

Look to God and Live

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

“[Confia] em Deus para que vivas”

Élder D. Todd Christofferson
Do Quórum dos Doze Apóstolos

October 2025 general conference

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

É somente confiando em Deus que as pessoas, as famílias e até as nações podem progredir.

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.’”

Em junho passado, ocorreu um terrível acidente no Lesoto, um país no sul da África. Um pequeno ônibus levando 20 moças do Ramo Maputsoe, da Igreja, e 7 de seus líderes estavam se dirigindo à capital, Maseru, para uma reunião das Moças do distrito. Durante a viagem pela rodovia de duas pistas nas primeiras horas da manhã, um carro vindo na direção oposta, tentando ultrapassar outro carro, invadiu a pista em que estava o ônibus. Não havia espaço nem tempo para evitar a colisão frontal, em poucos segundos, os veículos bateram, capotaram, saíram da pista e se incendiaram.

No total, 15 pessoas morreram no acidente, incluindo seis moças, duas líderes das Moças, o presidente do ramo e sua esposa. Os sobreviventes, os familiares e os amigos expressaram todo tipo de emoções, inclusive momentos de raiva, depressão e até culpa. Apesar desses sentimentos e de perguntas sem resposta, eles confortaram uns aos outros e se voltaram para Deus ouvindo música sagrada, lendo as escrituras e orando, e assim encontraram consolo. Setso'ana Selebeli, uma das sobreviventes, de 17 anos, testificou: “Jesus Cristo nos ama e está conosco, embora ainda estejamos sofrendo”.

Uma jovem e uma líder que foram hospitalizadas para tratar queimaduras estudaram o Livro de Mórmon juntas. Uma delas disse: “Recentemente, estudamos Morôni, e ele diz exatamente o que tenho sentido. (...) Parece que ele está dizendo: ‘Você tem que aprender o significado dessas palavras porque elas foram escritas para você, para ajudá-la a passar por isso’”.

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.”

Of course, the counsel “look to God and live” not only has meaning for us in eternity but

No funeral conjunto para todos os que morreram, o setenta de área, élder Siyabonga Mkhize, aconselhou: “Todos nós devemos nos voltar para o Senhor neste momento e pedir que Ele console nosso coração e (...) amenize a dor que sentimos”. A presidente das Moças, Mampho Makura, do Ramo Leribe, um ramo próximo, recomendou: “Voltem-se para o Senhor e encontrem a força para aceitar Sua vontade. Jesus Cristo é ‘autor e consumador da fé’ (Hebreus 12:2). Não se desviem, mas confiem Nele”.

Confie em Nele. As palavras dessa irmã ecoam o conselho de Alma a seu filho Helamã: “Não deixes de confiar em Deus para que vivas”. Alma citou a experiência de Leí e seu povo com a Liahona como um exemplo: “Pois eis que é tão fácil dar ouvidos à palavra de Cristo, que te apontará um caminho reto para a felicidade eterna, como o foi para nossos pais dar atenção a essa bússola, que lhes apontava um caminho reto para a terra prometida.” Alma disse: “Porque se eles o lhassem, eles poderiam viver. (...) E, senós (...) olharmos, nós poderemos viver para sempre”.

Em outra ocasião, Alma citou o exemplo da serpente de bronze que Moisés ergueu quando os antigos israelitas foram afligidos por serpentes venenosas. O Senhor disse a Moisés que fizesse a imagem de uma serpente e a colocasse numa haste, com a promessa de que “todo o que for mordido e que olhar para ela viverá”. Alma explicou que a serpente de bronze era um exemplo ou símbolo de Cristo que seria levantado na cruz. Muitos olharam e viveram, mas outros, segundo as palavras de Alma, eram “tão obstinados” que simplesmente não olharam e pereceram.

Alma perguntou:

“Ó meus irmãos, se pudésseis ser curados simplesmente olhando ao redor para serdes curados, não o faríeis rapidamente? Ou preferíeis endurecer o coração na incredulidade e ser negligentes, recusando-vos a olhar ao redor, e assim perecer? (...)”

Olhai ao redor e começai a acreditar no Filho de Deus, que ele virá para remir seu povo e que ele sofrerá e morrerá para expiar os pecados deles; e que ele se levantará dos mortos, proporcionando-nos a ressurreição; que todos os homens comparecerão diante dele, a fim de serem julgados no último dia, o dia do juízo final, segundo suas obras”.

Claro que o conselho de confiar ou olhar para Deus e viver tem significado para nós não

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 from the Lord’s comforting direction to Joseph Smith and Oliver Cowdery: “Look unto me in ev-

somente na eternidade, mas também faz toda a diferença no caráter e na qualidade da nossa vida mortal. Lembrem-se das palavras da jovem irmã Selebeli em Lesoto, que mencionei antes: “Jesus Cristo nos ama e está conosco, embora ainda estejamos sofrendo”.

Faz parte da natureza de um mundo decaído — onde o diabo se enfurece e onde todos são imperfeitos — que haja decepções e ofensas, sofrimento e tristeza, fracasso e perdas, perseguição e injustiça. É somente confiando em Deus que as pessoas, as famílias e até as nações podem progredir. O presidente Russell M. Nelson ensinou: “Pelo fato de que o Salvador, por meio de Sua Expiação infinita, redimiu cada um de nós de nossas fraquezas, de nossos erros e do pecado, e porque Ele vivenciou cada dor, preocupação e cada fardo que já tivemos [ver Alma 7:11–13], então, à medida que verdadeiramente nos arrependermos e buscarmos a ajuda Dele, poderemos superar este mundo atual e precário”.

Nenhuma promessa se repete com mais frequência no Livro de Mórmon do que esta: “Se guardardes meus mandamentos, prosperareis na terra; mas se não guardardes meus mandamentos, sereis afastados de minha presença”. As experiências de vida dos povos do Livro de Mórmon no decorrer dos séculos demonstram a verdade dessas palavras. “Prosperar” significava desfrutar, nesta vida, de orientação e bênçãos do céu. Significava também atingir níveis de bem-estar econômico que permitiam às pessoas se casarem, criarem família, e ministrar às necessidades dos outros. “Prosperar” incluía a capacidade de superar dificuldades e provações. Por meio da graça de Cristo, “todas as coisas [contribuíram] juntamente para o bem [deles]” e os refinaram, aprofundando seu relacionamento com Ele.

Alma explicou que confiar em Deus é cumprir Seus mandamentos, clamar continuamente a Ele por Seu apoio em tudo o que fazemos e deixar que o coração esteja cheio de gratidão por Ele dia e noite. Os mandamentos e os conselhos de Deus estão nas escrituras e nas palavras de Seus servos. Os princípios e ideais descritos em “A Família: Proclamação ao Mundo” são um exemplo importante. Outro exemplo é a orientação contida no livreto *Força dos Jovens*. O tema dos Rapazes e das Moças para este ano é “Busque a Cristo”, tirado da orientação consoladora dada a Joseph Smith e Oliver Cowdery: “Buscai-me em cada pensamento; não duvideis,

ery 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 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

não temais”. O livro *Força dos Jovens* fala sobre vários dos mandamentos e padrões de Deus mais importantes e ensina como confiar no Senhor ao tomar decisões. É um guia não só para os jovens, mas para todos nós.

Como um exemplo muito importante o livro *Força dos Jovens* tem um capítulo com orientação crucial intitulado “Seu corpo é sagrado”. Ele dá a seguinte instrução: “Trate seu corpo — e o corpo de outras pessoas — com respeito. Ao tomar decisões sobre suas roupas, seu corte de cabelo e sua aparência, pergunte a si mesmo: ‘Estou honrando meu corpo como uma dádiva sagrada de Deus?’”

Força dos Jovens declara também: “Mantenha o sexo e os sentimentos sexuais sagrados. Eles não devem ser assunto de piadas ou entretenimento. Fora do casamento entre um homem e uma mulher, é errado tocar nas partes íntimas e sagradas do corpo de outra pessoa, mesmo que essa pessoa esteja vestida. Em suas escolhas sobre o que fazer, olhar, ler, ouvir, pensar, publicar ou enviar uma mensagem de texto, evite qualquer coisa que propositalmente desperte emoções lascivas nos outros ou em você”.

Isso nos faz lembrar da recente admoestação do presidente Nelson:

“Poucas coisas vão complicar sua vida mais do que violar essa lei divina [da castidade]. Para aqueles que fizeram convênios com Deus, a imoralidade é um dos meios mais rápidos de se perder um testemunho.

(...) O poder de criar vida é o único privilégio da divindade que o Pai Celestial permite que Seus filhos mortais exerçam. Por esse motivo, Deus determinou diretrizes claras para o uso desse poder vivo e divino. A intimidade física é exclusiva para um homem e uma mulher que são casados um com o outro.

Grande parte do mundo não crê nisso, mas a opinião pública não é o árbitro da verdade. O Senhor declarou que nenhuma pessoa impura alcançará o reino celestial. (...) Caso tenham sido impuros, imploro que se arrependam. Ache-guem-se a Cristo e recebam Sua promessa de perdão completo ao se arrependerem totalmente de seus pecados [ver Isaías 1:16–18; Doutrina e Convênios 58:42–43].”

Lembrem-se de que, na promessa do Livro de Mórmon, o oposto de prosperidade não era pobreza — era ser afastado da presença de Deus. Sua presença se refere à influência de Seu Espíri-

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 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

to na vida de alguém. Todos nasceram imbuídos da Luz de Cristo quando vieram ao mundo. Além disso, alguns são batizados e recebem o dom e a luz adicional do Espírito Santo. Ele traz inspiração e orientação, aumenta e refina dons e habilidades inatas, e ajuda a evitar as influências do mal, as decisões ruins e bicos sem saída.

Assim como vocês, eu conheço pessoas que uma vez desfrutaram do dom do Espírito Santo, mas, por não terem guardado os mandamentos de Deus, perderam essa bênção. Lembro-me de alguém em particular que perdeu sua condição de membro da Igreja devido à transgressão. Ele disse que sua reação inicial foi se sentir ofendido. Sentiu-se julgado por líderes imperfeitos. Ele sabia que sua conduta tinha sido errada, mas racionalizou, apontando as faltas e os erros dos outros. Depois de um tempo, começou a se sentir bem, vivendo um estilo de vida fora da Igreja, sem obrigações com chamados e expectativas de que ele frequentasse reuniões de adoração e ministrasse a outras pessoas.

Isso continuou por certo tempo, mas ele começou a sentir com mais intensidade a ausência do Espírito Santo, ou a falta da presença de Deus em sua vida. Por experiência própria, ele sabia o que era ter, dia após dia, o consolo, a orientação e a confiança proveniente do Espírito, e sentia falta disso. Por fim, ele fez o que era necessário para se arrepender, e se qualificou mais uma vez para o batismo com água e o batismo do Espírito Santo.

Parece não haver fim para as diferentes fontes em que as pessoas buscam significado, felicidade e ajuda. A maioria está “[olhando] para além do marco”. Mas não precisamos ser “meninos inconstantes, levados em roda por todo vento de doutrina [ou costumes]”. Confiando em Deus, podemos encontrar paz na dificuldade e nossa fé pode continuar a crescer até mesmo em momentos de dúvida e provação espiritual. Podemos receber força diante da oposição e do isolamento. É possível reconciliar o ideal com a realidade do presente. Realmente não existe outro caminho, senão aquele que o próprio Deus ordenou: “Votai-vos para mim, e sereis salvos, vós, todos os confins da terra, porque eu sou Deus, e não há outro”.

Confiar em Deus significa que Ele não é apenas uma de nossas prioridades; Ele é nossa mais alta prioridade. Volto a mencionar aquele terrível acidente em Lesoto em junho. Em sua cama de hospital, uma das líderes das Moças que

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.

sobreviveu, que não acreditava em Deus antes de se filiar à Igreja, disse que seu propósito agora é descobrir porque sua vida foi poupada. “Se for para encontrar uma resposta, vou encontrá-la servindo constantemente a Deus”, disse ela. “Eu achava que amava a Deus, mas hoje eu O amo muito, muito mesmo! Eu realmente O amo. Agora Ele é prioridade [máxima] na minha vida.”

Presto meu testemunho do Pai, do Filho e do Espírito Santo que, em perfeita união de palavras, pensamentos e ações, são um Deus. Quem podemos buscar para todas as coisas boas. Presto testemunho da Expição de Jesus Cristo de onde vem o poder de cumprir esta maravilhosa promessa: “Confiai em mim e perseverai até o fim e vivereis; porque àquele que perseverar até o fim, darei vida eterna”. Em nome de Jesus Cristo, amém.