

The Atonement of Jesus Christ Provides the Ultimate Rescue

By Elder Quentin L. Cook
Of the Quorum of the Twelve Apostles

Shlyerja e Jezu Krishtit Siguron Shpëtimin Përfundimtar

Nga Plaku Kuentin L. Kuk,
i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve

April 2025 general conference

As we turn to Jesus Christ, the Savior of the world, He rescues us from the storms of life through His Atonement.

The Atonement of Jesus Christ provides the ultimate rescue from the trials we face in this life. President Russell M. Nelson assigned me to dedicate the Casper Wyoming Temple late last year. It was a profound, emotional, and spiritual experience. It brought into clear focus the role temples play in rescuing God's children through the Savior's Atonement.

The stakes in the Casper Wyoming Temple District include a portion of the overland trail used by Latter-day Saint pioneers between 1847 and 1868. In preparation for the temple dedication, I reread some of the history of the trail along the Platte River near Casper and continuing to Salt Lake City. The trail had been a thoroughfare for hundreds of thousands of western emigrants. My primary emphasis was the more than 60,000 Latter-day Saint pioneers who traveled the trail.

Most of our pioneers came by wagon, but about 3,000 crossed in 10 handcart companies. Eight of these handcart companies made the monumental trek with remarkable success and few deaths. The Willie and Martin handcart companies of 1856 were the exception.

I reviewed the accounts of the Willie and Martin handcart companies from the time the terrible weather conditions commenced. I became intimately aware of the challenges they faced at the crossing of the Sweetwater River,

Ndërsa drejtohem i Jezu Krishti, Shpëtimtari i botës, Ai na shpëton nga stuhitë e jetës nëpërmjet Shlyerjes së Tij.

Shlyerja e Jezu Krishtit siguron shpëtimin përfundimtar nga sprovat me të cilat përballemi në këtë jetë. Presidenti Rasëll M. Nelson më caktoi që, nga fundi i vitit të kaluar, të përkushtoja Tempullin e Kasperit në Uajoming. Ishte një përvojë e thellë, emocionale dhe shpirtërore. Më solli qartë në qendër të vëmendjes rolin që luajnë tempujt në shpëtimin e fëmijëve të Perëndisë nëpërmjet Shlyerjes së Shpëtimtarit.

Kunjet në Distriktin e Tempullit të Kasperit në Uajoming përfshijnë një pjesë të shtegut tokësor që u përdor nga pionierët shenjtorë të ditëve të mëvonshme nga viti 1847 deri në vitin 1868. Gjatë përgatitjes për përkushtimin e tempullit, rilexova një pjesë nga historia e shtegut përgjatë lumit Platte pranë Kasperit dhe që vazhdon deri në Solt-Lejk-Siti. Shtegu kishte qenë një rrugëkalim për qindra mijëra emigrantë perëndimorë. Vëmendja ime kryesore ishte te më shumë se 60 000 pionierët shenjtorë të ditëve të mëvonshme që e përshkuan shtegun.

Shumica e pionierëve tanë erdhën me qerre, por rreth 3000 veta e kaluan shtegun në 10 kompani karrocash dore. Tetë prej këtyre kompanive të karrocave të dorës e bënë udhëtimin kolosal me sukses të jashtëzakonshëm dhe me pak vdekje. Përrjashtimi ishin Kompanitë e karrocave të dorës Uilli dhe Martin të vitit 1856.

I shqyrtova rrëfimet e kompanive të karrocave të dorës Uilli dhe Martin që nga koha kur filluan kushtet e tmerrshme të motit. U bëra thellësisht i vetëdijshëm për sfidat me të cilat u përballën kur kaluan lumin Suituotër, Limanin

Martin's Cove, Rocky Ridge, and Rock Creek Hollow.

Between Storms, by Albin Veselka

I had not been inside the Casper Temple prior to the dedication. When I entered the foyer, my attention was immediately drawn to an original handcart painting titled *Between Storms*. The painting was clearly not intended to depict the tragedies that had occurred. As I gazed at it, I thought, "This painting is correct; the vast majority of handcart pioneers did not experience tragedies." I could not help feeling that this is like life in general. Sometimes we are between storms and sometimes between clouds and sunshine.

Heaven's Portal, by Jim Wilcox

When I turned to the original painting on the other wall, titled *Heaven's Portal*, I realized that this beautiful summer painting of what was called "Devil's Gate," with the calm and clear Sweetwater River flowing through it, presented the beauty of the Lord's creation, not just the challenges the pioneers faced in that horrible winter season.

Then I looked forward, behind the recommend desk, and saw a beautiful painting of the Savior. This immediately invoked overwhelming feelings of gratitude. In a world of great beauty, there are also enormous challenges. As we turn to Jesus Christ, the Savior of the world, He rescues us from the storms of life through His Atonement in accordance with the Father's plan.

For me, the foyer was a perfect preparation for the temple ordinance rooms that allow us to receive the ordinances of exaltation, to make sacred covenants, and to fully accept and experience the blessings of the Savior's Atonement. The Father's plan of happiness is based on the Savior's atoning rescue.

The pioneer experience provides Latter-day Saints with a unique historical tradition and a powerful collective spiritual legacy. For some, the migration had been years in the making after being forcefully driven from both Missouri and Nauvoo. For others, it began after President Brigham Young announced the handcart plan, which was intended to make emigration more affordable. The handcarts cost much less than wagons and oxen.

e Martinit, Kreshtën Shkëmbore dhe Lugun e Përroit Shkëmbor.

Between Storms [Mes Stuhive], nga Albin Veselka

Nuk kisha qenë brenda Tempullit të Kasperit përpara përkushtimit. Kur u futa në korridor, ma tërhoqi sakaq vëmendjen një pikturë origjinale e karrocave të dorës e titulluar *Between Storms* [Mes Stuhive]. Është e qartë se piktura nuk kishte për qëllim të portretizonte tragjeditë që kishin ndodhur. Teksa e vështroja ngultas, mendova: "Kjo pikturë është e saktë; pjesa dërrmuese e pionierëve të karrocave të dorës nuk përjetuan tragjedi". Nuk mund të bëja gjë tjetër veçse të mendoja se kjo është jeta në përgjithësi. Nganjëherë jemi mes stuhive dhe nganjëherë jemi mes reve dhe rrezeve të diellit.

Heaven's Portal [Hyrja e Qiellit], nga Jim Wilcox

Kur u drejtova te piktura origjinale në murin tjetër, e titulluar *Heaven's Portal* [Hyrja e Qiellit] I kuptova se kjo pikturë e bukur verore e asaj që quhej "Porta e Djallit", me lumin e qetë dhe të pastër Suituotër që rridhte nëpër të, paraqiste bukurinë e krijimit të Zotit, jo vetëm sfidat me të cilat u përballën pionierët në atë periudhë të tmerrshme dimri.

Pastaj hodha sytë përtej, prapa tryezës së rekomandimit dhe pashë një pikturë të bukur të Shpëtimtarit. Kjo nxiti menjëherë ndjenja të fuqishme mirënjohjeje. Në një botë me bukuri të jashtëzakonshme, ka edhe sfida tepër të mëdha. Ndërsa drejtohem te Jezu Krishti, Shpëtimtari i botës, Ai na shpëton nga stuhitë e jetës nëpërmjet Shlyerjes së Tij në përputhje me planin e Atit.

Për mua, korridori ishte një përgatitje e përsosur për dhomat e ordinancave të tempullit që na lejojnë të marrim ordinancat e ekzaltimit, të bëjmë besëlidhje të shenjta dhe të pranojmë e përjetojmë plotësisht bekimet e Shlyerjes së Shpëtimtarit. Plani i Atit për lumturinë bazohet në shpëtimin shlyes të Shpëtimtarit.

Përvoja e pionierëve u siguron shenjtorëve të ditëve të mëvonshme një traditë historike unike dhe një trashëgimi të fuqishme kolektive shpirtërore. Për disa njerëz, shpërngulja kishte vite që po ndodhte pasi u dëbuan me forcë nga Misuri dhe Navuja. Për të tjerë, filloi pasi Presidenti Brigam Jang njoftoi planin e karrocave të dorës, i cili synonte ta bënte emigracionin më të përballueshëm. Karrocet e dorës kushtonin shumë më pak se qerret dhe qetë.

A missionary in England, Millen Atwood, said that when the handcart plan was announced, “it ran like fire in dry stubble, and the hearts of the poor Saints leapt with joy and gladness.” Many had “prayed and fasted day after day, and night after night, that they might have the privilege of uniting with their brethren and sisters in [the] mountains.”

Most of the handcart Saints experienced hardship but avoided major adverse events. But two handcart companies, the Willie company and the Martin company, experienced starvation, exposure to freezing weather, and many deaths.

Most of these travelers sailed from Liverpool, England, in May of 1856 aboard two ships. They arrived at the handcart outfitting site in Iowa City in June and July. Despite warnings, both companies departed for the Salt Lake Valley too late in the season.

President Brigham Young first became aware of the perilous situation of these companies on October 4, 1856. The next day he stood before the Saints in Salt Lake City and said, “Many of our brethren and sisters are on the plains with handcarts, ... and they must be brought here; we must send assistance to them ... before the winter sets in.”

He asked the bishops to provide 60 mule teams, 12 or more wagons, and 12 tons (10,886 kg) of flour and proclaimed, “Go and bring in those people now on the plains.”

The combined number of pioneers in the Willie and Martin handcart companies was approximately 1,100. Some 200 of these precious Saints died along the trail. Without the timely rescue, many more would have perished.

The winter storms began nearly two weeks after the first rescuers left Salt Lake City. The accounts of members of the Willie and Martin companies describe devastating challenges after the storms began. These accounts also depict the great joy when the rescuers arrived.

Describing the arrival scene, Mary Hurren said: “Tears streamed down the cheeks of the men, and the children danced for joy. As soon as the people could control their feelings, they all knelt down in the snow and gave thanks to God.”

Two days later, the Willie company had to travel the most difficult part of the trail, going

Një misionar në Angli, Millen Etudi, tha se me t’u njoftuar plani i karrocave të dorës, “ai u përhap si zjarri në kashtë të thatë dhe zemrat e shenjtorëve të varfër morën hov nga gëzimi e lumturia”. Shumë njerëz ishin “lutur dhe kishin agjëruar për ditë e net me radhë, që të mund të kishin privilegjin të bashkoheshin me vëllezërit dhe motrat e tyre në male”.

Shumica e shenjtorëve me karroca dore, përjetuan vështirësi, por shmangën ngjarje madhore fatkeqe. Por dy kompani të karrocave të dorës, kompania Uilli dhe kompania Martin, përjetuan uri të skajshme, ekspozim ndaj motit të acartë dhe shumë vdekje.

Shumica e këtyre udhëtarëve lundruan nga Liverpuli i Anglisë, në maj të vitit 1856, me dy anije. Ata mbërritën në vendin e organizimit dhe bërjes së karrocave të dorës në Ajoua-Siti në qershor dhe korrik. Pavarësisht nga paralajmërimet, të dyja kompanitë u nisën për Luginën e Solt-Lejkut tepërvonë.

Presidenti Brigam Jang fillimisht u vu në dijeni për situatën e rrezikshme të këtyre kompanive më 4 tetor 1856. Të nesërmen, ai qëndroi përpara shenjtorëve në Solt-Lejk-Siti dhe tha: “Shumë nga vëllezërit dhe motrat tona janë në rrafshnaltë me karroca dore ... dhe ata duhet të sillen këtu; ne duhet t’u dërgojmë atyre ndihmë ... përpara se të fillojë dimri”.

Ai u kërkoi peshkopëve të siguronin 60 grupe mushkash, 12 ose më shumë qerre dhe 12 ton (10 886 kg) miell dhe shpalli: “Shkoni dhe sillini ata njerëz që tani janë në rrafshnaltë”.

Numri i pionierëve në të dyja kompanitë e karrocave të dorës Uilli dhe Martin ishte afërsisht 1100 veta. Rreth 200 nga këta shenjtorë të çmuar vdiqën përgjatë shtegut. Pa shpëtimin që ndodhi në kohë, do të kishin vdekur shumë më tepër prej tyre.

Stuhitë e dimrit filluan gati dy javë pasi grupi i parë i shpëtimit u nis nga Solt-Lejk-Siti. Rrëfimet e anëtarëve të kompanive Uilli dhe Martin përshkruajnë sfida shkatërruese pasi filluan stuhitë. Këto rrëfime përshkruajnë gjithashtu gëzimin e madh kur mbërritën shpëtuesit.

Duke përshkruar skenën e mbërritjes, Meri Hërreni tha: “Në faqet e burrave rrodhën lot dhe fëmijët kërcyen nga gëzimi. Sapo njerëzit e mblodhën veten, të gjithë u gjuhëzuan në dëborë dhe i dhanë falënderime Perëndisë.”

Dy ditë më vonë, kompanisë Uilli iu desh të përshkonte pjesën më të vështirë të shtegut, duke

over Rocky Ridge, in a freezing storm. The last of them didn't reach camp until 5:00 the next morning. Thirteen people died and were buried in a common grave.

On November 7, the Willie company was nearing the Salt Lake Valley, but that morning there were still three deaths. Two days later, the Willie company finally reached Salt Lake, where they had a marvelous greeting and were welcomed into the homes of the Saints.

That same day, the Martin company was still 325 miles (523 km) back on the trail, continuing to suffer from cold and inadequate food. A few days earlier, they had crossed the Sweetwater River to reach what is now called Martin's Cove, where they hoped to find protection from the elements. One of the pioneers said, "It was the worst river crossing of the expedition." Some of the rescuers—like my great-grandfather David Patten Kimball, who was just 17 years old, along with his young friends "George W. Grant, Allen Huntington, Stephen Taylor, and Ira Nebeker—spent hours in the frigid water," heroically helping the company make the Sweetwater crossing.

While this event has received much attention, as I learned more about the rescuers, I realized that all of them were following the prophet and played critical roles in saving the stranded Saints. All the rescuers were heroic, as were the emigrants.

Studying their story, I appreciated the precious relationships and the long-term eternal vision among the emigrants. John and Maria Linford and their three sons were members of the Willie company. John died hours before the first rescuers arrived. He had told Maria that he was glad they had made the journey. "I shall not live to reach Salt Lake," he said, "but you and the boys will, and I do not regret all we have gone through if our boys can grow up and raise their families in Zion."

President James E. Faust provided this marvelous summary: "In the heroic effort of the handcart pioneers, we learn a great truth. All must pass through a refiner's fire, and the insignificant and unimportant in our lives can melt away like dross and make our faith bright, intact, and strong. There seems to be a full measure of anguish, sorrow, and often heartbreak for every-

kaluar mbi Kreshtën Shkëmbore, në një stuhi acari. Karroca e fundit e kompanisë mbërriti në kamp vetëm në orën 5:00 të mëngjesit të nesërmen. Trembëdhjetë njerëz vdiqën dhe u varrosën në një varr të përbashkët.

Më 7 nëntor, kompania Uilli po i afrohej Luginës së Solt-Lejkut, por atë mëngjes, ndodhën prapë tri vdekje. Dy ditë më vonë, kompania Uilli më në fund mbërriti në Solt-Lejk, ku pati një pritje të mrekullueshme për ta dhe ata u mirëpritën në shtëpitë e shenjtorëve.

Po atë ditë, kompania Martin kishte edhe 523 kilometra për të bërë në shteg, duke vazhduar të vuante nga i ftohti dhe ushqimi i pamjaftueshëm. Disa ditë më parë, ata kishin kaluar lumin Suituotër për të arritur në atë që tani quhet Limani i Martinit, ku shpresonin të gjenin mbrojtje nga elementet e natyrës. Njëri nga pionierët tha: "Ishte kalimi më i keq i një lumi gjatë gjithë ekspeditës". Disa nga shpëtuesit, si stërgjyshi im, Dejvid Patten Kimballi, i cili ishte vetëm 17 vjeç, së bashku me miqtë e tij të rinj në moshë, "Xhorxh W. Grantin, Allen Hantingtonin, Stivën Tejlorin dhe Ajra Nebekerin, kaluan orë të tëra në ujën tepër të ftohtë", duke e ndihmuar heroikisht kompaninë që të kalonte lumin Suituotër.

Ndërkohë që kjo ngjarje ka marrë shumë vëmendje, teksa mësova më shumë për shpëtuesit, kuptova se të gjithë ata po ndiqnin profetin dhe luajtën role kritike në shpëtimin e shenjtorëve të bllokuar. Të gjithë shpëtuesit ishin heroikë, ashtu si edhe emigrantët.

Gjatë studimit të historisë së tyre, vlerësova marrëdhëniet e çmuara dhe largpamësinë afatgjatë, të përjetshme mes emigrantëve. Xhon dhe Maria Linfordi dhe tre djemtë e tyre ishin pjesëtarë të kompanisë Uilli. Xhoni vdiq disa orë para se të mbërrinin shpëtuesit e parë. Ai i kishte thënë Maries se ishte i lumtur që e kishin bërë udhëtimin. "Unë nuk do të mbërrij i gjallë në Solt-Lejk", – tha ai, – "por ti dhe djemtë po, dhe nuk ndiej keqardhje për gjithçka kemi kaluar nëse djemtë tanë mund të rriten e të krijojnë familjet e tyre në Sion."

Presidenti Xhejms E. Faust dha këtë përmbledhje të mrekullueshme: "Në përpjekjen heroike të pionierëve të karrocave të dorës, mësojmë një të vërtetë të madhe. Të gjithë njerëzit duhet të kalojnë përmes zjarrit të rafinuesit dhe gjërat pa peshë e të parëndësishme në jetën tonë mund të shkrihen tej si zgjyra dhe ta bëjnë besimin tonë të ndritshëm, të paprekur e të fortë. Duket sikur ka

one, including those who earnestly seek to do right and be faithful. Yet this is part of the purging to become acquainted with God.”

In His eternity-shaping Atonement and Resurrection, the Savior broke “the bands of death, having gained the victory over death” for everyone. For those who have repented of sins, He has “taken upon himself their iniquity and their transgressions, having redeemed them, and satisfied the demands of justice.”

Without the Atonement, we cannot save ourselves from sin and death. While sin can play a significant role in our trials, life’s adversities are compounded by mistakes, bad decisions, evil actions by others, and many things outside of our control.

Preach My Gospel teaches: “As we rely on Jesus Christ and His Atonement, He can help us endure our trials, sicknesses, and pain. We can be filled with joy, peace, and consolation. All that is unfair about life can be made right through the Atonement of Jesus Christ.”

During this Easter season, our focus is on the Savior and His atoning sacrifice. The Atonement provides hope and light at a time that for many seems dark and dreary. President Gordon B. Hinckley declared, “When all of history is examined, ... [there is] nothing ... so wonderful, so majestic, so tremendous as this act of grace.”

I share three recommendations which I think are particularly relevant for our day.

First, do not underestimate the importance of doing what we can to rescue others from physical and especially spiritual challenges.

Second, gratefully accept the Savior’s Atonement. We all should strive to exhibit joy and happiness even as we face the challenges of life. Our goal should be to live optimistically on the sunny side of the street. I have observed my precious companion, Mary, do this her entire life. I have appreciated her sparkling, uplifting approach even as we have faced problems throughout the years.

My third counsel is to set aside consistent time to faithfully contemplate the Savior’s Atonement. There are many ways to do this in

një masë të madhe ankthi, pikëllimi dhe shpesh zemërthyerjeje për çdokënd, përfshirë dhe ata që kërkojnë plot zell të bëjnë atë që është e drejtë dhe të jenë besnikë. Megjithatë, kjo është pjesë e pastrimit për t’u njohur me Perëndinë.”

Në Shlyerjen dhe Ringjalljen e Tij që përcaktoi natyrën e përjetësisë, Shpëtimtari këputi “lidhjet e vdekjes, duke korrur fitore mbi vdekjen” për këdo. Për ata që janë penduar për mëkatet, Ai ka “marrë përsipër paudhësinë e tyre dhe shkeljet e tyre, duke i shëlbuar ata dhe duke plotësuar kërkesat e drejtësisë”.

Pa Shlyerjen, ne nuk mund ta shpëtojmë veten nga mëkati dhe vdekja. Ndërsa mëkati mund të luajë një rol domethënës në sprovat tona, fatkeqësitë e jetës shoqërohen nga gabime, vendime të këqija, veprime të liga të të tjerëve dhe shumë gjëra që janë jashtë kontrollit tonë.

Udhëzuesi Predikoni Ungjillin Timna mëson: “Ndërsa mbështetemi te Jezu Krishti dhe te Shlyerja e Tij, Ai mund të na ndihmojë t’i durojmë sprovat, sëmundjet dhe dhembjet tona. Ne mund të mbushemi me gëzim, paqe dhe ngushëllim. Gjithçka që është e padrejtë në jetë, mund të ndreqet me anë të Shlyerjes së Jezu Krishtit.”

Gjatë kësaj periudhe Pashke, përqendrimi ynë është te Shpëtimtari dhe flijimi i Tij shlyes. Shlyerja siguron shpresë dhe dritë në një kohë që shumë njerëzve u duket e errët dhe e zymtë. Presidenti Gordon B. Hinkli deklaroi: “Kur e gjithë historia të shqyrtohet, ... asgjë nuk [do të jetë] kaq e mrekullueshme, kaq madhështore, kaq e jashtëzakonshme sa ky veprim [plot] hir”.

Unë jap tri rekomandime, të cilat mendoj se janë veçanërisht me vend për kohën tonë.

Së pari, mos e nënvlerësoni rëndësinë e bërjes së asaj që mund të bëjmë, për të shpëtuar të tjerët nga sfidat fizike dhe veçanërisht ato shpirtërore.

Së dyti, pranojeni me mirënjohje Shlyerjen e Shpëtimtarit. Të gjithë ne duhet të përpiqemi fort që të shfaqim gëzim e lumturi edhe kur përballemi me sfidat e jetës. Qëllimi ynë duhet të jetë të jetojmë me optimizëm [duke u anuar] nga ana me diell e rrugës. E kam vëzhguar shqen time të çmuar, Merin, tek e ka bërë këtë gjatë gjithë jetës së saj. E kam vlerësuar qasjen e saj të shkëlqyeshme, moralisht lartësuese edhe kur jemi përballur me probleme gjatë viteve.

Këshilla ime e tretë është të caktojmë një kohë në mënyrë të vazhdueshme për të përsiatuar me besnikëri për Shlyerjen e Shpëtimtarit. Ka

our personal religious observance. However, attending sacrament meeting and partaking of the sacrament are especially significant.

Equally important is regular attendance in a temple where possible. The temple provides a continuing remembrance of the Savior's Atonement and what it overcomes. And, even more important, temple attendance allows us to provide a spiritual rescue for our deceased loved ones and more distant ancestors.

President Russell M. Nelson, at our last conference, emphasized this principle and added, "[Temple] blessings ... help to prepare a people who will help prepare the world for the Second Coming of the Lord!"

We must never forget the sacrifices and examples of prior generations, but our adulation, appreciation, and worship should be centered on the Savior of the world and His atoning sacrifice. I testify that the key to the Father's plan of happiness is the Atonement wrought by our Savior, Jesus Christ. He lives and guides His Church. The Atonement of Jesus Christ provides the ultimate rescue from the trials we face in this life. In the name of Jesus Christ, amen.

shumë mënyra për ta bërë këtë në ushtrimin e fesë nga ana jonë. Megjithatë, frekuentimi i mbledhjes së sakramentit dhe marrja e sakramentit janë veçanërisht domethënëse.

Po aq i rëndësishëm është frekuentimi i rregullt në një tempull, aty ku është e mundur. Tempulli siguron një kujtues të vazhdueshëm të Shlyerjes së Shpëtimtarit dhe të asaj që ajo mposht. Dhe, akoma dhe më e rëndësishme, frekuentimi i tempullit na lejon t'u sigurojmë një shpëtim shpirtëror njerëzve tanë të dashur që kanë vdekur, dhe paraardhësve tanë më të largët.

Presidenti Rasëll M. Nelson, në konferencën tonë të fundit, e theksoi këtë parim dhe shtoi: "Bekime[t e tempullit] ndihmojnë edhe për të përgatitur një popull i cili do të ndihmojë për ta përgatitur botën për Ardhjen e Dytë të Zotit!"

Nuk duhet t'i harrojmë kurrë sakrificat dhe shembujt e brezave të mëparshëm, por adhurimi, vlerësimi dhe admirimi ynë duhet të përqendrohen te Shpëtimtari i botës dhe flijimi i Tij shlyes. Dëshmoj se çelësi i planit të Atit për lumturinë është Shlyerja e kryer nga Shpëtimtari ynë, Jezu Krishti. Ai jeton dhe e udhërrëfen Kishën e Tij. Shlyerja e Jezu Krishtit siguron shpëtimin përfundimtar nga sprovat me të cilat përballemi në këtë jetë. Në emrin e Jezu Krishtit, amen.