

Look to God and Live

By Elder D. Todd Christofferson
Of the Quorum of the Twelve Apostles

Istenre tekint, és élj

D. Todd Christofferson elder
a Tizenkét Apostol Kvórumából

October 2025 general conference

It is only by looking to God that individuals, families, and even nations can flourish.

Last June, a terrible accident occurred in the country of Lesotho in southern Africa. A small bus carrying 20 young women of the Maputsoe Branch of the Church and seven of their leaders was headed to the capital city, Maseru, for a gathering of young women from their district. As they traveled the two-lane highway in the morning hours, a car coming in the opposite direction, attempting to pass another vehicle, came into the lane occupied by the bus. There was no space or time to avoid a head-on collision, and within seconds the vehicles hit, rolled off the road, and burst into flames.

In all, 15 people died in the accident, including six young women, two Young Women leaders, and the branch president and his wife. Survivors, family members, and friends have expressed a range of emotions, including moments of anger, depression, and even guilt. Despite these feelings and unanswered questions, they have comforted one another and turned to God through sacred music, the scriptures, and prayer, where they have found solace. Seventeen-year-old survivor Setso'ana Selebeli testified, "Jesus Christ loves us and is with us, even though our hearts hurt."

A young woman and a leader who were hospitalized for burn treatments studied the Book of Mormon together. One said, "Lately we've been reading in Moroni, and Moroni says exactly what I've been feeling. ... When he speaks, it's like he's saying, 'You have to learn these words because they are written for you to help you pass through this.'"

Az egyének, a családok, sőt még a nemzetek is csakis Istenre tekintve virágozhatnak.

Júniusban szörnyű baleset történt a dél-afrikai Lesothóban. Egy kis busz húsz fiatal nővel és hét vezetőjükkel az egyház Maputsoe Gyülekezetéből a fővárosba, Maseruba tartott a kerületükben lakó fiatal nőknek tartott összejövetelre. Amikor a hajnali órákban a kétsávos autópályán haladtak, egy, az ellenkező irányból közeledő autó egy másik jármű előzésekor áttért a busz által elfoglalt sávba. Nem maradt hely és idő sem arra, hogy elkerüljék a frontális ütközést, így másodperceken belül a járművek összeütköztek, letértek az útról, és lángba borultak.

Összesen tizenöt ember halt meg a balesetben, köztük hat fiatal nő, a Fiatal Nők két vezetője, valamint a gyülekezeti elnök és a felesége. A túlélők, családtagok és barátok sokféle érzelmről számoltak be, köztük a harag, a depresszió, sőt még a bűntudat pillanatairól is. Ezen érzések és a megválaszolatlan kérdések ellenére vigaszt nyújtottak egymásnak, és szent zenén, a szentírásokon és imán keresztül Istenhez fordultak, ahol megnyugvásra leltek. Az egyik tizenhét éves túlélő, Setso'ana Selebeli így tett bizonyosságot: „Jézus Krisztus szeret minket és velünk van, még ha fáj is a szívünk.”

Egy fiatal nő és egy vezető, akik égési sérülésekkel kerültek kórházba, közösen tanulmányozták a Mormon könyvét. Egyikük azt mondta: „Mostanában Moróninál járunk, aki pontosan megfogalmazza, amit érzek. [...] Amikor beszél, olyan, mintha azt mondaná: Meg kell ismerned ezeket a szavakat, mert neked írtak, hogy segítsenek neked átvészelned ezt.”

At a joint funeral service for those who perished, Area Seventy Elder Siyabonga Mkhize counseled, “We should all turn to the Lord at this time and ask Him to comfort our hearts and ... to soothe the pain that we feel.” The Young Women president from the neighboring Leribe Branch, Mampho Makura, urged: “Turn to the Lord, and find the strength to accept His will. Jesus Christ is ‘the author and finisher of our faith’ [Hebrews 12:2]. Don’t look away, but look to Him.”

Look to Him. Her words echo the counsel of Alma to his son Helaman: “See that ye look to God and live.” Alma cited the experience of Lehi and his people with the Liahona as a type: “It is as easy to give heed to the word of Christ, which will point to you a straight course to eternal bliss, as it was for our fathers to give heed to this compass, which would point unto them a straight course to the promised land.” Alma said: “If they would look they might live. ... And if we ... look we may live forever.”

On another occasion, Alma cited the example of the brass serpent raised by Moses when the ancient Israelites were afflicted by fiery serpents. The Lord told Moses to make a figure of a serpent and lift it on a pole, with the promise “that every one that is bitten, when he looketh upon it, shall live.” Alma explained that the brass figure was a type or symbol of Christ, who would be lifted up upon the cross. Many did look and live, but others were, in Alma’s words, “so hardened” that they simply would not look and perished.

Alma asked:

“If ye could be healed by merely casting about your eyes that ye might be healed, would ye not behold quickly, or would ye rather harden your hearts in unbelief, and be slothful, that ye would not cast about your eyes, that ye might perish?”

“... Then cast about your eyes and begin to believe in the Son of God, that he will come to redeem his people, and that he shall suffer and die to atone for their sins; and that he shall rise again from the dead, which shall bring to pass the resurrection, that all men shall stand before him, to be judged at the last and judgment day, according to their works.”

Az elhunytak közös temetésén Siyabonga Mkhize elder, területi hetvenes, ezt tanácsolta: „Forduljunk most mindannyian az Úrhoz, és kérjük Őt, hogy vigasztalja meg a szívünket, és... enyhítse az általunk érzett fájdalmat.” Mampho Makura, aki a szomszédos Leribe Gyülekezetben a Fiatal Nők elnöke, így buzdított: „Forduljatok az Úrhoz, és találjátok meg az Ő akaratának az elfogadásához szükséges erőt. Jézus Krisztus a hitünk szerzője és beteljesítője [Zsidók 12:2]. Őrá tekintsetek és ne másra!”

Őrá tekintsetek! Szavai Almának a fiához, Hélamánhoz intézett tanácsát visszhangozzák: „figyelj, hogy Istenre tekints, és élj”. Alma példaként hozta fel Lehi és népe tapasztalatát a Liahónával kapcsolatban: „Mert íme, ugyanolyan könnyű Krisztus szavát megszívlelni, amely az örök boldogsághoz vezető egyenes utat mutatja nektek, mint amilyen könnyű volt atyáinknak megszívlelni ezen iránytű útmutatását, mely egyenes utat jelölt ki nekik a megígért földre.” Alma azt mondta: „hahajlandók ránézni, akkorélhetnek..., ha[mi] odanézzünk, akkor örökkéélhetünk”.

Egy másik alkalommal Alma a rézkígyó példáját idézte fel, amelyet Mózes emelt a magasba, amikor az ősi izráelitákat tüzes kígyók sanyargatták. Az Úr azt mondta Mózesnek, hogy készítse el egy kígyó mását, és emelje fel azt egy póznára, azzal az ígérettel, hogy „ha valaki megmarattatik, és feltekint arra, életben maradjon”. Alma elmagyarázta, hogy a rézkígyó Krisztust mintázza, az Ő jelképe, akit felemelnek majd a keresztre. Sokan felnéztek és életben maradtak, de Alma szavaival élve mások „annyira makacsak” voltak, hogy egyszerűen nem akartak ránézni és elvesztek.

Alma ezt kérdezte:

„Ó, testvéreim, ha ti meggyógyulhatnátok csupán azért, hogy körülnéztek szemeitekkel, hogy meggyógyulhassatok, akkor nem néznétek-e oda gyorsan, hanem inkább hitetlenül megkeményítenétek a szíveteket, és restek lennétek, és így nem néznétek körül szemeitekkel, és elvesznétek?”

[A]kkor nézzetek körül, és kezdjétek hinni Isten Fiában, hogy ő el fog jönni megváltani a népét, és hogy szenvedni fog, és meghal, hogy kiengeszteljen a bűneikért; és hogy ismét feltámad a halálból, ami véghez viszi a feltámadást, hogy minden ember előtte álljon majd, hogy cselekedetei szerint megítéltesen az utolsó napon, az ítélet napján.”

Of course, the counsel “look to God and live” not only has meaning for us in eternity but also makes all the difference in the character and quality of our mortal lives. Remember the words of young Sister Selebeli in Lesotho already mentioned—“Jesus Christ loves us and is with us, even though our hearts hurt.”

It is in the nature of a fallen world—where the devil rages and where everyone is imperfect—that there will be disappointments and offenses, suffering and sorrow, failure and loss, persecution and injustice. It is only by looking to God that individuals, families, and even nations can flourish. President Russell M. Nelson taught, “Because the Savior, through His infinite Atonement, redeemed each of us from weakness, mistakes, and sin, and because He experienced every pain, worry, and burden you have ever had [see Alma 7:11–13], then as you truly repent and seek His help, you can rise above this present precarious world.”

No promise is repeated more often in Book of Mormon scripture than this: “Inasmuch as ye shall keep my commandments ye shall prosper in the land; but inasmuch as ye will not keep my commandments ye shall be cut off from my presence.” The lived experience of the Book of Mormon peoples over centuries demonstrates the truth of these words. “Prosper” meant enjoying the guidance and blessings of heaven in their lives. “Prosper” meant achieving levels of economic well-being that enabled them to marry, raise families, and minister to the needs of others. “Prospering” included the capacity to rise above hardship and trial. Through the grace of Christ, “all things work[ed] together for [their] good,” refined them, and deepened their relationship with Him.

Alma explained that to look to God is to keep His commandments, cry unto Him continually for His support, counsel with Him in all your doings, and let your heart be full of thanks unto Him day and night. God’s commandments and counsel are found in the scriptures and the words of His servants. The principles and ideals laid out in “The Family: A Proclamation to the World” are a prime example. Another is the guidance found in the booklet *For the Strength of Youth*. The Young Men and Young Women

Természetesen az „Istenre tekints, és élj” tanácsnak nemcsak az örökkévalóságban van jelentősége számunkra, hanem a halandó életünk jellegét és minőségét is gyökeresen megváltoztatja. Emlékezzetek az ifjú Selebeli nővér Lesothóban elhangzott, már említett szavaira: „Jézus Krisztus szeret minket és velünk van, még ha fáj is a szívünk”.

Egy bukott világban – ahol az ördög tombol, és ahol mindenki tökéletlen – annak természeténél fogva lesznek csalódások és sérelmek, szenvedés és bánat, kudarc és veszteség, üldöztetés és igazságtalanság. Az egyének, a családok, sőt még a nemzetek is csakis Istenre tekintve virágozhatnak. Russell M. Nelson elnök ezt tanította: „Mivel a Szabadító az Ő végtelen engesztelése révén mindegyikünket megváltott a gyengeségtől, a hibáktól és a bűntől, s mivel Ő megtapasztalt minden fájdalmat, aggodalmat és terhet, amelyben valaha is részetek volt [lásd Alma 7:11–13], ezért ha valóban bűnbánatot tartotok és az Ő segítségét kéritek, akkor e mostani ingatag világ fölé tudtok emelkedni.”

Nincs olyan ígéret, amely gyakrabban fordulna elő a Mormon könyvében, mint ez: „Amennyiben betartjátok parancsolataimat, boldogulni fogtok a földön; de amennyiben nem tartjátok be parancsolataimat, kivágattok a szíнем elől.” A Mormon könyve-beli népek évszázadokon át megélt tapasztalata szemlélteti e szavak igaz voltát. Boldogulni annyit jelentett, hogy élvezik a menny útmutatását és áldásait az életükben. A boldogulás a gazdasági jóllét olyan szintjének elérésére utalt, amely lehetővé tette számukra a házasságkötést, a családfenntartást, valamint a mások szükségleteire odafigyelő szolgálattételt. A boldogulás magában foglalta a képességet, hogy felülemelkedjenek a nehézségeken és a megpróbáltatáson. Krisztus kegyelme révén „minden javokra [vált]”, finomította őket, és elmélyítette az Őhöz fűződő kapcsolatukat.

Alma elmagyarázta, miszerint Istenre tekinteni annyit tesz, hogy betartjuk az Ő parancsolatait, szüntelenül Őhöz fohászunk az Ő támogatásáért, minden dolgunkban tanácskozunk Vele, és szívünk hálával van telve Őiránta éjjel és nappal. Isten parancsolatai és tanácsai a szentírásokban és az Ő szolgálóinak szavaiban találhatók. A család: Kiáltvány a világhoz című dokumentumban lefektetett tantételek és eszmények kiváló példák erre. További példa A fiatalság erősségeért füzetben található útmutatás. A fiatal

theme for this year is “Look unto Christ,” drawn from the Lord’s comforting direction to Joseph Smith and Oliver Cowdery: “Look unto me in every thought; doubt not, fear not.” For the Strength of Youth speaks to several of God’s most urgent commandments and standards and teaches how to look to the Lord in making good decisions. It is a guide not only for youth but for all of us.

As one very important example, For the Strength of Youth has crucial guidance in the chapter titled “Your Body Is Sacred.” It instructs: “Treat your body—and others’ bodies—with respect. As you make decisions about your clothing, hairstyle, and appearance, ask yourself, ‘Am I honoring my body as a sacred gift from God?’”

For the Strength of Youth further states: “Keep sex and sexual feelings sacred. They should not be the subject of jokes or entertainment. Outside of marriage between a man and a woman, it is wrong to touch the private, sacred parts of another person’s body even if clothed. In your choices about what you do, look at, read, listen to, think about, post, or text, avoid anything that purposely arouses lustful emotions in others or yourself.”

This calls to mind President Nelson’s recent admonition:

“Few things will complicate your life more quickly than violating this divine law [of chastity]. For those who have made covenants with God, immorality is one of the quickest ways to lose your testimony.

“... The power to create life is the one privilege of godhood that Heavenly Father allows His mortal children to exercise. Thus, God set clear guidelines for the use of this living, divine power. Physical intimacy is only for a man and a woman who are married to each other.

“Much of the world does not believe this, but public opinion is not the arbiter of truth. The Lord has declared that no unchaste person will attain the celestial kingdom. ... If you have been unchaste, I plead with you to repent. Come unto Christ and receive His promise of complete forgiveness as you fully repent of your sins [see Isa-

Férfiak és Fiatal Nők idei mottója, a Tekints Krisztusra!, az Úr vigasztaló útmutatásából merít, melyet Joseph Smith és Oliver Cowdery számára adott: „Minden gondolatban reám tekintsetek, ne féljetek!” A fiatalság erősségéért számosat tárgyal Isten legsürgetőbb parancsolatai és mércéi közül, valamint arról tanít, hogyan tekintsünk az Úrra a jó döntések meghozatala során. Ez nem csupán a fiatalok, hanem mindannyiunk számára útmutatóként szolgál.

Az egyik kiemelt jelentőségű példa erre az, hogy a fiatalság erősségéért létfontosságú útmutatást biztosít A tested szent című fejezetben. Arra int: „Bánj tisztelettel a testeddel – és mások testével is! Amikor döntéseket hozol az öltözködésedről, a hajviseletedről és a megjelenésedről, tedd fel magadnak a kérdést: Vajon Istentől kapott szent ajándékként tisztelem a testemet?”

A fiatalság erősségéért továbbá kijelenti: „A szex és a szexuális érzések szentek, kezeld őket ennek megfelelően. Nem arra szolgálunk, hogy bárki viccelődjön vagy szórakozzon rajtuk. Nem helyes megérinteni egy másik személy testének intim, szent testrészeit, még ruhán keresztül sem, kivéve egy férfi és nő közötti házasságon belül. Amikor eldöntöd, hogy min fogsz gondolkodni, mit fogsz tenni, nézni, olvasni, hallgatni, posztolni vagy üzenni, kerülj el mindent, ami szándékosan azt célozza, hogy buja érzelmeket ébresszen másokban vagy magadban.”

Ez eszünkbe juttatja Nelson elnök nemrég elhangzott intését:

„Kevés dolog van, ami gyorsabban a feje tetejére tudja állítani az életeteket, mint [a nemi erkölcsösség] isteni törvény[ének] megszegése. Azok számára, akik szövetségeket kötöttek az Úrral, az erkölcstelenség a bizonyosság elvesztésének az egyik leggyorsabb módja.

[...] Az élet teremtetésének a hatalma az isteniségetlen kiváltsága, amelynek a gyakorlását Mennyei Atya engedélyezi halandó gyermekei számára. Ennélfogva Isten világos irányelveket szabott ezen élő, isteni hatalom használatára. Tesztid intimitáskizárólag olyan férfi és nő között jöhet létre, akik egymás házastársai.

A világ nagy része nem hisz ebben, de nem a közvélekedés határozza meg az igazságot. Az Úr kijelentette, hogy egyetlen tisztátalan ember sem fog a celestialis királyságba jutni. Ha erkölcstelenségbe esetek, arra kérlek, hogy tartsatok bűnbánatot. Jöjjetek Krisztushoz, és részesüljétek a teljes megbocsátásra vonatkozó ígértéből,

iah 1:16–18; Doctrine and Covenants 58:42–43].”

Remember that in the Book of Mormon promise, the opposite of prosperity was not poverty—it was being cut off from the presence of the Lord. His presence refers to the influence of His Spirit in one’s life. All are imbued with the Light of Christ as they come into the world. In addition, some act to be baptized and receive the gift and added light of the Holy Ghost. He brings inspiration and guidance, enhances and refines one’s native gifts and abilities, and helps to avoid evil influences, poor decisions, and dead ends.

Like you, I know some who once enjoyed the gift of the Holy Ghost but who through failure to keep the commandments of God have lost that blessing. One in particular comes to mind whose membership in the Church had been withdrawn due to transgression. He said that his initial reaction was to feel offended. He felt judged by imperfect leaders. He knew his conduct had been wrong, but he rationalized it by pointing to the faults and failings of others. After a while, he began to feel comfortable in a lifestyle outside the Church without the obligation of callings and expectations of attending worship services and ministering to others.

This continued for some time, but he began to feel ever more keenly the absence of the Holy Spirit—God’s presence—in his life. By experience, he knew what it was like to have, day by day, the comfort, guidance, and confidence born of the Spirit, and he missed it. Finally, he did what was needed to repent and qualify once more for baptism of water and of the Spirit.

There seems to be no end to the different sources people look to for meaning, happiness, and help. Most are “looking beyond the mark.” But we need not be “children, tossed to and fro, and carried about with every wind of doctrine [or fashion].” In looking to God, we can find peace in difficulty, and our faith can continue to grow even in times of doubt and spiritual challenge. We can receive strength in the face of opposition and isolation. We can reconcile the ideal with the present reality. Truly, there is no other way than what God Himself has ordained: “Look unto me, and be ye saved, all the ends of

amikor maradéktalanul megbánjátok a bűn-
iteket [lásd Ésaías 1:16–18; Tan és szövetségek
58:42–43].”

Ne feledjétek, hogy a Mormon könyve-beli ígéretben a boldogulás ellentéte nem a szegénység – hanem az, hogy kivágtunk az Úr színe elől. Az Ő színe az Ő Lelkének a hatására utal az életünkben. Mindannyiunkat eltölt Krisztus világossága, amikor a világra jövünk. Emellett némelyek úgy döntenek, hogy megkeresztelkednek, és befogadják a Szentlélek ajándékát és további világosságát. Ő sugalmazást és útmutatást nyújt, gazdagítja és finomítja a velünk született ajándékokat és képességeket, valamint segít elkerülni a gonosz hatásokat, a rossz döntéseket és a zsákutcákat.

Hozzátok hasonlóan én is ismerek olyanokat, akik egykor élvezték a Szentlélek ajándékát, de mivel elmulasztották betartani Isten parancsolatait, elveszítették ezt az áldást. Egy konkrét személy is eszembe jut, akinek az egyháztagsága vétek miatt visszavonásra került. Elmondta, hogy első reakciója a sértettség volt. Úgy érezte, hogy tökéletlen vezetők ítélkeznek felette. Tudta, hogy a viselkedése helytelen volt, mégis mások hibáira és kudarcaira mutatva igyekezett kimagyarázni azt. Egy idő után megszokta az egyházon kívüli életvitelt, ahol nem voltak kötelezettségek az elhívások miatt, ahol senki sem várta tőle, hogy istentiszteletre járjon vagy szolgálattételt nyújtson másoknak.

Ez egy ideig így is maradt, azonban egyre élénkebben kezdte érezni a Szent Lélek – Isten jelenlétének – hiányát az életében. Tapasztalatból tudta, milyen érzés nap mint nap élvezni a Lélektől kapott vigaszt, útmutatást és magabiztosságot, ez pedig hiányzott neki. Végül megtette mindazt, amire szükség volt a bűnbánathoz, és ismét jogsulttá vált a víz és a Lélek általi keresztségre.

Úgy tűnik, se szeri se száma a különböző forrásoknak, amelyekhez az emberek fordulnak azért, hogy értelmet, boldogságot és segítséget találjanak. A legtöbben „a célon túl tekint[nek]”. Nem kell azonban gyermekeknek lennünk, „kiket ide s tova hánynak... a tanításnak [vagy divatnak] akármilyen szele”; Istenre tekintve békességre lelhetünk a nehézségekben, hitünk pedig tovább növekedhet még a kétely és a lelki kihívás idején is. Erőre tehetünk szert az ellenállás és az elszigeteltség közepette. Összebékíthetjük az eszményit a jelen valóságával. Valóban nincs más út, csak amit Isten maga rendelt el: „Térjetelek én hozzám,

the earth: for I am God, and there is none else.”

Looking to God means that He is not just one of our priorities; it means, rather, that He is our one highest priority. I call to mind again that awful crash in Lesotho last June. From her hospital bed, one of the Young Women leaders who survived, who did not believe in God before joining the Church, said that her purpose is now to discover why her life was spared. “Constantly serving God is how I will come to an answer, if I come to an answer,” she stated. “I used to think that I love God, but now I really, really, really, really, really love Him. Now He is the [number-one] priority in my life.”

I bear testimony of the Father, Son, and Holy Ghost, who in perfect unity of word, thought, purpose, and action are the one God, to whom we may look for all good things. I bear testimony of the Atonement of Jesus Christ, whence comes the power to fulfill this wonderful promise: “Look unto me, and endure to the end, and ye shall live; for unto him that endureth to the end will I give eternal life.” In the name of Jesus Christ, amen.

hogy megtartassatok földnek minden határai, mert én vagyok az Isten, és nincsen több!”

Istenre tekinteni azt jelenti, hogy Ő nem csupán az egyik prioritásunk; hanem Ő az egyetlen és legfontosabb számunkra. Újra eszembe jut a júniusi szörnyű baleset Lesothóban. A kórházi ágyában a Fiatal Nők egyik életben maradt vezetője, aki nem hitt Istenben, mielőtt csatlakozott volna az egyházhoz, azt mondta, most az a célja, hogy kiderítse, miért maradt életben. „Isten folyamatos szolgálata az, ahogyan választ fogok kapni, ha választ kapok – jelentette ki. – Régebben azt gondoltam, hogy szeretem Istent, viszont most már tényleg, igazán, valóban szeretem Őt. Ma már Ő a legfontosabb az életemben.”

Bizonyosságot teszek az Atyáról, a Fiúról és a Szentlélekről, akik a szó, a gondolat, a cél és a tett tökéletes egységében az egyetlen Isten, akire minden jó dologért tekinthetünk. Bizonyosságot teszek Jézus Krisztus engeszteléséről, amelyből a hatalom származik e csodálatos ígélet beteljesítéséhez: „Tekintsetek rám, és tartsatok ki mindvégig, és akkor élni fogtok; mert aki mindvégig kitart, annak örök életet fogok adni”. Jézus Krisztus nevében, ámen.