

# “Behold I Am the Light Which Ye Shall Hold Up”

By Elder Ronald A. Rasband  
*Of the Quorum of the Twelve Apostles*

## “Eis que eu sou a luz que levantareis”

Élder Ronald A. Rasband  
*Do Quórum dos Doze Apóstolos*

October 2024 general conference

---

*We hold up the Lord's light when we hold fast to our covenants and when we support our living prophet.*

To the many testimonies at this conference, I add my apostolic witness that Jesus Christ is the Son of God, our Lord and Savior, the Redeemer of all of our Father's children. By His Atonement, Jesus Christ made it possible for us, if we are worthy, to return to the presence of our Father in Heaven and be with our families for eternity.

The Savior is not absent from our mortal journeys. For the past two days we have heard Him speak through His chosen leaders that we might draw closer to Him. Time and again, with His pure love and mercy, He sustains us as we face the drama of life. Nephi describes: “My God hath been my support; he hath led me through mine afflictions. … He hath filled me with his love.”

That love is evident when we sustain one another in His work.

We sustain our living prophet at general conference, and the First Presidency, the Quorum of the Twelve Apostles, General Authorities, and Officers of the Church. To sustain means to hold up another person, to give them our attention, to be faithful to their trust, to act upon their words. They speak by inspiration of the Lord; they understand the current issues, the moral decline of society, and the adversary's increasing efforts to thwart the Father's plan. Inholding upour hands, we are committing our support, not just for that moment but in our daily lives.

Sustaining includes holding upour stake presidents and bishops, quorum and organiza-

*Levantamos a luz do Senhor quando nos apega-mos a nossos convênios e apoiamos nosso profeta.*

Aos muitos testemunhos prestados nesta conferência, acrescento meu testemunho apostólico de que Jesus Cristo é o Filho de Deus, nosso Senhor e Salvador, o Redentor de todos os filhos de nosso Pai. Por meio de Sua Exiação, Jesus Cristo tornou possível para nós, se formos dignos, voltar à presença de nosso Pai Celestial e estar com nossa família por toda a eternidade.

O Salvador não Se ausenta de nossas jornadas mortais. Nos últimos dois dias, nós O ouvimos falar por meio de Seus líderes escolhidos para que possamos nos aproximar Dele. Repetidas vezes, com Seu puro amor e misericórdia, Ele nos sustenta ao enfrentarmos os dramas da vida. Néfi descreve: “Meu Deus tem sido meu apoio; guiou-me através de minhas aflições (...). Encheu-me com seu amor”.

Esse amor é evidente quando apoiamos uns aos outros em Sua obra.

Apoiamos nosso profeta vivo na conferência geral, bem como a Primeira Presidência, o Quórum dos Doze Apóstolos, as autoridades gerais e os líderes da Igreja. Apoiar significa sustentar outra pessoa, dar a ela nossa atenção, ser fiel à sua confiança, agir de acordo com suas palavras. Eles falam por inspiração do Senhor; entendem as questões atuais, o declínio moral da sociedade e os esforços crescentes do adversário para frustrar o plano do Pai. Aolevantarmosnossa mão, demonstramos nosso apoio, não apenas naquele momento, mas em nossa vida diária.

Apoiando incluisuemos nosso presidente de estaca e bispo, líderes de quórum e de organização,

tion leaders, teachers, and even camp directors in our wards and stakes. Closer to home, wehold upour wives and our husbands, children, parents, extended family, and neighbors. When wehold upone another we are saying, “I am here for you, not just tohold upyour arms and hands when they ‘hang down’but to be a comfort and strength at your side.”

The concept tohold upis rooted in scripture. At the Waters of Mormon, the newly baptized Church members committed “to bear one another’s burdens, that they may be light; ... [to] comfort those that stand in need of comfort, and to stand as witnesses of God at all times and in all things, and in all places.”

To the Nephites, Jesus said: “Hold upyour light that it may shine unto the world.Behold I am the light which ye shall hold up.”Wehold upthe Lord’s light when we hold fast to our covenants and when we support our living prophet as he speaks the words of God.

President Russell M. Nelson said, when serving in the Quorum of the Twelve Apostles, “Our sustaining of prophets is a personal commitment that we will do our utmost to uphold their prophetic priorities.”

Tohold upthe prophet is a sacred work. We do not sit quietly by but actively defend him, follow his counsel, teach his words, and pray for him.

King Benjamin, in the Book of Mormon, said to the people, “I am like as yourselves, subject to all manner of infirmities in body and mind; yet I have been chosen ... and was suffered by the hand of the Lord ... and have been kept and preserved by his matchless power, to serve you with all the might, mind and strength which the Lord hath granted unto me.”

Likewise, at age 100, President Nelson has been kept and preserved by the Lord. President Harold B. Lee, at the time a member of the First Presidency, cited the example of Moses standing atop the hill at Rephidim. “The hands of [the President of the Church] may grow weary,” he said. “They may tend to droop at times because of his heavy responsibilities; but as we uphold his hands, and as we lead under his direction, by his side, the gates of hell will not prevail against you and against Israel.Your safety and ours depends upon whether or not we follow the ones whom the Lord has placed to preside over his church.

professores e até diretores de acampamento em nossa ala e estaca. Em casa, apoiamos nossa esposa e nosso marido, nossos filhos, pais, parentes e vizinhos. Quando apoiamos uns aos outros, é como se dissessemos: “Estou ao seu lado, não apenas para levantar seus braços e mãos quando estiverem ‘pendendo’, mas para ser um consolo e uma força para você”.

O conceito de apoiar tem raízes nas escrituras. Nas Águas de Mórmon, os membros recém-batizados da Igreja se comprometeram a “carregar os fardos uns dos outros, para que [ficassem] leves; (...) chorar com os que choram; (...) consolar os que necessitam de consolo e servir de testemunhas de Deus em todos os momentos e em todas as coisas e em todos os lugares”.

Aos nefitas, Jesus disse: “Levantaivossa luz para que brilhe perante o mundo. Eis que eu sou a luz que levantareis”. Levantamos a luz do Senhor quando nos apegamos a nossos convênios e apoiamos nosso profeta vivo à medida que ele fala as palavras de Deus.

Quando servia no Quórum dos Doze Apóstolos, o presidente Russell M. Nelson disse: “Nosso apoio aos profetas é um compromisso pessoal de que faremos o máximo para defender suas prioridades proféticas”.

Apoiar profeta é um trabalho sagrado. Não ficamos sentados em silêncio, mas o defendemosativamente, seguimos seus conselhos, ensinamos suas palavras e oramos por ele.

O rei Benjamim, no Livro de Mórmon, disse a seu povo: “Sou como vós mesmos, sujeito a toda sorte de enfermidades do corpo e da mente; contudo, fui escolhido (...) [pela] mão do Senhor (...) e fui guardado e preservado por seu incomparável poder para servir-vos com todo o poder, mente e força que o Senhor me concedeu”.

Da mesma forma, aos cem anos de idade, o presidente Nelson tem sido guardado e preservado pelo Senhor. O presidente Harold B. Lee, na época membro da Primeira Presidência, citou o exemplo de Moisés no topo do monte em Refidim. “As mãos do presidente [da Igreja] podem ficar cansadas”, disse ele. “Elas podem inclinar-se e pender às vezes devido a suas grandes responsabilidades; mas, ao erguermos suas mãos, ao liderarmos sob sua orientação e ficarmos a seu lado, as portas do inferno não prevalecerão contra vocês e contra Israel.Sua segurança e a nossa dependerão de seguirmos ou não aqueles que o

He knows whom he wants to preside over this church, and he will make no mistake.”

President Nelson draws upon years of serving the Lord. His maturity, wide-ranging experience, wisdom, and consistent receipt of revelation is specifically suited for our day. He has said: “The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints is preparing the world for the day when ‘the earth shall be full of the knowledge of the Lord’ (Isaiah 11:9). … This work is empowered by a divine announcement made 200 years ago. It consisted of only seven words: ‘This is My Beloved Son. Hear Him!’ (see Joseph Smith—History 1:17).”

President Nelson has also said: “There has never been a time in the history of the world when knowledge of our Savior is more personally vital and relevant to every human soul. Imagine how quickly the devastating conflicts throughout the world—and those in our individual lives—would be resolved if we all chose to follow Jesus Christ and heed His teachings.”

Brothers and sisters, we need to do more lifting and less murmuring, more upholding the word of the Lord, His ways, and His prophet, who has said: “One of our greatest challenges today is distinguishing between the truths of God and the counterfeits of Satan. That is why the Lord warned us to ‘pray always, … that [we] may conquer Satan, and … escape the hands of the servants of Satan that do uphold [the adversary’s] work’ [Doctrine and Covenants 10:5; emphasis added].”

Last April, Sister Rasband and I had the honor of joining our beloved prophet and Sister Nelson for the rededication of the Manti Utah Temple.

President Nelson surprised everyone when he entered the room. Only a very few of us knew he was coming. In his presence, I immediately felt the light and prophetic mantle he carries. The look of joy on the faces of the people personally seeing the prophet will stay with me forever.

In the prayer of rededication, President Nelson petitioned the Lord that His holy house would essentially hold up all who entered the temple, “that they may receive sacred blessings and remain worthy and faithful to their covenants … that this may be a house of peace, a house of

Senhor escolheu para presidir Sua Igreja. Ele sabe quem Ele deseja que presida esta Igreja e não cometerá nenhum erro.”

O presidente Nelson conta com anos de serviço ao Senhor. Sua maturidade, ampla experiência, sabedoria e a consistência no recebimento de revelações são especificamente adequadas aos nossos dias. Ele disse: “A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias está preparando o mundo para o dia em que ‘a terra se encherá do conhecimento do Senhor’ (Isaías 11:9). (...) Esse trabalho é vivificado por um anúncio divino feito há 200 anos. Um anúncio de apenas sete palavras: ‘Este é Meu Filho Amado. Ouve-O’ (ver Joseph Smith—História 1:17)”.

O presidente Nelson também disse: “Nunca houve uma época na história do mundo em que o conhecimento de nosso Salvador fosse tão essencial e relevante para cada alma humana individualmente. Imaginem a rapidez com que os conflitos devastadores em todo o mundo — e os de nossa vida pessoal — seriam resolvidos se todos nós escolhêssemos seguir a Jesus Cristo e dar ouvidos a Seus ensinamentos”.

Irmãos e irmãs, precisamos apoiar mais e murmurar menos, defender mais a palavra do Senhor, Seus caminhos e Seu profeta, que disse: “Um de nossos maiores desafios hoje é distinguir entre as verdades de Deus e as mentiras de Satanás. É por isso que o Senhor nos advertiu a orar ‘sempre (...) para que [vençamos] Satanás e [escapemos] das mãos dos servos de Satanás, que apoiam o trabalho [do adversário]’ [Doutrina e Convênios 10:5; grifo do autor]”.

Em abril passado, a irmã Rasband e eu tivemos a honra de nos unir ao nosso amado profeta e à irmã Nelson para a rededicação do Templo de Manti Utah.

O presidente Nelson surpreendeu a todos quando entrou na sala. Apenas alguns de nós sabiam que ele viria. Em sua presença, senti imediatamente a luz e o manto profético que ele carrega. Sempre me lembrei da expressão de alegria no rosto das pessoas ao verem pessoalmente o profeta.

Na oração de rededicação, o presidente Nelson pediu ao Senhor que, essencialmente, Sua casa santaelevasse todos os que entrassem no templo, e disse: “Para que recebam bênçãos sagradas e permaneçam dignos e fiéis a seus convênios (...) a fim de que esta seja uma casa de

comfort, and a house of personal revelation for all who enter these doors worthily.”

We all need to be lifted up by the Lord with peace, with comfort, and most of all with personal revelation to counter the fear, darkness, and contention encompassing the world.

Before the service, we stood outside in the sun with President and Sister Nelson to view the beautiful setting. President Nelson’s ancestral ties to the area run deep. His eight great-grandparents settled in the valleys surrounding the temple, as did some of mine. My great-grandfather Andrew Anderson served on the construction crew of early pioneers who labored 11 years to complete the Manti Temple, the third in the Rocky Mountains.

As we stood with President Nelson, we had the opportunity to hold up and support the prophet of God in celebration of the rededication of the Lord’s holy house. It was a day I will never forget.

“We build temples to honor the Lord,” President Nelson said that sacred day. “They are built for worship and not for show. We make sacred covenants of eternal significance inside these sacred walls.” We are gathering Israel.

President Nelson and the prophets before him have cradled the holy temples in their arms. Today, around the world, we have 350 sacred houses of the Lord that are operating, announced, or under construction. As prophet, since 2018, President Nelson has announced 168 temples.

“In our time,” he has said, “a whole, complete, and perfect union of all dispensations, keys, and powers are to be welded together (see Doctrine and Covenants 128:18). For these sacred purposes, holy temples now dot the earth. I emphasize again that construction of these temples may not change your life, but your service in the temple surely will.”

“The Savior and His doctrine are the very heart of the temple,” the President says. “Everything taught in the temple, through instruction and through the Spirit, increases our understanding of Jesus Christ. His essential ordinances bind us to Him through sacred priesthood covenants. Then, as we keep our covenants, He endows us with His healing, strengthening power.”

paz, uma casa de consolo e uma casa de revelação pessoal para todos os que entrarem dignamente por estas portas”.

Todos nós precisamos ser elevados pelo Senhor com paz, consolo e, acima de tudo, com revelação pessoal para combater o medo, a escravidão e a discórdia que envolvem o mundo.

Antes da reunião, ficamos do lado de fora, tomando sol com o presidente e a irmã Nelson e apreciando o belo cenário. Os laços ancestrais do presidente Nelson com aquela região são profundos. Seus oito bisavós se estabeleceram nos vales ao redor do templo, assim como alguns dos meus. Meu bisavô Andrew Anderson serviu na equipe de construção dos primeiros pioneiros que trabalharam 11 anos para concluir o Templo de Manti, o terceiro nas Montanhas Rochosas.

Ao estarmos ao lado do presidente Nelson, tivemos a oportunidade de desuster e apoiar o profeta de Deus na celebração da rededicação da casa santa do Senhor. Foi um dia que jamais esquecerei.

“Construímos templos para honrar o Senhor”, disse o presidente Nelson naquele dia sagrado. “Eles são construídos para adoração e não para exibição. Fazemos convênios sagrados de significado eterno dentro deste recinto sagrado.” Estamos coligando Israel.

O presidente Nelson e os profetas que o antecederam abraçaram os templos sagrados. Hoje, em todo o mundo, temos 350 Casas do Senhor sagradas, sejam em funcionamento, anunciadas ou em construção. Como profeta, desde 2018, o presidente Nelson anunciou 168 templos.

“Em nossa época”, ele disse, “deve ocorrer a união e fusão total, completa e perfeita de todas as dispensações, chaves e poderes (ver Doutrina e Convênios 128:18). Para cumprir esses propósitos sagrados, a Terra hoje está repleta de santos templos. Mais uma vez, saliento que a construção desses templos pode não mudar sua vida, mas seu serviço no templo certamente mudará”.

“O Salvador e Sua doutrina são a essência do templo”, disse o presidente. “Tudo o que é ensinado no templo, por meio de instrução e pelo Espírito, amplia nossa compreensão a respeito de Jesus Cristo. As ordenanças essenciais de Cristo nos unem a Ele por meio dos convênios sagrados do sacerdócio. Então, à medida que cumprimos nossos convênios, Ele nos investe com Seu poder de fortalecimento e cura.”

"All who worship in the temple," President Nelson has said, "will have the power of God and angels having 'charge over them' [Doctrine and Covenants 109:22]. How much does it increase your confidence to know that, as an endowed woman or man [or temple-attending youth] armed with the power of God, you do not have to face life alone? What courage does it give you to know that angels really will help you?"

Angels reaching out to hold us up is described in the scriptures when Jesus Christ knelt humbly in the Garden of Gethsemane. By His suffering He provided an infinite Atonement. "There," President Nelson states, "the greatest single act of love of all recorded history took place. ... There at Gethsemane, the Lord 'suffered the pain of all men, that all ... might repent and come unto him' [Doctrine and Covenants 18:11]."

"Remove this cup from me," Jesus Christ asked, "nevertheless not my will, but thine, be done."

"And there appeared an angel unto him from heaven, strengthening him."

We have angels round about us today. President Nelson has said, "[In the temple,] you will learn how to part the veil between heaven and earth, how to ask for God's angels to attend you."

Angels bring light. God's light. To His Nephite Apostles, Jesus said, "Behold I am the light which ye shall hold up." As we sustain our prophet, we testify he is called of our Savior, who is "the light ... of the world."

Dear President Nelson, on behalf of the members and friends of the Lord's Church throughout the world, we feel blessed to hold up your teachings, to hold up your example of Christ-like living, and to hold up your fervent testimony of our Lord and Savior, the Redeemer of us all.

I bear my apostolic witness that Jesus Christ is "the light ... of the world." May we all, as His disciples, "hold up" His light. In the name of Jesus Christ, amen.

"Todas as pessoas que adoram no templo", afirmou o presidente Nelson, "terão o poder de Deus e a proteção dos anjos [Doutrina e Convênios 109:22]. O quanto sua confiança é aumentada ao saberem que, como homens e mulheres investidos [ou jovens que frequentam o templo], armados com o poder de Deus, vocês não precisam enfrentar a vida sozinhos? Quanta coragem vocês não recebem ao saberem que os anjos de fato os ajudam?"

Os anjos que estendem a mão paranos susterão descritos nas escrituras quando Jesus Cristo Se ajoelhou humildemente no Jardim do Getsêmani. Por meio de Seu sofrimento, Ele proporcionou uma Expiação infinita. "Lá", declarou o presidente Nelson, "ocorreu o maior ato de amor já registrado em toda a história. (...) No Getsêmani, o Senhor 'sofreu a dor de todos os homens, para que todos (...) se arrepentessem e viessem a ele' [Doutrina e Convênios 18:11].

"Passa de mim este cálice", Jesus Cristo suplicou, "porém não se faça a minha vontade, senão a tua.

E apareceu-lhe um anjo do céu, que o fortalecia".

Há anjos ao nosso redor hoje. O presidente Nelson afirmou: "[No templo,] vocês aprenderão como abrir o véu entre o céu e a Terra, como pedir que os anjos de Deus os atendam".

Os anjos trazem luz; a luz de Deus. Para Seus apóstolos nefitas, Jesus disse: "Eis que eu sou a luz que levantareis". Ao apoiarmos nosso profeta, testificamos que ele foi chamado por nosso Salvador, que é "a luz (...) do mundo".

Querido presidente Nelson, em nome dos membros e amigos da Igreja do Senhor em todo o mundo, sentimo-nos abençoados por apoiarmos seus ensinamentos, valorizarmos seu exemplo de vida cristã elevando seu fervoroso testemunho de nosso Senhor e Salvador, o Redentor de todos nós.

Presto meu testemunho apostólico de que Jesus Cristo é "a luz (...) do mundo". Que todos nós, como Seus discípulos, "levantemos" Sua luz. Em nome de Jesus Cristo, amém.