

The Atonement of Jesus Christ Provides the Ultimate Rescue

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

Η Εξιλέωση του Ιησού Χριστού παρέχει την υπέρτατη διάσωση

Από τον Πρεσβύτερο Κουέντιν Λ. Κουκ
Της Απαρτίας των Δώδεκα Αποστόλων

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

Καθώς στρεφόμαστε στον Ιησού Χριστό, τον Σωτήρα του κόσμου, μας σώζει από τις καταιγίδες της ζωής μέσω της Εξιλέωσής Του.

Η Εξιλέωση του Ιησού Χριστού παρέχει την υπέρτατη διάσωση από τις δοκιμασίες που αντιμετωπίζουμε σε αυτήν τη ζωή. Ο Πρόεδρος Ράσσελ Μ. Νέλσον μου ανέθεσε να αφιερώσω τον Ναό Κάσπερ στο Γουαϊόμινγκ στα τέλη του περασμένου έτους. Ήταν μια βαθιά, συναισθηματική και πνευματική εμπειρία. Έφερε στο επίκεντρο τον ρόλο που παίζουν οι ναοί στη διάσωση των τέκνων του Θεού μέσω της Εξιλέωσης του Σωτήρος.

Οι πάσσαλοι στην Περιφέρεια Ναού στο Κάσπερ του Γουαϊόμινγκ περιλαμβάνουν ένα τμήμα χερσαίου μονοπατιού που χρησιμοποιούσαν πρωτοπόροι Άγιοι των Τελευταίων Ημερών με ταξί του 1847 και του 1868. Προετοιμαζόμενος για την αφιέρωση του ναού, ξαναδιάβασα μέρος της ιστορίας του μονοπατιού κατά μήκος του ποταμού Πλατ κοντά στο Κάσπερ και συνεχίζοντας προς τη Σωλτ Λέηκ Σίτυ. Το μονοπάτι ήταν ο δρόμος για εκατοντάδες χιλιάδες δυτικούς μετανάστες. Η κύρια έμφαση που έδωσα ήταν στους περισσότερους από 60.000 πρωτοπόρους των Αγίων των Τελευταίων Ημερών που ταξίδευαν στο μονοπάτι.

Οι περισσότεροι από τους πρωτοπόρους μας ήλθαν με άμαξα, αλλά περίπου 3.000 πέρασαν με 10 ομάδες με χειράμαξες. Οκτώ από αυτές τις χειράμαξες έκαναν το μνημειώδες ταξίδι με αξιοσημείωτη επιτυχία και λίγους θανάτους. Οι εταιρείες χειραμαζών Γουίλλι και Μάρτιν του 1856 ήταν η εξαίρεση.

Επανεξέτασα τις αφηγήσεις των ομάδων χειραμαζών Γουίλλι και Μάρτιν από τη στιγμή

the terrible weather conditions commenced. I became intimately aware of the challenges they faced at the crossing of the Sweetwater River, 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

που άρχισαν οι τρομερές καιρικές συνθήκες. Συνειδητοποίησα πολύ καλά τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν στη διασταύρωση του ποταμού Σουίτγουοτερ, του Μάρτινς Κόουβ, του Ρόκυ Ριντς και του Ροκ Κρηκ Χόλοου.

Between Storms [Μεταξύ καταιγίδων], υπό Albin Veselka

Δεν είχα εισέλθει στο εσωτερικό του Ναού του Κάσπερ πριν από την αφιέρωση. Όταν εισήλθα στον προθάλαμο, την προσοχή μου τράβηξε αμέσως ένας αυθεντικός πίνακας με χειράμαξα με τίτλο *Between Storms* [Ανάμεσα σε καταιγίδες]. Ο πίνακας σαφώς δεν προοριζόταν να απεικονίσει τις τραγωδίες που είχαν συμβεί. Καθώς τον κοιτούσα, σκέφθηκα: «Αυτός ο πίνακας είναι σωστός. Η συντριπτική πλειονότητα των πρωτοπόρων με τις χειράμαξες δεν βίωσε τραγωδίες». Δεν μπορούσα να μην αισθανθώ ότι αυτό είναι σαν τη ζωή γενικά. Ενίοτε είμαστε ανάμεσα σε καταιγίδες και ενίοτε ανάμεσα σε σύννεφα και ηλιοφάνεια.

Heaven's Portal [Η πύλη των ουρανών], υπό Jim Wilcox

Όταν στράφηκα προς τον πρωτότυπο πίνακα στον άλλο τοίχο, με τίτλο *Heaven's Portal* [Η πύλη των ουρανών], συνειδητοποίησα ότι αυτός ο όμορφος θερινός πίνακας αυτού που ονομαζόταν «Πύλη του Διαβόλου», με τον ήρεμο και καθαρό ποταμό Σουίτγουοτερ να ρέει μέσα από αυτόν, παρουσίαζε την ομορφιά της δημιουργίας του Κυρίου, όχι μόνο τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν οι πρωτοπόροι εκείνη την τρομερή χειμερινή περίοδο.

Κατόπιν κοίταξα μπροστά, πίσω από το γραφείο εγκριτικών και είδα έναν όμορφο πίνακα του Σωτήρος. Αυτό προκάλεσε αμέσως συντριπτικά συναισθήματα ευγνωμοσύνης. Σε έναν κόσμο μεγάλης ομορφιάς, υπάρχουν επίσης τεράστιες δυσκολίες. Καθώς στρεφόμαστε στον Ιησού Χριστό, τον Σωτήρα του κόσμου, μας σώζει από τις καταιγίδες της ζωής μέσω της Εξιλέωσής Του, σύμφωνα με το σχέδιο του Πατέρα.

Για μένα, ο προθάλαμος ήταν μια τέλεια προετοιμασία για τις αίθουσες διατάξεως του ναού που μας επιτρέπουν να λαμβάνουμε τις διατάξεις της υπερψώσεως, να συνάπτουμε ιερές διαθήκες και να αποδεχόμαστε πλήρως και να βιώνουμε τις ευλογίες της Εξιλέωσης του Σωτήρος. Το σχέδιο του Πατέρα περί ευδαιμονίας βασιζέται στην εξιλεωτική διάσωση του Σωτήρος.

Η εμπειρία των πρωτοπόρων παρέχει στους Αγίους των Τελευταίων Ημερών μια μοναδική

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.

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.

ιστορική παράδοση και μια ισχυρή συλλογική πνευματική κληρονομιά. Για ορισμένους, η μετανάστευση είχε προετοιμασθεί για χρόνια, αφού είχαν εκδιωχθεί διά της βίας τόσο από το Μιζούρι όσο και από τη Ναβού. Για άλλους, άρχισε αφού ο Πρόεδρος Μπρίγκαμ Γιανγκ ανακοίνωσε το σχέδιο με τις χειράμαξες, το οποίο είχε ως στόχο να καταστήσει τη μετανάστευση πιο προσιτή. Οι χειράμαξες κόστιζαν πολύ λιγότερο από τις άμαξες και τα βόδια.

Ένας ιεραπόστολος στην Αγγλία, ο Μίλλεν Άτγουοντ, είπε πως όταν ανακοινώθηκε το σχέδιο για τις χειράμαξες: «έτρεχε σαν φωτιά σε ξερά άχυρα και οι καρδιές των φτωχών Αγίων ανασκίρτησαν από χαρά και αγαλλίαση». Πολλοί είχαν «προσευχηθεί και νηστέψει μέρα με τη μέρα και νύκτα με τη νύκτα, ώστε να έχουν το προνόμιο να ενωθούν με τους αδελφούς και τις αδελφές τους στα βουνά».

Οι περισσότεροι από τους Αγίους των χειραμαξών αντιμετώπισαν δυσχέρειες, αλλά απέφυγαν μείζονες δυσμενείς καταστάσεις. Όμως δύο ομάδες χειραμαξών, η ομάδα Γουίλλι και η ομάδα Μάρτιν, βίωσαν λιμό, έκθεση σε συνθήκες παγετού και πολλούς θανάτους.

Οι περισσότεροι από αυτούς τους ταξιδιώτες απέπλευσαν από το Λίβερπουλ της Αγγλίας τον Μάιο του 1856 με δύο πλοία. Έφθασαν στον χώρο εξοπλισμού χειραμαξών στην Άιοβα Σίτυ τον Ιούνιο και τον Ιούλιο. Παρά τις προειδοποιήσεις και οι δύο ομάδες ανεχώρησαν για την Κοιλάδα της Σωλτ Λέηκ πολυαργάστην εποχή.

Ο Πρόεδρος Μπρίγκαμ Γιανγκ ενημερώθηκε για πρώτη φορά περί της επικίνδυνης κατάστασης αυτών των ομάδων στις 4 Οκτωβρίου 1856. Την επομένη στάθηκε ενώπιον των Αγίων στη Σωλτ Λέηκ Σίτυ και είπε: «Πολλοί από τους αδελφούς και τις αδελφές μας βρίσκονται στις πεδιάδες με χειράμαξες... και πρέπει να τους φέρουμε εδώ. Πρέπει να τους στείλουμε βοήθεια... πριν μπει ο χειμώνας».

Ζήτησε από τους επισκόπους να παράσχουν 60 ομάδες υποζυγίων, 12 ή περισσότερες άμαξες και 10.886 κιλά αλεύρι και διακήρυξε: «Πηγαίνετε και φέρτε τώρα αυτούς τους ανθρώπους από τις πεδιάδες».

Ο συνολικός αριθμός των πρωτοπόρων των ομάδων χειραμαξών Γουίλλι και Μάρτιν ήταν περίπου 1.100. Περίπου 200 από αυτούς τους πολύτιμους Αγίους πέθαναν κατά μήκος της διαδρομής. Χωρίς την έγκαιρη διάσωση, πολλοί περισσότεροι θα είχαν χαθεί.

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 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

Οι χειμερινές θύελλες ξεκίνησαν σχεδόν δύο εβδομάδες, αφότου έφυγαν οι πρώτοι διασώστες από τη Σωλτ Λέηκ Σίτυ. Οι αφηγήσεις των μελών των ομάδων Γουίλλι και Μάρτιν περιγράφουν καταστροφικές δυσκολίες, αφότου άρχισαν οι θύελλες. Αυτές οι αφηγήσεις επίσης απεικονίζουν τη μεγάλη χαρά, όταν έφθασαν οι διασώστες.

Περιγράφοντας τη σκηνή της αφίξεως, η Μαίρη Χάρρεν είπε: «Δάκρυα κύλησαν στα μάγουλα των ανδρών και τα παιδιά χόρευαν από χαρά. Μόλις οι άνθρωποι μπόρεσαν να ελέγξουν τα συναισθήματά τους, όλοι γονάτισαν στο χιόνι και ευχαρίστησαν τον Θεό».

Δύο ημέρες αργότερα, η ομάδα Γουίλλι έπρεπε να διανύσει το πιο δύσκολο μέρος της διαδρομής, περνώντας πάνω από το Ρόκυ Ριντζ, σε μια παγωμένη θύελλα. Οι τελευταίοι από αυτούς δεν έφθασαν στον καταυλισμό πριν από τις 5:00 το επόμενο πρωί. Δεκατρείς άνθρωποι πέθαναν και ετάφησαν σε έναν κοινό τάφο.

Στις 7 Νοεμβρίου, η ομάδα Γουίλλι πλησίαζε στην Κοιλάδα της Σωλτ Λέηκ, αλλά εκείνο το πρωί υπήρχαν ακόμα τρεις θάνατοι. Δύο ημέρες αργότερα, η ομάδα Γουίλλι έφθασε τελικώς στη Σωλτ Λέηκ, όπου έτυχε θαυμάσιας υποδοχής και τους καλωσόρισαν στα σπίτια των Αγίων.

Την ίδια ημέρα, η ομάδα Μάρτιν ήταν ακόμη 523 χιλιόμετρα πίσω στη διαδρομή, συνεχίζοντας να υποφέρει από κρύο και ανεπαρκή τροφή. Λίγες ημέρες νωρίτερα, είχαν διασχίσει τον ποταμό Σουίτγουοτερ για να φθάσουν σε αυτό που τώρα ονομάζεται Μάρτινς Κόουβ, όπου ήλπιζαν να βρουν προστασία από τα στοιχεία της φύσεως. Ένας από τους πρωτοπόρους είπε: «Ήταν η χειρότερη διάσχιση ποταμού της αποστολής». Μερικοί από τους διασώστες—όπως ο προπάππος μου, Ντέιβιντ Πάτεν Κίμπαλ, ο οποίος ήταν μόλις 17 ετών, μαζί με τους νεαρούς φίλους του «Τζωρτζ Γ. Γκραντ, Άλλεν Χάντινγκτον, Στήβεν Τέιλορ και Άιρα Νέμπεκερ—πέρασαν ώρες στο παγωμένο νερό», βοηθώντας ηρωικά την ομάδα να κάνει το πέρασμα του Στουίτγουοτερ.

Ενώ αυτό το γεγονός έτυχε μεγάλης προσοχής, καθώς μάθαινα περισσότερα για τους διασώστες, συνειδητοποίησα ότι όλοι τους ακολουθούσαν τον προφήτη και έπαιζαν κρίσιμο ρόλο στη διάσωση των αποκλεισμένων Αγίων. Όλοι οι διασώστες ήταν ηρωικοί, όπως και οι μετανάστες.

Μελετώντας την ιστορία τους εξετίμησα τις πολύτιμες σχέσεις και το μακροπρόθεσμο αιώνιο

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 everyone, 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

όραμα μεταξύ των μεταναστών. Ο Τζων και η Μαρία Λίνφορντ και οι τρεις γιοι τους ήταν μέλη της ομάδος Γουίλλι. Ο Τζων πέθανε λίγες ώρες πριν φτάσουν οι πρώτοι διασώστες. Είχε πει στη Μαρία ότι ήταν χαρούμενος που είχαν κάνει το ταξίδι. «Δεν θα ζήσω ώστε να φθάσω στη Σωλτ Λέικ» είπε «αλλά εσύ και τα αγόρια θα φθάσετε και δεν μετανιώνω για όλα αυτά που περάσαμε, εάν τα αγόρια μας μπορούν να μεγαλώσουν και να αναθρέψουν τις οικογένειες τους στη Σιών».

Ο Πρόεδρος Τζέιμς Φάουστ έδωσε αυτήν τη θαυμάσια σύνοψη: «Με την ηρωική προσπάθεια των πρωτοπόρων με τις χειράμαξες, μαθαίνουμε μία μεγάλη αλήθεια. Όλοι πρέπει να περάσουν μέσα από τη φωτιά του χωνευτή και τα ασήμαντα και επουσιώδη στη ζωή μας μπορούν να λειώσουν σαν τη σκωρία και να κάνουν την πίστη μας λαμπρή, ανέπαφη και δυνατή. Φαίνεται να υπάρχει πλήρης αγωνία, θλίψη και συχνά ψυχικό άλγος για όλους, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που επιζητούν ενθέρμως να κάνουν το σωστό και να είναι πιστοί. Ωστόσο, αυτό είναι μέρος της καθάρσεως για να γνωρίσουμε τον Θεό».

Στη διαμορφωτική για την αιωνιότητα Εξιλέωση και Ανάστασή Του, ο Σωτήρας έσπασε «τα δεσμά του θανάτου, έχοντας κερδίσει τη νίκη επί του θανάτου» για όλους. Για εκείνους που έχουν μετανοήσει για τις αμαρτίες τους, Εκείνος «έχοντας πάρει επάνω του την ανομία τους και τις παραβάσεις τους, έχοντάς τους λυτρώσει και ικανοποιήσει τις απαιτήσεις της δικαιοσύνης».

Χωρίς την Εξιλέωση, δεν μπορούμε να σώσουμε τον εαυτό μας από την αμαρτία και τον θάνατο. Ενώ η αμαρτία μπορεί να παίξει σημαντικό ρόλο στις δοκιμασίες μας, οι αντιξοότητες της ζωής επιδεινώνονται από λάθη, κακές αποφάσεις, κακές πράξεις άλλων και πολλά πράγματα εκτός του ελέγχου μας.

Το Να κηρύττετε το Ευαγγέλιό μου διδάσκει: «Καθώς βασιζόμαστε στον Ιησού Χριστό και την Εξιλέωσή Του, Εκείνος μπορεί να μας βοηθήσει να υπομείνουμε τις δοκιμασίες, τις ασθένειες και τον πόνο μας. Μπορούμε να γεμίσουμε χαρά, ειρήνη και παρηγοριά. Όλα όσα είναι άδικο στη ζωή μπορούν να γίνουν δίκαια μέσω της Εξιλέωσης του Ιησού Χριστού».

Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου του Πάσχα, εστιάζουμε στον Σωτήρα και στην εξιλεωτική θυσία Του. Η Εξιλέωση παρέχει ελπίδα και φως σε μία εποχή που για πολλούς φαίνεται

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 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.

σκοτεινή και θλιβερή. Ο Πρόεδρος Γκόρντον Μ. Χίνκλυ δήλωσε: «Όταν εξετάζεται όλη η ιστορία... [δεν υπάρχει] τίποτε τόσο υπέροχο, τόσο μεγαλειώδες, τόσο τρομερό όσο αυτή η πράξη χάριτος».

Αναφέρω τρεις συστάσεις που πιστεύω ότι είναι ιδιαίτερα σημαντικές για την εποχή μας.

Πρώτον, μην υποτιμάτε τη σπουδαιότητα να κάνουμε ό,τι μπορούμε για να σώσουμε άλλους από σωματικές και ιδίως πνευματικές δυσκολίες.

Δεύτερον, αποδεχθείτε με ευγνωμοσύνη την Εξιλέωση του Σωτήρος. Όλοι θα πρέπει να προσπαθούμε να δείχνουμε χαρά και ευτυχία ακόμη και όταν αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες της ζωής. Στόχος μας θα πρέπει να είναι να ζούμε αισιόδοξα όντες θετικοί σε κάθε κατάσταση. Έχω παρατηρήσει την πολύτιμη σύντροφό μου, Μαίρη, να το κάνει αυτό σε όλη της τη ζωή. Έχω εκτιμήσει τη σπινθηροβόλο, ενθαρρυντική προσέγγισή της, ακόμη και όταν αντιμετωπίζαμε προβλήματα όλα αυτά τα χρόνια.

Η τρίτη μου συμβουλή είναι να αφιερώσουμε σταθερό χρόνο για να συλλογιζόμαστε με πίστη την Εξιλέωση του Σωτήρος. Υπάρχουν πολλοί τρόποι να το κάνουμε αυτό στην προσωπική μας θρησκευτική τήρηση. Ωστόσο, η προσέλευση στη συγκέντρωση μεταλήψεως και η μετάληψη είναι ιδιαίτερος σημαντικά.

Εξίσου σημαντική είναι η τακτική προσέλευση στον ναό, όπου είναι δυνατόν. Ο ναός προσφέρει μια συνεχή ανάμνηση της Εξιλέωσης του Σωτήρος και όσων υπερνικά. Και, ακόμη πιο σημαντικό, η προσέλευση στον ναό μάς επιτρέπει να παράσχουμε την πνευματική διάσωση για τους αποθανόντες αγαπημένους μας και τους πιο μακρινούς προγόνους μας.

Ο Πρόεδρος Ράσσελ Μ. Νέλσον, στην τελευταία μας συνέλευση, τόνισε αυτήν την αρχή και προσέθεσε: «Οι ευλογίες [του ναού]... βοηθούν στην προετοιμασία ενός λαού που θα βοηθήσει στην προετοιμασία του κόσμου για τη Δευτέρα Παρουσία του Κυρίου!»

Δεν πρέπει ποτέ να ξεχνούμε τις θυσίες και τα παραδείγματα των προηγούμενων γενεών, αλλά ο θαυμασμός, η εκτίμηση και η λατρεία μας θα πρέπει να επικεντρώνονται στον Σωτήρα του κόσμου και στην εξιλεωτική Του θυσία. Καταθέτω μαρτυρία ότι το κλειδί στο σχέδιο του Πατρός περί ευδαιμονίας είναι η Εξιλέωση που έκανε ο Σωτήρας μας, Ιησούς Χριστός. Ζει και καθοδηγεί την Εκκλησία Του. Η Εξιλέωση του Ιησού Χριστού παρέχει την υπέρτατη διάσωση

από τις δοκιμασίες που αντιμετωπίζουμε σε αυτήν τη ζωή. Στο όνομα του Ιησού Χριστού, αμήν.