

His Hand Ready to Help Us

By Elder Juan Pablo Villar
Of the Seventy

Το χέρι Του έτοιμο να μας βοηθήσει

Από τον Πρεσβύτερο Χουάν Πάμπλο Βιγιάρ
Των Εβδομήκοντα

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

Καθώς προσεγγίζουμε τον Ιησού Χριστό με πίστη, Εκείνος θα είναι πάντοτε εκεί.

Όταν ήμουν παιδί, πήγαμε οικογενειακά διακοπές σε μια παραλία στην ακτή της πατρίδας μου της Χιλής. Ήμουν ενθουσιασμένος που θα περνούσα μερικές μέρες απολαμβάνοντας το καλοκαίρι με την οικογένειά μου. Ήμουν επίσης ενθουσιασμένος, γιατί σκέφτηκα ότι θα μπορούσα επιτέλους να συμμετάσχω και να κάνω αυτό που έκαναν συνήθως οι δύο μεγαλύτεροι αδελφοί μου για να διασκεδάσουν στο νερό.

Μια μέρα οι αδελφοί μου πήγαν να παίξουν εκεί που έσκαγαν τα κύματα και ένιωσα αρκετά μεγάλος και ώριμος για να τους ακολουθήσω. Καθώς προχωρούσα προς εκείνη την περιοχή, συνειδητοποίησα ότι τα κύματα ήταν μεγαλύτερα από ό,τι φαίνονταν από την ακτή. Ξαφνικά, ένα κύμα με πλησίασε γρήγορα, αιφνιδιαζοντάς με. Ένιωσα σαν να με είχε κυριεύσει η δύναμη της φύσης και με παρέσυρε στα βάθη της θάλασσας. Δεν μπορούσα να δω ή να αισθανθώ κανένα σημείο αναφοράς καθώς με παρέσυραν γύρω-γύρω. Ακριβώς τη στιγμή που σκέφτηκα ότι η περιπέτειά μου στη Γη πλησίαζε στο τέλος της, ένιωσα ένα χέρι να με τραβά προς την επιφάνεια. Επιτέλους μπόρεσα να δω τον ήλιο και να πάρω ανάσα.

Ο αδελφός μου ο Κλαούντιο είχε δει τις προσπάθειές μου να συμπεριφερθώ ως ενήλικος και ήρθε να με σώσει. Δεν ήμουν μακριά από την ακτή. Παρ' όλο που το νερό ήταν ρηχό, ήμουν αποπροσανατολισμένος και δεν είχα συνειδητοποιήσει ότι θα μπορούσα να είχα βοηθήσει τον εαυτό μου. Ο Κλαούντιο μου είπε ότι έπρεπε να είμαι προσεκτικός και, αν ήθελα, θα μπορούσε να με διδάξει. Παρά τα λίτρα νερού που είχα κα-

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 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.

ταπειν, η περηφάνια και η επιθυμία μου να γίνω ένα μεγάλο αγόρι ήταν πιο ισχυρές και είπα: «Σίγουρα».

Ο Κλαούντιο μου είπε ότι έπρεπε να ορμήσω στα κύματα. Είπα στον εαυτό μου ότι σίγουρα θα έχανα αυτή τη μάχη εναντίον αυτού που έμοιαζε σαν ένας τεράστιος υδάτινος τοίχος.

Καθώς πλησίαζε ένα νέο μεγάλο κύμα, ο Κλαούντιο είπε γρήγορα: «Κοίταξέ με, έτσι να το κάνεις». Ο Κλαούντιο έτρεξε προς το επερχόμενο κύμα και βούτηξε μέσα του πριν να σκάσει. Εντυπωσιάστηκα τόσο πολύ με την βουτιά του, που δεν είδα το επερχόμενο κύμα. Έτσι και πάλι με έστειλε στα βάθη της θάλασσας και με παρέσυραν οι δυνάμεις της φύσης. Λίγα δευτερόλεπτα αργότερα, ένα χέρι έπιασε το δικό μου και με τράβηξε ξανά προς την επιφάνεια και τον αέρα. Η φλόγα της περηφάνιας μου έσβηνε.

Αυτή τη φορά ο αδελφός μου με κάλεσε να βουτηξω μαζί του. Σύμφωνα με την πρόσκλησή του τον ακολούθησα και βουτήξαμε μαζί. Ένιωσα σαν να κατακτούσα την πιο περίπλοκη πρόκληση. Σίγουρα, δεν ήταν πολύ εύκολο, αλλά το κατάφερα, χάρη στη βοήθεια και στο παράδειγμα που έδειξε ο αδελφός μου. Το χέρι του με έσωσε δύο φορές. Το παράδειγμά του μου έδειξε πώς να αντιμετωπίσω τη δυσκολία μου και να είμαι νικητής εκείνη την ημέρα.

Ο Πρόεδρος Ράσσελ Μ. Νέλσον μας έχει καλέσει να σκεφτόμαστε επουράνια και θέλω να ακολουθήσω τη συμβουλή του και να την εφαρμόσω στην καλοκαιρινή μου ιστορία.

Η δύναμη του Σωτήρος επί του εναντίου

Αν σκεφθούμε επουράνια, θα καταλάβουμε ότι στη ζωή μας θα αντιμετωπίσουμε δυσκολίες που φαίνονται μεγαλύτερες από την ικανότητά μας να τις ξεπεράσουμε. Κατά τη διάρκεια της θνητής μας ζωής, είμαστε υποκείμενοι στις επιθέσεις του εναντίου. Όπως τα κύματα που είχαν δύναμη επάνω μου εκείνη την καλοκαιρινή μέρα, μπορούμε να νιώσουμε αδύναμοι και να θέλουμε να παραδοθούμε σε μια πιο δυνατή μοίρα. Αυτά τα «κακόβουλα κύματα» θα μπορούσαν να μας σπρώξουν από τη μία πλευρά στην άλλη. Αλλά μην ξεχνάτε ποιος έχει δύναμη επάνω σε αυτά τα κύματα, και στην πραγματικότητα, σε όλα τα πράγματα. Αυτός είναι ο Σωτήρας μας, Ιησούς Χριστός. Έχει τη δύναμη να μας βοηθήσει να βγούμε από κάθε άθλια ή δυσμενή κατάσταση.

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, 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.

Ανεξάρτητα από το αν νιώθουμε κοντά Του, μπορεί ακόμα να μας βοηθήσει εκεί που είμαστε όπως και αν είμαστε.

Καθώς Του ζητούμε βοήθεια με πίστη, Εκείνος θα είναι πάντα εκεί, και στην ώρα Του, θα είναι έτοιμος και πρόθυμος να πιάσει τα χέρια μας και να μας τραβήξει σε ένα ασφαλές μέρος.

Ο Σωτήρας και το παράδειγμά Του τέλεσης διακονίας

Αν σκεφθούμε επουράνια, θα αναγνωρίσουμε τον Ιησού Χριστό ως ένα άψογο παράδειγμα διακονίας. Υπάρχει ένα πρότυπο για εμάς στις γραφές, όταν Εκείνος ή οι μαθητές Του προσεγγίζουν κάποιον που έχει ανάγκη από βοήθεια, διάσωση ή ευλογία καθώς Τον προσεγγίζουν με τα χέρια τους. Όπως και στην ιστορία μου, ήξερα ότι ο αδελφός μου ήταν εκεί, αλλά το να είναι εκεί για μένα δεν ήταν αρκετό. Ο Κλαούντιο ήξερε ότι είχα πρόβλημα και πήγε να με βοηθήσει να με βγάλει από το νερό.

Κατά περίπτωση, νομίζουμε ότι χρειάζεται να είμαστε εκεί μόνο για κάποιον που έχει ανάγκη, ενώ πολλές φορές, μπορούμε να κάνουμε περισσότερα. Το να έχουμε μια αιώνια προοπτική μπορεί να μας βοηθήσει να λάβουμε αποκαλύψη για να προσφέρουμε εγκαίρως βοήθεια σε άλλους που έχουν ανάγκη. Μπορούμε να βασισθούμε στην καθοδήγηση και την έμπνευση του Αγίου Πνεύματος για να διακρίνουμε τι είδους βοήθεια χρειάζεται, είτε πρόκειται για εγκόσμια υποστήριξη όπως συναισθηματική παρηγοριά, φαγητό ή βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες είτε πνευματική καθοδήγηση για να βοηθήσουμε άλλους στο ταξίδι τους να προετοιμαστούν, να συνάψουν και να τιμήσουν τις ιερές διαθήκες.

Ο Σωτήρας είναι έτοιμος να μας διασώσει

Όταν ο Πέτρος, ο μεγαλύτερος σε ηλικία Απόστολος, «περπάτησε πάνω στο νερό για να 'ρθει στον Ιησού... φοβήθηκε. Και αρχίζοντας να καταποντίζεται», τότε «έκραξε, λέγοντας: Κύριε, σώσε με». Ο Ιησούς γνώριζε την πίστη που είχε ασκήσει ο Πέτρος για να έρθει κοντά Του επάνω στο νερό. Είχε επίσης επίγνωση του φόβου του Πέτρου. Σύμφωνα με την αφήγηση, ο Ιησούς «αμέσως... απλώνοντας το χέρι [Του], τον έπιασε» λέγοντάς του τα ακόλουθα λόγια: «Ολιγόπιστε, σε τι δίστασες;» Τα λόγια Του δεν ήταν για να επιπλήξουν τον Πέτρο, αλλά για να

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.

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

του υπενθυμίσουν ότι Εκείνος, ο Μεσσίας, ήταν μαζί του και με τους μαθητές.

Εάν σκεφθούμε επουράνια, θα λάβουμε την επιβεβαίωση στις καρδιές μας ότι ο Ιησούς Χριστός είναι πράγματι ο Σωτήρας μας, ο Συνήγορος μας με τον Πατέρα και ο Λυτρωτής μας. Καθώς ασκούμε πίστη σε Εκείνον, θα μας σώσει από την πεπτωκνία κατάστασή μας, πέρα από τις δυσκολίες, τις αδυναμίες και τις ανάγκες μας σε αυτήν την πρόσκαιρη ζωή, και θα μας δώσει το μεγαλύτερο από όλα τα δώρα, το οποίο είναι η αιώνια ζωή.

Ο Σωτήρας δεν μας εγκαταλείπει

Ο αδελφός μου δεν με εγκατέλειψε εκείνη την ημέρα, αλλά επέμεινε, ώστε να μάθω πώς να το κάνω μόνος μου. Επέμεινε, ακόμα κι αν αυτό απαιτούσε να με σώσει δυο φορές. Επέμεινε, ακόμα κι αν δεν μπορούσα να το καταλάβω στην αρχή. Επέμεινε για να μπορέσω να ξεπεράσω αυτήν τη δυσκολία και να πετύχω. Εάν σκεφθούμε επουράνια, θα συνειδητοποιήσουμε ότι ο Σωτήρας μας θα είναι εκεί όσες φορές χρειαστεί για να παράσχει βοήθεια, εάν θέλουμε να μάθουμε, να αλλάξουμε, να υπερνικήσουμε, να αντεπεξέλθουμε ή να επιτύχουμε σε οτιδήποτε θα φέρει αληθινή και αιώνια ευτυχία στη ζωή μας.

Τα χέρια του Σωτήρος

Οι γραφές απαθανατίζουν το σύμβολο και τη σημασία των χεριών του Σωτήρος. Στην εξιλεωτική Του θυσία, τα χέρια Του τρυπήθηκαν από καρφιά για να Τον στερεώσουν στον σταυρό. Μετά την Ανάστασή Του, εμφανίσθηκε στους μαθητές Του με τέλειο σώμα, αλλά τα αποτυπώματα στα χέρια Του παραμένουν ως υπενθύμιση της άπειρης θυσίας Του. Το χέρι Του θα είναι πάντα εκεί για εμάς, ακόμα κι αν δεν μπορούμε να το δούμε ή να το αισθανθούμε στην αρχή, επειδή επελέγη από τον Επουράνιο Πατέρα μας για να είναι ο Σωτήρας μας, ο Λυτρωτής όλης της ανθρωπότητας.

Within Our Grasp [Εντός των δυνατοτήτων μας], υπό Jay Bryant Ward

The Hand of God [Το χέρι του Θεού], υπό Yongsung Kim

Αν σκέπτομαι επουράνια, ξέρω ότι δεν μένουμε μόνοι σε αυτή τη ζωή. Ενώ πρέπει να αντιμετωπίσουμε δυσκολίες και δοκιμασίες, ο Επουράνιος Πατέρας μας γνωρίζει τις δυνατότητές μας και ξέρει ότι μπορούμε να αντέξουμε

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.

ή να ξεπεράσουμε τις δυσκολίες μας. Πρέπει να εκπληρώνουμε τις ευθύνες μας και να στρεφόμεστε σε Εκείνον με πίστη. Ο Αγαπημένος Υιός Του, ο Ιησούς Χριστός, είναι ο διασώστης μας και θα είναι πάντα εκεί. Στο όνομά Του, το ιερό όνομα του Ιησού Χριστού, αμήν.