

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

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

”Se, jag är det ljus som ni ska hålla upp”

Äldste Ronald A. Rasband
i de tolv apostlarnas kворum

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. In holding up our hands, we are committing our support, not just for that moment but in our daily lives.

Sustaining includes holding up our stake presidents and bishops, quorum and organiza-

Vi håller upp Herrens ljus när vi håller fast vid våra förbund och när vi stöder vår levande profet.

Till de många vittnesbörderna under den här konferensen lägger jag mitt apostoliska vittnesbörd att Jesus Kristus är Guds Son, vår Herre och Frälsare, Återlösaren för alla vår Faders barn. Genom sin försoning gjorde Jesus Kristus det möjligt för oss, om vi är värdiga, att återvända till vår himmelske Faders närhet och vara tillsammans med vår familj för evigt.

Frälsaren är inte frånvarande under vår jordiska resa. Under de senaste två dagarna har vi hört honom tala genom sina utvalda ledare för att vi ska komma närmare honom. Gång på gång stöder han oss med sin rena kärlek och barmhärtighet när vi ställs inför livets drama. Nephi skrev: ”Min Gud har varit mitt stöd. Han har lett mig genom mina lidanden ... Han har fyllt mig med sin kärlek.”

Den kärleken är uppenbar när vi stöder varandra i hans verk.

Vi understöder vår levande profet vid generalkonferensen, och första presidentskapet, de tolv apostlarnas kворum, generalauktoriteter och kyrkans ämbetsmän. Att stödja innebär att hålla uppnågon, att ge honom vår uppmärksamhet, att hedra hennes förtroende, att agera på personens ord. De talar med inspiration från Herren. De förstår de aktuella problemen, samhällets moraliska förfall och motståndarens tilltagande försök att omintetgöra Faderns plan. När vi håller upphanden ger vi vårt stöd, inte bara för stunden utan också i våra dagliga liv.

Att stödja innebär att hålla upp våra stavspresidenter och biskopar, kворum- och orga-

tion leaders, teachers, and even camp directors in our wards and stakes. Closer to home, we hold up our wives and our husbands, children, parents, extended family, and neighbors. When we hold up one another we are saying, "I am here for you, not just to hold up your arms and hands when they 'hang down' but to be a comfort and strength at your side."

The concept to hold up is 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 up your light that it may shine unto the world. Behold I am the light which ye shall hold up." We hold up the 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."

To hold up the 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. He knows whom he wants to preside over this

nisationsledare, lärare och även lägerledarna i våra församlingar och stavar. I vår omedelbara närhet håller vi upp våra hustrur och män, barn, föräldrar, släktingar och grannar. När vi håller upp varandra säger vi: "Jag är här för dig, inte bara för att hålla upp dina armar och händer när de 'hänger ner' utan för att vara till tröst och styrka vid din sida."

Hela tanken med att hålla upp har sina rötter i skrifterna. Vid Mormons vatten ingick de nyöpta medlemmarna i kyrkan förbund att "bära varandras bördor så att de kan bli lätta ... [att] trösta dem som står i behov av tröst och stå som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt".

Till Nephiterna sa Jesus: "Håll därför uppert ljus så att det lyser för världen. Se, jag är det ljus som ni ska hålla upp." Vi håller upp Herrens ljus när vi håller fast vid våra förbund och när vi stöder vår käre levande profet när han talar Guds ord.

President Russell M. Nelson sa, när han verkade i de tolv apostlarnas kворum: "Att stödja profeter är ett personligt åtagande att vi tänker göra allt för att uppehålla deras profetiska prioriteter."

Att hålla upp profeten är ett heligt arbete. Vi sitter inte bara tysta utan försvarar honom aktivt, följer hans råd, undervisar om hans ord och ber för honom.

Kung Benjamin i Mormons bok sa till folket: "Jag är liksom ni själva underkastad alla slags skröpligheter till kropp och sinne. Ändå har jag valts ... genom Herrens hand ... och har skyddats och bevarats av hans ojämförliga makt för att tjäna er med all kraft, sinne och styrka som Herren har förunnat mig."

På samma sätt, som 100-åring, har president Nelson skyddats och bevarats av Herren. President Harold B. Lee, som då var medlem i första presidentskapet, citerade Mose när han stod på toppen av berget vid Refidim. "Kyrkans presidents händer kan bli trötta", sa han. "De kanske vill sjunka ned ibland på grund av hans tunga ansvar. Men när vi håller upp hans händer och när vi leder under hans direktiv, vid hans sida, kommer helvetets portar inte att besegra er och Israel. Er och vår trygghet beror på huruvida vi följer dem som Herren har satt att presidera över hans kyrka ... Han vet vilka han vill ha till att presidera över sin kyrka och han gör inga misstag."

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 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 person-

President Nelson har nytta av alla år han har tjänat Herren. Hans mognad, breda erfarenhet, visdom och regelbundna mottagande av uppenbarelser är särskilt lämpade för vår tid. Han har sagt: ”Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga förbereder världen för dagen när jorden ska vara full av Herrens kunskap’ (Jesaja 11:9). Det här verket får styrka av ett gudomligt tillkännagivande som gjordes för 200 år sedan. Det bestod av endast sju ord: ’Denne är min älskade Son. Hör honom!’ (se Joseph Smith – Historien 1:17).”

President Nelson har också sagt: ”Det har aldrig funnits en tid i världshistorien då kunskapen om vår Frälsare har varit viktigare för oss personligen och mer relevant för varje mänsklig själ. Föreställ er hur snabbt de förödande konflikterna i hela världen – och i våra egna liv – skulle kunna lösas om vi alla valde att följa Jesus Kristus och vägledas av hans lärdomar.”

Bröder och systrar, vi behöver lyfta mer och knota mindre, mer upprätthålla Herrens ord, hans vägar och hans profet, som har sagt: ”En av våra största utmaningar i dag är att skilja mellan Guds sanningar och Satans förfalskningar. Det är därför Herren uppmanar oss att ’alltid [be] ... så att [vi] kan besegra Satan och ... undkomma Satans tjänares händer, som stöder [motståndarens] verk’ [Läran och förbunden 10:5; betoning tillagd].”

I april i år hade syster Rasband och jag äran att tillsammans med vår älskade profet och syster Nelson närvara vid återinvigningen av Manti tempel i Utah.

President Nelson överraskade alla när han kom in i rummet. Bara några få av oss visste att han skulle komma. I hans närhet kände jag genast den ljusa och profetiska mantel han bär. De glada ansiktsuttrycken hos dem som personligen såg profeten kommer att stanna kvar hos mig för alltid.

I återinvigningsbönen vädjade president Nelson till Herren om att hans heliga hus i princip skulle hålla upp alla som kom in i templet ”så att de kan ta emot heliga välsignelser och förbli värdiga och trofasta mot sina förbund ... så att detta kan vara ett fridens hus, ett tröstens hus och ett hus för personlig uppenbarelse för alla som värdigt går in genom dessa dörrar.”

Vi behöver alla lyftas upp av Herren med frid, tröst och framför allt med personlig uppen-

al 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."

"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

barely for att motverka den rädsla, det mörker och de stridigheter som omger världen.

Före mötet stod vi ute i solen med president och syster Nelson och tittade ut över den vackra omgivningen. President Nelson har starka släktband till området. Åtta av hans anfäder bosatte sig i dalarna runt templet, liksom några av mina gjorde. Min morfars far Andrew Anderson var med i de första pionjärernas byggarlag som arbetade i elva år för att färdigställa Manti tempel, det tredje templet i Klippiga bergen.

När vi stod där med president Nelson fick vi möjlighet att hålla upp och stödjade Guds profet medan vi firade återinvigningen av Herrens heliga hus. Det var en dag jag aldrig ska glömma.

"Vi bygger tempel för att ära Herren", sa president Nelson den högtidliga dagen. "De byggs för tillbedjan och inte för att briljera. Vi ingår heliga förbund av evig betydelse innanför dessa heliga väggar." Vi samlar Israel.

President Nelson och profeterna före honom har vaggat de heliga templen i sina armar. I dag har vi runt om i världen 350 heliga Herrens hus som är i verksamhet, tillkännagivna eller under uppförande. Som profet har president Nelson sedan 2018 tillkännaggett 168 tempel.

"I vår tid", har han sagt, "ska en hel, fullständig och fullkomlig förening av alla tidsutdelningar, nycklar och krafter äga rum (se Lärnan och förbunden 128:18). För dessa heliga syften finns nu heliga tempel på många platser över hela jorden. Jag betonar återigen att uppförandet av dessa tempel kanske inte förändrar era liv, men er tid i templet gör säkerligen det."

"Frälsaren och hans lära är själva hjärtat i templet", säger presidenten. "Allt som lärs ut i templet, genom undervisning och genom Anden, ökar vår kunskap om Jesus Kristus. Hans grundläggande förrättningar knyter oss till honom genom heliga prästadömsförbund. När vi sedan håller våra förbund ger han oss sin helande och stärkande kraft."

"Alla som tillber Gud i templet", har president Nelson sagt, "får Guds kraft och änglar som har 'befallning om dem' [Lärnan och förbunden 109:22]. Hur mycket ökar ditt självförtroende av att veta att du, som tempelbegåvad kvinna eller man [eller tempelbesökande ungdom] som beväpnats med Guds kraft, inte behöver hantera

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.

livet på egen hand? Vilket mod får du av att veta att änglar faktiskt kommer att hjälpa dig?”

Änglar som sträcker sig ut för att hålla upp beskrivs i skrifterna när Jesus Kristus ödmjukt knäböjde i Getsemane trädgård. Genom sitt lidande gav han en obegränsad försoning. ”Där”, har president Nelson sagt, ”inträffade den största kärleksgärningen i hela den upptecknade historien ... Där i Getsemane led Herren ’alla människors smärta för att alla ... ska kunna omvända sig och komma till honom’ [Läran och förbunden 18:11].”

”Ta den här bägaren ifrån mig!” vädjade Jesus Kristus. ”Men ske inte min vilja, utan din.”

Då visade sig en ängel från himlen för honom och gav honom kraft.”

Vi har änglar runt omkring oss i dag. President Nelson har sagt: ”I templet lär ni er hur ni kan dra undan slöjan mellan himmel och jord, hur ni kan be om att Guds änglar ska vara med er.”

Änglar för med sig ljus. Guds ljus. Till sina nephitiska apostlar sa Jesus: ”Se, jag är det ljus som ni ska hålla upp.” När vi stöder vår profet vittnar vi om att han är kallad av vår Frälsare, som är ”världens ljus”.

Käre president Nelson, å Herrens kyrkas medlemmars och vänners vägnar över hela världen känner vi oss välsignade att hålla upp din undervisning, att hålla upp ditt exempel på kristuslikt leverne, och att hålla upp ditt brinnande vittnesbörd om vår Herre och Frälsare, allas vår Återlösare.

Jag bär mitt apostoliska vittnesbörd om att Jesus Kristus är ”världens ljus och liv”. Må vi alla, som hans lärjungar, ”hålla upp” hans ljus. I Jesu Kristi namn, amen.