

The Love of God

By Elder Benjamin M. Z. Tai
Of the Seventy

Η αγάπη του Θεού

Από τον Πρεσβύτερο Μπέντζαμιν Μ. Ζ. Τάι
Των Εβδομήκοντα

April 2025 general conference

I joyfully witness that the Savior Jesus Christ is the love of God. His love for us is perfect, personal, and perpetual.

One summer while traveling in a remote area, our family spent an evening sleeping outdoors under a cloudless sky. Clearly visible above us was the magnificent Milky Way, filled with innumerable stars and the occasional shooting star. While we marveled at the majesty of God's creation, we felt a reverent connection to Him. Our young children, who had grown up in Hong Kong, had never experienced anything like this before. They innocently asked if we lived under the same sky back home. I tried to explain to them that it was the same sky, but air and light pollution where we lived prevented us from seeing these stars even though they were there.

The scriptures teach us that “faith is the substance of things hoped for, the evidence of things not seen.” While disorienting distractions and terrestrial temptations cloud our spiritual vision, when we exercise faith in God and His Son, Jesus Christ, we receive clear assurance of Their reality and of Their concern for us.

In the Book of Mormon, the prophet Lehi saw “a tree, whose fruit was desirable to make one happy” and was the “most sweet, above all.” When he tasted the fruit, his soul was filled with great joy, and he wanted his family to taste it also. We learn that this tree represents “the love of God,” and like Lehi, we too can receive a joyful

Καταθέτω μαρτυρία με χαρά ότι ο Σωτήρας Ιησούς Χριστός είναι η αγάπη του Θεού. Η αγάπη Του για εμάς είναι τέλεια, προσωπική και αέναη.

Ένα καλοκαίρι, ενώ ταξιδεύαμε σε μια απομακρυσμένη περιοχή, η οικογένειά μας πέρασε ένα βράδυ στην ύπαιθρο κάτω από έναν ανέφελο ουρανό. Ευκρινώς ορατός από πάνω μας ήταν ο μεγαλοπρεπής Γαλαξίας, γεμάτος με αναρίθμητα αστέρια και περιστασιακά διάττοντες αστέρες. Ενώ θαυμάζαμε το μεγαλείο της δημιουργίας του Θεού, αισθανθήκαμε μία ευλαβική σύνδεση μαζί Του. Τα μικρά παιδιά μας, που είχαν μεγαλώσει στο Χονγκ Κονγκ, δεν είχαν βιώσει ποτέ κάτι τέτοιο πριν. Ρώτησαν αθώα αν ζούσαμε κάτω από τον ίδιο ουρανό στην πατρίδα μας. Προσπάθησα να τους εξηγήσω ότι επρόκειτο για τον ίδιο ουρανό, αλλά η ατμοσφαιρική ρύπανση και η φωτορύπανση εκεί όπου ζούσαμε μας εμπόδιζαν να δούμε αυτά τα αστέρια, παρ' όλο που ήταν εκεί.

Ο Απόστολος Παύλος μας δίδαξε ότι «είναι δε η πίστη, πεποίθηση γι' αυτά που ελπίζονται, βεβαίωση για πράγματα που δεν βλέπονται». Ενώ οι αποπροσανατολιστικοί περισπασμοί και οι επίγειοι πειρασμοί επισκιάζουν την πνευματική μας όραση, όταν ασκούμε πίστη στον Θεό και τον Υιό Του, Ιησού Χριστό, λαμβάνουμε ξεκάθαρη διαβεβαίωση ότι υπάρχουν και ενδιαφέρονται για εμάς.

Στο Βιβλίο του Μόρμον, ο προφήτης Λεχί είδε «ένα δέντρο, του οποίου ο καρπός ήταν ποθητός για να κάνει κάποιον ευτυχισμένο» και ήταν «γλυκύτατος, υπεράνω όλων». Όταν γεύθηκε τον καρπό, η ψυχή του γέμισε με μεγάλη χαρά και ήθελε να τον γευθεί και η οικογένειά του. Μαθαίνουμε ότι αυτό το δέντρο αντιπροσωπεύει

witness of God when we invite Him into our lives.

Jesus Christ embodies Heavenly Father's love for us. Through His atoning sacrifice, He took upon Himself our sins and was bruised for our iniquities. He has personally borne our griefs, carried our sorrows, and taken upon Himself our pains and sicknesses. He sends the Holy Ghost to comfort us, and the fruits of the Spirit include joy, peace, and faith, which fill us with hope and love.

While the love of God is accessible to all, many search earnestly for it, while others desire to feel God's love but do not believe that they deserve it. Some others are desperately trying to hang on to it. The scriptures and the Lord's prophet teach us that we can consistently experience God's love when, through the grace of Jesus Christ, we repeatedly repent, frankly forgive, strive to keep His commandments, and selflessly serve others. We feel God's love when we do things that draw us closer to Him, such as conversing with Him daily through prayer and scripture study, and stop doing things that distance us from Him, such as being prideful, contentious, and rebellious.

President Russell M. Nelson has invited us to "remove, with the Savior's help, the old debris in our lives" and to "lay aside bitterness." He has encouraged us to "bolster our spiritual foundations" through "centering our lives on [the Savior] and on the ordinances and covenants of His temple." He promised that "as we keep our temple covenants, we gain greater access to the Lord's strengthening power. ... We experience the pure love of Jesus Christ and our Heavenly Father in great abundance!"

I have a friend who was blessed with a beautiful family and a promising career. This changed when an illness left him unable to work, which was followed by a divorce. The years since have been difficult, but his love for his children and the covenants he has made with God have sustained him. One day he learned that his former

«την αγάπη του Θεού» και όπως ο Λεχί, μπορούμε και εμείς να λάβουμε χαρούμενη μαρτυρία για τον Θεό, όταν Τον προσκαλούμε στη ζωή μας.

Ο Ιησούς Χριστός ενσαρκώνει την αγάπη του Επουράνιου Πατέρα για εμάς. Μέσω της εξιλεωτικής θυσίας Του, πήρε επάνω Του τις αμαρτίες μας και μωλωπίσθηκε για τις ανομίες μας. Έχει βαστάξει προσωπικώς τις θλίψεις μας, επιφορτίσθηκε τις λύπες μας και πήρε επάνω Του τους πόνους και τις ασθένειές μας. Στέλνει το Άγιο Πνεύμα να μας παρηγορήσει και οι καρποί του Πνεύματος περιλαμβάνουν χαρά, ειρήνη και πίστη, που μας γεμίζουν με ελπίδα και αγάπη.

Ενώ η αγάπη του Θεού είναι προσβάσιμη σε όλους, πολλοί την ψάχνουν ένθερμα, ενώ άλλοι επιθυμούν να αισθανθούν την αγάπη του Θεού, αλλά δεν πιστεύουν ότι την αξίζουν. Κάποιοι άλλοι προσπαθούν απεγνωσμένα να κρατηθούν από αυτήν. Οι γραφές και ο προφήτης του Κυρίου μας διδάσκουν ότι μπορούμε να βιώνουμε με συνέπεια την αγάπη του Θεού, όταν μέσω της χάριτος του Ιησού Χριστού επανειλημμένως μετανοούμε, συγχωρούμε ειλικρινώς, προσπαθούμε να τηρήσουμε τις εντολές Του και ανιδιοτελώς υπηρετούμε άλλους. Αισθανόμαστε την αγάπη του Θεού, όταν κάνουμε πράγματα που μας φέρνουν πιο κοντά σε Εκείνον, όπως να συνομιλούμε μαζί Του καθημερινώς μέσω προσευχής και μελέτης των γραφών και να σταματήσουμε να κάνουμε πράγματα που μας απομακρύνουν από Εκείνον, όπως το να είμαστε υπερήφανοι, εριστικοί και επαναστατικοί.

Ο Πρόεδρος Ράσσελ Μ. Νέλσον μας έχει προτρέψει να «απομακρύνουμε, με τη βοήθεια του Σωτήρος, τα παλιά συντρίμια από τη ζωή μας» και να «αφήσουμε στην άκρη την πικρία». Μας έχει παροτρύνει να «στηρίξουμε τα πνευματικά θεμέλιά μας... επικεντρώνοντας τη ζωή μας [στον Σωτήρα] και στις διατάξεις και διαθήκες του ναού Του». Υποσχέθηκε ότι «καθώς τηρούμε τις διαθήκες του ναού, αποκτούμε μεγαλύτερη πρόσβαση στην ενδυναμωτική δύναμη του Κυρίου... Βιώνουμε την αγνή αγάπη του Ιησού Χριστού και του Επουράνιου Πατέρα μας σε μεγάλη αφθονία!»

Έχω έναν φίλο που ευλογήθηκε με μια όμορφη οικογένεια και μια πολλά υποσχόμενη σταδιοδρομία. Αυτό άλλαξε, όταν μια ασθένεια τον άφησε ανίκανο να εργασθεί, ενώ ακολούθησε ένα διαζύγιο. Τα χρόνια που ακολούθησαν ήταν δύσκολα, αλλά η αγάπη του για τα παιδιά του και οι διαθήκες που έχει συνάψει με τον Θεό

spouse had remarried and had requested a cancellation of their temple sealing. He was troubled and confused. He sought peace and understanding in the house of the Lord. The day after his visit, I received the following message from him:

“I had an amazing experience in the temple last night. I think it was obvious that I still held quite a bit of resentment. ... I knew that I must change, and I have been praying all week to do so. ... Last night in the temple I literally felt the Spirit remove the resentment from my heart. ... It was such a relief to be freed from it. ... An ominous physical burden bearing down on me has been lifted.”

While he still has his challenges, my friend treasures that experience in the house of the Lord, where the liberating power of the love of God has helped him to feel closer to God, more optimistic about life, and less anxious about his future.

When we experience the love of God, we can bear up our burdens with ease and submit patiently and cheerfully to His will. We have confidence that God will remember His covenants with us, visit us in our afflictions, and deliver us from bondage. We will also desire to share the joy we feel with our family and loved ones. As with Lehi's family, each person has agency to choose whether to partake of the fruit or not, but our opportunity is to love, share, and invite in such a way that those we love can feel the love of God.

To help others feel God's love, we need to cultivate in ourselves Christlike attributes such as humility, charity, compassion, and patience and help turn others towards the Savior through following the two great commandments of loving God and loving our fellow men.

One of our sons struggled with fitting in and self-esteem during his teenage years. My wife and I prayed to know how to help him, and we were willing to do whatever the Lord would have us do. One day I felt prompted to ask my elders quorum president if he knew of anyone in need

τον στήριξαν. Μια ημέρα έμαθε ότι η πρώην σύζυγός του είχε ξαναπαντρευτεί και είχε ζητήσει την ακύρωση της επισφραγίσεώς τους στον ναό. Ήταν προβληματισμένος και συγχυσμένος. Ζήτησε γαλήνη και κατανόηση στον οίκο του Κυρίου. Την επομένη της επισκέψεώς του, έλαβα από εκείνον το ακόλουθο μήνυμα:

«Είχα μια καταπληκτική εμπειρία στον ναό χθες το βράδυ. Νομίζω ότι ήταν προφανές ότι εξακολουθούσα να έχω αρκετή δυσaréσκεια... Ήξερα ότι έπρεπε να αλλάξω και προσευχόμουν όλη την εβδομάδα για να το κάνω... Χθες το βράδυ στον ναό, κυριολεκτικά ένιωσα το Πνεύμα να αφαιρεί τη δυσaréσκεια από την καρδιά μου... Ήταν μεγάλη ανακούφιση που απελευθερώθηκα από αυτήν... Ένα δυσοίωνα σωματικό βάρος που με βάραινε έχει αρθεί».

Ενώ ακόμη έχει τις δυσκολίες του, ο φίλος μου εκτιμά εκείνη την εμπειρία στον οίκο του Κυρίου, όπου η απελευθερωτική δύναμη της αγάπης του Θεού τον έχει βοηθήσει να αισθάνεται πιο κοντά στον Θεό, πιο αισιόδοξος για τη ζωή και λιγότερο ανήσυχος για το μέλλον του.

Όταν βιώνουμε την αγάπη του Θεού, μπορούμε να σηκώνουμε τα βάρη μας με ευκολία και να υπομένουμε υπομονετικά και χαρωπά στο θέλημά Του. Έχουμε την πεποίθηση ότι ο Θεός θα θυμάται τις διαθήκες Του μαζί μας, θα μας επισκεφθεί στα βάσανά μας και θα μας ελευθερώσει από τη σκλαβιά. Θα επιθυμούμε επίσης να εκφράσουμε τη χαρά που αισθανόμαστε με την οικογένεια και τους αγαπημένους μας. Όπως και με την οικογένεια του Λεχί, κάθε άτομο έχει ελεύθερη βούληση να επιλέξει αν θα φάει από τον καρπό ή όχι, αλλά η ευκαιρία μας είναι να αγαπούμε, να διαδίδουμε και να προσκαλούμε με τέτοιο τρόπο, ώστε αυτοί που αγαπούμε να μπορούν να αισθανθούν την αγάπη του Θεού.

Για να βοηθήσουμε άλλους να αισθανθούν την αγάπη του Θεού, πρέπει να καλλιεργήσουμε μέσα μας χριστοειδή γνωρίσματα, όπως ταπεινοφροσύνη, αγνή αγάπη, συμπόνια και υπομονή και να βοηθήσουμε άλλους να στραφούν προς τον Σωτήρα μέσω της τηρήσεως των δύο μεγάλων εντολών της αγάπης προς τον Θεό και της αγάπης προς τους συνανθρώπους μας.

Ένας από τους γιους μας πάλευε με την προσαρμογή και την αυτοεκτίμηση κατά την εφηβεία του. Η σύζυγός μου και εγώ προσευχηθήκαμε να μάθουμε πώς να τον βοηθήσουμε και ήμασταν πρόθυμοι να κάνουμε οτιδήποτε ήθελε να κάνουμε ο Κύριος. Μια ημέρα ένιωσα την

who I could visit together with my son. After some thought, he asked us to visit a woman with significant health challenges and, with permission from the branch president, to bring the sacrament to her each week. I was elated but also concerned about how my son would react to this weekly commitment.

On our first visit, our hearts ached for this dear woman, as she was in constant pain. She was very grateful for the sacrament, and we enjoyed visiting with her and her husband. After a few visits, one Sunday I was away and could not accompany my son, but I reminded him of our assignment. When I got home, I couldn't wait to hear how the visit went. My son replied that he didn't think his classmates got to do cool things like this. And he elaborated by saying that he brought his brother with him to help and that the sacrament went smoothly, but this dear sister had been sad during the week because she had invited friends to her home to watch movies, but her video player would not work. My son said he searched online, found the problem, and fixed it for her on the spot. He felt useful, happy, and trusted to do something that brightened her day. He felt God's love for him.

If despite your best efforts life is overcast, if you feel that your prayers are not heard, or if you can't feel God's love, please know that your every effort matters and, as certain as the stars above us, that Heavenly Father and Jesus Christ know, hear, and love you.

On one occasion, when His disciples were in a boat being "tossed [by the] waves," the Savior walked towards them on the water and assured them, saying, "Be of good cheer; it is I; be not afraid." When Peter wanted to walk to the Savior on the water, Jesus beckoned to him, saying, "Come." And when Peter lost his focus and began to sink, the Savior immediately reached out His hand to catch him and led him to safety while saying, "O thou of little faith, wherefore didst

παρότρυνση να ρωτήσω τον πρόεδρο της απαρτίας πρεσβυτέρων μου εάν γνώριζε κάποιον σε ανάγκη τον οποίον θα μπορούσα να επισκεφθώ μαζί με τον γνιο μου. Έπειτα από λίγη σκέψη, μας ζήτησε να επισκεφθούμε μία γυναίκα με σημαντικά προβλήματα υγείας και, με την άδεια από τον πρόεδρο κλάδου, να της πηγαίνουμε τη μετάληψη κάθε εβδομάδα. Ήμουν ενθουσιασμένος, αλλά επίσης ανησυχούσα για το πώς θα αντιδρούσε ο γνιος μου σε αυτήν την εβδομαδιαία δέσμευση.

Κατά την πρώτη μας επίσκεψη, η καρδιά μας πονούσε για αυτήν την αγαπητή γυναίκα, καθώς πονούσε διαρκώς. Ήταν πολύ ευγνώμων για τη μετάληψη και απολαύσαμε τη συνομιλία μαζί της και με τον σύζυγό της. Ύστερα από μερικές επισκέψεις, μια Κυριακή έλειπα και δεν μπορούσα να συνοδεύσω τον γνιο μου, αλλά του θύμισα την ανάθεσή μας. Όταν έφθασα σπίτι, ανυπομονούσα να ακούσω πώς πήγε η επίσκεψη. Ο γνιος μου απάντησε ότι δεν πίστευε ότι οι συμμαθητές του μπορούσαν να κάνουν ωραία πράγματα όπως αυτό. Και εξήγησε λέγοντας ότι έφερε τον αδελφό του μαζί του για να βοηθήσει και ότι η μετάληψη κύλησε ομαλά, αλλά αυτή η αγαπητή αδελφή ήταν λυπημένη κατά τη διάρκεια της εβδομάδος, επειδή είχε προσκαλέσει φίλους στο σπίτι της για να δουν ταινίες, αλλά το πρόγραμμα αναπαραγωγής βίντεο δεν θα λειτουργούσε. Ο γνιος μου είπε ότι έψαξε στο Διαδίκτυο, βρήκε το πρόβλημα και της το διόρθωσε επί τόπου. Ένιωθε χρήσιμος, χαρούμενος και ευελπιστούσε να κάνει κάτι που της έφτιαχνε τη μέρα. Ένωσε την αγάπη του Θεού για εκείνον.

Αν, παρά τις προσπάθειές σας, η ζωή σας είναι συννεφιασμένη, αν νιώθετε ότι οι προσευχές σας δεν εισακούονται ή αν δεν μπορείτε να νιώσετε την αγάπη του Θεού, να ξέρετε ότι κάθε σας προσπάθεια έχει σημασία και, τόσο σίγουρο όσο τα αστέρια πάνω από εμάς, ότι ο Επουράνιος Πατέρας και ο Ιησούς Χριστός σας γνωρίζουν, σας ακούν και σας αγαπούν.

Σε μία περίπτωση, όταν οι μαθητές Του βρίσκονταν σε ένα πλοίο «βασανιζόμενο από τα κύματα», ο Σωτήρας περπάτησε προς αυτούς επάνω στο νερό και τους διαβεβαίωσε, λέγοντας: «Έχετε θάρρος· εγώ είμαι· μη φοβάστε». Όταν ο Πέτρος θέλησε να βαδίσει προς τον Σωτήρα επάνω στο νερό, ο Ιησούς του έγενευσε, λέγοντας: «Έλα». Και όταν ο Πέτρος έχασε την αυτοσυγκέντρωσή του και άρχισε να βυθίζεται, ο Σωτήρας άπλωσε αμέσως το χέρι Του για να τον πιάσει και

thou doubt?"

When the winds are against us in our lives, are we willing to be cheerful and courageous? How can we remember that the Savior does not forsake us and that He is near us, perhaps in ways we don't yet recognize? Are we willing to go to Him in faith, especially when the path before us seems impossible? And in what ways does He lift us to safety when we flounder? How can we faithfully look unto Him in every thought, without doubt or fear?

If you would like to feel the love of God more abundantly in your life, may I invite you to consider the following:

First, pause frequently to remember that you are a child of God and think of the things you are grateful for.

Second, pray daily, asking Heavenly Father to help you know who around you needs to feel His love.

Third, ask sincerely what you can do to help that individual to feel the love of God.

And fourth, act promptly on the inspiration you receive.

If we consistently pray and ask on the behalf of others, God will show us the people we can help. And if we act promptly, we can become the means through which He answers their prayers. By doing so, in time, we will receive answers to our prayers and we will feel God's love in our own lives.

A few months ago while traveling in Vietnam, my wife and I were on a flight that took off in a heavy storm. The turbulence was severe, and dark clouds, heavy rain, and lightning could be seen from our window. After a long and volatile ascent, our airplane finally rose above the storm clouds and emerged to this glorious vista. We were reminded once again of our Heavenly Father and Jesus Christ and felt Their great love for us.

Dear friends, as one who has experienced God's love, I joyfully witness that the Savior Jesus Christ is the love of God. His love for us is perfect, personal, and perpetual. As we faithfully

τον οδήγησε στην ασφάλεια, λέγοντας: «Ολιγόπιστε, σε τι δίστασες;»

Όταν οι άνεμοι είναι εναντίον μας στη ζωή μας, είμαστε πρόθυμοι να είμαστε πρόσχαροι και θαρραλέοι; Πώς μπορούμε να θυμόμαστε ότι ο Σωτήρας δεν μας εγκαταλείπει και ότι είναι κοντά μας, ίσως με τρόπους που δεν αναγνωρίζουμε ακόμη; Είμαστε πρόθυμοι να πάμε σε Εκείνον με πίστη, ειδικά όταν το μονοπάτι εμπρός μας φαίνεται αδύνατο; Και με ποιους τρόπους μας εξυψώνει σε ασφαλές μέρος, όταν παραπαίουμε; Πώς μπορούμε να αποβλέπουμε πιστά προς Εκείνον σε κάθε σκέψη, χωρίς αμφιβολία ή φόβο;

Αν θέλετε να αισθανθείτε την αγάπη του Θεού πιο άφθονα στη ζωή σας, επιτρέψτε μου να σας ζητήσω να σκεφθείτε τα εξής:

Πρώτον, κάντε συχνά παύση για να θυμάστε ότι είστε τέκνο του Θεού και να σκέπτεστε τα πράγματα για τα οποία είστε ευγνώμονες.

Δεύτερον, να προσεύχεστε καθημερινά, ζητώντας από τον Επουράνιο Πατέρα να σας βοηθήσει να γνωρίζετε ποιος γύρω σας χρειάζεται να νιώσει την αγάπη Του.

Τρίτον, ρωτήστε ειλικρινώς τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε αυτό το άτομο να αισθανθεί την αγάπη του Θεού.

Και τέταρτον, ενεργήστε πάραυτα επί της εμπνεύσεως που λαμβάνετε.

Εάν προσευχόμαστε με συνέπεια και ζητούμε για λογαριασμό άλλων, ο Θεός θα μας δείξει τους ανθρώπους που μπορούμε να βοηθήσουμε. Και αν ενεργούμε πάραυτα, μπορούμε να γίνουμε το μέσο μέσω του οποίου Εκείνος απαντά στις προσευχές τους. Κάνοντάς το αυτό, εν καιρώ, θα λάβουμε απαντήσεις στις προσευχές μας και θα αισθανθούμε την αγάπη του Θεού στη ζωή μας.

Πριν από λίγους μήνες, ενώ ταξιδεύαμε στο Βιετνάμ, η σύζυγός μου και εγώ ήμασταν σε μία πτήση που απογειώθηκε μέσα σε μια δυνατή καταιγίδα. Οι αναταράξεις ήταν έντονες και από το παράθυρό μας διακρίνονταν σκοτεινά σύννεφα, δυνατή βροχή και αστραπές. Ύστερα από μια μακρά και ασταθή άνοδο, το αεροπλάνο μας τελικά ανέβηκε επάνω από τα σύννεφα της καταιγίδας και εμφανίσθηκε σε αυτή την υπέροχη θέα. Θυμηθήκαμε για άλλη μια φορά τον Επουράνιο Πατέρα μας και τον Ιησού Χριστό και νιώσαμε τη μεγάλη Τους αγάπη για εμάς.

Αγαπητοί φίλοι, ως κάποιος που έχει βιώσει την αγάπη του Θεού, καταθέτω με χαρά μαρτυρία ότι ο Σωτήρας Ιησούς Χριστός είναι η αγάπη του Θεού. Η αγάπη Του για εμάς είναι τέλεια,

follow Him, may we be filled with His love and
may we be a lighthouse that guides others to His
love. In the name of Jesus Christ, amen.

προσωπική και αέναη. Καθώς Τον ακολουθούμε
πιστώ, είτε να είμαστε πλήρεις της αγάπης Του
και είτε να είμαστε ένας φάρος που θα καθο-
δηγεί άλλους στην αγάπη Του. Στο όνομα του
Ιησού Χριστού, αμήν.