A lelei le totogi, e tatau la ona e talia lenā galuega. O lenā manatu faatasi ai ma le mana’o tele i tupe, ua uuna’ia ai nisi e fai ni faiga faapisinisi pi’o-pi’o, ma talia galuega e solitulafono.

O nisi ua latou talia na o galuega e fiafia i ai. Pe afai e lē tau o latou loto i le galuega pe lē ausia le mea o loo naunau i ai mo lenā galuega, e latou te manatu e lē manaia lenā galuega. O lea, ua iai iā i latou se vaaiga sesē i le galuega ma tau ai ina faataunuu. E latou te ono lē talia fo’i avanoa lelei e faigaluega ai ona e manatu faatauvaa i na galuega.

LE MANATU O LE TUSI PAIA E lē talia i le Tusi Paia galuega e lē faamaoni pe e afāina ai tagata i so o se itu. (Levitiko 19: 11, 13; Roma 13:10) O galuega lelei e aogā i isi ma e fesoasoani i le tagata faigaluega, ina ia “taofimau i se lotofuatiaifo lelei.” —1 Peteru 3:16.

Ua a’oa’o e le Tusi Paia o le māfuaaga tāua e faigaluega ai, ina ia tausia ai le tagata ma lona aiga, ae e lē tau ina ia maua ai le faamalieina. E lē leaga le fiafia i a tatou galuega totogi, ae e lē tatau ona ave ma mea e sili ona tāua i o tatou olaga.

O le mea moni, o le siisii i luga o le tau o le soifuaga, e ono faapopoleina ai i tatou po o le a faapefea ona totogi tupe faaalu, ae o loo faamamafa i le Tusi Paia le paleni. Ua faapea mai: “Afai ua iai ni a tatou mea’ai, o mea e oofu ai, ma mea e nonofo ai, ia tatou lotomalilie i nei mea.”

(1 Timoteo 6:8) E lē faapea la o le a tatou lē popole i le tausaiaina o i tatou lava. Ae e tatau ona amana’ia le mea e tatou te gafatia, ma ia faaeteete i le tele o meafaitino e tatou te faatauina.—Luka 12:15.

LE UIGA MO OE la to’aga i lau galuega ma ia fiafia i ai. E tusa pe e foliga mai e faatauvaa pe e lē o le ituaiga galuega lea sa e mana’o i ai, ae ia taumafai e te toma’i i lau galuega. O le to’aga i le galuega o le a e lagona ai le fiafia, ma o le faaleleia pea o lou toma’i atonu o le a atili ai ona faamalieina oe i lau galuega.

I le taimi e tasi, ia paleni. Ia iai ni taimi e mālōlō ma tafafao ai. O le a sili ona fiafia i nei faigāmālōlōga pe afai na tatou galulue mamafa. E lē gata i lea, pe afai ua maua mea e mana’omia, o le a tatou lagona le faamalieina ma faaaloaloga i tatou e isi, e aofia ai o tatou aiga.—2 Tesalonia 3:12. ■

“Ia aua lava ne’i outou popole ma faapea ane; O le ā se mea tatou te aai ai?’ ‘O le ā se mea tatou te inu ai?’ ‘O le ā fo’i se mea tatou te oofu ai?’ . . . Ua silafia e lo outou Tamā o i le lagi, o mea uma ia o loo outou mana’omia.”
—Mataio 6:31, 32.



MEA E TATAU ONA E ILOA E FAATATAU I LE MALALIA

I le 2013, i se fua faatatau a le Faalapotopotoga o le Soifua Malōlōina i le Lalolagi, e silia i le 198 miliona tagata na aafia i le malalia, ma pe ā ma le 584,000 ē na maliliu ai. E toetoe o le to'a 4 mai i le to'a 5 o ē na maliliu, o le fanau e i lalo ifo o le lima tausaga. Ua avea lenei faama'ī ma lamatiaga i le pe ā ma le selau atunuu ma vaipanoa i le lalolagi aoao, ma e ono aafia ai le pe ā ma le 3.2 pilionā o tagata.

1 O LE Ā LE MALALIA?

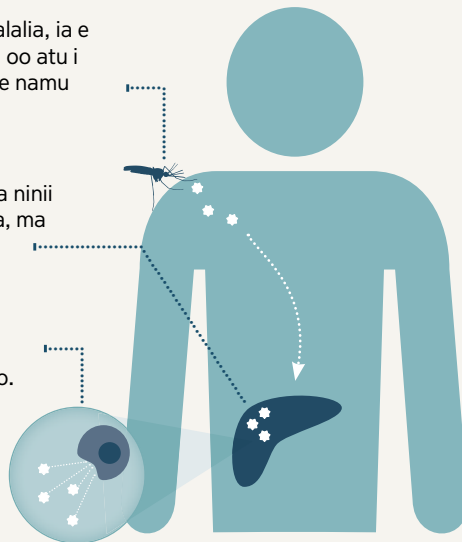
O le malalia o se faama'ī e māfua mai i ni meaola ninii. O ona āuga e aofia ai le fiva, maalili, afu, tigā le ulu ma le tino, faaufau ma pua'i. E fai ma oso āuga i le ta'i 48 i le 72 itula, e fua lava i le ituaiga o meaola ninii o loo aafia ai, ma po o le ā fo'i le umi talu ona aafia ai le tagata.

2 E FAAPEFEA ONA PEPESI LE MALALIA?

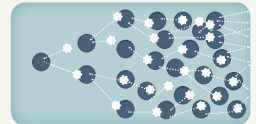
1. O meaola ninii e māfua ai le malalia, ia e ta'ua o le *Plasmodia*, e mafai ona oo atu i alātoto o se tagata pe afai e ū e le namu fafine e ta'ua o le *Anopheles*.

2. E faasolo ina oo atu nei meaola ninii i sela o le ate o se tagata ua aafia, ma fanafanau ai i inā.

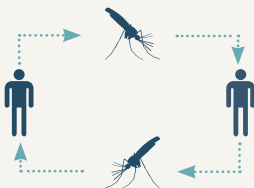
3. Pe a pā se sela o le ate, ona salalau atu lea o nei meaola ninii, ma oo atu ai i sela mūmū o le toto. O i inā la e faaauau ai ona toe fanafanau meaola ninii.



4. Pe a pā se sela mūmū o le toto, ona toe salalau atu lea o meaola ninii i isi fo'i sela mūmū o le toto.



5. E faaauau ona pāpā sela mūmū o le toto ma salalau atu meaola ninii. E masani ona vaaia āuga o le malalia i se tagata, i so o se taimi lava e pā ai se sela mūmū o le toto.



E mafai ona aafia se tagata i le malalia mai i se namu o loo feavea'ia meaola ninii e māfua ai le malalia. I le isi itu, e mafai e se namu e lē o aafia, ona maua meaola ninii e māfua ai le malalia, mai i se tagata o loo aafia i le malalia. Ona faasalalau atu lea e lenā namu i se isi tagata, meaola ninii e māfua ai le malalia

3 E FAAPEFEA ONA PUIPUIA OE?

Pe afai e te nofo i se atunuu e pepesi ai le malalia . . .

- ▶ la faaaogā se ta'inamu, ma e tatau ona
 - a. fana i se vailaau e tapē ai namu.
 - e. leai ni pūpū po o ni masaesae.
 - i. afe lelei i lalo o le faamalū pe tatao i ni maa.
- ▶ la faaaogā se vailaau e tapē ai namu e faga ai totonu o lou fale.
- ▶ Pe a mafai, ia faaaogā mea valavala (screens) e pupuni ai faitoto'a ma faamalama, ma faaaogā ea mālūlū ma ili, ina ia tutuli ese ai namu mai i totonu o le fale.
- ▶ la fai ofu e lanu vaivai ma ufi ai le tino atoa.
- ▶ Pe a mafai, ia 'alofia togāvao ia e tele ai namu, ma mea e to'a ai vai ia e tuufua ai namu.
- ▶ **Pe afai ua e aafia i le malalia, ia sa'ilia loa se togafitiga.**

Pe afai o e fuafua e asiasi i se atunuu e pepesi ai le malalia . . .

- ▶ la sa'ili ni faamatalaga e faatatau i le malalia a o e le'i faimalaga atu. E eseese ituaiga o meaola ninii e māfua ai le malalia mai lea vaipanoa i lea vaipanoa, ma o i inā e fua i ai le ituaiga fualaau e aogā. la faafesoota'i fo'i lau foma'i i ni mea e mana'omia ona e iloa e tusa ai ma lou soifua mālōlōina.
- ▶ I lau asiasiga, ia mulimuli i ta'iala o loo maua i lenei mataupu, mo i latou e nonofo i vaipanoa o loo pepesi ai le malalia.
- ▶ **Pe a e aafia, ia vave sa'ili se togafitiga.** Ia e iloa e faato'a alia'e āuga pe a mavae le tasi i le fā vaiaso talu ona e aafia.

E TE SILAFIA?

E sili atu ona aafia gofie le fanau iti ma fafine ma'itaga i se ma'i tugā, pe a aafia i le malalia.

I Aferika, o minute uma lava e oti ai se tamaitiiti ona o le malalia.

E seāseā lava ona tupu, ae e aafia fo'i tagata i le malalia ona o tuigātoto.



I AFERIKA, O MINUTE
UMA LAVA E OTI AI
SE TAMAITIITI ONA
O LE MALALIA

ISI MEA E MAFAI ONA E FAIA

1. la faaaogā lelei polokalame faalauiloa a le malo ma nuu e faatatau i le soifua mālōlōina.
2. la faatau fualaau mai i se fale talavai maufaatuatua. (O fualaau e lē lelei le gaosiina po o fualaau pepelo, e mafai ona faaumiumi ai le ma'i pe oti ai fo'i.)
3. la faamamā nofoaga e latalata i lou fale o loo tuufua ai namu.

Pe afai e te nofo pe na e asiasi fo'i i se vaipanoa e pepesi ai le malalia, aua le manatu māmā i āuga nei o le malalia . . .



- ▶ Maualuga le fiva
- ▶ Afu
- ▶ Maalili
- ▶ Tigā le ulu
- ▶ Tigā maso
- ▶ Lēlavā
- ▶ Faafaufau
- ▶ Pua'i
- ▶ Manava tatā

Pe a lē togafitia le malalia, e ono vaivai ai le toto ma lamatia ai le ola. Ia vave sa'ili se togafitiga a o le'i tigāina, aemaise lava i tamaiti ma tinā ma'itaga.* ■

* Mo nisi faamatalaga taga'i i le *Awake!* o Novema 2011, itulau e 24-25, ma le *Ala Mai!* o Aperila-luni 2010, itulau 10-13.



Gutu o le Kolokotaila



© Anup Shah/Animals Animals/age fotostock

O LE kolokotaila e aupito i malosi lana ū i meaola uma o loo iai nei. O se faaa'oa'oga, o le kolokotaila sami e maua e lata i Ausetalia, e toetoe tolu taimi e malosi atu ai lana ū nai lo o se leona po o se taika. Peita'i, e sili atu ona faigofie ona lagona mea i totonu o le gutu o le kolokotaila, nai lo o mea e lagona i le tumutumu o le tamatama'i lima o se tagata. E faapefea ona tupu lenā mea, aemaise e malō le pa'u o le kolokotaila?

E iai i totonu o le gutu o le kolokotaila le faitau afe o neula e lagona ai mea. Na faapea mai Duncan Leitch i le mae'a ai o ana su'esu'ega: "O pito o neula ta'itasi, e sau

mai i se pū i le atigipoo." O lenei auala e mafai ai ona puipuia neula i totonu o le gutu. O nisi vaega o le gutu o le kolokotaila e faigofie atu ona lagonaina mea, nai lo o mea e lagona e masini. O lea e mafai e le kolokotaila ona iloa le eseesega o lapiasi ma mea'ai i totonu o lona gutu. O le pogai fo'i lea e mafai ai e se kolokotaila fafine ona feavea'i lana fanau i totonu o lona gutu, e aunoa ma le nutipalaina o i latou. E mata'ina la le gutu o le kolokotaila, ona e malosi tele ma e na te lagonaina fo'i le tele o mea.

O le ā sou manatu? Pe na te'i lava ua iai le gutu o le kolokotaila? Pe na foafoaina? ■



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



Ua maua le Tusi Paia i le Initaneti i le silia ma le 100 gaganā

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



9.15.07-SM
150331