

Our Heavenly Guidance System

By Elder Sergio R. Vargas
Of the Seventy

Vårt himmelske veiledningssystem

Av eldste Sergio R. Vargas
i De sytti

April 2025 general conference

As we focus our lives on Jesus Christ, we will find our way home, enduring to the end and rejoicing to the end.

Jesus Christ changed my life when I was baptized at the age of 26 in my beloved Frutillar, Chile. At that time, my job took me across the ocean, rivers, and lakes of the beautiful Chilean Patagonia. After my baptism, I saw my work and my life in a new and different way, recognizing that truly “all things denote there is a God.”

In nature, salmon are born in the source of the rivers. At some point in their lives, they need to swim downriver to reach the ocean, where they find the nourishment and conditions necessary for their development.

But the ocean is also a dangerous place where predators lurk and where fishers try to catch the salmon with flashy hooks that imitate food but do not nourish them. If the salmon can survive these threats, they will be ready to use their powerful guidance system to return upriver to the same place where they were born, facing new and some familiar challenges. Scientists have studied their migratory behavior for years and have discovered that they use a type of magnetic map, similar to GPS, to guide them to their final destination with incredible precision.

We can all return one day to the heavenly home from where we came. And like the salmon, we have our own magnetic map, or Light of Christ, to guide us there. Jesus taught His disciples, “I am the way, the truth, and the life: no man cometh unto the Father, but by me.”

As we focus our lives on Jesus Christ, we will find our way home, enduring to the end and

Når vi fokuserer vårt liv på Jesus Kristus, vil vi finne veien hjem, holde ut til enden og fryde oss helt til enden.

Jesus Kristus forandret livet mitt da jeg ble døpt i en alder av 26 år i mitt kjære Frutillar i Chile. På den tiden førte jobben meg over havet, elvene og innsjøene i det vakre chilenske Patagonia. Etter dåpen så jeg min gjerning og mitt liv på en ny og annerledes måte, idet jeg erkjente at sannelig “alle ting bærer bud om at det finnes en Gud”.

I naturen er laks født i elvenes utspring. På et eller annet tidspunkt i livet trenger de å svømme nedover elven for å nå havet, der de finner den næring og de nødvendige forutsetninger for sin utvikling.

Men havet er også et farlig sted hvor rovdyr lurar og hvor fiskere prøver å fange laks med prangende fiskekroker som etterligner mat, men som ikke gir dem næring. Hvis laks kan overleve disse truslene, vil de være klare til å bruke sitt kraftige veiledningssystem for å returnere oppover elven til samme sted der de ble født og konfrontere nye og noen kjente utfordringer. Forskere har studert deres vandringsadferd i årevis og har oppdaget at de bruker en type magnetisk kart, som ligner på GPS, for å lede dem til deres sluttdestinasjon med utrolig presisjon.

Vi kan alle en dag vende tilbake til det himmelske hjem der vi kom fra. Og i likhet med laksen har vi vårt eget magnetkart, eller “Kristi lys”, til å lede oss dit. Jesus underviste sine disipler: “Jeg er veien og sannheten og livet. Ingen kommer til Faderen uten ved meg.”

Når vi fokuserer vårt liv på Jesus Kristus, vil vi finne veien hjem, holde ut til enden og fryde

rejoicing to the end. President Russell M. Nelson taught that “the joy we feel has little to do with the circumstances of our lives and everything to do with the focus of our lives.”

Our Divine Nature and Destiny

From the family proclamation, we read that “each [of us] is a beloved spirit son or daughter of heavenly parents, and, as such, each has a divine nature and destiny. ... In the premortal realm, spirit sons and daughters knew and worshipped God as their Eternal Father and accepted His plan by which His children could obtain a physical body and gain earthly experience to progress toward perfection and ultimately realize their divine destiny as heirs of eternal life.”

Before His birth in mortality, Jesus Christ appeared to Moses and spoke to him on behalf of the Father. He told Moses He had a great work for him to do. During that meeting, the Lord called him “my son” several times.

After that experience, Satan came tempting him, saying, “Moses, son of man, worship me.”

Moses responded to the temptation by remembering his divine nature, saying, “Who art thou? For behold, I am a son of God.” The truth freed Moses from an attack by the adversary.

Brothers and sisters, the hooks of mortality are real. They are often enticing, but they seek only one target: to pull us out of the course of living waters that lead to the Father and eternal life.

I know how real the hooks of mortality can be. One Sunday, as a new convert, I was teaching a priesthood class when an unsettling conversation arose. I struggled to finish my lesson. I took offense and felt that I was the victim. Without saying a word, I headed for the exit with the idea that I would not return to church for a while.

At that very moment, a concerned priesthood holder stood in front of me. He lovingly invited me to focus on Christ and not on the situation we had experienced in class. As I looked back on the experience with him, he shared with me that he heard a voice tell him, “Go after him; he is important to me.”

My dear friends, we are all important to Him. President Nelson taught that “because of our covenant with God, He will never tire in His efforts to help us, and we will never exhaust His merciful patience with us.” Our divine nature

oss helt til enden. President Russell M. Nelson underviste at “gleden vi føler, har lite å gjøre med omstendighetene i vårt liv, og alt å gjøre med hva vi fokuserer på”.

Vår guddommelige natur og fremtid

I erklæringen om familien leser vi at “hver især er en elsket ånd, sønn eller datter av himmelske foreldre, og har som sådan en guddommelig natur og et guddommelig potensial ... I den førjordske tilværelse kjente og tilba Guds åndelige sønner og døtre ham som sin evige Fader og aksepterte hans plan hvorved hans barn kunne få et fysisk legeme og høste jordisk erfaring for å utvikle seg mot fullkommenhet og til sist virkeliggjøre sitt guddommelige potensial som arvinger til evig liv.”

Før sin fødsel i jordelivet viste Jesus Kristus seg for Moses og talte til ham på vegne av Faderen. Han fortalte Moses at han hadde et stort verk som han skulle utføre. Ved dette møtet kalte Herren ham “min sønn” flere ganger.

Etter denne opplevelsen kom Satan og fristet ham og sa: “Moses, menneskesønn, tilbe meg.”

Moses responderte på fristelsen ved å huske sin guddommelige natur og sa: “Hvem er du? For se, jeg er en Guds sønn.” Sannheten befridde Moses fra et angrep fra motstanderen.

Brødre og søstre, jordelivets fiskekroker er virkelige. De er ofte forlokkende, men de søker bare ett mål: Å trekke oss ut av det levende vanns kurs som fører til Faderen og evig liv.

Jeg vet hvor virkelige jordelivets fiskekroker kan være. En søndag, da jeg var ny konvertitt, underviste jeg en prestedømsklasse da det oppsto en urovekkende samtale. Jeg strevde med å fullføre leksjonen. Jeg tok det ille opp og følte at jeg var offeret. Uten å si et ord satte jeg kursen mot utgangen, med tanken at jeg ikke skulle komme tilbake til kirken på en stund.

I samme øyeblikk sto en bekymret prestedømsbærer foran meg. Han bød meg kjærlig om å fokusere på Kristus og ikke på situasjonen vi hadde opplevd i klassen. Da jeg så tilbake på opplevelsen sammen med ham, delte han med meg at han hørte en røst si: “Følg etter ham, han er viktig for meg.”

Mine kjære venner, vi er alle viktige for Ham. President Nelson underviste at “på grunn av vår pakt med Gud vil han aldri bli trett i sin innsats for å hjelpe oss, og vi vil aldri bruke opp hans barmhjertige tålmodighet med oss.” Vår guddom-

and covenant relationship with God entitle us to receive divine help.

The Need of Nourishment

Just as salmon need to be nourished in the ocean to grow, we also need to nourish ourselves spiritually to avoid dying of spiritual malnutrition. Prayer, the scriptures, the temple, and our regular attendance at Sunday meetings are vital in our spiritual menu.

In November 1956, Ricardo García entered the waters of baptism in Chile, becoming the first member of the Church in my country. Just one day before he died, he declared before his family and friends, “Many years ago, missionaries invited me to be happy along with my family. I am a happy man. Tell everyone in Chile the gospel is happiness.”

After having been nourished with the gospel of Jesus Christ, Ricardo dedicated his entire life to serving God and his neighbor with love. His example of discipleship has blessed generations, including me. The Prophet Joseph Smith taught that “a man filled with the love of God, is not content with blessing his family alone, but ranges through the whole world, anxious to bless the whole human race.”

Return to Our Heavenly Home

Deep inside each of us is a desire to return to our heavenly home, and Jesus Christ is our heavenly guidance system. He is the way. His atoning sacrifice makes it possible for us to make sacred covenants with God. Once we make covenants, we will at times find ourselves swimming against the current. Danger, disappointment, temptation, and affliction will test our faith and spiritual strength. Ask for help. Jesus Christ understands and is always eager to share our burdens.

Remember that He is known as “a man of sorrows, and acquainted with grief.” The Savior taught, “In the world ye shall have tribulation: but be of good cheer; I have overcome the world.” His atoning sacrifice allows our sins to be forgiven to the point that He no longer remembers them.

We may not totally forget our sins as part of our mortal learning so we will remember not to repeat them. Instead, we will remember Him as we take the sacrament at church every Sunday. This ordinance is an essential part of worship and spiritual development. Joy comes when we

melige natur og vårt paktsforhold til Gud gjør oss berettiget til å motta guddommelig hjelp.

Behovet for næring

Akkurat slik laksen må næres i havet for å vokse, må vi også gi oss selv åndelig næring for å unngå å dø av åndelig feilernæring. Bønn, Skriftene, tempelet og vår regelmessige tilstedeværelse på søndagens møter er avgjørende på vår åndelige meny.

I november 1956 gikk Ricardo García ned i dåpens vann i Chile, og ble det første medlemmet av Kirken i mitt land. Bare en dag før han døde erklærte han foran sin familie og sine venner: “For mange år siden innbød misjonærer meg til å være lykkelig sammen med min familie. Jeg er en lykkelig mann. Fortell alle i Chile at evangeliet er lykke.”

Etter å ha blitt næret med Jesu Kristi evangelium, viet Ricardo hele sitt liv til å tjene Gud og sin neste i kjærlighet. Hans eksempel på disiplskap har velsignet generasjoner, også meg. Profeten Joseph Smith underviste at “et menneske som er fylt med Guds kjærlighet, er ikke tilfreds med bare å velsigne sin familie, men reiser omkring i hele verden, ivrig oppsatt på å velsigne hele menneskeheten”.

Vend tilbake til vårt himmelske hjem

Dypt inne i hver av oss ligger et ønske om å vende tilbake til vårt himmelske hjem, og Jesus Kristus er vårt himmelske veiledningssystem. Han er veien. Hans sonoffer gjør det mulig for oss å inngå hellige pakter med Gud. Når vi har inngått pakter, vil vi til tider oppleve å svømme motstrøms. Fare, skuffelse, fristelse og lidelse vil sette vår tro og åndelige styrke på prøve. Be om hjelp. Jesus Kristus forstår og ivrer alltid etter å ta en del av våre byrder.

Husk at han er kjent som “en smertenes mann, vel kjent med sykdom”. Frelseren underviste: “I verden har dere trengsel. Men vær frimodige! Jeg har overvunnet verden.” Hans sonoffer lar våre synder bli tilgitt, i den grad at han ikke lenger husker dem.

Vi glemmer kanskje ikke helt våre synder som en del av vår jordiske læring, slik at vi vil huske å ikke gjenta dem. Isteden vil vi minnes ham når vi tar nadverden i kirken hver søndag. Denne ordinansen er en vesentlig del av gudsdyrkelse og åndelig utvikling. Gleder kommer når

understand that this is not just another day. “The sabbath was made for man” with the intention of giving us rest from the world and renewing our body and spirit.

We also remember Him when we go to the temple—the house of the Lord. Temples give us a deeper knowledge of Jesus Christ as the center of the covenant that leads us to eternal life, “the greatest of ... the gifts of God.”

Attending the temple has given me comfort and great hope about our eternal destiny. I have experienced heavenly connections with people on both sides of the veil. I’ve seen healing miracles in the lives of my young children, two of whom live with unseen illnesses that require daily care for the rest of this life.

Our family rejoices as we share about the plan of happiness. My children’s faces light up when they hear that, thanks to Jesus Christ, their “afflictions shall be but a small moment.” We love our children deeply, and we know that someday, as President Jeffrey R. Holland taught, they “will stand before us glorified and grand, breathtakingly perfect in body and mind.” Our covenants bring us closer to God to the point of making the impossible possible, filling every space of darkness and doubt with light and peace.

Thanks to Jesus Christ, there are hope and well-founded reasons to continue loving, praying, and supporting those we care about.

I know He lives. He knows us and He loves us. He is the way, the truth, and the life of the world.

I invite all of us today to center our lives on Jesus Christ and His teachings. Doing so will help us avoid biting the hooks of temptation, offense, and self-pity. We will stand as temples—holy, firm, and constant. We will weather the storms, and we will make it home, enduring to the end and rejoicing to the end. In the name of Jesus Christ, amen.

vi forstår at dette ikke bare er en hvilken som helst dag. “Sabbaten ble til for menneskets skyld” i den hensikt å gi oss hvile fra verden og fornye vårt legeme og vår ånd.

Vi minnes ham også når vi drar til tempelet – Herrens hus. Templer gir oss en dypere kunnskap om Jesus Kristus som sentrum i pakten som fører oss til evig liv, “den største av ... Guds gaver”.

Å besøke tempelet har gitt meg trøst og stort håp med hensyn til vår evige fremtid. Jeg har opplevd himmelske forbindelser med mennesker på begge sider av sløret. Jeg har sett helbredende mirakler i mine unge barns liv. To av dem lever med usynlige sykdommer som krever daglig omsorg resten av dette livet.

Vår familie fryder seg når vi snakker om lykkens plan. Mine barns ansikter lyser opp når de hører at takket være Jesus Kristus skal deres “lidelser ... kun vare et øyeblikk”. Vi elsker våre barn inderlig, og vi vet at en dag, slik president Jeffrey R. Holland underviste, “vil [de] stå foran oss, herliggjorte og storslagne, forbløffende fullkomne i kropp og sinn”. Våre pakter bringer oss nærmere Gud i den grad at det umulige blir mulig, og fyller ethvert rom der mørke og tvil råder, med lys og fred.

Takket være Jesus Kristus er det håp og godt funderte grunner til å fortsette å vise kjærlighet, be og støtte dem vi bryr oss om.

Jeg vet at han lever. Han kjenner oss og han elsker oss. Han er veien og sannheten og livet i verden.

Jeg innbyr oss alle i dag til å sentrere vårt liv på Jesus Kristus og hans læresetninger. Dette vil hjelpe oss å unngå å bite på fristelsens, anstøtets og selvmedlidenhetens kroker. Vi vil stå som templer – hellige, faste og konstante. Vi vil ri av stormene, og vi vil komme oss hjem, holde ut til enden og fryde oss helt til enden. I Jesu Kristi navn. Amen.