

His Hand Ready to Help Us

By Elder Juan Pablo Villar
Of the Seventy

Ang Iyang Kamot Andam nga Motabang Kanato

Ni Elder Juan Pablo Villar
Sa Seventy

October 2024 general conference

As we reach out to Jesus Christ in faith, He will always be there.

When I was a child, as a family we went on vacation to a beach on the coast of my native country, Chile. I was excited to spend some days enjoying the summer with my family. I was also thrilled because I thought I could finally join in and do what my two older brothers usually did for fun on the water.

One day my brothers went to play where the waves were breaking, and I felt big and mature enough to follow them. As I moved toward that area, I realized the waves were larger than they appeared from the shore. Suddenly, a wave rapidly approached me, taking me by surprise. I felt like the power of nature had taken over me, and I was dragged into the depths of the sea. I couldn't see or feel any reference point as I was tossed around. Just as I thought my adventure on the earth might be coming to an end, I felt a hand pulling me toward the surface. Finally, I could see the sun and catch my breath.

My brother Claudio had seen my attempts to act as a grown-up and had come to my rescue. I was not far from the shore. Even though the water was shallow, I was disoriented and had not realized I could have helped myself. Claudio told me that I needed to be careful and, if I wanted, he could teach me. Despite the gallons of water

Kon moduol kita kang Jesukristo uban sa hugot nga pagtuo, Siya makaayo kanako sa espirituhanong paagi.

Sa bata pa ko, uban sa tibuok pamilya nagbakasyon kami sa baybay duol sa usa ka baybayon sa akong lumad nga nasod, sa Chile. Mahinamon ko nga makagahin og pipila ka adlaw nga maglingaw sa ting-init kauban sa akong pamilya. Nalipay usab kaayo ko kay nagtuo ko nga sa kataposan makaapil na ko ug mobuhat sa unsay kasagaran gibuhad sa duha nako ka magulang nga mga lalaki sa paglingaw-lingaw ngadto sa tubig.

Usa ka adlaw, ang akong mga igsoong lalaki nangadto sa pagdula kon asa mabungkag ang mga balod, ug mibati ko nga dako na ko ug igo na ang kahingkod nga mosunod nila. Samtang nagpadulong ko sa maong dapit, akong nabantayan nga ang mga balod mas dagko kay sa unsay makita gikan sa baybay. Sa kalit, usa ka balod ang paspas kaayong naduol kanako, nga nakuratan ko. Akong gibati nga sama og ang gahom sa kinaiyahan midat-og kanako, ug naguroy ko ngadto sa kahiladman sa dagat. Dili na nako makita o mabati ang timailhan asa ang daplin kay gikusokuso ko og maayo. Sa dihang nagtuo ko nga ang akong panimpalad dinhi sa yuta ingon og matapos na, mibati ko nga dunay kamot nga mibira nako padulong sa ibabaw. Sa kataposan, makita na nako ang adlaw ug nakaginhawa.

Ang igsoon nakong si Claudio nakakita sa akong mga pagsulay nga molihok isip dako na nga tawo ug miadto sa pagluwas kanako. Dili ako layo sa baybayon. Bisan pa og mabaw ra ang tubig, wala ko masayod unsay buhaton ug wala makabantay nga kaya ra diay nakong tabangan ang akong kaugalingon. Giingnan ko ni Claudio

I had swallowed, my pride and desire to be a big boy were stronger, and I said, "Sure."

Claudio told me I needed to attack the waves. I told myself I would surely lose that battle against what seemed like a huge wall of water.

As a new big wave approached, Claudio quickly said, "Look at me; this is how you do it." Claudio ran toward the incoming wave and dove into it before it broke. I was so impressed with his dive that I lost sight of the next incoming wave. So again I was sent to the depths of the sea and tossed by the forces of nature. A few seconds later, a hand grasped mine, and I was again pulled toward the surface and air. The flame of my pride was extinguishing.

This time my brother invited me to dive with him. As per his invitation, I followed him, and we dove together. I felt as if I was conquering the most complicated challenge. Certainly, it was not very easy, but I did it, thanks to the help and example shown by my brother. His hand rescued me twice; his example showed me how to deal with my challenge and be victorious that day.

President Russell M. Nelson has invited us to think celestial, and I want to follow his advice and apply it to my summer story.

The Savior's Power over the Adversary

If we think celestial, we will understand that in our lives we will face challenges that seem greater than our capacity to overcome them. During our mortal time, we are subject to the attacks of the adversary. Like the waves that had power over me that summer day, we can feel powerless and want to give in to a stronger fate. Those "malicious waves" could jostle us from side to side. But do not forget who has power over those waves and, in fact, over all things. That is our Savior, Jesus Christ. He has the power to help

nga kinahanglan kong mag-amping ug kon gusto ko, pwede ko niyang tudloan. Bisan sa ginalon nga tubig nga akong naimom, ang akong garbo ug tinguha nga mahimong dako na mas milabaw, ug miingon ko, "Oo sige."

Giingnan ko ni Pablo nga kinahanglan sugaton nako ang mga balod. Miingon ko sa akong kaugalingon nga seguradong mapildi ko sa pagkigbatok sa ingon ka dagkong balod.

Dihang nagpadulong ang bag-ong dakong balod, miingon dayon si Claudio: "Tan-awa ko, ingon ani ang imong buhaton." Midagan si Claudio paingon sa nagpadulong nga balod ug misalom sa ilawom niini sa wala pa kini mabungkag. Nakadayeg kaayo ko sa iyang pagsalom nga wala nako makita ang sunod nga nagpadulong nga balod. Usab, nadala na pod ko sa kahiladman sa dagat ug gikusokuso sa mga pwersa sa kinaiyahan. Pipila ka segundos ang milabay, may miha-kop sa akong kamot, ug mibira na usab kanako sa ibabaw ug mihanggab sa hangin. Ang kalayo sa akong garbo nagkahanaw.

Niini nga higayon, gidapit ako sa akong igsoon nga mosalom dungan niya. Sa iyang pagdapit, gisunod nako siya, ug nagdungan kami sa pagsalom. Mibati ko nga ingon og nagbuntog ko og sa labihan ka komplikadong hagit. Tinuod, dili gayod sayon, apan akong nahimo, salamat sa tabang ug ehemplo nga gipakita sa akong igsoon. Kaduha ang iyang kamot miluwas kanako, ang iyang ehemplo nagpakita unsaon nako pag-atubang ang akong hagit ug magmadaogon nianang adlaw.

Si Presidente Russell M. Nelson midapit kanato sa paghunahuna og celestial, ug gusto na-kong sundon ang iyang tambag ug gamiton kini sa akong sugilanon sa ting-init.

Ang Gahom sa Manluluwas batok sa Kaaway

Kon maghunahuna kita og celestial, atong masabtan nga sa atong kinabuhi mag-atubang kita og mga hagit nga daw mas dagko kaysa atong kapasidad sa pagbuntog niini. Atol sa atong pagkamortal, ubos kita sa mga pag-atake sa kaaway. Sama sa mga balod nga may gahom sa paglumos kanako niana nga ting-init, mobati kitang walay gahom ug monunot na lang sa dili maayong kapalaran. Kadtong "isog kaayong mga balod" mokusokuso kanato pagmaayo. Apan ayaw kalimti kon si kinsa ang dunay gahom

us out of every miserable condition or adverse situation. Regardless of whether we feel close to Him, He still can reach us where we are as we are.

As we reach out to Him in faith, He will always be there, and in His time, He will be ready and willing to grasp our hands and pull us up to a safe place.

The Savior and His Ministering Example

If we think celestial, we will recognize Jesus Christ as a flawless example of ministry. There is a pattern for us in the scriptures when He or His disciples reach out to someone in need of help, rescue, or a blessing as they reach out with their hands. As in my story, I knew my brother was there, but being there for me was not enough. Claudio knew I was in trouble, and he went to help lift me from the water.

Occasionally, we think that we only need to be there for someone in need, and many times there is more we can do. Having an eternal perspective can help us receive revelation to offer timely assistance to others in need. We can rely on the guidance and inspiration of the Holy Ghost to discern what kind of help is needed, whether it is temporal support like emotional comfort, food, or aid with daily tasks, or spiritual guidance to help others in their journey to prepare, make, and honor sacred covenants.

The Savior Is Ready to Rescue Us

When Peter, the senior Apostle, “walked on the water, to go to Jesus, ... he was afraid; and beginning to sink”; then “he cried, saying, Lord, save me.” Jesus knew the faith Peter had exercised to come unto Him on the water. He was also aware of Peter’s fear. According to the account,

batok nianang mga balod, ug gani, sa tanan nga butang. Kana mao ang atong Manluluwas, si Jesukristo. Siya adunay gahom sa pagtabang kanato nga makalingkawas sa matag miserableng kondisyon o makadaot nga sitwasyon. Bisan og mobati man kita nga duol o layo Kaniya, Siya sa gihapon motabang kanato bisan unsa o asa man kita.

Kon moduol kita Kaniya pinaagi sa hugot nga pagtuo, kanunay Siya nga anaa, ug sa Iyang panahon, andam Siya ug matinguhaong mohakop sa atong mga kamot ug mobira kanato paingon sa luwas nga dapit.

Ang Manluluwas ug ang Iyang Ehemplo sa Pagpangalagad

Kon maghunahuna kita og celestial, atong maila si Jesukristo isip hingpit nga ehemplo sa pagpangalagad. Adunay sundanan alang nato diha sa mga kasulatan dihang Siya o ang Iyang mga disipulo mitabang og tawo nga nanginahannglan og tabang, pagluwas, pagpanalangin samtang mitunol sila sa ilang mga kamot. Sa akong giistorya, nasayod kong anaa ang akong igsoon, apan ang iyang pagkaanaa didto alang kanako dili pa igo. Nasayod si Claudio nga nagkalisod ko, ug miadto siya aron motabang sa pagkawas kanako gikan sa tubig.

Usahay, maghunahuna kita nga kinahanglan lang nga naa ta didto alang sa uban nga nagkinahanglan, ug sa daghang higayon duna kitay mas daghan pa nga mahimo. Ang pagkaadunay mahangtoron nga panglantaw makatabang sa atong pagdawat og pagpadayag sa pagtanyag og tukma sa panahon nga tabang sa uban nga nanginahannglan. Makasalig kita sa giya ug inspirasyon sa Espiritu Santo sa pag-ila unsa nga matang sa tabang ang gikinahanglan, matemporal man kini nga suporta sama sa kahupayan sa emosyon, pagkaon, tabang sa inadlawng buluhaton, o espirituhanong giya sa pagtabang sa uban sa ilang panaw aron maandam, sa paghimo, ug pagtahod sa sagradong mga pakigsaad.

Ang Manluluwas Andam nga Moluwas Kanato

Dihang si Pedro, ang pangulong Apostol, “milakaw ibabaw sa tubig sa pag-adto kang Jesus ... nahadlok siya; ug nag-anam sa pagtidlom”; dayon “misinggit siya, nga nag-ingon, Ginoo, luwasa ako.” Nasayod si Jesus sa hugot nga pagtuo nga gigamit ni Pedro sa pagduol ngadto Kaniya

Jesus “immediately ... stretched forth his hand, and caught him,” saying the following words: “O thou of little faith, wherefore didst thou doubt?” His words were not to scold Peter but to remind him that He, the Messiah, was with him and the disciples.

If we think celestial, we will receive the confirmation in our hearts that Jesus Christ is indeed our Rescuer, our Advocate with the Father, and our Redeemer. As we exercise faith in Him, He will save us from our fallen state, beyond our challenges, infirmities, and needs in this temporal life, and give us the greatest of all gifts, which is eternal life.

The Savior Does Not Give Up on Us

My brother did not give up on me that day but persisted so I could learn how to do it for myself. He persisted, even if that required rescuing metwice. He persisted, even if I could not get it at first. He persisted so I could overcome that challenge and succeed. If we think celestial, we will realize that our Savior will be there as many times as necessary to provide help if we want to learn, change, overcome, cope, or succeed in whatever will bring true and everlasting happiness to our lives.

The Savior’s Hands

The scriptures immortalize the symbol and significance of the Savior’s hands. In His atoning sacrifice, His hands were pierced by nails to affix Him to the cross. After His Resurrection, He appeared to His disciples in a perfect body, but the prints in His hands remain as a reminder of His infinite sacrifice. His hand will always be there for us, even if we cannot see it or feel it at first, because He was chosen by our Heavenly Father to be our Savior, the Redeemer of all humankind.

didto sa tubig. Nasayod usab siya sa kahadlok ni Pedro. Sigon sa asoy, “dihadiha gituy-od ni Jesus ... ang iyang kamot ug iyang gikuptan siya,” nag-ingon sa mosunod nga mga pulong: O tawong gamay og pagtuo, nganong nagduhaduha man ikaw?” Ang iyang mga pulong dili sa pag-pangasaba kang Pedro apan sa pagpahinumdom kaniya nga Siya, ang Mesiyas, anaa uban kaniya ug sa mga disipulo.

Kon maghunahuna kita og celestial, madawat nato ang kumpirmasyon sulod sa atong kasing-kasing nga si Jesukristo sa tinuod atong Tigluwas, atong Manlalaban ngadto sa Amahan, ug atong Manunubos. Kon ang atong pagtuo Kaniya atong gamiton, Siya moluwas kanato gikan sa atong napukan nga kahimtang, lapas sa atong mga hagit, mga kahuyang, ug mga panginahanglan niining temporal nga kinabuhi, ug hatagan kita sa gasa nga labaw sa tanan nga gasa, nga mao ang kinabuhing dayon.

Ang Manluluwas Dili Mohunong sa Pagtabang Kanato

Ang akong igsoon wala mohunong sa pagtabang kanako niana nga adlaw apan nagpadayon aron makakat-on ko unsaon sa paghimo niini nga ako ra. Nagpadayon siya, bisan og nagkinahanglan kini nga luwason ako saduhaka higayon. Nagpadayon siya, bisan wala nako kini makuha sa pagsugod. Nagpadayon siya aron akong mabuntog ang hagit ug molampos. Kon maghunahuna kita og celestial, makaamgo kita nga ang Manluluwas anaa sa daghang higayon kon gikinahanglan aron mahatag ang tabang kon gusto kitang makakat-on, mag-usab, makabuntog, makasugakod, o molampos sa bisan unsa nga magdala og tinuod ug walay kataposang kalipay sa atong kinabuhi.

Ang mga Kamot sa Manluluwas

Ang mga kasulatan mipreserbar sa simbolo ug kahulogan sa mga kamot sa Manluluwas. Sa Iyang maulaon nga sakripisyo, gitusok ang Iyang mga kamot sa mga lansang aron mabutang Siya sa krus. Human sa Iyang Pagkabanhaw, mipakita Siya sa Iyang mga disipulo sa usa ka hingpit nga lawas, apan ang mga uwat sa Iyang mga kamot nagpabiling pahinumdom sa Iyang walay kinutobang sakripisyo. Ang iyang mga kamot kanunayng maanaa alang kanato, bisan og dili nato kini makita sa sinugdanan, kay Siya gipili sa

Within Our Grasp, by Jay Bryant Ward

The Hand of God, by Yongsung Kim

If I think celestial, I know that we are not left alone in this life. While we must face challenges and trials, our Heavenly Father knows our capabilities and knows we can bear or overcome our difficulties. We must do our part and turn to Him in faith. His Beloved Son, Jesus Christ, is our rescuer and will always be there. In His name, the sacred name of Jesus Christ, amen.

atong Langitnong Amahan nga mahimo natong Manluluwas, ang Manunubos sa tanang tawha-nong binuhat.

Atong Makab-ot, ni Jay Bryant Ward

Ang Kamot sa Dios, ni Yongsung Kim

Kon maghunahuna ko og celestial, nasayod kong dili kita mapasagdan nga mag-inusara niining kinabuhia. Samtang kinahanglan kitang mag-atubang og mga hagit ug mga pagsulay, ang atong Langitnong Amahan nasayod sa atong mga kapabilidad ug nasayod nga atong mapas-an o mabuntog ang atong mga kalisdanan. Kinahanglan nga buhaton nato ang atong bahin sa pagduol ngadto Kaniya pinaagi sa pagtuo. Ang Hinigugma Niya nga anak, si Jesukristo, maoy atong tigluwas ug kanunay nga maanaa. Sa Iyang pangalan, sa sagrado nga ngalan ni Jesukristo, amen.