

His Hand Ready to Help Us

By Elder Juan Pablo Villar
Of the Seventy

Zijn hand is klaar om ons te helpen

Ouderling Juan Pablo Villar
van de Zeventig

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."

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.

Als we in geloof contact met Jezus Christus zoeken, is Hij er altijd.

Als kind ging ik met mijn familie op vakantie naar het strand in mijn thuisland, Chili. Ik had er echt zin in om enkele dagen met de rest van het gezin van de zomer te genieten. Ik keek er ook enthousiast naar uit dat ik eindelijk met de leuke wateractiviteiten van mijn twee oudere broers mee kon doen.

Op een dag gingen mijn broers in de golven spelen. Ik voelde me groot en volwassen genoeg om met ze mee te gaan. Toen ik dichterbij kwam, merkte ik dat de golven groter waren dan ze vanaf de kant leken. Plotseling kwam er een golf snel op mij af, wat me overrompelde. Ik werd door de kracht van de natuur overweldigd en de diepe zee ingesleurd. Ik kon geen vast referentiepunt zien of voelen terwijl ik werd rondgeslingerd. Net toen ik dacht dat mijn avontuur hier op aarde misschien wel tot een einde zou komen, voelde ik een hand mij boven water trekken. Eindelijk kon ik de zon zien en op adem komen.

Mijn broer Claudio had gezien hoe ik had geprobeerd me ouder voor te doen en was me komen redden. Ik was niet ver van de kant. Hoewel het water ondiep was, was ik gedesoriënteerd geraakt en had ik niet door dat ik mezelf had kunnen helpen. Claudio zei dat ik voorzichtiger moest zijn en bood aan om mij te leren wat ik moest doen. Hoewel ik bakken water had binnengekregen, waren mijn trots en wens om een grote jongen te zijn te sterk om dat aanbod af te slaan.

Claudio zei dat ik de golven moest aanvallen. Ik dacht bij mezelf dat ik het gevecht tegen die schijnbaar enorme muur water ongetwijfeld zou

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.

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

verliezen.

Toen er weer een grote golf aankwam, zei Claudio snel: ‘Kijk naar mij; dit is hoe het moet.’ Claudio rende richting de aankomende golf en dook erin voordat die brak. Ik was zo onder de indruk van zijn duik dat ik de volgende golf niet aan zag komen. Dus ik werd weer de zee ingesleurd en door de krachten van de natuur heen en weer geslingerd. Een paar tellen later greep een hand de mijne en werd ik weer omhoog getrokken zodat ik kon ademhalen. Het vlammetje van mijn trots begon te doven.

Deze keer offerde mijn broer om tegelijk met hem te duiken. Ik volgde hem en we doken samen. Ik had het gevoel dat ik een enorme overwinning had behaald. Het was zeker niet makkelijk, maar het lukte me dankzij de hulp en het voorbeeld van mijn broer. Zijn hand had me twee keer gered en zijn voorbeeld had me laten zien hoe ik die dag mijn uitdaging kon overwinnen.

President Russell M. Nelson heeft ons aangespoord om celestiaal te denken, en ik wil zijn advies opvolgen en op mijn zomer verhaal toepassen.

De macht van de Heiland over de tegenstander

Als we celestiaal denken, begrijpen we dat we moeilijkheden zullen tegenkomen die groter lijken dan ons vermogen om ze te overwinnen. Tijdens ons sterfelijk leven maken we aanvallen van de tegenstander mee. Net zoals de golven mij die zomerdag in hun greep hadden, voelen we ons soms machteloos en willen we toegeven aan die krachten. Die ‘kwaadwillige golven’ kunnen ons heen en weer slingeren. Maar vergeet niet wie macht over die golven en over alle dingen heeft. Dat is onze Heiland, Jezus Christus. Hij heeft de macht om ons uit elke ellendige omstandigheid en ongunstige situatie te helpen. Of we ons nu dicht bij Hem voelen of niet, Hij kan ons altijd bereiken, waar en wie we ook zijn.

Als we in geloof contact met Hem zoeken, is Hij er altijd. Hij zal op zijn tijd klaarstaan om gewillig onze hand vast te pakken en ons naar een veilige plek omhoog te trekken.

De Heiland en zijn voorbeeld van bediening

Als we celestiaal denken, herkennen we Jezus Christus als volmaakt voorbeeld van bediening.

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.

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 me twice. 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

We zien een patroon in de Schriften waarbij Hij of een van zijn discipelen iemand die hulp, redding of een zegen nodig heeft letterlijk en figuurlijk de hand reikt. In mijn verhaal wist ik dat mijn broer er was, maar het was niet genoeg om er alleen voor mij te zijn. Claudio wist dat ik in de problemen zat en kwam mij uit het water tillen.

Soms denken we dat we er alleen maar hoeven te zijn voor iemand in nood, maar vaak kunnen we meer doen. Als we een eeuwig perspectief hebben, kunnen we openbaring ontvangen om anderen in nood tijdig hulp te bieden. We kunnen op de leiding en inspiratie van de Heilige Geest vertrouwen om te bepalen wat voor hulp er nodig is. Denk aan tijdelijke ondersteuning zoals emotionele troost, voedsel en hulp met dagelijkse taken, of geestelijke begeleiding, waarbij u anderen helpt om zich op heilige verbonden voor te bereiden, die te sluiten en ze na te komen.

De Heiland staat klaar om ons te redden

Toen Petrus, de senior apostel, ‘op het water [liep] om bij Jezus te komen [...] werd hij bevreesd, en toen hij begon te zinken, riep hij: Heere, red mij!’ Jezus wist dat Petrus geloof had geoefend om over het water naar Hem toe te komen. Hij wist ook van Petrus’ angst. Het verslag vervolgt: ‘Jezus stak meteen Zijn hand uit, greep hem vast en zei tegen hem: Kleingelovige, waarom hebt u getwijfeld?’ Zijn woorden waren niet bedoeld om Petrus een standje te geven, maar om hem eraan te herinneren dat Hij, de Messias, bij hem en de discipelen was.

Als we celestiaal denken, ontvangen we de bevestiging in ons hart dat Jezus Christus inderdaad onze Redder, onze Voorspraak bij de Vader en onze Verlosser is. Als we geloof in Hem oefenen, zal Hij ons redden van onze gevallen staat, voorbij onze moeilijkheden, zwakheden en noden in dit aardse leven, en zal Hij ons de grootste van alle gaven geven – het eeuwige leven.

De Heiland laat ons niet zitten

Mijn broer liet me die dag niet zitten, maar hield vol zodat ik zelf leerde wat ik moest doen. Hij hield vol, ook al moest hij mij twee keer redden. Hij hield vol, ook al lukte het mij eerst niet. Hij hield vol, zodat ik die uitdaging kon overwinnen en kon slagen. Als we celestiaal denken, gaan we beseffen dat de Heiland er zo vaak als nodig is

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 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.

zal zijn om ons te helpen als we iets willen leren, veranderen, overwinnen, aankunnen of slagen in iets dat ons waar en eeuwig geluk zal brengen.

De handen van de Heiland

In de Schriften zijn het symbool en het belang van de handen van de Heiland vereeuwigd. Tijdens zijn zoenoffer werden zijn handen met nagels doorboord om Hem aan het kruis vast te maken. Na zijn opstanding verscheen Hij in een volmaakt lichaam aan zijn discipelen, maar de tekens in zijn handen bleven als herinnering aan zijn oneindige offer. Zijn hand zal er altijd voor ons zijn, zelfs als we die eerst niet kunnen zien of voelen. Hij is immers door onze hemelse Vader gekozen om onze Heiland te zijn, de Verlosser van alle mensen.

Binnen ons bereik, Jay Bryant Ward

Gods hand, Yongsung Kim

Als ik celestiaal denk, weet ik dat we er niet alleen voor staan. Hoewel we moeilijkheden en beproevingen moeten doormaken, weet onze hemelse Vader waartoe we in staat zijn, en dat we onze moeilijkheden aankunnen of kunnen overwinnen. Wij moeten ons deel doen en ons in geloof tot Hem wenden. Zijn geliefde Zoon, Jezus Christus, is onze Redder en zal er altijd voor ons zijn. In zijn naam, de heilige naam van Jezus Christus. Amen.