

Look to God and Live

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

Vertrouw op God en leef

Ouderling D. Todd Christofferson
van het Quorum der Twaalf Apostelen

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.'"

Alleen door op God te vertrouwen kunnen personen, families en zelfs volken tot bloei komen.

In juni dit jaar vond er een verschrikkelijk ongeluk plaats in het land Lesotho in het zuiden van Afrika. Een kleine bus met twintig jongevrouwen en zeven leiders uit de kerkgemeente Maputsoe was op weg naar de hoofdstad, Maseru, voor een jongevrouwenbijeenkomst van hun district. Ze reden in de ochtend op een snelweg met twee banen, waar een tegemoetkomende auto een andere auto probeerde in te halen en de baan van de bus opreed. Er was geen ruimte of tijd om een frontale botsing te vermijden en seconden later botsten de voertuigen, waarna ze van de weg afrolden en in brand vlogen.

In totaal kwamen vijftien mensen bij het ongeluk om het leven, onder wie zes jongevrouwen, twee jongevrouwenleidsters, de gemeentepresident en zijn vrouw. Overlevenden, familieleden en vrienden hebben allerlei emoties getoond, waaronder angst, depressie en zelfs schuldgevoelens. Ondanks deze gevoelens en onbeantwoorde vragen hebben ze elkaar getroost, zich tot God gewend en troost gevonden in gewijde muziek, de Schriften en gebed. De 17-jarige Setso'ana Selebeli, die het ongeluk overleefde, getuigde: "Jezus Christus houdt van ons en is bij ons, ook al doet ons hart pijn."

Een jongevrouw en een leidinggevende die met brandwonden in het ziekenhuis lagen, bestudeerden samen het Boek van Mormon. Een van hen zei: "We lezen de laatste tijd in het boek Moroni. Moroni beschrijft precies wat ik voel. [...] Als hij spreekt, is het alsof hij zegt: 'Je moet deze woorden lezen, omdat ze zijn geschreven om jou hierdoorheen te helpen.'"

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,

Tijdens een gezamenlijke begrafenisdienst voor de slachtoffers gaf ouderling Siyabonga Mkhize, een gebiedszeventiger, de volgende raad: ‘We moeten ons nu allemaal tot de Heer wenden en Hem vragen ons hart te troosten en [...] de pijn die we voelen te verzachten.’ Mampho Makura, de jongevrouwenpresidente van de nabijgelegen gemeente Leribe, zei: ‘Wend je tot de Heer en vind de kracht om zijn wil te aanvaarden. Jezus Christus is “de Leidsman en Voleinder van [ons] geloof” [Hebreeën 12:2]. Keer je niet van Hem af, maar vertrouw op Hem.’

Vertrouw op Hem. Haar woorden weerklanken de raad van Alma aan zijn zoon Helaman: ‘Zie toe dat je vertrouwt op God en leeft.’ Alma gebruikte de ervaring van Lehi en zijn volk met de Liahona als zinnebeeld: ‘Want zie, het is even gemakkelijk aandacht te schenken aan het woord van Christus, dat je een rechte koers wijst naar eeuwige gelukzaligheid, als het voor onze vaders was om aandacht te schenken aan dat kompas, dat hun een rechte koers wees naar het beloofde land.’ Alma zei: ‘Zij zouden leven indien zij keken. [...] En indien wij kijken, kunnen wij voor eeuwig leven.’

Een andere keer haalde Alma het voorbeeld van de koperen slang aan, die Mozes omhooghield toen de Israëlieten door gifslangen werden geplaagd. De Heer droeg Mozes op om een koperen gifslang te maken, die op een staak omhoog te houden en het volk te beloven ‘dat ieder die gebeten is, in leven zal blijven, als hij daarnaar kijkt.’ Alma legde uit dat de koperen slang een zinnebeeld of symbool van Christus was, die aan het kruis zou worden opgeheven. Velen keken en bleven leven, maar anderen werden in de woorden van Alma ‘zo verstokt’ dat ze niet wilden kijken en omkwamen.

Alma vroeg:

‘Indien u kon worden genezen louter door uw ogen op te slaan om te worden genezen, zou u dan niet snel kijken, of zou u liever uw hart in ongeloof verstokken en traag zijn, zodat u uw ogen niet zou opslaan en zou omkomen? [...]

‘Sla dan uw ogen op en begin te geloven in de Zoon van God, dat Hij zal komen om zijn volk te verlossen, en dat Hij zal lijden en sterven om hun zonden te verzoenen; en dat Hij wederom uit de doden zal opstaan, hetgeen de opstanding teweeg zal brengen, en dat alle mensen op de laatste dag – de oordeelsdag – voor Hem zullen staan om

according to their works.”

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 theme for this year is “Look unto Christ,” drawn

naar hun werken te worden geoordeeld.’

De raad ‘kijk op naar God en leef’, of ‘vertrouw op God en leef’, is natuurlijk niet alleen in de eeuwigheid voor ons van betekenis, maar is ook allesbepalend voor de aard en kwaliteit van ons leven op aarde. Denk aan de woorden van de jonge zuster Selebeli uit Lesotho, die ik al noemde: ‘Jezus Christus houdt van ons en is bij ons, ook al doet ons hart pijn.’

In een gevallen wereld – waar de duivel woedt en iedereen onvolmaakt is – krijgen we per definitie te maken met teleurstelling en beledigingen, leed en verdriet, tekortkomingen en verlies, vervolging en ongerechtigheid. Alleen door op God te vertrouwen kunnen personen, families en zelfs volken tot bloei komen. President Nelson heeft gezegd: ‘De Heiland heeft ieder van ons, in en door zijn verzoening, van elke zwakte, vergissing en zonde verlost. Hij heeft al uw pijnen, zorgen en lasten ondergaan [zie Alma 7:11–13]. Daarom kunt u, mits u zich oprecht bekeert en zijn hulp inroept, boven deze onveilige wereld uitstijgen.’

Geen belofte wordt in het Boek van Mormon vaker herhaald dan deze: ‘Voor zover u mijn geboden onderhoudt, zult u voorspoedig zijn in het land; maar voor zover u mijn geboden niet onderhoudt, zult u van mijn tegenwoordigheid worden afgesneden.’ Het leven van de mensen door de eeuwen van het Boek van Mormon heen laat zien dat deze woorden waar zijn. ‘Voorspoedig zijn’ betekende leiding en zegeningen uit de hemel genieten. ‘Voorspoedig zijn’ betekende het economische welzijn bereiken om te kunnen trouwen, een gezin te stichten, en anderen te dienen. ‘Voorspoedig zijn’ betekende ook boven tegenspoed en beproevingen kunnen uitstijgen. Dankzij de genade van Christus konden ‘alle dingen meewerken ten goede’ voor hen. Ze werden gezuiverd en versterkten hun band met Hem.

Alma legde uit dat op God vertrouwen inhoudt dat je zijn geboden onderhoudt, Hem voortdurend aanroept om steun, Hem in al je handelingen raadpleegt en dat je hart dag en nacht vol dankbaarheid jegens Hem is. We vinden Gods geboden en raad in de Schriften en de woorden van zijn dienstknechten. De beginselen en idealen in ‘Het gezin: een proclamatie aan de wereld’ zijn hier een uitstekend voorbeeld van. Een ander voorbeeld is het boekje *Voor de kracht van de jeugd*. Het thema van de jongemannen en jongevrouwen dit jaar is ‘Kijk op naar Christus’

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 Isaiah 1:16–18; Doctrine and Covenants 58:42–43]."

Remember that in the Book of Mormon

en is gebaseerd op de troostende leiding die de Heer aan Joseph Smith en Oliver Cowdery gaf: 'Vertrouw op Mij bij iedere gedachte; twijfel niet, vrees niet.' In Voor de kracht van de jeugdlezen we over enkele van Gods meest dringende geboden en normen en hoe we op de Heer kunnen vertrouwen door goede keuzes te maken. Het is niet alleen een leidraad voor jongeren, maar voor ons allemaal.

Het hoofdstuk 'Je lichaam is heilig' in Voor de kracht van de jeugd voorziet ons bijvoorbeeld van cruciale raad. In dat hoofdstuk staat: 'Respecteer je eigen lichaam en het lichaam van anderen. Wanneer je keuzes maakt op het gebied van kleding, kapsel en uiterlijk, stel jezelf dan de vraag: "Eer ik mijn lichaam als een heilig geschenk van God?"'

In Voor de kracht van de jeugd staat ook: 'Houd seks en seksuele gevoelens heilig. Ze horen geen bron van vermaak te zijn. Buiten het huwelijk tussen man en vrouw is het verkeerd om de geslachtsdelen van een ander aan te raken, gekleed of ongekleed. Mijd bij je keuzes over wat je doet, bekijkt, leest, beluistert, op sociale media plaatst, in een berichtje stuurt of waar je over nadenkt, alles wat opzettelijk lustgevoelens bij anderen of jezelf opwekt.'

Dit doet ons denken aan de recente aansporing van president Nelson:

'Er is weinig dat uw leven zo snel overhoop kan gooien als het overtreden van deze goddelijke wet [van kuisheid]. Als u verbonden met God hebt gesloten, is onzedelijkheid een van de snelste manieren om uw getuigenis te verliezen. [...]

'De macht om leven te scheppen is het enige voorrecht van goddelijkheid dat onze hemelse Vader zijn sterfelijke kinderen laat uitoefenen. Daarom heeft God ons duidelijke richtlijnen gegeven voor het gebruik van deze goddelijke macht. Seksuele omgang is alleen bestemd voor een man en een vrouw die met elkaar gehuwd zijn.

'Een groot deel van de wereld gelooft dit niet, maar de publieke opinie bepaalt de waarheid niet. De Heer heeft verklaard dat een onkuis persoon het celestiale koninkrijk niet kan bereiken. [...] Als u onkuis bent geweest, smee ik u om u te bekeren. Kom tot Christus en ontvang zijn belofte van volledige vergeving als u zich volledig van uw zonden bekeert [zie Jesaja 1:16–18; Leer en Verbonden 58:42–43].'

Bedenk dat het tegengestelde van de beloofde

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

Looking to God means that He is not just

voorspoed in het Boek van Mormon geen armoede was, maar afgesneden worden van de tegenwoordigheid van de Heer. Zijn tegenwoordigheid verwijst naar de invloed van zijn Geest in je leven. Iedereen die naar deze wereld komt, wordt door het licht van Christus verlicht. Sommige mensen laten zich dopen en ontvangen de gave en meer licht van de Heilige Geest. Hij inspireert en leidt ons, versterkt en verfijnt onze natuurlijke gaven en vermogens, en helpt ons kwade invloeden, slechte keuzes en dwaalsporen te vermijden.

Ik ken net als jij mensen die de gave van de Heilige Geest ooit hadden, maar die zegen zijn kwijtgeraakt omdat ze de geboden van God niet meer nakwamen. Ik denk aan iemand in het bijzonder, wiens kerklidmaatschap wegens een overtreding was ingetrokken. Hij zei dat hij eerst beledigd was. Hij had het gevoel dat onvolmaakte leiders hem veroordeelden. Hij wist dat hij iets verkeerd had gedaan, maar praatte dat goed door op de fouten en tekortkomingen van anderen te wijzen. Na een tijdje begon hij zich comfortabel te voelen in zijn levensstijl buiten de kerk, nu hij de verplichtingen van een roeping niet meer had en hij niet meer naar de kerk moest of anderen moest dienen.

Maar enige tijd later begon hij de afwezigheid van de Heilige Geest – de tegenwoordigheid van God – in zijn leven steeds meer te merken. Hij wist uit eigen ervaring hoe het was om elke dag de troost, leiding en het vertrouwen van de Geest te voelen. Hij miste het. Uiteindelijk deed hij wat hij moest doen om zich te bekeren en weer voor de doop door water en de Geest in aanmerking te komen.

Mensen lijken in eindeloze bronnen naar zingeving, geluk en hulp te zoeken. De meeste zien het doel voorbij. Maar wij hoeven ‘geen jonge kinderen meer [te] zijn, heen en weer geslingerd door de golven en meegesleurd door elke wind van leer [of mode]’. Als we op God vertrouwen, kunnen we ook in onze moeilijkheden vrede vinden en kan ons geloof zelfs in tijden van twijfel en geestelijke tegenspoed groeien. We kunnen kracht ontvangen als we met tegenstand en eenzaamheid geconfronteerd worden. We kunnen ons ideaalbeeld met de huidige realiteit verzoenen. Er is werkelijk geen andere manier dan wat God zelf heeft bepaald: ‘Wend u tot Mij, word behouden, alle einden der aarde, want Ik ben God en niemand anders.’

Op God vertrouwen betekent dat Hij niet

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.

een van onze prioriteiten is, maar juist onze hoogste prioriteit. Ik denk nogmaals aan dat verschrikkelijke ongeluk in Lesotho in juni. In haar ziekenhuisbed zei een van de jongevrouwenleidsters die het ongeluk had overleefd, en die niet in God geloofde voordat ze lid werd van de kerk, dat ze wil ontdekken waarom haar leven werd gespaard. ‘Als ik een antwoord krijg, zal ik het krijgen door God voortdurend te dienen,’ zei ze. ‘Ik dacht altijd dat ik van God hield, maar nu houd ik echt, echt, echt, echt, echt van Hem. Nu is Hij de allereerste prioriteit in mijn leven.’

Ik getuig van de Vader, Zoon en Heilige Geest. Zij zijn in volmaakte eenheid van woord, gedachten, doel en handelen de enige God op wie wij kunnen vertrouwen voor alles wat goed is. Ik getuig van de verzoening van Jezus Christus waardoor wij de macht hebben om deze belangrijke belofte te vervullen: ‘Vertrouw op Mij en volhard tot het einde, en u zult leven; want aan hem die tot het einde volhardt, zal Ik het eeuwige leven geven.’ In de naam van Jezus Christus. Amen.