Focus on Jesus Christ and His Gospel

By Elder I. Raymond Egbo
Of the Seventy

Magtuon kay Jesucristo at sa Kanyang Ebanghelyo

Ni Elder I. Raymond Egbo
Ng Pitumpu

October 2024 general conference

When we ignore the distractions of the world and focus on Christ and His gospel, we are guaranteed success.

Kapag hindi natin pinansin ang mga panggagambala ng mundo at nagtuon tayo kay Jesucristo at sa Kanyang ebanghelyo, tinitiyak sa atin ang tagumpay.

In 1996 the Nigerian men's football team won gold at the Olympic Games held in Atlanta in the United States. As the final ended, jubilant crowds poured onto the streets of every city and town in Nigeria; this country of 200 million people was instantly transformed into a massive celebration at two o'clock in the morning! There was infectious joy, happiness, and excitement as people ate, sang, and danced. In that moment, Nigeria was united and every Nigerian was content being Nigerian.

Noong 1996, ang men's football team ng Nigeria ay nagwagi ng ginto sa Olympic Games na ginanap sa Atlanta sa Estados Unidos. Nang matapos ang huling laro, ang nagdiriwang na mga tao ay nagpunta sa mga lansangan ng bawat lungsod at bayan sa Nigeria; ang bansang ito ng 200 milyong katao ay biglang sama-samang nagdiwang sa ganap na alas-dos ng umaga! May nakakahawang kagalakan, kasiyahan, at kasabikan habang ang mga tao ay kumakain, kumakanta, at sumasayaw. Sa oras na iyon, nagkaisa ang Nigeria, at ang bawat Nigerian ay nakuntento sa pagiging Nigerian.

Before the Olympics, this team faced numerous challenges. As the tournament began, their financial support ended. The team competed without proper kits, training venues, food, or laundry services.

Bago ang Olympics, ang koponan na ito ay naharap sa maraming pagsubok. Nang magsimula ang paligsahan, doon naman nagwakas ang kanilang suportang pinansyal. Ang koponan ay naglaro nang walang tamang kagamitan, lugar para sa pagsasanay, pagkain, o mapaglalabhan ng mga damit.

Jerome Prevost/Getty Images

At one point, they were minutes away from being eliminated from competition, but the Nigerian team triumphed against all odds. This pivotal moment changed how they saw themselves. With newfound confidence, and with individual and team hard work and dogged determination, they unitedly ignored distractions and focused on winning. This focus earned them gold medals, and Nigerians christened them the "Dream Team." The Dream Team at the 1996 Olympics continues to be referenced in Nigerian sports.

Jerome Prevost/Getty Images

Sa isang pagkakataon, ilang minuto na lang ang nalalabi at matatalo na sila, pero ang koponan ng Nigeria ay nanalo sa kabila ng lahat. Binago ng napakahalagang sandaling ito ang pagtingin nila sa kanilang sarili. Sa bagong kumpiyansang ito, at sa matinding pagsisikap ng bawat indibiduwal at ng buong koponan at walang humpay na determinasyon, magkakasama nilang hindi pinansin ang mga gumagambala sa kanila at nagtuon sila sa pagkapanalo. Ang pagtuon na ito sa pagwawagi ay nagbunga ng mga gintong

David Cannon/Allsport/Getty Images

Once the football team learned to ignore the many distractions facing them and focused on their goal, they succeeded beyond what they thought possible and experienced great joy. (As did the rest of us in Nigeria!)

In a similar way, when we ignore the distractions of the world and focus on Christ and His gospel, we are guaranteed success beyond what we can fully imagine and can feel great joy. President Russell M. Nelson taught: "When the focus of our lives is on … Jesus Christ and His gospel, we can feel joy regardless of what is happening—or not happening—in our lives."

I pray that the Holy Ghost will help each of us to heed President Nelson's invitation to focus our lives on "Jesus Christ and His gospel" so we can experience joy in Christ "regardless of what is happening—or not happening—in our lives."

Several accounts in the Book of Mormon describe individuals who turned their lives around by focusing on Jesus Christ and His gospel.

Consider Alma the Younger. He rebelled and fought against the Church. His father, Alma, prayed and fasted. An angel appeared and called Alma the Younger to repentance. In that moment, Alma began to suffer "the pains of a damned soul."In his darkest hours, he remembered his father teaching that Christ would come to atone for the sins of the world. As his mind caught hold on this thought, he pled with God for mercy. Joy was the result, a joy he described as exquisite!Mercy and joy came to Alma because he and his father focused on the Savior.

For parents with children who have strayed, take heart! Instead of wondering why an angel

medalya, at binansagan sila ng mga Nigerian na "Dream Team." Ang Dream Team sa 1996 Olympics ay patuloy na binabanggit sa isports sa Nigeria.

David Cannon/Allsport/Getty Images

Nang matutuhan ng football team na hindi pansinin ang maraming gumagambala sa kanila at nagtuon sa kanilang mithiin, sila ay nagtagumpay nang higit pa sa inakala nilang posible at nakaranas sila ng malaking kagalakan. (At gayundin ang naranasan naming lahat sa Nigeria!)

Sa parehong paraan, kapag hindi natin pinansin ang mga panggagambala ng mundo at nagtuon tayo kay Cristo at sa Kanyang ebanghelyo, tinitiyak sa atin ang tagumpay na higit pa sa kaya nating maisip at makadarama tayo ng malaking kagalakan. Itinuro ni Pangulong Russell M. Nelson: "Kapag nakatuon ang ating buhay … kay Jesucristo at sa Kanyang ebanghelyo, makadarama tayo ng kagalakan anuman ang nangyayari—o hindi nangyayari—sa ating buhay."

Dalangin ko na tulungan ng Espiritu Santo ang bawat isa sa atin na gawin ang paanyaya sa atin ni Pangulong Nelson na ituon ang ating buhay kay "Jesucristo at sa Kanyang ebanghelyo" para makaranas tayo ng kagalakan kay Cristo "anuman ang nangyayari—o hindi nangyayari—sa ating buhay."

Ang ilang tala sa Aklat ni Mormon ay naglarawan ng mga taong binago ang kanilang buhay sa pamamagtian ng pagbaling kay Jesucristo at sa Kanyang ebanghelyo.

Isipin ang Nakababatang Alma. Siya ay nagrebelde at nilabanan ang Simbahan. Ang kanyang amang si Alma ay nanalangin at nag-ayuno. Nagpakita ang isang anghel at sinabihan ang Nakababatang Alma na magsisi. Sa sandaling iyon, si Alma ay nagsimulang magdusa ng "mga pasakit ng isang isinumpang kaluluwa."-Sa kanyang pinakamadilim na sandali, naalala niyang itinuro ng kanyang Ama na darating si Cristo upang magbayad-sala sa mga kasalanan ng mundo. Nang matuon ang kanyang isipan sa bagay na ito, siya ay nagsumamo sa Diyos para humingi ng awa. Kagalakan ang naging resulta, isang kagalakan na inilarawan niya na napakaganda!Ang awa at kagalakang natanggap ni Alma ay dahil siya at ang kanyang ama ay nagtuon sa Tagapagligtas.

Sa mga magulang na may mga anak na lumihis ng landas, huwag panghinaan ng loob! Sa

does not come to help your child repent, know that the Lord has placed a mortal angel in his or her path: the bishop, another Church leader, or a ministering brother or sister. If you keep fasting and praying, if you do not set a timetable or a deadline for God, and if you trust that He is stretching forth His hand to help, then—sooner or later—you find God touching the heart of your child when your child chooses to listen. This is so because Christ is joy—Christ is hope;He is the promise "of good things to come."So trust Jesus Christ with your child, for He is the strength of every parentand every child.

halip na isipin kung bakit hindi pa dumarating ang anghel na tutulong sa inyong anak na magsisi, tandaan na ang Panginoon ay nagpadala ng mortal na anghel sa kanyang landas: ang bishop, iba pang lider sa Simbahan, o ministering brother o ministering sister. Kung kayo ay mag-aayuno at mananalangin, kung hindi kayo magtatakda ng iskedyul o deadline para sa Diyos, at kung mananalig kayo na iniuunat ng Panginoon ang Kanyang kamay para tumulong, hindi maglalaon ay makikita ninyo na inaantig ng Diyos ang puso ng inyong anak kapag pinili niyang makinig. Ito ay dahil si Cristo ang kagalakan, si Cristo ang pag-asa;Siya ang "ipinangakong mabubuting bagay na darating."Kaya ipagkatiwala kay Cristo ang inyong anak, dahil Siya ang lakas ng bawat magulangat ng bawat anak.

Once he experienced joy in Christ, Alma the Younger lived with that joy. But how did he maintain such joy even through difficulty and trial? He states:

"From that time even until now, I have labored without ceasing, [to] bring souls unto repentance; that I might bring them to taste of the exceeding joy of which I did taste. …

"… And … the Lord doth give me exceedingly great joy in the fruit of my labors. …

"And I have been supported under trials and troubles of every kind."

Joy in Christ began for Alma when he exercised faith in Him and cried for mercy. Then Alma exercised his faith in Christ by laboring to help others taste of the same joy. These continuous labors produced great joy in Alma even in trials and troubles of every kind. You see, "the Lord loves effort," and effort focused on Him brings blessings.Even severe trials can be "swallowed up in the joy of Christ."

Nang maranasan niya ang kagalakan kay Cristo, namuhay ang Nakababatang Alma na taglay ang kagalakang ito. Pero paano niya napanatili ang gayong kagalakan kahit na may mga paghihirap at pagsubok? Sabi niya:

"At magmula noon maging hanggang sa ngayon, ako'y gumawa nang walang tigil, upang makapagdala ako ng mga kaluluwa tungo sa pagsisisi; upang sila'y madala ko na makatikim ng labis na kagalakan na aking natikman. …

"… At … binigyan ako ng Panginoon ng labis na kagalakan sa bunga ng aking mga pagpapagal. …

"At ako'y tinulungan sa ilalim ng mga pagsubok at suliranin ng lahat ng uri."

Ang kagalakan kay Cristo ay nagsimula para kay Alma nang sumampalataya siya sa Kanya at nagsumamo para sa awa. Pagkatapos, si Alma ay sumampalataya kay Cristo sa pamamagitan ng pagsisikap na tulungan ang iba na matikman ang gayon ding kagalakan. Ang patuloy na mga pagsisikap na ito ay naghatid ng malaking kagalakan kay Alma, kahit na nakaranas siya ng lahat ng uri ng pagsubok at problema. Makikita ninyo na "nais ng Panginoon na may pagsisikap," at ang pagsisikap ay naghahatid ng mga pagpapala. Gayunpaman, ang lahat ng ito ay "[nalulon] sa kagalakan dahil kay Cristo."

Another group in the Book of Mormon who made Jesus Christ and His gospel the focus of their lives and found joy are those who founded the city Helam—a place where they could raise their children and enjoy the free exercise of their religion. This righteous people living good lives were enslaved by a marauding group

Ang isa pang grupo sa Aklat ni Mormon na ginawang sentro ng kanilang buhay si Jesucristo at ang Kanyang ebanghelyo at nagkaroon ng kagalakan ay ang mga nagtatag ng lunsod ng Helam—isang lugar kung saan mapapalaki nila ang kanilang mga anak at matatamasa ang malayang pagsasabuhay ng kanilang relihiyon.

and stripped of the fundamental human right to exercise religion. Sometimes bad things happen to good people:

"The Lord seeth fit to chasten his people; yea, he trieth their patience and their faith.

"Nevertheless—whosoever putteth his trust in him the same shall be lifted up at the last day. Yea, and thus it was with this people."

How did this people endure through their trials and suffering? By focusing on Christ and His gospel. Their troubles did not define them; rather, each of them turned to God, likely defining themselves as a child of God, a child of the covenant, and a disciple of Jesus Christ.As they remembered who they were and called upon God, they received peace, strength, and ultimately joy in Christ:

"Alma and his people did … pour out their hearts to [God]; and he did know the thoughts of their hearts.

"And it came to pass that the voice of the Lord came to them in their afflictions, saying: Lift up your heads and be of good comfort, for I know of the covenant which ye have made unto me; and I will covenant with my people and deliver them out of bondage."

In response, the Lord did "ease the burdens … upon [their] shoulders. … Yea, the Lord did strengthen them that they could bear up their burdens with ease, and they did submit cheerfully and withpatience to all the will of the Lord."Note that these Saints let their troubles, suffering, and trials be swallowed up in the joy of Christ! Then in due time, He showed Alma the way for escape, and Alma—a prophet of God—led them to safety.

As we focus on Christ and follow His prophet, we too will be led to Christ and the joy of His gospel. President Nelson has taught: "Joy is powerful, and focusing on joy brings God's power

Ang mabubuting taong ito na namumuhay nang matwid ay inalipin ng mandarambong na grupo ng mga Lamanita at inalis sa kanila ang pangunahing karapatang pantao na ipamuhay ang relihiyon. Kung minsan ay may nangyayaring hindi maganda sa mabubuting tao:

"Minarapat ng Panginoon na pahirapan ang kanyang mga tao; oo, sinusubukan niya ang kanilang tiyaga at kanilang pananampalataya.

"Gayon pa man—sinuman ang magbibigay ng kanyang tiwala sa kanya, siya rin ay dadakilain sa huling araw. Oo, at gayon din sa mga taong ito."

Paano nakaya ng mga taong ito ang kanilang mga pagsubok at pagdurusa? Sa pagtutuon kay Cristo at sa Kanyang ebanghelyo. Ang kanilang pagkakakilanlan ay hindi nakabatay sa kanilang mga problema; sa halip, ang bawat isa sa kanila ay bumaling sa Diyos, marahil na itinuring nila ang kanilang mga sarili bilang anak ng Diyos, anak ng tipan, at disipulo ni Jesucristo.Dahil isinasaisip nila kung sino sila at nanalangin sa Diyos, sila ay nakatanggap ng kapayapaan, lakas, at sa huli, kagalakan kay Cristo:

"At si Alma at ang kanyang mga tao ay … ibinuhos ang kanilang mga puso sa [Diyos]; at kanyang nalalaman ang mga nasasaloob ng kanilang mga puso.

"At ito ay nangyari na, na ang tinig ng Panginoon ay nangusap sa kanila sa kanilang mga paghihirap, sinasabing: Itaas ang inyong mga ulo at maaliw, sapagkat nalalaman ko ang tipang inyong ginawa sa akin; at makikipagtipan ako sa aking mga tao at palalayain sila mula sa pagkaalipin."

Bilang tugon, "[pinagaan ng Panginoon] ang mga pasanin … sa [kanilang] mga balikat. … Oo, pinalakas sila ng Panginoon upang mabata nila ang kanilang mga pasanin nang may kagaanan, at nagpasailalim nang may kagalakan at nang maypagtitiis sa lahat ng kalooban ng Panginoon."Pansin na hinayaan ng mga Banal na ito na ang kanilang mga problema, pagdurusa, at pagsubok ay malulon sa kagalakan dahil kay Cristo! Pagkatapos, sa takdang panahon, ipinakita Niya kay Alma ang paraan para makatakas, at si Alma—isang propeta ng Diyos—ang gumabay sa kanila tungo sa kaligtasan.

Kapag nakatuon tayo kay Jesucristo at sinusunod natin ang Kanyang propeta, magagabayan din tayo tungo kay Cristo at sa kagalakan ng Kanyang ebanghelyo. Itinuro ni Pangulong

into our lives. As in all things, Jesus Christ is our ultimate exemplar, 'who for the joy that was set before him endured the cross' [Hebrews 12:2]."

Nelson: "Ang kagalakan ay makapangyarihan, at ang pagtutuon sa kagalakan ay maghahatid ng kapangyarihan ng Diyos sa ating buhay. Tulad sa lahat ng bagay, si Jesucristo ang ating dakilang huwaran, 'na [S]iya dahil sa kagalakang inilagay sa harapan niya ay nagtiis ng krus' [Mga Hebreo 12:2]."

My mother recently passed away; it was a shock. I love my mother and did not plan on losing her so young. But through her passing, my family and I have experienced both sorrow and joy. I know because of Him, she is not dead—she lives! And I know because of Christ and the priesthood keys restored through the Prophet Joseph Smith, I will be with her again. The sorrow of losing my mom has been swallowed up in the joy of Christ! I am learning that to "think celestial"and "let God prevail"includes focusing on the joy available in Christ.

Kamakailan lang ay pumanaw ang aking ina; talagang nakakabigla ito. Mahal ko ang aking ina at hindi ko inasahang mawawala siya nang maaga. Pero sa kanyang pagpanaw, ang aming pamilya ay nakaranas ng kalungkutan at kagalakan. Alam ko na dahil sa Kanya, hindi siya patay—siya ay buhay! At alam ko na dahil kay Cristo at sa mga susi ng priesthood na ipinanumbalik sa pamamagitan ni Propetang Joseph Smith, muli ko siyang makakasama. Ang kalungkutan sa pagpanaw ng aking ina ay nalulon ng kagalakan dahil kay Cristo! Natututuhan ko na ang "mag-isip nang selestiyal"at ang "hayaang manaig ang Diyos"ay kinabibilangan ng pagtutuon sa kagalakang nagmumula kay Cristo.

He lovingly invites, "Come unto me, all ye that labour and are heavy laden, and I will give you rest."In the name of Jesus Christ, amen.

Inaanyayahan Niya tayo na, "Magsiparito sa akin, kayong lahat na nangapapagal at nangabibigatang lubha, at kayo'y aking papagpapahingahin."Sa pangalan ni Jesucristo, amen.